

고등학생이 지각한 부모의 완벽주의 성향과 학업스트레스 및 삶의 만족도의 관계

조 소 희 2)

울곡중학교

< 요 약 >

본 연구의 목적은 고등학생이 지각한 부모의 완벽주의 성향으로 인해 학생들이 받는 학업스트레스 및 삶의 만족도의 관계를 분석하는 데 있다. 이를 위해 P 지역에 있는 고등학생 290명을 대상으로 설문을 실시하였다. 부모의 완벽주의 성향의 평균을 중심으로 완벽주의 성향을 높게 지각하는 상집단(평균이상)과 낮게 지각하는 하집단(평균이하)의 삶의 만족도와 학업스트레스가 관계가 있는지 알아보하고자 t-test를 하였다. 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 부모의 완벽주의 성향의 평균을 중심으로 완벽주의 성향을 높게 지각하는 고등학생이 지각한 부모의 완벽주의 성향과 삶의 만족도와 평균이 통계적으로 유의하게 나타났으며 가족·친척관계, 자아감·일반적인 삶, 친구·대인관계, 주거환경, 신체·정신건강, 의·식·경제정도, 여가활동, 학업·하루일과 이렇게 총 8개의 하위요인에 대하여 하집단이 상집단에 비해 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다. 둘째, 고등학생이 지각한 부모의 완벽주의 성향과 학업스트레스의 관계가 통계적으로 유의하게 나타났으며 시험 성적 스트레스, 과제 스트레스, 학습내용 스트레스, 학원 스트레스 이렇게 총 4개의 하위변인 중 시험성적과 학습스트레스는 상집단의 스트레스가 더 큰 것으로 나타났다. 이러한 자료 분석을 통해 얻은 주요 결과를 바탕으로 살펴보면 완벽주의 성향을 지닌 부모가 자녀를 양육하였을 때 상집단의 학생들이 학업에 대한 스트레스가 더 높았으며 이로 인해 삶의 만족도 역시 같이 낮아지는 것을 확인할 수 있었다.

주제어 : 부모의 완벽주의 성향, 삶의 만족도, 학업스트레스

1) 이 논문은 저자의 석사학위논문을 수정 및 요약한 것임.

2) 교신저자, s0hee0517@naver.com

I. 서론

빠르게 변화해가며 다분화 되어가는 사회 속에서 현대인들은 한 가지 역할이 아닌 다양한 역할을 요구받고 있으며 이러한 사회는 사람들에게 주어진 다양한 역할들을 원만하게 소화해내길 원하고 있기 때문에 현대인들이 사회 속에서 적응하고 주어진 역할들을 잘 수행하기 위해서는 많은 시간과 능력을 필요로 한다. 이러한 능력 위주의 풍토 속에서 사람들은 자신도 모르게 자기 자신이나 타인의 능력보다 “과(過)” 한 것을 자신과 타인에게 요구하는 양상을 보이고 있으며 이 가운데 만들어진 것이 바로 ‘완벽주의’ 인 것이다(전인숙, 2007, 재인용).

그렇다면 완벽주의는 어떻게 발달하는가? 완벽주의의 발달과 관련해서는 크게 3가지 견해가 있으나 이문제와 관련하여 많은 이론가들은 공통적으로 완벽주의의 발달에는 부모의 완벽주의 사고가 중요한 역할을 함을 지적한다. 예컨대 Barrow와 Moore는 완벽주의적 사고 발달을 가져오는 4가지 조건을 제시하였는데 그중 마지막 조건인 완벽주의적 부모가 완벽주의적 태도 및 행동의 모델로서 행동할 때 발달한다고 하였다(오현주, 2007, 재인용).

현대의 부모들은 성별에 따른 차별이 거의 사라진 시대에 태어나 고학력으로 사회에 첫발을 내딛었으며, 사회 속에서 동등하게 경쟁과 성취를 지향하며 치열하게 살아왔고 사회에 변화에 따라 핵가족화, 조기입학, 자녀에 대한 높은 기대와 수준 및 조기교육에 노출되면서 부모의 완벽주의 성향과 그에 따른 양육태도가 자녀에게 영향을 준다는 결과가 나오고 있기 때문에 부모의 완벽주의 성향은 중요한 변인으로 등장하고 있다.

청소년 중1-고3(72,060명)을 대상으로 한 ‘2014 청소년정신건강행태온라인조사’에 따르면 우울 경험률은 전국 평균 26.7%(남학생 22.2%, 여학생 31.6%)로 ‘2013 아동청소년 정신건강실태조사’와 같이 학년이 올라갈수록 높아지는 것으로 나타났다. 이는 청소년의 우울과 자살생각이 소수의 개인적인 감정이 아닌 다양한 원인에 의해 청소년들이 일반적으로 보여는 것이다. ‘2014 사회조사’는 13-19세 인구 중 자살충동을 경험한 8.0%를 분석한 결과, 그 원인을 학교성적 39.3% 경제적 이유 19.5%, 가정불화 10.5% 친구불화 및 따돌림이 7.8% 등으로 제시하였다. 즉, 청소년의 심리발달에 영향을 주는 것은 가정, 학교, 친구로 크게 가정환경과 학교환경으로 압축할 수 있다. 가정환경, 특히 부모-자녀간의 상호작용을 통해 이루어지는 부모의 양육태도가 근간이 될 수 있다(최은희, 조택희, 2016).

조사에서도 알 수 있듯이 부모와 자녀간의 상호작용이 그만큼 중요하다는 것을 알 수 있으며, 많은 부모들이 양육태도에 관해 취약하다는 점을 볼 수 있다. 특히나 완벽주의 성향을 가진 부모는 목표를 비현실적으로 높게 설정하기 때문에 자신뿐만 아니라 아동이 탁월한 수행을 했더라도 기대했던 것을 했을 뿐이라는 생각으로 자신과 아동을 비능률적이라고 지각하며 아동에 대한 기대치가 높기 때문에 아동의 행동에 대해 보상을 하거나 인정을 하려하지 않는다. 또한 자신이 갖지 못한 부분 혹은 해내지 못한 부분을 자식에게 투영하여 완벽히 해내길 바라며 부모가 바라는 것을 자식이 해내주

길 바라기 때문에 이로 인해 자녀들은 스트레스를 받을 수밖에 없는 현실이 된다.

선행연구에 따르면, 자녀들이 받는 학업 스트레스나 불안감, 삶의 만족도 등의 영향을 미치는 주요 요인들이 부모가 자녀에게 바라는 성취압력과, 완벽주의 성향을 인한 부모와의 관계성에 초점을 둔 연구들이 논의되고 있다(남석진, 2015). 그렇기 때문에 완벽주의 성향을 가진 부모로 인해 자녀가 받는 학업 스트레스와 삶의 만족도의 관계가 매우 중요하다는 것을 인식할 수 있다. 아마도 부모의 압력이 처음에는 스트레스로 다가오지만 그 이상이 되면 비판적으로 변하거나 반대로 무기력해지고 혹은 스트레스가 심해지면서 자존감을 잃고 삶의 만족도도 떨어지며 친구관계, 학교에서의 적응 까지 모두 악화 될 수 있다는 여러 가지 가설이 나올 거라 예상된다.

부모의 완벽주의 성향으로 인한 학업스트레스에 관한 변인으로 학업은 청소년에게 가장 중요한 발달 과제로서 생활의 중심이 되며, 학업과 관련된 문제는 청소년의 삶 전반에 관련되어 있으므로 학업에서의 부적응이나 어려움은 생활 전반에 얼마나 중요한 영향을 미치는지 분석하고자 한다(남석진, 2015). 특히, 학력을 중시하는 한국사회의 과도한 교육열과 입시경쟁은 학업에 대한 부담을 가중시키고 있으며, 청소년 뿐 아니라 학령기 아동까지도 학업스트레스를 지각하고 있는 것이 현실이라고 말했다(오정미, 2012). 그렇게 때문에 완벽주의 성향을 가진 부모가 자녀에게 학업에 관한 압박과 과도한 기대로 인한 스트레스가 자녀에게 적지 않은 영향을 미칠 것이라 예상할 수 있다.

그리고 완벽주의 성향을 지닌 부모들은 종종 지나친 통제와 자녀에게 완벽함을 바라는 대로 자녀들을 대하기 때문에 자녀들의 삶의 질이 떨어지고 만족도가 낮아지고 있는 것을 알 수 있으며 이러한 지표들은 청소년의 행복과 삶의 만족도에 대한 연구가 필요함을 시사하고 있다. 청소년 삶의 만족도와 관련하여 부모 역할에 주목한 연구를 보면 집단 간 차이를 검증한 결과 삶의 만족도가 낮은 집단일수록 자살 생각 경험과 학업에 대한 스트레스를 경험 하고 있으며, 이들이 겪는 고통이 매우 심하다는 사실이 밝혀졌다. 이렇듯 부모가 자녀에게 어떠한 환경을 제공하고 어떠한 태도로 대하느냐에 따라 자녀의 스트레스와 삶의 만족도에 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있다(남석진, 2015, 재인용).

Hewitt와 Feltt(1991)은 완벽주의의 차원을 완벽주의자의 행동적 특성으로 구분하지 않고 누가 완벽해지기를 바라는지와 누가 완벽해지라고 했는지에 따라 모두 3차원으로 구성된 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: 이하 HMPS)를 개발하였다. HMPS의 ‘자신에 대한 완벽주의(self-Oriented Perfectionism; 이하 SOP)’ 차원은 배우자나 자녀 같은 중요한 타인에게 높은 기준을 적용하고 다른 사람의 행동을 엄격하게 평가하는 경향을 반영한다(김윤희, 서수균, 2008). 이 선행연구 개발에서 알 수 있듯이 것처럼 누가 완벽해지라고 했는지에 대한 언급 역시 중요하다. 타인에게 적용한다는 것을 보면 아직도 우리나라 부모들의 현실은 이러한 상황을 모르는 듯 자녀와 대화를 하고 공감대를 이어가는 관계보다는 자녀에게 엄격하게 평가하며 적용하고 학업성과 입시위주의 교육과, 자녀가 무엇이든 완벽하게 해내주길 바라는 압력과 기대감에만 관심을 두고 있어 자녀들이 불안과 스트레스로 삶의 질이 낮아지고 있다는 부분을 인지하지 못하고 있다.

이로 인해 자녀들과 부모들 사이의 대화는 갈수록 단절이 되고 경쟁이 더 치열해 지는 현대 사회에서 자녀들이 받는 스트레스와 압박이 더 심해지고 갈수록 악화되어 자녀의 삶의 만족도가 낮아지며 우울증과 무기력증, 그리고 쉽게 포기해 버리며 자존감이 낮아지는 학생들을 많이 볼 수 있다. 이에 본 연구자는 부모의 기대감에 미치지 못해 갈수록 힘들어 하고 극단적인 선택을 하는 학생들을 살펴보면 부모의 양육태도 중 완벽주의 성향에 대한 관심을 갖게 되었고, 그로 인해 완벽주의 성향을 지닌 부모가 자녀에게 어떠한 학업 스트레스를 미치며, 자녀들의 삶의 만족도와 어떠한 관계가 있는지 알아보고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 부모의 양육태도

부모-자녀의 관계는 부모의 양육태도로 인해 그의 질을 결정하고, 자녀의 지적, 정서적, 성격적, 만족도 등 세 측면의 발달에 중요한 영향을 미친다는 연구 결과들(Becker, 1964; Dielmen, 1972; Rohner, 1980; Saavedra, 1980; Schaefer, 1965)이 축적됨에 따라 많은 학자, 교육자, 부모의 관심이 오랫동안 이 분야에 집중되어 왔다(이숙, 1988). 최근 경쟁이 심화되고 성취지향적인 방향으로 변화하는 사회 분위기로 인해 인간의 심리적 특성 중 하나인 완벽주의는 더욱 주목받게 되었다(유미숙, 하은혜, 김혜진, 2004). Hewitt와 Feltt(1991)는 현대사회가 인간을 다기능으로 완벽해야 할 것을 요구하고 있으므로 완벽주의와 같은 개인성격 특성이 대인관계나 개인의 행동특성에 영향을 미친다고 하였다. 이러한 관점에서 완벽주의 성향은 자녀 양육 시 어머니의 행동과 관련이 있을 것이라 예측해 볼 수 있다.

그리고 부모의 양육태도에 따라서 인격자체가 형성되며 성인기에 이르기까지 중요한 성장기를 부모와 함께 보내기 때문에 가정에서의 부모 양육태도는 자녀의 성장발달과 인격형성에 많은 영향을 준다(전재숙, 2013).

완벽주의 발달과 관련하여 Pacht(1984)와 Frost(1990)는 완벽주의를 어린 시절 부모와의 상호작용에서 나온 학습된 행동으로 보면서 어린 시절 부모의 양육태도가 현재 자녀가 보여주는 완벽성향의 많은 부분을 설명한다고 하였다. 이와 관련하여 Hamacheck(1978)은 신경증적 완벽주의가 발달하게 되는 환경적 요인으로 불인정, 비 일관적인 인정과 조건적 인정이 주어지는 상황을 제시 하였다. 인정에 대한 부모의 일관적이지 못한 태도가 자녀를 잘 인정해주지 않는 환경에서는 완벽함만이 자녀가 부모에게 수용드리 수 있는 유일한 기준이 되는데 사실상 자녀들은 무엇이 좋은 행동인지 학습하지 못해 부모의 인정을 받기 위해 모든 노력을 다하게 되므로 완벽주의 성향이 짝트게 된다고 한다.

부모의 완벽주의 양육태도에 관한 관계를 살펴보면 다음과 같다. 변영주(1994)는 부모의 양육태도

를 통제적이라고 지각한 자녀들의 완벽주의 성향이 높았다고 보고 하였고 김은아(1997)의 연구에서는 자녀의 자기지향 완벽주의와 타인지향 완벽주의는 부모의 긍정적인 양육태도와 정적상관이 있는 것으로 나타난 반면, 통제적이고 적대적인 양육태도와 같은 부정적인 양육태도는 자녀의 사회적으로 부과된 완벽주의와 정적상관이 있는 것으로 나타났다.

Flett(1995)의 연구결과를 보면 부모의 권위주의적 양육태도와 자녀의 사회적으로 부과된 완벽주의 간에 정적 상관이 있는 것을 보여 주고 있다. 즉, 부모가 엄격하고 처벌적이고 과잉 통제적일수록 자녀의 완벽주의 점수가 높았으며 자녀가 부모를 권위적으로 지각할수록 사회적으로 부과된 완벽주의가 높은 것으로 나타났다.

이러한 선행 연구들을 통해 볼 때 완벽주의 성향을 지는 부모 밑에서 자란 자녀들은 과도한 기대와 요구를 충족시키려는 노력이 하나의 스트레스로 다가왔음을 보여주며, 부모의 권위적이고 통제적인 양육방식이 자녀의 삶의 만족도에도 영향을 미칠 수 있다는 것으로 볼 수 있다. 즉, 연구자는 완벽주의 성향을 지닌 부모 밑에서 자란 자녀들은 학업에 대한 스트레스와 삶의 만족도의 관계가 있을 것이라 추정된다(오현주, 2007, 재인용).

2. 부모의 완벽주의 성향과 학업스트레스와의 관계

완벽주의 성향을 가진 부모는 자녀들로 하여금 학습동기를 갖게 하고 일정한 성취 기준에 도달하기를 기대하고 있다. 여러 보고에 의하면 한국 청소년들은 부모들이 어린 아동기에서부터 청소년기에 이르기까지 끊임없이 완벽주의 양육태도를 보이면서 성취에 대한 압력을 받고 있다고 지각하고 있으며, 이는 아동의 학업성취와 정적인 관련이 있는 것으로 밝혀졌다.

이때의 부모의 완벽주의 성향 밑에서 자란 아이들은 시험불안, 스트레스, 원만하지 못한 교우관계, 공격성과 관련되는 등 학생들의 정신건강에 부적인 영향을 미치고 학업성취와는 부적 상관을 보이거나 무관한 것으로 보고되고 있다(신동영, 2011, 재인용).

완벽주의의 성향을 가진 부모는 자녀들의 노력에 대해서도 보상을 해주거나 수용하는데 어려움을 느낀다고 한다. 따라서 이들은 자녀들의 행동을 인정해주기 보다는 더 잘하도록 다그치게 되는데 이렇게 되면 자녀들은 부모로부터 인정을 받지 못하므로 자신의 행동에 대해서 스트레스를 가질 수밖에 없게 된다.

즉 자녀에게 부모의 완벽주의 성향으로 시작되는 관심과 기대는 오히려 자녀에게 압력으로 작용하여 스트레스를 유발한다는 것을 짐작할 수 있다. 고교생을 대상으로 한 보고에서 가정환경의 요인 중 부모의 완벽주의 성향이 클수록 학습, 시험 능력에 대한 스트레스 정도를 점점 더 가중시킨다는 것을 명확히 밝히고 있다.

이와 같이 부모의 완벽주의 양육태도, 특히 자녀의 정서, 가치관, 행동특성 등에 지대한 영향을 미치며 청소년기의 자녀에게 부모의 양육태도는 아주 중요하게 작용한다(김재룡, 2009).

4. 부모의 완벽주의 성향과 삶의 만족도의 관계

자녀에 대한 부모의 양육태도는 청소년의 정서, 행동, 성격 등의 발달과 전반적인 생활영역, 삶의 만족도에 영향을 미치는 예측변인으로 주요하게 다루어져 왔다. 과잉기대나 간섭, 통제와 같은 부정적 양육 태도는 자녀의 삶의 만족도를 저하시킨다는 일치된 연구결과가 꾸준히 보고되고 있다.

부모의 양육태도는 자녀의 생애 목표 설정에 있어서도 중요한 영향을 미친다. 즉, 자녀가 지각 하는 부모의 양육태도에 의해 생애 목표의 형성이 영향을 받으며, 이러한 생애목표는 삶의 만족도에 영향을 미칠 수 있으므로 이들 요인 간의 관계를 규명하는 것이 필요하다(한호중, 2015).

우리나라 부모들은 전 세계가 주목할 만큼 높은 교육열을 갖고 있어 자녀들의 성공은 곧 자신의 삶이라고 인식할 만큼 자녀에 대하여 큰 열망과 기대를 품고 있다. 이로 인해 부모는 자녀를 전유물로 생각하고 있는 경우가 많으며 자녀 양육에 있어서도 매우 다양한 방식으로 적극적으로 개입하고 있다.

부모의 양육태도 유형은 전반적인 청소년의 삶의 만족도에 있어 매우 중요한 예측변인으로 인식된다. 부모양육태도는 부모 또는 주 양육자가 자녀를 양육함에 있어 보편적이고 일반적으로 드러내는 행동으로 청소년 내적, 외적 발달과 청소년의 삶의 만족도에 전반적으로 관계가 있는 것으로 나타났다.

부모의 완벽주의 양육태도는 학생들의 삶의 만족도에 부정적인 영향을 미친 것으로 나타났다. 또한 완벽주의 부모양육행동은 청소년의 삶의 만족도 및 학교생활 적응에 직접적인 영향을 미치고, 청소년의 삶에 만족도에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

부모의 완벽주의 양육방식이 청소년의 삶의 만족도에 직접적인 영향을 미치는 것으로 파악하였으며, 청소년이 부모의 양육방식을 부정적으로 인지할수록 삶의 만족도가 낮게 인지되는 것으로 보고하였다(서선숙, 2017).

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상

연구의 대상은 본 연구자가 재직하고 있는 파주 소재의 인문계 1,2,3 학년 고등학교 학생들을 대상으로 설문지를 배부하였다. 본 연구자가 수업을 하는 학생을 대상으로 한 것이며, 자료수집 방법은 연구자가 직접 조사하고 학생들에게 조사내용과 실시방법에 대해 설명한 후 조사하였다. 회수된 293부의 설문지 가운데 불성실한 응답을 한 3부의 설문지를 제외한 총 290부를 연구에 사용하였다.

<표 III-1> 연구대상의 성별·학년에 따른 구성

		성별		전체
		남학생	여학생	
학년	1학년	79 (52.7%)	71 (47.3%)	150 (100%)
	2학년	20 (45.5%)	24 (54.5%)	44 (100%)
	3학년	39 (40.6%)	57 (59.4%)	96 (100%)
전체		138 (47.6%)	152 (52.4%)	290 (100%)

2. 측정도구

1) 부모님의 완벽주의에 관한 검사

본 연구에서는 어머니의 완벽주의 성향을 측정하기 위해 Frost(1990)등의 개발하고 정승진(1999)이 번안하였고, 김재룡(2009)이 수정·보완한 다차원적 완벽주의 척도 검사지를 사용하였다. 학생용 설문지로 수정한 이 척도는 총 35문항으로 구성되어 있으며, 각 문항별 1점 ‘전혀 그렇지 않다’에서 5점 ‘매우 그렇다’에 이르는 Likert 5점 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 강함을 의미한다.

<표 III-2> 완벽주의 척도 하위 영역의 문항 수 및 신뢰도

	하위요인	문항수	문항번호	신뢰도
완벽주의	실수에 대한 염려	9	10 13 14 18 21 23 25 34	.86
	자기기준	4	6 12 16 19 24 30	.68
	부모의 기대	1	11 15 20 26	.75
	부모의 비난	3	5 22 35	.69
	수행에 대한 의심	17	28 32 33	.63
	조직화	2	7 8 27 29 31	.79
합계			35	.91

2) 학업 스트레스 수준 검사

본 연구에서 사용한 검사 도구는 조봉한(2006)이 개발한 ‘아동생활스트레스 척도’에서 학업관련 스트레스요인을 발췌하여 사용하였다. 이 척도는 학업스트레스 수준에 따른 4개 영역으로 시험·성

적에 관련된 스트레스 하위척도가 4문항, 과제 관련스트레스, 학습내용 스트레스, 학원 스트레스로 총15 문항으로 구성되어 있다. 문항 형식은 Likert식 5단계 척도로 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’까지의 5점 척도로 측정된다. 점수가 높을수록 학업스트레스 수준이 높음을 의미한다.

<표 III-3> 학업스트레스 척도 하위 영역의 문항 수 및 신뢰도

	하위요인	문항수	문항번호	신뢰도
학업 스트레스	시험·성적스트레스		1,5,9,13	0.92
	과제 스트레스		2,6,10,14	0.85
	학습내용 스트레스		3,7,11	0.85
	학원스트레스		4,8,12,15	0.88
	계		15	0.96

3) 삶의 만족도에 관한 검사

본 연구에서 사용된 삶의 만족도는 양옥경(1994)에 의하여 개발된 척도이다. 이 척도는 의식주와 같은 매우 기본적인 것에서부터 삶의 철학에 이르는 지극히 추상적인 것까지 10개 영역에 걸쳐 삶의 질, 삶의 만족을 포괄적으로 측정하는 도구로써, 일반인을 대상으로 그들의 주관적인 삶의 질을 측정할 수 있도록 구성되어 있다. 총 33문항으로 이루어져 있고, 각 문항별 만족도는 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’까지의 5점 척도로 측정된다. 척도를 구성하고 있는 8개의 하위 척도를 살펴보면 가족친척, 자아감 일반적 삶, 친구 대인관계, 주거환경, 신체정신건강, 의식경제정도, 여가활동, 학업·하루일과가 있다.

<표 III-4> 삶의 만족 척도 하위 영역의 문항 수 및 신뢰도

	하위요인	문항수	문항번호	신뢰도
삶 만족도	가족친척		10,11,12	.87
	자아감 일반적 삶		28,29,30,31,32,33	.89
	친구 대인관계		6,7,8,9,22,23	.85
	주거환경		1,2,3	.73
	신체정신건강		13,14*,15*,16,17	.69
	의식경제정도		34,35,20,21	.69
	여가활동		26,27	.80
	학업하루일과		18,19,24,25	.80
	계		33	.95

IV. 연구결과 및 해석

1. 고등학생이 지각한 부모의 완벽주의 성향과 삶의 만족도와의 관계

1) 부모의 완벽주의 성향과 삶의 만족도와의 관계

부모의 완벽주의 성향의 평균을 중심으로 완벽주의 성향을 높게 지각하는 상집단(평균이상)과 낮게 지각하는 하집단(평균미만)에 따라 삶의 관계가 있는지를 알아보기 위하여 평균과 표준편차를 산출하고 평균의 차이를 t-test 하였다. 차이를 분석한 결과는 <표 IV-5>와 같다.

<표 IV-5> 부모의 완벽주의 성향과 삶의 만족도의 관계 (N=290)

하위변인	집단	N	M	SD	t
가족·친척관계	상집단	151	3.78	1.07	-2.67 **
	하집단	139	4.08	0.83	
자아감·일반적삶	상집단	151	3.48	0.96	-1.42
	하집단	139	3.64	0.93	
친구·대인관계	상집단	151	3.74	0.80	-1.77
	하집단	139	3.90	0.78	
주거환경	상집단	151	3.70	1.07	-1.79
	하집단	139	3.90	0.91	
신체·정신건강	상집단	151	3.07	0.80	-3.59 ***
	하집단	139	3.40	0.78	
의·식·경제정도	상집단	151	3.57	0.88	-1.32
	하집단	139	3.71	0.84	
여가활동	상집단	151	3.12	1.10	-5.08 ***
	하집단	139	3.74	0.99	
학업·하루일과	상집단	151	3.12	0.89	-2.63 **
	하집단	139	3.41	0.95	
전체	상집단	151	3.46	0.73	-2.97 ***
	하집단	139	3.70	0.67	

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

<표 IV-5>에서 밝혀진 바와 같이 부모의 완벽주의 성향을 높게 지각하는 상집단에 비해, 부모의 완벽주의 성향을 적게 지각하는 하집단의 삶의 만족도 전체의 평균이 높게 나타났으며 이러한 평균의 차이는 통계적으로 유의하게 나타났다($t=-2.97$, $p < .001$). 이는 하집단이 상집단에 비해 삶의 만족도가 높다는 것을 의미한다. 삶의 만족도의 8개 하위요인에 대하여 하집단의 평균이 높았으며, 가족·친척관계($t=2.67$, $p < .01$), 신체·정신관계($t=-3.59$, $p < .001$), 여가활동($t=-5.08$, $p < .001$), 학업·하루일과($t=-2.63$, $p < .01$)가 통계적으로 유의하게 나타났다.

2. 고등학생이 지각한 부모의 완벽주의 성향과 학업스트레스와의 관계

1) 고등학생이 지각한 부모의 완벽주의 성향과 학업스트레스와의 관계

집단에 따른 부모의 완벽주의 성향과 학업스트레스 관계를 분석한 결과는 <표 IV-6>와 같다.

<표 IV-6> 부모의 완벽주의 성향과 스트레스의 관계 (N=290)

하위변인	집단	N	M	SD	t
시험성적 스트레스	상집단	151	3.24	1.27	4.37 **
	하집단	139	2.64	1.06	
과제 스트레스	상집단	151	3.21	1.18	4.60
	하집단	139	2.60	1.06	
학습내용 스트레스	상집단	151	3.10	1.25	3.77
	하집단	139	2.59	1.06	
학원 스트레스	상집단	151	2.79	1.18	1.65
	하집단	139	2.57	1.09	
전체	상집단	151	3.09	1.12	3.89 ***
	하집단	139	2.60	0.98	

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

<표 IV-6>에서 나온 결과를 살펴보면 부모의 완벽주의 성향으로 나타난 스트레스에 대한 차이는 상집단($t=3.89, p < .001$)이 스트레스를 더 많이 받아 통계적으로 유의하게 높았다.

시험성적 스트레스에서($t=4.37, p < .01$) 상집단의 스트레스 지수가 하집단에 비해 유의하게 높게 나타났다. 과제 스트레스와 학습내용, 학원스트레스를 보면 상·하의 집단 차이는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다.

V. 결론

본 연구의 목적은 빠르게 변화해가고 갈수록 타인과의 경쟁이 치열해 지는 삶 속에서 완벽주의 성향을 지닌 부모가 자녀의 모든 면에서 완벽해 지길 바라는 심리로 다가 갔을 때 자녀가 받는 학업 스트레스와 그로 인한 삶의 만족도가 얼마나 떨어지는 지에 대한 궁금증과 문제를 가지고 검증해 보았다. 이러한 연구문제를 규명하기 위하여 P시 소재 고등학교 1,2,3학년 남녀 290명을 대상으로 표집을 하였고 구체적인 분석방법은 다음과 같다. 수집된 자료는 SPSS 24.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 성별과 학년 특성을 분석하기 위해 표준편차와 빈도분석 등의 기술통계를 도출한 다음, 성별과

학년별에 따른 부모의 완벽주의 성향과 학업스트레스 및 삶의 만족도의 차이를 분석하기 위해 t-검증을 실시하였다. 그리고 부모의 완벽주의 성향에서의 학업스트레스와 삶의 만족도의 매개를 확인하기 위해 Pearson의 적률상관계수를 산출 하였다.

본 연구의 결과 및 논의를 바탕으로 한 결론은 다음과 같다.

첫째, 고등학생이 지각한 부모의 완벽주의 성향과 삶의 만족도와의 차이가 있었으며 부모의 완벽주의, 실수, 기대, 비난, 수행의 관계에서는 하집단의 삶의 만족도가 유의하게 높았으며, 부모의 자기기준과 조직화에서는 상집단이 유의하게 높았다.

이러한 결과는 삶의 만족도에서는 하집단의 삶의 만족도가 더 높은 것으로 나타난다는 남석진(2015)의 연구와도 부분적으로 일치하며 부모가 완벽주의 성향이 강한 자녀의 학생일수록 여가활동에 대해 느껴지는 만족도가 낮으며, 부모의 완벽주의 성향이 낮을수록 학생들이 느끼는 부담이 적기 때문의 자신의 만족도가 높은 것으로 해석된다. 부모의 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심이 높을수록 자녀의 정서가 건강하지 못하며, 학업스트레스를 더 많이 받는다는 선행연구 김재룡(2009)을 지지한다.

이를 좀 더 구체적으로 살펴보면 부모의 기대감이 자녀들에게 얼마나 큰 부담감과 불안으로 작용한다는데 중요한 영향을 미친다는 것을 의미하며 부모의 기대감으로 자신의 삶의 만족을 느끼지 못하고 부모의 인정을 받기 위해 그에 따른 불안을 느끼게 되어 여가활동을 하면서 혹은 학업에서도 학생들의 친구대인관계의 모든 방면에서 자신의 삶의 만족도가 떨어지고 불안을 계속 느끼고 있다는 것을 알 수 있다.

둘째, 고등학생이 지각한 부모의 완벽주의 성향과 스트레스가 유의하게 차이가 있었으며, 부모의 완벽주의, 실수, 기대, 비난, 수행은 상집단이 유의하게 높았으며, 부모의 자기기준과 조직화 하집단이 유의하게 높은 것으로 나타났다.

이를 논의해보면 부모의 완벽주의 성향이 높을수록 학생들이 받는 시험성적에 대한 스트레스가 상집단 학생들이 더 높은 것으로 나타났다. 부모의 기대감으로 오는 시험성적에 관한 스트레스 역시 상집단의 학생들이 가장 유의하게 높았으며 그다음으로 학습내용에 관한 스트레스, 과제 스트레스, 학원스트레스 순으로 나타났다.

이것은 부모가 완벽히 요구할수록 학생들이 받는 학업 스트레스의 영향을 미친다는 것을 의미한다. 즉, 청소년 시기에는 학업이 가장 큰 고민이자 입시라는 연결고리가 있기 때문에 결과에서 알 수 있듯이 학원이나 과제보다는 시험성적에 관한 스트레스가 가장 크며 부모의 완벽주의 성향이 자녀에게 미치는 경우가 매우 높게 작용을 하고 있다는 것을 알 수 있다.

셋째, 부모의 완벽주의 성향교육으로 인한 학업스트레스와 삶의 만족도의 관계에서 삶의 만족도는 조직화가 정적상관을 실수염려, 자기기준, 부모기대, 부모비난, 수행의심은 부적상관을 보이고 있다. 그러나 자기기준은 유의한 상관이 나타나지 않았다. 이것은 삶의 만족도가 높을수록 조직화를 선택하고 실수염려에 대한 선택은 적다고 할 수 있으며, 자기기준은 사용하지 않는다는 것을 의미한다.

즉, 삶의 만족도가 높을수록 조직화에서 친구와의 대인관계나 가족친척관계 여가활동을 잘 해나간다고 할 수 있다.

본 연구의 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 연구의 대상을 P시 고등학교 1,2,3 학년을 대상으로 하였기 때문에 연구의 결과를 일반화하는데 어려운 점이 있기 때문에 후속연구에서는 다양한 연령층의 청소년과 지역을 연구 대상에 포함시킴으로써 연구의 일반화를 만족 시킬 필요가 있다.

둘째, 한창 예민한 청소년시기의 고등학생은 자신의 지각을 이루어 나가는 과정에 있으며, 환경과 시기에 따라서 계속적인 학습으로 바뀔 수 있다는 점에서 초등학생부터 성인기 까지 포함하는 종단적 연구를 시도하는 것도 좋은 의미가 있을 것이다. 또한, 청소년들의 삶의 만족도와 스트레스와의 관계 같은 복잡한 구조를 이루고 있기 때문에 조금 더 폭이 넓은 독립변인들을 가지고 이러한 관계를 깊이 연구하고 새로운 방안이 생기게 된다면 자녀들이 학업에 대한 스트레스 지수도 낮아지고 이로 인해 조금이나마 삶의 만족도가 올라가며, 부모가 자녀에게 귀를 기울이고 부담을 덜어주는 변화와 인식이 달라지지 않을까 라는 생각을 연구할 만한 가치가 있다고 생각한다.

본 연구는 갈수록 경쟁이 되어가는 사회에서 완벽주의 성향을 지닌 부모들이 자녀들의 학업에 개입을 하였을 때 자녀들이 겪는 스트레스와 삶의 만족도가 떨어진다는 것을 시사해 준다. 또한 완벽주의가 미치는 영향이 왜 중요한지를 알려주고 있다. 단순히 부모만 바라는 것이 아니라 이것이 사회 문제로 연결 되어 심리상담과 자살로 까지 이어지는 문제를 초래하고 있기 때문이다. 그렇기 때문에 인지하고 끝나는 것이 아니라 완벽주의 성향을 지닌 부모들이 자녀들에게 요구하는 기대감과 양육태도 방법을 고쳐 나가고 이로 인해 자녀들이 우리 학생들이 받는 스트레스를 줄여 감으로서 사회교육문제도 같이 나아질 수 있다는 점을 발견했다는 것에 대한 의의가 있다.

참고문헌

- 김원주(2017). 부모의 학업성취압력이 초등학생의 학업스트레스의 미치는 영향: 역기능적 완벽주의와 학업적 자기효능감의 매개효과. 진주교육대학교 교육대학원 석사 학위 논문.
- 김연실(2000). 부모권위에 따른 완벽주의와 지연행동에 관한 연구. 연세대학교 대학원 심리학과 석사 학위 논문.
- 김은아(1996). 부모와 자녀의 완벽주의 성향 및 지각된 부모의 양육태도와의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김윤희, 서수균(2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. **한국심리학회지; 상담 및 심리치료** 20(3), 581-613
- 김재룡(2009). 어머니의 완벽주의 성향에 따른 자녀의 정신건강 및 스트레스 차이. 건양대학교 심리학과 석사학위 논문.
- 남석진(2015). 부모양육태도, 학업스트레스가 청소년의 삶의 만족도에 미치는 영향-중학생을 중심으로. 국제 신학대학원 대학교 상담복지학과 사회복지학 전공 석사학위논문.
- 변영주(1994). 부모의 양육태도와 청소년의 비합리적 신념 및 스트레스의 상호관계연구. 연세대학교 대학원 석사학위 논문
- 서선숙(2017). 부모의 양육태도와 청소년의 삶의 만족도에 미치는 영향. 한세대학교 대학원 사회복지학과 전공 석사 학위 논문.
- 신동영(2011). 부모의 학업성취 압력과 초등학생의 학업스트레스 및 학업소진과의 관계: 역기능적 완벽주의의 역할. 경남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 오정미(2012). 부모의 학업성취 압력과 학업 스트레스의 관계에서 학업적 자기효능감이 매개효과 : 초등학생과 중학생의 비교연구. 건양대 대학원 상담 심리학과 석사학위 논문.
- 오현주(2007). 완벽주의 성향과 부모양육태도 및 갈등해결전략과의 관계. 부경대학교 교육대학원 교육심리 전공 석사학위논문.
- 유미숙 · 하은혜 · 김혜진(2004). 완벽주의 성향의 발달 요인에 관한 연구: 부모의 양육태도, 가족의 기능적 특성, 부모에 대한 애착 유형을 중심으로. **청소년학연구**, 11(3), 425-444.
- 이민영(2010). 어머니의 완벽주의 성향 및 양육행동과 유아의 사회, 정서적 행동과의 관계. 성신여자대학교 교육대학원 유아교육학과 석사학위논문.
- 이숙(1988). 자녀가 지각한 부모의 양육태도 및 이에 영향을 주는 요인. 이화여자대학교 대학원 박사 학위논문.
- 이은희(1999). 지각된 부모-자녀관계에 따른 완벽주의와 우울. 연세대학교 석사학위논문.
- 전인숙(2007). 아동이 지각한 부모의 양육태도와 아동의 완벽주의 성향과의 관계. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 전재숙(2013). 청소년이 지각한 부모의 양육태도와 스트레스간의 관계분석. 순천향대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정효미(2018). 어머니의 완벽주의 성향과 자아존중감이 유아의 자아탄력성에 미치는 영향. 건국대학교 석사학위논문.
- 제은경(2013). 어머니의 완벽주의 성향이 초등학생 자녀의 불안에 미치는 영향 자녀의 완벽주의 성향의 매개효과. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 최은희, 조택희(2016). 부모의 양육태도와 우울 및 자살생각과의 관계: 학교생활적응의 매개효과. **한국콘텐츠학회논문지** 16(2), 152-162
- 한호중(2015). 부모의 양육태도가 자녀와 삶의 만족도에 미치는 영향과 생애 목표의 매개효과. 우석대학교 대학원 아동복지학과 유아교육 석사학위논문.
- Adams, J. S.(1965). Inequity in Social Exchange. In Berkowitz, L. (ed.) *Advances Experimental Social Psychology*, NY: Academic Press.
- Barro, J. C. & Moore. C. A. (1983). Group interventions with perfectionist thinking. *Personal and Guidance Journal*, 61, 612-615.
- Becker, W. C., and Krug, R. S. (1904). A circumplex model for social behavior in children. *Child Development*, 35, 371-396.
- Greenberg, J.(1990a). Organizational Justice: Yesterday, Today and Tomorrow. *Journal of Management*, 16, 432.
- Hamacheck, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism *Psychology*, 15, 27-33.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social context : Conceptualization, assessment and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Hoy, W. K. & Miskel, C. G.(2005). *Educational Administration: Theory, research, and practice (6th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Lee, M, A., Schoppe - Sullivan, S. J., & Dush, C. M. K. (2012) parenting perfectionism and parental adjustment. *personality and individual differences*, 52(3). 454-457.
- McCauley, D. P. & Kuhnert, K. W.(1992). A Theoretical Review & Empirical Investigation of Employee Trust. *Public Administration Quarterly*, 16(2), 265-285.
- Meyer, P. J. & Allen, J. N.(1984). Testing the side best theory of organizational commitment: some Methodological considerations. *Journal of Applied Psychology*, 69, 372-378.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39, 386-390.
- Rohner, R. P. (1980). Worldwide test of parental acceptance-rejection theory: an overview. *Behavior Science Research*, 15(1), 1-22.
- Saavedra, J. M. (1980). Effects of perceived parental warmth and control on the self -evaluation of Puertorican adolescent males. *Behavior Science Research*, 15, 41-53.

Abstract

The Relationships between Parental Perfectionism, Academic Stress, and Life Satisfaction

So Hee Jo

Yulgok Middle School

The purpose of this study is to analyze the relationship between parental perfectionism, academic stress, and life satisfaction among high school students. For this purpose, 290 high school students from the P region were surveyed. We performed a t-test to see if there were significant differences in students' life satisfaction and perceived academic stress between the low parental perfectionism group and the high parental perfectionism group. The results of the study are as follows. First, the low parental perfectionism group reported a significantly higher level of life satisfaction than high parental perfectionism group. Second, the relationship between perceived parental perfectionism and students' academic stress was significant, which shows that the high parental perfectionism group perceived a higher level of academic stress than the low parental perfectionism group. The results indicate that parents' perfectionistic tendencies can lead to higher levels of academic stress of their children, which also can reduce their life satisfaction.

Key words : *parental perfectionism, academic stress, life satisfaction*

논문투고일자: 2019.1.21.

논문심사일자: 2019.4.18.

게재확정일자: 2019.4.23.