

고등학생의 사회적으로 부과된 완벽주의와 심리적 부적응 : 자기은폐를 매개변인으로*

신지은** · 이동귀***

초 록

본 연구는 고등학생을 대상으로 사회적으로 부과된 완벽주의를 구성하는 두 하위요인(조건적 수용, 타인의 높은 기준)과 심리적 부적응의 관계를 살펴보고, 이 과정에서 자기은폐의 매개효과를 검증하고자 하였다. '조건적 수용' 요인은 우울, 불안, 적대감 모두와 유의한 정적 상관을 보인 반면, '타인의 높은 기준' 요인은 우울 및 불안과만 관련되었다. 그러나 '조건적 수용' 요인을 통제한 '타인의 높은 기준' 요인은 심리적 부적응과 아무런 관련을 보이지 않았으며, 자기은폐는 '조건적 수용' 요인과 심리적 부적응의 관계를 부분적으로 매개하는 것으로 나타났다. 본 연구의 결과는 타인의 부정적인 평가를 두려워하는 완벽주의적인 고등학생으로 하여금 스스로의 취약한 부분을 내놓을 수 있도록 돕는 것이 필요함을 시사한다.

주제어 : 사회적으로 부과된 완벽주의, 자기은폐, 매개변인, 심리적 부적응, 고등학생

* 본 연구는 연세대학교 BK21 인지 및 심리학과 전문인력양성 및 실용화사업단이 연구비 지원으로 이루어졌음.

** 연세대학교 심리학과, 교신저자, sweeteuni@yonsei.ac.kr

*** 연세대학교 심리학과

I. 서 론

1. 청소년의 정신건강

인간은 누구나 정신적으로 건강하고 행복한 삶을 영위하고 싶어 한다. 미국 정신위생위원회(National Committee for Mental Hygiene)에 의하면, 정신건강이란 다만 정신 질환이 없는 상태만이 아니고 만족스러운 인간관계를 포함한 적응적인 상태를 말한다. 그러나 한국인의 정신건강 실태는 점점 심각해지고 있는 상황이다. 건강보험심사평가원의 총 진료비 자료(2002년-2007년)에 의하면 ‘암’보다도 ‘정신 및 행동장애’의 진료비가 더 크게 늘어난 것으로 나타났으며, 특히 10-19세의 청소년에서 가장 두드러졌다. 게다가 문제가 생겼을 때 정신의료 서비스를 이용하는 사람의 비율이 약 11%에 불과하다는 사실을 고려할 때(보건복지부, 2006년 정신질환실태 역학조사) 심리적 고통을 경험하는 청소년들의 실제 규모는 표면으로 드러난 것보다 훨씬 더 클 것으로 예상된다. 이러한 결과는 청소년의 정신건강에 대한 사회적 관심과 전문적인 개입이 절실함을 시사한다.

청소년의 정신건강 실태(보건복지부, 2009년 청소년 건강행태 조사)를 좀 더 구체적으로 살펴보면, 고등학생의 46.6%가 평상시 스트레스를 ‘대단히 많이’ 또는 ‘많이’ 느끼는 편이었으며, 40.6%가 최근 12개월 동안 2주 내내 일상생활을 중단할 정도로 슬프거나 절망감을 느낀 적이 있었다고 보고하였다. 특히 우울감은 청소년이 성인보다, 여학생이 남학생보다, 그리고 학년이 올라감에 따라 높게 경험하는 것으로 나타났다. 더욱이 고등학생의 18.9%가 최근 12개월 동안 심각하게 자살을 생각한 적이 있었으며, 자살 시도율도 성인 보다 훨씬 높은 수준인 4.0%로 나타났다. 이에 대하여 한국청소년정책연구원의 문경숙 연구위원은 최고만을 지향하는 사회 분위기와 과도한 경쟁으로 인한 압박감이 청소년의 정신질환을 초래하고 있다고 설명하였다(주간동아 사회, 2010). 심리학 및 정신의학적 관점에서 볼 때, 자살은 특히 우울과 높은 관련이 있으며, 이에 취약하게 만드는 대표적인 요인으로 타인의 반응에 과민하고 스스로에게 지나치게 엄격한 완벽주의를 꼽을 수 있다(Dean et al., 1996; Hewitt et al., 1996). 많은 연구를 통해 완벽주의가 우울 증상의 경험(Frost et al., 1990)과 자살생각(Hewitt

et al., 1994)에 강하게 영향을 미친다는 사실이 밝혀졌으며, 이러한 완벽주의 성향은 청소년에게 특히 위협할 수 있다. 왜냐하면 청소년기는 가장 활기가 넘치고 변화무쌍한 동시에, 미성숙하고 심리적으로 불안정한 갈등의 시기이기 때문이다.

청소년기에는 사회적 인정에 대한 욕구가 강렬해질 뿐만 아니라, 자신에 대한 관심이 증가한다. 완벽해질 것을 강요하는 사회 속에서 자연히 청소년은 자신이 타인에게 어떻게 보이는가에 더욱 집착하게 되고, 부정적이라고 생각되는 모습을 숨김으로써 자신의 인상을 관리하고자 노력하게 된다. 그리고 타인의 기대에 어긋날지도 모른다는 두려움이 증가함에 따라 정서적으로 불안정하게 되어 작은 일에도 지나치게 불안해할 수 있다. 게다가 청소년기에는 주변 환경과의 갈등이 많아지고 자기주장이 점차 강해지면서, 그것이 받아들여지지 않을 때 분노와 적대감을 경험할 수 있다. 특히 자아존중감이 낮은 청소년은 이러한 갈등상황에 부적절하게 대처하여 주변에 적대감을 표출하기도 하며, 외현된 적대감은 청소년의 문제행동으로 이어질 수 있다(변보기·강석기, 2002).

더욱이 한국의 청소년, 특히 고등학생은 대학입시와 학업의 측면에서만 관심의 대상이 될 뿐 이들이 경험하는 우울, 불안, 적대감과 같은 어려움들은 쉽게 간과되고 있다. 청소년은 국가의 미래이며, 청소년의 정신건강은 곧 사회 공동의 책임이다. 청소년의 정신적인 문제는 일상생활에 심각한 영향을 끼칠 수 있으며, 개개인의 문제는 곧 가정, 직장, 사회의 문제이기 때문에 청소년의 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 변인을 파악하고, 이를 줄일 수 있는 예방책을 마련하는 것은 중장기적 관점에서 우리 사회의 안녕과 발전을 위해 필수적이다. 이상의 내용을 바탕으로, 본 연구에서는 한국 고등학생의 완벽주의 성향과 이들의 우울, 불안, 적대감 경험의 관계를 확인하고, 이 과정에 영향을 미치는 매개변인의 효과를 검증하는데 목적을 두었다.

2. 청소년의 완벽주의

현대인은 성취 지향적이고 경쟁적인 사회 속에서 자연히 완벽주의적인 성향을 보이기 쉽다. 게다가 많은 청소년들이 완벽주의자를 동경하기도 한다. 그러나 우리가 사는 세상은 결코 완벽하지 않으며, 완벽주의는 최선의 결과를 내기 위해 노력하는 것과는 다르다. 완벽주의는 무결점의 상태를 지향함으로 인해 과도하게 높은 기준을 설정하고 스스로에게 몹시 비판적인 성격 특성을 일컬으며(Flett & Hewitt, 2002), 완벽

주의자란 ‘강박적으로’ 완벽을 추구하는 사람을 말한다. 대체로 완벽주의적인 청소년들이 보이는 특징은 이분법적 사고, 지나치게 엄격한 학업목표, 성공경험을 한 경우에도 칭찬에 인색함, 실패에 대한 공포, 부정적 사건의 확대 해석 등이 있다. 완벽주의는 심리적 고통의 개인차를 설명해주며(Blatt, 1995; Hewitt & Flett, 1991), 심리적 부적응의 강력한 예언변인이다(Rice et al., 1998).

완벽주의에 대한 연구는 Frost, Marten, Lahart와 Rosenblate(1990)의 다차원적 완벽주의척도(Multidimensional Perfectionism Scale; MPS)와 Hewitt과 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의척도(Multidimensional Perfectionism Scale; HMPS)가 개발됨에 따라 활발하게 이루어졌다. FMPS는 완벽주의 성향을 6개의 하위 차원(실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비판, 수행에 대한 의심, 조직화)으로 개념화했다. 그러나 현재까지 가장 널리 쓰이고 있는 다차원적 완벽주의 척도는 대인관계적 측면을 고려한 HMPS이다. Hewitt과 Flett(1991)은 완벽주의가 지향하는 대상에 따라 자기-지향적 완벽주의(Self Oriented Perfectionism; 이하 SOP), 타인-지향적 완벽주의(Other Oriented Perfectionism; 이하 OOP), 그리고 사회적으로 부과된 완벽주의(Socially Prescribed Perfectionism; 이하 SPP)의 세 차원으로 구분된다고 하였다. 자기-지향적 완벽주의는 스스로에게 엄격한 기준을 적용하고 완벽함을 추구하고자 노력하는 성향을, 타인 지향적 완벽주의는 중요하다고 여기는 타인에게 완벽함을 기대하는 성향을, 사회적으로 부과된 완벽주의는 타인이 자신에게 높은 기준을 설정하고 완벽하기를 요구한다고 생각하고, 이를 만족시켜야만 한다고 믿는 성향을 말한다(Hewitt & Flett, 1991). Hewitt과 Flett(1991)의 MPS는 FMPS의 개념들을 대부분 잘 반영하고 있으며, 그 예로 사회적으로 부과된 완벽주의는 FMPS의 부적응적 완벽주의(실수에 대한 염려, 부모의 기대, 부모의 비판, 수행에 대한 의심)와 겹치는 경향이 있다(Flett & Hewitt, 2002).

3. 사회적으로 부과된 완벽주의와 심리적 부적응

완벽주의의 세 차원 중 그동안 가장 많은 연구가 이루어진 것은 사회적으로 부과된 완벽주의이다. 왜냐하면 이 차원은 타인들이 자신에게 비현실적으로 높은 기준을 부과한다는 생각과 이를 만족시키지 않으면 안 된다는 두려움을 반영하며, 이로 인해 다양한 심리적 부적응과 관련되기 때문이다(Molnar et al., 2006). 구체적으로, 사회적

으로 부과된 완벽주의는 긍정 정서, 자존감, 삶의 만족도와는 부적 상관을(Bartsch, 2007; Saboonchi & Lundh, 2003), 부적응적 대처(Dunkley et al., 2006), 심리적 소진(Hill et al., 2008)과는 정적 상관을 보인다. 또한 스트레스와 상호작용하여 우울을 예측하며(Hewitt & Flett, 1993), 자살사고와도 밀접한 관련이 있다(Hewitt et al., 1997). 특히 사회적으로 부과된 완벽주의는 임상, 비임상 집단 모두에서 우울과 높은 상관을 보였으며(Hewitt & Flett, 1991; Enns & Cox, 1999; 모혜연, 2000; 한기연, 1993), 청소년을 대상으로 한 연구에서도 스트레스, 우울, 불안과 유의한 정적 상관을 보였다(Einstein et al., 2000). 종합적으로, 사회적으로 부과된 완벽주의는 개인의 심리적 부적응을 설명해주는 중요한 심리적 기제이다.

한편, Campbell과 Di Paula(2002)는 완벽주의를 다차원적으로 이해하는 것에서 더 나아가, 완벽주의 차원 내에도 자신에 대한 신념(self-belief)에 따라 서로 구별되는 하위 요인이 존재함을 제안하였다. 이 연구에 의하면, 사회적으로 부과된 완벽주의는 ‘타인의 높은 기준(Others’ High Standards)’과 ‘조건적 수용(Conditional Acceptance)’의 두 요인으로 구성된다. 먼저 ‘타인의 높은 기준’ 요인은 다른 사람들이 자신에게 높은 기준이나 기대를 가지고 있다고 믿는 경향을 의미하며, ‘조건적 수용’ 요인은 자신이 높은 성취를 했을 때만 다른 사람들에게 인정받고 사랑받을 수 있다고 믿는 경향을 말한다. 이 중 ‘조건적 수용’ 요인은 자존감, 자기개념 명확성, 긍정 정서, 우호성과는 유의한 부적 상관을, 우울, 신경증, 부적 정서와 유의한 정적 상관을 보인 반면, ‘타인의 높은 기준’ 요인은 우울과의 정적 상관과 우호성과의 부적 상관을 제외한 다른 심리적 부적응 지표들과는 확실한 관련성을 보이지 않았다(Campbell & Di Paula, 2002; Stoeber & Childs, 2010). 특히 Campbell과 Di Paula(2002)는 ‘조건적 수용’ 요인이 사회적으로 부과된 완벽주의의 전체 점수와 다른 변인들과의 관계와 동일한 패턴을 보이는 동시에 상관계수의 크기는 더 크다는 결과를 통해, 사회적으로 부과된 완벽주의의 부정적 측면이 ‘조건적 수용’ 요인에서만 비롯된 것처럼 보이는 반면에 ‘타인의 높은 기준’ 요인은 사회적으로 부과된 완벽주의의 특성을 설명하는데 있어 중요한 요소로 보이지 않는다고 설명하였다. 즉 ‘조건적 수용’ 요인은 사회적으로 부과된 완벽주의의 부적응적인 측면을 나타내는 핵심 요소라고 할 수 있다.

특히 ‘조건적 수용’ 요인은 또래집단과 주변의 관심과 인정을 중요시하는 청소년기의 심리적 부적응과 밀접한 관련을 보일 수 있는데, 그 이유는 청소년기는 자아 정체

성을 확립하는 시기이며 타인의 인정 여부와 자기의 가치평가에 특히 예민하기 때문이다(Erickson, 1950; 1968). Rogers(1951)는 자기 가치에 대한 평가소재(Locus of Evaluation)가 외부에 있을수록 자존감이 낮다고 하였으며, Baldwin과 Sinclair(1996)는 ‘조건적 수용’이 내포한 신념이 낮은 자존감의 중요한 측면이라고 말했다. 따라서 ‘조건적 수용’의 신념을 가진 청소년은 스스로에 대한 확신이 없고 타인에게 부정적인 평가를 받을까 두려워하게 되며, 이는 우울로 이어지기 쉽다. 특히 대학입시라는 커다란 과제를 앞에 둔 우리의 고등학생들에게 학업성취는 인생을 좌우할 만큼 비중이 크며, 실제로 부모가 자녀의 학업성취 여부에 따라 조건적인 사랑을 주거나, 끊임 없이 주변과 비교하면서 지나친 부담을 주는 경우가 많다. 그러나 아무리 노력해도 그러한 기대에 상응하지 못한다고 느낄 때, 이 학생들은 스스로에 대한 깊은 좌절감에 빠지고 더욱 강박적으로 완벽을 추구하게 된다.

완벽주의는 오랫동안 학자들의 관심의 대상이 되어 왔으며 그동안 상당한 연구가 이루어졌으나, 선행연구들은 몇 가지 한계점을 가지고 있다. 첫째, 완벽주의가 청소년의 정신건강을 이해하는데 중요한 개념임에도 불구하고, 그동안 대부분의 완벽주의 연구가 편의성이라는 이유로 대학생을 대상으로 이루어졌다(Stoeber & Rambow, 2007). 그러나 학업성취로 자신의 가치를 평가받는 사회 풍토 속에서 청소년들은 그 어느 때보다도 완벽해질 것을 강요받으며, 참된 자기 모습을 잃어가고 있다. 더구나 한국의 고등학생은 대학입시라는 목표 아래 극심한 스트레스와 심리적 고통에 노출되어 있다. 이에 한국의 고등학생을 대상으로 그들의 사회적으로 부과된 완벽주의와 심리적 부적응의 관계를 살펴볼 필요가 있다. 둘째, 완벽주의를 구성하는 차원의 특성을 명확히 이해하기 위해서는 각 차원을 구성하는 하위 요인까지 세부적으로 살펴볼 필요성이 제기되고 있음에도 불구하고(Campbell & Di Paula, 2002; Stoeber et al., 2008), 아직까지 경험적 연구가 많이 부족하다. 이에 본 연구는 사회적으로 부과된 완벽주의와 심리적 부적응의 관계를 알아보되, Campbell과 Di Paula(2002)의 제안대로 사회적으로 부과된 완벽주의를 구성하는 두 하위 요인의 차별적 특성을 살펴보고, ‘조건적 수용’ 요인이 사회적으로 부과된 완벽주의의 핵심적인 역기능적 요소라는 것을 확인하고자 하였다. 셋째, 그동안의 완벽주의에 관한 상당한 연구들에도 불구하고, 사회적으로 부과된 완벽주의와 심리적 고통을 매개하는 변인에 대한 연구는 상대적으로 많이 이루어지지 않았다. 그러나 완벽주의는 시간과 상황에 비교적인 안정적인 개

인의 특질(trait)이므로, 보다 쉽게 변화시킬 수 있는 매개변인을 찾는 것은 상담 장면에서 개입의 표적 및 방향성에 대한 전략을 수립하는 데 도움이 된다(Pederson & Vogel, 2007). 이에 본 연구에서는 자기은폐를 매개변인으로 상정하고 이를 검증하고자 하였다. 자기은폐 성향은 안정적인 동시에 많은 상황적 요인에 영향을 받는다는 점(Tolstedt & Stokes, 1984; Dindia & Allen, 1992), 정도의 차이는 있지만 대부분의 사람들에게 나타난다는 점(Pennebaker et al., 1990)을 고려할 때, 완벽주의 신념에 비해 다루기 용이할 것으로 판단된다.

4. 완벽주의와 자기은폐

우리는 누구나 스스로에 대한 크고 작은 ‘비밀’을 간직하고 살아간다. 아이들이 자신들만의 비밀을 만들고, 그것을 어른들에게 감추려는 욕구는 자연스러운 성장과정의 하나이다. 청소년기는 아동기에서 성인기로 가는 과도기로서 자신에 대한 비밀이 더욱 많아지는 시기이지만, 그것을 누군가에게 터놓고 얘기하는데 많은 어려움을 겪는다. 여기에서 더 나아가 개인이 고통스럽거나 부정적이라고 지각하는 정보를 타인에게 적극적으로 감추려는 경향성을 자기은폐(self-concealment)라고 하며, 은폐하려는 사적인 정보는 다소 가벼운 것에서부터 매우 고통스러운 것까지 그 범위가 매우 다양하다(Larson & Chastain, 1990).

사람들은 대체로 자신의 비밀이 다른 사람들을 불쾌하게 만들까봐 걱정하고(Pennebaker, 1993), 상대로 하여금 부정적 피드백을 유발할 수 있다고 생각하기 때문에 은폐를 한다. 물론 비밀을 노출하는 것은 스스로를 취약하게 만든다는 위험이 따르지만, 자신의 비밀을 적절하게 터놓고 공유하는 것은 타인의 지지를 얻고 친밀감과 유대감을 발전시킬 수 있다는 장점이 있다. 청소년을 대상으로 한 연구에서 Frijns, Finkenauer, Vermulst와 Engels(2005)는 청소년이 자기에 관한 정보를 부모에게 더 많이 숨길 수록 우울하다는 결과를 제시하였다. 또한 자기은폐는 우울(Kelly & Achter, 1995), 심리적 고통(Cepeda-Benito & Short, 1998), 그리고 불안(Larson & Chastain, 1990)과 정적 상관을 보이는 반면, 자존감과 사회적 지지와는 부적 상관을 보였다(Cramer, 1999; Kelly & Achter, 1995).

특히, 완벽주의자는 사회적 상황을 위협적으로 지각하기 쉬우며, 자신의 부족함을 타인이 알게 되면 자신을 거부할 것이라는 두려움을 느끼기 때문에, 자신의 실수와 결점을 감추는데 많은 에너지를 쏟는다(Blankstein et al., 1993; Frost, 1995; 1997). 이와 같이 타인에게 무결점인 모습을 보이려고 하는 신경증적인(neurotic) 욕구를 일컬어 Flett과 Hewitt(2002)은 완벽주의적 자기제시(Perfectionistic self-presentation)라는 개념으로 설명했다. 그러나 두려움으로 인한 은폐는 타인과의 접촉을 피하고 정서적인 거리를 두도록 하며, 자기개방을 하기 어렵게 만들기 때문에, 관계는 피상적인 수준에 머물기 쉽고 사회적 지지체계가 약해서 스트레스에 취약해질 수 있다(Blatt & Zuroff, 1992; 김윤희·서수균, 2008). 자기은폐는 타인의 도움 및 피드백을 활용하는 것을 배우는 것과 같은 적절한 대처를 방해함으로써 심리적 부적응으로 이어질 수 있다. 또한 끊임없는 주의를 기울이는 것이 스트레스로 작용하여 이를 악화시킨다(Pennebaker, 1989). 이러한 가능성에 따라, Kawamura와 Frost(2004)는 대학생을 대상으로 한 연구에서 자기은폐가 부적응적 완벽주의와 심리적 고통의 관계를 완전 매개한다고 밝혔다. 본 연구에서는 대학입시에 따른 무한경쟁을 요구받는 특수한 상황에 놓인 한국 청소년의 사회적으로 부과된 완벽주의와 심리적 부적응의 관계에서 자기은폐가 어떻게 작용하는지 이해하기 위해, Kawamura와 Frost(2004)의 결과를 서구의 대학생이 아닌 한국의 고등학생집단에서 재확인 해보고자 한다. 본 연구의 구체적 연구 가설은 다음과 같다.

가설 1. 사회적으로 부과된 완벽주의는 자기은폐 및 심리적 부적응(우울, 불안, 적대감)과 유의한 정적 상관이 있을 것이다.

가설 2. 사회적으로 부과된 완벽주의의 ‘조건적 수용’ 요인은 ‘타인의 높은 기준’ 요인을 통제한 뒤에도 자기은폐 및 심리적 부적응과 유의한 정적 상관을 보이지만, ‘타인의 높은 기준’ 요인은 ‘조건적 수용’ 요인을 통제하고 나면 자기은폐 및 심리적 부적응과 아무런 관련이 없을 것이다.

가설 3. 자기은폐 성향은 ‘조건적 수용’ 요인과 심리적 부적응의 관계를 완전 매개할 것이다.

II. 연구 방법

1. 연구대상

서울 강남소재의 일반 고등학교에 재학 중인 학생 185명을 대상으로 설문을 실시하였다. 참가자들은 모두 고등학교 1학년으로, 성별 분포는 남학생 89명(48.1%), 여학생 96명(51.9%)이었다.

2. 측정도구

1) 완벽주의 측정 도구

본 연구에서는 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale; H-F MPS)를 한기연(1993)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 자기-지향적 완벽주의(SOP), 타인지향적 완벽주의(OOP), 사회부과적 완벽주의(SPP)의 3가지 하위영역 각 15문항씩 총 45문항으로 구성되어 있다. 참가자들은 7점 척도(1= 전혀 그렇지 않다, 7= 매우 그렇다)로 답하게 되어 있으며, 총점이 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 Campbell과 Di Paula(2002)가 요인분석을 통해 사회적으로 부과된 완벽주의 차원을 두 개의 하위 요인으로 나누어 살펴본 방식, ‘타인의 높은 기준’ 요인 6문항(예: 사람들은 내게 완벽함을 기대한다)과 ‘조건적 수용’ 요인 5문항(예: 내가 하는 일이 최고가 아니라면 사람들은 나를 형편없게 볼 것이다)만을 분석에 사용하였다. Campbell과 Di Paula(2002)의 연구에서 사회적으로 부과된 완벽주의의 두 하위 요인에 대한 문항 간 내적합치도(α)는 ‘타인의 높은 기준’ 요인이 .75, ‘조건적 수용’ 요인이 .71로 나타났으며, 본 연구에서는 각각 .74, .75로 나타났다.

2) 자기은폐 측정 도구

본 연구에서는 은폐 성향을 측정하기 위해 Larson과 Chastain(1990)이 개발한 자기은폐 척도(Self Concealment Scale: SCS)를 장진이(2001)가 번안한 것을 사용했다. 총

10문항(예: 나는 나쁜 일이 생겼을 때, 그것을 다른 사람들에게 감추는 편이다, 친구들이 내 비밀을 다 알게 되면 나를 덜 좋아하게 될 것이다) 으로 구성되어 있으며 참가자들은 5점 척도(1= 거의 그렇지 않다, 5= 매우 많이 그렇다)로 답하게 되어 있다. 총 점수는 10-50점으로 점수가 높을수록 자기은폐 경향성이 높은 것을 의미하며, Larson과 Chastain(1990)의 연구에서 보고된 내적합치도(α)는 .83, 장진이(2001)의 연구에서는 .85로 나타났다. 원래 이 척도는 ‘자기와 관계된 비밀의 은폐’와 ‘자기와 꼭 관련되지 않은 비밀의 은폐’의 두 하위 차원으로 구성되어 있었으나 그동안 구분 없이 사용되어왔다. 본 연구에서도 단일 차원의 척도로 사용하였으며 내적합치도(α)는 .85로 나타났다.

3) 정신건강 측정 도구

본 연구에서는 Derogatis와 Melisaratos(1983)이 개발한 간이증상검사(The Brief Symptom Inventory; BSI)를 김광일, 김재환 및 원호택(1984)이 표준화 작업한 것을 사용하였다. 본 연구에서는 9개의 증상(신체화, 강박증, 대인예민성, 우울, 불안, 적대감, 공포불안, 편집증, 정신증)을 포함한 총 53개 문항 중에서 가장 대표적인 우울(6문항), 불안(7문항), 적대감(4문항)만을 사용하였다. 검사 당일을 포함하여 지난 일주일 동안의 심리적 상태를 5점 척도(1=전혀 이렇게 느끼지 않는다, 5=자주 이렇게 느낀다)로 응답하게 되어있으며, 본 연구에서의 내적합치도(α)는 우울이 .80, 불안이 .82, 적대감이 .73으로 나타났다.

3. 절차 및 분석

본 연구의 자료 수집은 본 연구자의 소속 학과 연구심의 위원회의 승인을 받아 고등학교 학생들을 대상으로 진행되었다. 연구자와 학교의 사전 협의를 통해 학생들은 수업에 피해가 가지 않도록 자율학습 시간을 할애하였으며, 모든 설문은 담임교사의 감독 하에 진행되었다. 총 소요 시간은 약 20분이었으며 설문을 통해 얻은 자료는 SPSS 18.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 먼저 변인들의 평균 및 표준편차를 알아본 뒤, 사회적으로 부과된 완벽주의가 자기은폐 및 심리적 부적응과 어떤 관계가 있

는지 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 그리고 자기은폐의 매개효과를 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 3단계 절차에 따라 중다 회귀분석(multiple regression)을 실시하였다.

III. 연구 결과

1. 기술통계 및 상관

<표 1> 측정변인들의 평균, 표준편차

변인	전체 (N=185)		남자 (n=89)		여자 (n=96)		$F(1, 183)$
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
1. SPP	60.49	10.33	58.37	9.53	62.46	10.69	7.493**
2. 타인의 높은 기준	27.74	5.60	26.20	5.30	29.16	5.52	13.746***
3. 조건적 수용	19.59	3.05	19.69	2.77	19.50	3.30	.170
4. 자기은폐	30.58	8.90	30.84	8.77	30.33	9.07	.150
5. 우울	13.52	5.75	13.43	5.78	13.60	5.75	.044
6. 불안	14.86	6.29	14.56	5.78	15.15	6.75	.397
7. 적대감	7.38	3.65	7.87	3.87	6.94	3.40	3.010

주. SPP= 사회적으로 부과된 완벽주의 총점.

N= 185. ** $p < .01$, *** $p < .001$.

본 연구에서 측정한 변수들의 평균값과 표준편차를 <표 1>에 제시하였다. 성차를 살펴본 결과, 사회적으로 부과된 완벽주의 전체와 ‘타인의 높은 기준’ 요인에서 여학생의 평균이 더 높게 나타났다. 이어서 본 연구에서 측정한 변수들 간의 상관관계를 <표 2>에 제시하였다. 사회적으로 부과된 완벽주의 전체와 ‘조건적 수용’ 요인은 모두 자기은폐, 우울, 불안, 적대감과 유의한 정적 상관을 보였다. 반면, ‘타인의 높은 기준’ 요인은 자기은폐, 우울 그리고 불안과는 유의한 정적 상관을 보였으나, 적대감과는 유의한 상관관계가 없었다. 또한 자기은폐성향은 심리적 부적응 지표 모두와 유의한 정적 상관을 보였다.

<표 2> 측정변인들의 단순상관계수

변인	1	2	3	4	5	6	7
1. SPP	-	.877***	.609***	.369***	.384***	.366***	.226**
2. 타인의 높은 기준		-	.387***	.233**	.243**	.234**	.088
3. 조건적 수용			-	.376***	.342***	.354***	.295***
4. 자기은폐				-	.535***	.524***	.452***
5. 우울					-	.785***	.720***
6. 불안						-	.716***
7. 적대감							-

주. N= 185. **p< .01, ***p< .001.

이어서 <표 3>에서 사회적으로 부과된 완벽주의의 두 하위요인과 자기은폐 및 심리적 부적응의 관계를 준 부분 상관분석을 통해 살펴본 결과, ‘타인의 높은 기준’ 요인을 통제한 ‘조건적 수용’ 요인은 자기은폐 및 심리적 부적응과 유의한 정적 상관을 보였다. 반면, ‘조건적 수용’ 요인을 통제한 ‘타인의 높은 기준’ 요인은 아무런 관련성을 보이지 않았다.

<표 3> 사회적으로 부과된 완벽주의의 준 부분 상관계수

변인	자기은폐	우울	불안	적대감
조건적 수용	.318***	.277***	.294***	.284***
타인의 높은 기준	.103	.127	.112	-.030

주. N= 185. ***p< .001.

2. 자기은폐의 매개효과 검증

다음으로, 사회적으로 부과된 완벽주의의 ‘조건적 수용’ 요인이 정신건강에 영향을 미치는데 있어 자기은폐가 매개할 것이라는 가설을 검증하기 위해 Baron과 Kenny (1986)가 제안한 절차에 따라 회귀분석을 실시하였다. 매개 효과를 검증하기 위해서는 다음 세 단계의 조건이 충족되어야 한다. 첫째, 독립변인(예측변인)이 매개변인에 통계적으로 유의한 영향을 미쳐야 하고 둘째, 독립변인이 종속변인(준거변인)에 유의한 영향

을 미쳐야 하고 셋째, 매개변인이 종속변인에 유의한 영향을 미쳐야 한다. 그리고 종속변인에 대한 독립변인의 영향이 두 번째 단계에서보다 세 번째에서 감소해야 한다. 이때 만약 매개변인을 통제했을 때 독립변인의 영향이 유의하지 않다면 완전매개효과가 있다고 할 수 있다. 끝으로 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 Sobel 검증을 실시하였다. Sobel의 Z공식에 의하면, Z값이 산출된 Z값의 임계치인 ± 1.96 에 비교하여 $p < .05$ 수준에서 임계치보다 클 경우 매개효과가 유의하다는 것을 의미한다.

〈표 4〉에서 ‘조건적 수용’ 요인과 우울의 관계에서 자기은폐의 매개효과를 보면, 먼저 자기은폐를 종속변인으로 한 회귀분석에서 ‘조건적 수용’ 요인은 통계적으로 유의한 독립변인인 것으로 나타나($\beta = .376, p < .001$) 매개효과 검증을 위한 첫 번째 조건을 충족하였다. 다음으로, 우울을 종속변인으로 한 회귀분석에서 ‘조건적 수용’ 요인은 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나($\beta = .342, p < .001$), 매개효과 검증을 위한 두 번째 조건을 충족하였다. 끝으로, 독립변인인 ‘조건적 수용’ 요인에 매개변수인 자기은폐를 추가한 회귀분석에서 자기은폐는 유의한 영향력을 나타냈다. 또한 ‘조건적 수용’ 요인의 영향력이 여전히 유의한($\beta = .164, p < .05$) 것으로 볼 때 ‘조건적 수용’ 요인과 우울의 관계에 있어 자기은폐가 부분매개 한다는 것을 알 수 있으며, 매개효과는 .178(Sobel $Z = 4.63, p < .001$)로 나타났다.

〈표 4〉 ‘조건적 수용’ 요인과 우울 관계에서 자기은폐의 매개효과

	<i>B</i>	β	R^2	<i>F</i>
1단계 조건적수용 → 자기은폐	1.10	.376***	.141(.136)	30.082***
2단계 조건적수용 → 우울	.644	.342***	.117(.112)	24.238***
3단계 1) 조건적수용 → 우울	.309	.164*	.309(.301)	40.709***
2) 자기은폐 → 우울	.305	.473***		
4단계 간접효과 (총효과 - 직접효과)		.178***		

$N = 185$. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

이어서 〈표 5〉에서 ‘조건적 수용’ 요인과 불안의 관계에서 자기은폐의 매개효과를 보면 첫 번째 조건을 충족하였으며, 불안을 종속변인으로 한 회귀분석에서 ‘조건적 수용’ 요인은 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나($\beta = .354, p < .001$), 매개효과 검증을 위한 두 번째 조건을 충족하였다. 끝으로, 독립변인인 ‘조건적 수용’ 요

인에 매개변수인 자기은폐를 추가한 회귀분석에서 자기은폐는 유의한 영향력을 나타냈다. 또한 ‘조건적 수용’ 요인의 영향력이 여전히 유의한($\beta = .184$, $p < .01$) 것으로 볼 때 ‘조건적 수용’ 요인과 불안의 관계에 있어 자기은폐가 부분매개 한다는 것을 알 수 있으며, 매개효과는 .170(Sobel $Z = 4.59$, $p < .001$)로 나타났다.

<표 5> ‘조건적 수용’ 요인과 불안 관계에서 자기은폐의 매개효과

	<i>B</i>	β	R^2	<i>F</i>
1단계 조건적수용 → 자기은폐	1.10	.376***	.141(.136)	30.082***
2단계 조건적수용 → 불안	.731	.354***	.126(.121)	26.302***
3단계 1) 조건적수용 → 불안	.378	.184**	.303(.296)	39.639***
2) 자기은폐 → 불안	.321	.455***		
4단계 간접효과 (총효과 - 직접효과)		.170***		

$N = 185$. ** $p < .01$, *** $p < .001$.

마지막으로 <표 6>에서 ‘조건적 수용’ 요인과 적대감의 관계에서 자기은폐의 매개효과를 보면 첫 번째 조건을 충족하였으며, 적대감을 종속변인으로 한 회귀분석에서 ‘조건적 수용’ 요인은 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나($\beta = .295$, $p < .001$), 매개효과 검증에 위한 두 번째 조건을 충족하였다. 끝으로, 독립변인인 “조건적 수용” 요인에 매개변수인 자기은폐를 추가한 회귀분석에서 자기은폐는 유의한 영향력을 나타냈다. 또한 ‘조건적 수용’ 요인의 영향력이 여전히 유의한($\beta = .145$, $p < .05$) 것으로 볼 때 ‘조건적 수용’ 요인과 적대감의 관계에 있어 자기은폐가 부분매개 한다는 것을 알 수 있으며, 매개효과는 .150(Sobel $Z = 4.28$, $p < .001$)로 나타났다.

<표 6> ‘조건적 수용’ 요인과 적대감 관계에서 자기은폐의 매개효과

	<i>B</i>	β	R^2	<i>F</i>
1단계 조건적수용 → 자기은폐	1.10	.376***	.141(.136)	30.082***
2단계 조건적수용 → 적대감	.353	.295***	.087(.082)	17.390***
3단계 1) 조건적수용 → 적대감	.174	.145*	.222(.214)	26.027***
2) 자기은폐 → 적대감	.163	.397***		
4단계 간접효과 (총효과 - 직접효과)		.150***		

$N = 185$. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

IV. 논 의

본 연구에서는 고등학생을 대상으로 사회적으로 부과된 완벽주의의 하위요인(조건적 수용, 타인의 높은 기준)과 심리적 부적응의 관계를 통해 두 요인의 차별적 특성을 살펴보고, 사회적으로 부과된 완벽주의의 ‘조건적 수용’ 요인이 자기은폐를 매개로 하여 심리적 부적응에 영향을 미치는지를 검증하고자 하였다. 본 연구에서 나타난 결과 및 의의는 다음과 같다.

첫째, 사회로부터 부과된 완벽주의는 자기은폐 및 우울, 불안, 적대감과 유의한 정적 상관을 나타내어 가설 1이 지지되었다. 즉, 중요한 타인이 자신에 대해 높은 기준을 가지고 있으며, 그 기준을 충족시키지 않으면 자기를 거부할 거라는 신념은 스스로의 부정적 측면을 은폐하려는 성향 및 우울, 불안, 적대감과 관련되어 있다는 것이다. 이는 사회적으로 부과된 완벽주의가 심리적 부적응과 일관되게 높은 관련성을 보인다는 선행연구의 결과(Flett et al., 1996)를 한국 고등학생 집단에서 반복검증 하였다는데 의의가 있다.

둘째, 단순상관분석 결과 사회적으로 부과된 완벽주의의 ‘조건적 수용’ 요인은 사회적으로 부과된 완벽주의 총점과 마찬가지로 자기은폐, 우울, 불안, 적대감 모두와 유의한 정적 상관이 있었다. 반면, ‘타인의 높은 기준’ 요인은 자기은폐, 우울, 불안과는 유의한 정적 상관이 있었으나, 적대감과는 아무런 관련을 보이지 않았다. 이는 ‘타인의 높은 기준’ 요인이 우호성과 유의한 부정 상관을 보임으로서 외부로의 적대감과 밀접한 관련이 있을 수 있다는 Campbell과 Di Paula(2002)의 예상과 일치하지 않는 결과이다. 그 이유로는, 우선 한국의 고등학생이 대체로 서구의 대학생에 비해 훨씬 한정된 환경과 억눌린 스트레스 속에서 살아가고 있으며, 부모를 포함한 주변의 중요한 사람들이 보이는 높은 기대에 대해 익숙해져 있기 때문일 수 있다. 그러므로 이에 대해 적대감과 같은 강한 반동적(reactive) 반응을 보이기보다는 자신이 주위의 기대에 부합하지 못한다고 느끼기 쉽고, 이는 우울이나 불안과 같은 개인내적인(intrapsychic) 반응으로 이어질 수 있다.

이어서 준 부분 상관분석을 실시한 결과, ‘타인의 높은 기준’ 요인을 통제한 ‘조건적 수용’ 요인이 여전히 자기은폐 및 우울, 불안, 적대감과 유의한 정적 상관을 보인 반면, ‘조건적 수용’ 요인을 통제한 ‘타인의 높은 기준’ 요인은 심리적 부적응과 아무

런 관련성을 보이지 않아 가설 2가 지지되었다. 이는 ‘조건적 수용’ 요인이 사회로부터 부과된 완벽주의의 부적응적인 특성을 나타내는 핵심 요인이라는 선행연구를 지지하는 결과이다. Campbell과 Di Paula(2002)는 ‘타인의 높은 기준’ 요인의 다소 모호한 특성에 대해 그 기준이 개인에게 내재화 되었는지의 여부에 따라 결과가 달라질 수 있다고 설명하였다. 즉, 타인이 내게 높은 기준을 가지고 있다고 생각하는 것 자체보다는, 그래서 그것을 내가 어떻게 받아들이고 생각하느냐가 더 중요할 수 있다는 것이다. 이러한 맥락에서, 타인이 내게 높은 기준과 기대를 가지고 있다는 믿음 자체는, 내가 높은 성취를 이루었을 때만 나를 인정할거라는 생각만 하지 않는다면 꼭 부적응적일 필요가 없다고 해석할 수 있다. 타인의 높은 기대는 부담이 될 수 있는 동시에 나에게 대한 관심이자 애정일 수 있으며, 그만큼 개인이 그동안 사람들의 기대에 부응하며 잘 해왔다는 사실의 반증이기도 하기 때문이다.

셋째, 본 연구에서는 사회로부터 부과된 완벽주의의 ‘조건적 수용’ 요인과 심리적 부적응의 관계에서 자기은폐의 매개효과를 살펴보았다. 연구 결과, 자기은폐는 ‘조건적 수용’ 요인과 우울, 불안, 적대감의 관계를 부분매개 하는 것으로 나타나 가설 3이 부분적으로 지지되었다. 즉, 타인에게 인정받기 위해서는 높은 성취를 이루어야만 한다는 신념을 가진 완벽주의적 개인에게 있어 자신의 부정적인 측면을 적극적으로 숨기려는 경향은 심리적 부적응을 경험하게 하는 중요한 요소가 된다는 것이다. 이렇게 자기은폐가 ‘조건적 수용’ 요인과 심리적 부적응을 매개하는 이유로는, 자기은폐가 개인의 사회적 지지망을 손상시켜 심리적 고통에 취약하게 만들 가능성이 있고(Larson & Chastain, 1990; Kelly & Achter, 1995; Cepeda-Benito & Short, 1998), 비밀 개방을 억제하는 것이 오히려 그 정보를 더 의식화시켜 수치심과 죄의식 같은 부정적인 정서 상태를 유발시킬 수 있으며, 타인에게 자신의 정보를 숨기는 것은 의미 있는 해결책을 찾는 데 방해가 될 수 있기 때문이다(김영아, 1999).

이와 같은 자기은폐의 매개효과는 우울, 불안, 적대감과 같은 심리적 어려움을 겪고 있는 완벽주의 청소년으로 하여금 그 어려움을 덜어주려면, 타인에게 부끄러울 수 있는 것들을 감추어야 한다는 생각을 먼저 버릴 수 있도록 도와야 함을 시사한다. 실제로 완벽주의적인 사람들은 상담에서조차 완벽을 추구하고, 비현실적인 대처 목표나 기준을 가지고 있을 수 있으며(Hewitt & Flett, 1996), 그들이 가진 자기은폐 성향은 자신의 속 깊은 이야기를 노출하지 않음으로 인해 치료효과를 더욱 감소시킬 수

있다. 현재 완벽주의를 치료하기 위해 가장 많이 시도되고 연구되고 있는 것은 인지 행동치료이며, 완벽주의적인 사고와 행동을 수정하는데 초점을 두고 있지만(김윤희 · 서수균, 2008), 본 연구의 결과는 이에 앞서 억압되거나 차단되어있던 감정을 자각시키고 이를 적절히 표현하도록 도와주는 것이 내담자의 문제해결에 중요한 출발점이 될 수 있으며, 궁극적으로 자기수용이 이루어지게 하는 방법일 수 있음을 시사한다.

뿐만 아니라, 본 연구에서는 자기은폐가 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응의 관계를 완전매개 한다는 Kawamura와 Frost(2004)의 결과와 달리 자기은폐가 ‘조건적 수용’ 요인과 심리적 부적응의 관계를 부분매개 하였으며, ‘조건적 수용’ 요인의 직접 효과와 간접효과의 크기가 비슷하게 나타났다. 이러한 결과는 자신의 모습을 있는 그대로 표현할 수 있도록 이끄는 것 못지않게, 무언가를 잘해냈을 때만이 주변 사람들에게 인정받고 사랑받을 수 있다는 근본적인 생각 자체를 버릴 수 있도록 돕는 것이 중요함을 의미한다. 이미 한국의 고등학생들은 일등 제일주의가 만연한 결과-중심적 교육 환경에 노출되어 있으며, 이를 단기간에 변화시키기는 어렵다. 그러나 타인의 애정이 조건적이라는 신념도 결국은 나 스스로가 마음속에서 그것을 사실이라고 받아들였기 때문에 생성된 것이다. 즉, 상담자는 환경을 유연하게 받아들이고 해석하는 것이 궁극적으로 개인의 몫이라는 것을 지각하도록 돕고, 쉽게 변하지 않는 자기 내부의 요인들에 근거하여 스스로의 가치를 평가할 수 있도록 이끌 필요가 있다.

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 일반 고등학생 집단을 대상으로 하였기 때문에 임상집단이나 기타 일반인에게 일반화하는데 제약이 있다. 따라서 현재 다양한 심리적 문제로 고통 받고 있는 청소년 임상집단 및 대학생 집단에서도 동일한 결과가 나오는지 교차 타당화 할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 완벽주의와 심리적 부적응의 관계를 설명하는 매개변인으로 자기은폐만을 살펴보았다. 그러나 자기은폐는 ‘조건적 수용’ 요인과 심리적 부적응을 부분매개 하였으므로, 다른 매개변인이 존재할 가능성이 높다. 전명임(2009)의 연구에서 사회적으로 부과된 완벽주의와 우울을 사회적 유대감이 부분매개 하였으며, 윤승애(2009)는 자기은폐가 소극적 대처를 통해 심리적 고통을 유발시킨다고 하였다. 또한 박소영(2002)의 연구에서는 부적응적 완벽주의가 부정적 귀인 양식을 통해 부정 정서를 유발하는 것으로 나타났다. 이런 점에서 후속연구에서는 자기은폐 뿐 아니라, 사회적 유대감, 대처방식 및 귀인양식 또한 매개변인으로 함께 고려해 볼 필요가 있다.

셋째, Kawamura와 Frost(2004)는 은폐경향이 그 대상에 따라 달라질 가능성을 제안하였다. 이에 의하면, 대학생활 문제에 대해 상담자를 대상으로 말하지 않고자 하는 경향은 부적응적 완벽주의와 관련이 없었지만, 가까운 친구나 가족에게 말하지 않고자 하는 경향은 부적응적 완벽주의와 관련되어 있었다. 즉, 완벽주의자들이 안타깝게도 가장 든든한 지원을 받아야 할 가족에게조차 자신의 정보를 숨김으로서 고통 받고 있음을 알 수 있다. 이러한 결과는 애착과도 관련될 수 있는데, 안정 애착의 경우에는 스스로를 가치있다고 느끼고 타인을 호의적으로 지각하기 때문에, 스트레스 상황에서 자신의 내적 자원을 활용하고 효과적인 정서조절을 함으로써 정신건강을 유지할 수 있다(Mikulincer et al., 2003). 그러므로 후속 연구에서는 자기은폐의 매개효과가 세부적인 대상에 따라 달라질 가능성뿐 아니라, 애착과의 관련성을 함께 살펴보는 것도 유용할 것이다.

마지막으로, 본 연구는 횡단(cross-sectional) 자료를 사용하였기 때문에 변인들 간의 인과 관계에 대해 얘기할 수 없다. 추후 자기은폐의 수준의 변화가 심리적 부적응의 수준을 감소시킬 수 있는지 종단연구를 통해 확인해 볼 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구는 고등학생의 사회적으로 부과된 완벽주의가 그들의 심리적 부적응을 유발시키는 중요한 성격특질이라는 점을 확인하였으며, 사회적으로 부과된 완벽주의가 심리적 부적응에 영향을 미치는 과정에 있어 자기은폐의 중요성을 부각시켰다는 데에 의의가 있다. 특히 한국인이 타인의 평가나 판단을 중요시하며, 형식적인 면에 치중하여 속마음과 달리 겉치레적인 행동을 하는 경향이 높다는(최재석, 1989; 윤태림, 1986) 점을 고려했을 때, 자칫 자기은폐의 위험성이 과소평가 되고 있을 수 있다. 또한 본 연구는 사회부과적 완벽주의의 하위요인(Campbell & Di Paula, 2002)에 대한 이해를 확장하였으며, 이를 통해 사회적으로 부과된 완벽주의가 부적응적이라는 대부분의 연구 결과가 ‘조건적 수용’ 요인, 즉 타인에게 수용되고 타인의 사랑을 받으려면 높은 성취를 이루어야 한다는 신념에 기인한 것이라는 것을 확인하였다는 데에 의의가 있다.

참고문헌

- 김광일 · 김재환 · 원호택(1984). 간이정신진단검사 실시요강. 서울: 중앙적성출판사.
- 김영아(1999). 내담자의 비밀 개방에 영향을 미치는 요인들. 가톨릭대학교 석사학위 논문.
- 김윤희 · 서수균(2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제20권, pp. 581-613.
- 모혜연(2000). 청소년기 스트레스 요인과 완벽주의 성향이 우울에 미치는 영향. 서강대학교 석사학위 논문.
- 박소영(2002). 완벽주의와 정서의 매개변인으로서의 귀인양식과 스트레스 대처방식. 고려대학교 석사학위 논문.
- 변보기 · 강석기(2002). 청소년의 자아존중감과 적대감에 관한 연구. 청소년학연구, 제9권 제3호, pp. 269-291.
- 보건복지부(2006). 정신질환실태 역학조사 보고서. 서울: 보건복지부.
- 보건복지부(2009). 청소년 건강행태 조사. 서울: 보건복지부.
- 신민섭 · 박광배 · 오경자 · 김중술(1990). 고등학생의 자살성향에 관한 연구. 우울-절망-자살간의 구조적인 관계에 대한 분석. 한국심리학회지: 임상, 제9권, pp. 1-19.
- 윤승애(2009). 청소년의 완벽주의와 자기은폐 성향이 심리적 고통에 미치는 영향 : 대처방식의 매개효과 검증. 서울여대 특수치료전문대학원 석사학위 논문.
- 윤태림(1986). 한국인의 성격. 동방도서.
- 장진이(2001). 자기 은폐(self-concealment)와 정서 표현 성향, 지각된 사회적 지지 그리고 도움 추구 태도간의 관계. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 전명임(2009). 다차원적 완벽주의와 우울, 주관적 안녕감 간의 관계에서 사회적 유대감의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위 논문.
- 주간동아 2010. 04. 27일자 (사회) 기사: COVER STORY 폭증! 10대 정신병 남용! 마약류 처방 04.
- 최재석(1989). 한국인의 사회적 성격. 개문사.
- 한기연(1993). 다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응. 고려대학교 박사학위 논문.
- Barron, R. M & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in

- social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 51, pp. 1173-1182.
- Baldwin, M. W., Sinclair, L. (1996). Self-esteem and "if... then" contingencies of interpersonal acceptance. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 71, pp. 1130-1141.
- Bartsch, D. (2007). Prevalence of body dysmorphic disorder symptoms and associated clinical features among Australian university students. *Clinical Psychologist*, Vol. 11, pp. 16-23.
- Blankstein, K. R., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Eng, A. (1993). Dimensions of perfectionism and irrational fears: An examination with the Fear. *Personality and Individual Differences*, Vol. 15, pp. 323-328.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, Vol. 50, pp. 1003-1020.
- Blatt, S. J., & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, Vol. 12, pp. 527-562.
- Campbell, J. D., & Di Paula, A. (2002). Perfectionistic self-beliefs: Their relation to personality and goal pursuit. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism* (pp. 181-198). Washington, DC: APA.
- Cepada-Benito, A., & Short, P. (1998). Self-concealment, avoidance of psychological services, and perceived likelihood of seeking professional help. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 45, pp. 58-64.
- Cramer, K. M., & Barry, J. E. (1999). Psychometric properties and confirmatory factor analysis of the self-concealment scale. *Personality and Individual Differences*, Vol. 27, pp. 629-637.
- Dean, P. J., Range, L. M., & Goggin, W. C. (1996). The escape theory of suicide in college students: Testing a model that includes perfectionism. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, Vol. 26, pp. 181-187.
- Dindia, K., Allen, M. (1992). Sex differences in self-disclosure: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, Vol. 112, pp. 106-120.

- Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Blankstein, K. R. (2006). Specific perfectionism components versus self-criticism in predicting maladjustment. *Personality and Individual Differences, Vol. 40 No. 4*, pp. 665-676.
- Einstein, D. A., Lovibond, P. F., & Gaston, J. E. (2000). Relationship between perfectionism and emotional symptoms in an adolescent sample. *Australian Journal of Psychology, Vol. 52*, pp. 89-93.
- Enns, M. W., & Cox, B. J. (2002). The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism* (pp. 33-62). Washington, DC: APA.
- Erickson, E. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Erickson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Flett, G. L., Besser, A., Davis, R. A., & Hewitt, P. L. (2003). Dimensions of perfectionism, unconditional self acceptance, and depression. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, Vol. 21*, pp. 119-38.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L., DeRosa, T. (1996). Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences, Vol. 20*, pp. 143-150.
- Frijns, T., Finkenauer, C., Vermulst, A. A., & Engels, R. C. M. E. (2005). Keeping Secrets From Parents: Longitudinal Associations of Secrecy in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, Vol. 34*, pp. 137-148.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. M., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, Vol. 74*, pp. 449-468.
- Frost, R. O., Trepanier, K. L., Brown, E. J., Heimberg, R. G., Juster, H. R., Makris, G. S., (1997). Self-monitoring of mistakes among subjects high and low in perfectionistic concern over mistakes. *Cognitive Therapy and Research, Vol. 21*, pp. 209-222.
- Frost, R. O., Turcotte, T. A., Heimberg, R. G., Mattia, J. I., Holt, C. S., & Hope, D.

- A. (1995). Reactions to mistakes among subjects high and low in perfectionistic concern over mistakes. *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 19, pp. 195-205.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, Vol. 15, pp. 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*, Vol. 60, pp. 456-470.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L. (1993). Dimensions of Perfectionism, daily stress, and depression: A test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 102, pp. 58-65.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Ediger, E. (1996). Perfectionism and depression: Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 105, pp. 276-280.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Turnbull-Donovan, W. (1992). Perfectionism and suicide potential. *British Journal of Clinical Psychology*, Vol. 31, pp. 181-190.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Weber, C. (1994). Dimensions of perfectionism and suicide ideation. *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 18, pp. 439-460.
- Hewitt, P. L., Newton, J., Flett, G. L., & Callander, L. (1997). Perfectionism and suicide ideation in adolescent psychiatric patients. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 25, pp. 95-101.
- Hill, R. W., Huelsman, T. J., & Araujo, G. (2010). Perfectionistic concerns suppress associations between perfectionistic strivings and positive life outcomes. *Personality and Individual Differences*, Vol. 48, pp. 584-589.
- Hill, A. P., Hall, H. K., Appleton, P. R., & Kozub, S. A. (2008). Perfectionism and burnout in junior elite soccer players: The mediating influence of unconditional self-acceptance. *Psychology of Sport and Exercise*, Vol. 9, pp. 630-644.
- Jourard, S. M. (1958). Some factors in self-disclosure. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, Vol. 56, pp. 95-99.
- Kahn, J. H., & Hessling, R. M. (2001). Measuring the tendency to conceal versus

- disclose psychological distress. *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol. 20 No. 1, pp. 41-65.
- Kawamura, K. Y., & Frost, R. O. (2004). Self-concealment as a mediator in the relationship between perfectionism and psychological distress. *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 28 No. 2, pp. 183-191.
- Kelly, A. E., & Achter, J. A. (1995). Self-concealment and attitudes toward counseling in university students. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 42, pp. 40-46.
- Larson, D. G., & Chastain, R. L. (1990). Self-concealment: Conceptualization, measurement, and health implications. *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol. 9, pp. 439-455.
- Larson, D. G. (1993). Self-concealment: implications for stress and empathy in oncology care. *Journal of Psychosocial Oncology*, Vol. 11, pp. 1-16.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, Vol. 27, pp. 77-102.
- Molnar, D. S., Reker, D. L., Culpa, N. A., Sadava, S. W., & DeCourville, N. H. (2006). A mediated model of perfectionism, affect, and physical health. *Journal of Research in Personality*, Vol. 40 No. 5, pp. 482-500.
- Pederson, E. L., & Vogel, D. L. (2007). Male Gender Role Conflict and Willingness to Seek Counseling: Testing a Mediation Model on College-Aged Men. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 54, pp. 373-384.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 45, pp. 304-314.
- Rimes, K. A., & Chalder, T. (2010). The Beliefs about Emotions Scale: Validity, reliability and sensitivity to change. *Journal of Psychosomatic Research*, Vol. 68 No. 3, pp. 285-292.
- Ritz, T., & Dahme, B. (1996). Repression, self-concealment and rationality/

- emotional defensiveness: The correspondence between three questionnaire measures of defensive coping. *Personality and Individual Differences*, Vol. 20, pp. 95-102.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy*. Boston, MA: Houghton-Mifflin Co.
- Saboonchi, F., & Lundh, L. (2003). Perfectionism, anger, somatic health, and positive affect. *Personality and Individual Differences*, Vol. 35, pp. 1585-1599.
- Stoeber, J., & Childs, J. H. (2010). The assessment of self-oriented and socially prescribed perfectionism: Subscales make a difference. *Journal of Personality Assessment*, Vol. 92 No. 6, pp. 577-585.
- Stoeber, J., Kempe, T., & Keogh, E. J. (2008). Facets of self-oriented and socially prescribed perfectionism and feelings of pride, shame, and guilt following success and failure. *Personality and Individual Differences*, Vol. 44, pp. 1506-1516.
- Stoeber, J., & Rambow, A. (2007). Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation, achievement, and well-being. *Personality and Individual Differences*, Vol. 42, pp. 1379-1389.
- Tolstedt, B. E., & Stokes, J. P. (1984). Self disclosure, intimacy, and the depenetration process. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 46, pp. 84-90.
- Trumpeter, N., Watson, P. J., & O'Leary, B. J. (2006). Factors within multidimensional perfectionism scales: Complexity of relationships with self-esteem, narcissism, self-control, and self-criticism. *Personality and Individual Differences*, Vol. 41, pp. 849-60.

ABSTRACT

Socially-Prescribed Perfectionism and Psychological Maladjustment in High School Students : The Mediating Effects of Self-concealment

Shin, Ji-Eun* · Lee, Dong-Gwi*

The present study investigated the relationship between socially-prescribed perfectionism. It did so in the context of two perspectives, namely, the effects of the high standards and conditional acceptance of others and the issue of psychological maladjustment in high school students. This study also examined the mediating role of self-concealment in relationships. The results revealed that the issue of conditional acceptance was related closely with depression, anxiety, and hostility whereas the issue of the high standards of others was associated with depression and anxiety, but not with hostility. However, when controlling for the issue of conditional acceptance, the issue of others' high standards was not significantly associated with psychological maladjustment. In addition, self-concealment functioned as a significant mediator in the relationship between the issue of conditional acceptance and psychological maladjustment. The findings suggested the necessity for assisting perfectionistic high school students who are vulnerable to others' negative evaluations in disclosing their weaknesses.

Key Words : Socially-Prescribed Perfectionism, Self-concealment, Mediator Psychological Maladjustment, High School Students

투고일 : 3월 14일, 심사일 : 5월 12일, 심사완료일 : 5월 20일

* Yonsei University

