한국청소년연구
Studies on Korean Youth
2017. Vol. 28. No. 3 pp. 209~235.
ISSN 1225-6366(Print) / 2288-8799(Online)
http://dx.doi.org/10.14816/sky.2017.28.3.209

남녀 청소년의 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향: 자기수용의 매개효과

임정하* · 송지은** · 곽태희*** · 백지민*** · 권오연***

초 록

본 연구는 남녀 청소년의 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기수용의 매개효과를 검증하고자 수행되었다. 이를 위하여 서울과 경기에 소재한 6개 중·고등학교에 재학 중인 청소년 386명을 대상으로 자기보고식 설문조사를 실시하였다. 수집된 자료는 *t* 검증, Pearson의 적률상관분석, 구조방정식 모형, 다집단 분석을 이용하여 분석하였다. 주요 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 자기지향 완벽주의는 성별에 따라 유의한 차이가 있었는데, 여자 청소년들이 남자 청소년들보다 스스로의 행동에 완벽한 기준을 설정하고 엄격한 판단을 하는 것으로 나타났다. 사회부과 완벽주의와 자기수용 및 사회불안에서는 성별에 따른 유의한 차이가 나타나지 않았다. 둘째, 자기수용과 사회불안 간의 관계가 완벽주의와 사회불안 간의 관계보다 관련성이 더 강한 것으로 나타났고, 자기수용은 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계를 완전매개하였다. 즉 타인이 자신에게 완벽함을 요구한다고 생각할수록 자신을 있는 그대로 수용하기 어려우며, 이는 청소년의 사회불안을 높이는 것으로 나타났다. 셋째, 성별에 따라 자기수용의 매개경로는 다르게 나타났다. 남자 청소년 집단에서는 자기수용이 자기지향 완벽주의와 사회불안 간의 관계, 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계를 매개하였다. 여자 청소년 집단에서는 자기수용이 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서만 매개효과를 보였다. 이러한 연구결과는 남녀 청소년들의 사회불안을 완화하기 위한 프로그램 개발 및 상담에 기초 자료로 활용될 수 있을 것이다.

주제어: 남녀 청소년, 완벽주의, 자기수용, 사회불안

* 고려대학교 사범대학 가정교육과 교수, 제 1저자
** 고려대학교 대학원 생활과학과 아동학전공 박사과정, 교신저자, naivety1@korea.ac.kr
*** 고려대학교 대학원 생활과학과 아동학전공 석사과정

Ⅰ. 서 론

청소년기는 아동기에서 성인기로 옮겨가는 과도기로 다양한 변화가 나타나는 시기이다. 청소년들은 일시적으로 보이는 자기중심성으로 인해 자신의 외모와 행동에 몰두하게 되고, 주위 시선에 민감하게 반응하기도 한다. 또한 사회적 관계가 확대되어 다양한 경험을 하게 되는데, 이 때 사회적 관계 형성의 어려움을 겪게 되면 청소년기 초반부터 사회불안이 초래될 가능성도 있다(오경자, 양윤란, 2003). 이와 같은 발달적 특성을 고려할 때, 청소년의 사회불안에 대해 주목할 필요가 있다. 사회불안이란 타인으로부터 관찰되고 평가 받을 가능성이 있는 사회적 상황에 대해 두려워하는 정서를 의미한다(Tillfors, Persson, Willén & Burk, 2012). 사회불안의 수준이 높은 청소년은 사회적 활동 상황이나 대인 경험을 회피하게 되어 사회적 기술 습득이 저하될 위험이 높다(이동훈 등, 2013; 이승연, 김희화, 2015). 또한 사회적 기술이 부족하게 되면 사회나 직업상황에서 문제를 가질 확률이 높으며, 이는 다시 불안감을 가져오고 불편한 대인관계를 형성할 수 있다(김은정, 2000). 실제로 사회불안을 느끼는 청소년은 친구관계의 질과 자기효능감이 낮은 것으로 나타났다(박영희, 2005; 송영희, 2006). 또한 사회불안은 삶의 만족 저하와도 연관되기 때문에(정문경, 오은주, 2015) 청소년기 사회불안에 대한 연구가 필요하며, 이는 사회불안으로부터 발생할 수 있는 다양한 부적응 문제를 예방하고 완화하는 차원에서 중요하다고 할 수 있다.

사회불안을 보이는 사람들은 사회적 상황에서 자신의 행동이 부적절하다고 생각하며, 완벽하지 못한 모습을 보인다면 다른 사람들이 자신을 부정적으로 평가할 것이라고 생각한다. 이를 미루어볼 때 사회불안은 개인의 능력이 부족하거나 부정적인 사건이 실제로 일어났기 때문에 발생한다기보다는 외부의 정보를 해석하고 그에 반응하는데 있어 비합리적인 사고방식이 작용하여 발생하는 것이라 볼 수 있다. 선행연구들에서도 청소년의 사회불안은 개인의 비합리적 신념(박은정, 하은혜, 2007; 최영숙, 김정민, 2008), 부정적 사고(송은영, 2005), 완벽주의(안현선, 박성연, 2010; 윤정민, 김정민, 2008)와 같은 인지적 요인들과 관련성을 가지는 것으로 밝혀졌다. 더불어 최근에는 인지적 요소가 어떤 과정을 통해 사회불안에 영향을 미치게 되는지에 주목하여, 사회불안에 영향을 미치는 직·간접적인 변인을 밝히고자하는 시도들이 진행되고 있다(한정숙, 최승원, 김미리혜, 2014). Clark와 Wells(1995)는 사회불안이 발생하고 유지되는

기제를 제안하였는데, 그들이 주장한 사회불안의 인지모형에 따르면 사회적 수행에 대해 과도하게 높은 기준을 가지고 있거나 자기개념이 부정적인 사람들은 사회적 상황을 위협적인 것으로 해석한다. 그리고 사회적 상황을 왜곡해서 인식하게 되면 사고의 초점이 과거의 실패 경험, 타인의 거절에 대한 예상, 자신의 부족함이나 부적절함으로 옮겨가 외부의 사회적 단서들에 적절히 반응하지 못하게 되어 사회불안이 지속된다(Clark, 2001). 즉 비합리적인 신념은 자신의 부정적인 측면에 집중하게 만들어 사회불안을 증가시키게 된다. 따라서 본 연구는 역기능적인 사고와 사회불안 간의 관계를 자기 자신에 대한 태도가 매개하는지 살펴보고자 한다.

완벽주의는 수행에서 비현실적인 기준을 설정하며 결점이 없는 상태를 강박적으로 추구한다는 점에서 대표적인 역기능적 신념으로 여겨져 왔다. Hamacheck(1978)은 합리적인 기준을 추구하여 진정한 만족을 느끼는 것을 정상적 완벽주의라고 하였다. 반면에 도달하기 어려운 기준을 세워 실패를 두려워하고, 타인을 실망시키는 것을 걱정하며 일을 시작하기 전부터 불안해하는 모습을 보이는 것은 신경증적 완벽주의라고 하였다. Hewitt과 Flett(1991)은 완벽주의의 특성에 대인관계적 측면을 고려하여 완벽주의를 세 차원으로 구분하였다. 먼저 자기지향 완벽주의는 자신의 행동에 대해 스스로 까다로운 기준을 설정하고 엄격한 평가와 판단을 내리는 것을 말한다. 타인지향 완벽주의는 비현실적인 기준을 의미 있는 타인에게 설정하여 그들이 완벽하게 행동하는 것에 중점을 두고 수행력을 엄격하게 평가하는 것을 말한다. 또한 사회부과 완벽주의는 다른 사람들이 자신에게 비현실적으로 높은 기준을 가지고 있으며 엄중하게 자신을 평가하고, 자신은 그 기대를 충족시키기 위해 완벽해야만 한다고 생각하는 것이다. 이처럼 다차원적 완벽주의에는 세 가지 차원이 있으나, 아동이나 청소년의 경우 정확히 언제부터 다른 사람들에게 완벽함을 기대하기 시작하는지에 대한 발달적 정보가 부족하기 때문에 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의 두 차원으로 구분하여 평가하게 된다(Flett et al., 2016). 이에 본 연구에서도 완벽주의를 과도하게 높은 기준을 가지고 자신에게 결점이 없는 상태를 요구하는 것으로 정의하고, 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의로 구분하여 살펴보고자 한다.

완벽주의는 여러 선행연구들을 통해서 우울, 불안 및 사회불안 등 심리적 부적응과 관련성을 가지는 것으로 보고되었다(안현선, 박성연, 2010; Cox & Chen, 2015; Sumi & Kanda, 2002). 완벽주의자는 도달하기 힘든 기준을 세우기 때문에 그 기준을 만족

시키기 어려우므로 불안을 경험할 가능성이 매우 높다(윤정민, 김정민, 2008). 그리고 자기지향 완벽주의 성향과 사회부과 완벽주의 성향이 모두 높을수록 불안은 더욱 증가하는 것으로 나타났다(Hewitt et al., 2002). 이를 미루어보아 완벽주의적 성향이 높은 사람은 이상적인 수준의 사회적 수행을 해내지 못할 것에 대해 더 많은 불안을 경험할 것임을 예측해볼 수 있다. 하지만, 일각에서는 완벽주의적 기준이 오히려 일을 열심히 하도록 하는 원동력으로 작용할 것이라는 주장을 하기도 한다. 완벽주의 중 사회부과 완벽주의의 부정적인 영향력은 여러 연구에서 일관되게 나타났지만, 자기지향 완벽주의는 긍정 정서를 향상시키는 등 적응적으로 작용할 수 있다고 나타난 경우도 있었다(이미현, 2014; 이미화, 류진혜, 2002). 이처럼 자기지향 완벽주의의 영향력에 대해서는 일부 상반되는 연구 결과들이 존재하기 때문에 이를 유의하여 살펴볼 필요가 있다.

또한 앞서 언급하였듯이 완벽주의가 사회불안에 영향을 미치는 데 있어 핵심적인 중간 역할을 하는 것은 자기 자신에 대한 태도이다. 어떠한 일을 잘해내고자 노력하는 것을 넘어서서 완벽해야만 한다는 비합리적인 사고는 상대적으로 성공적인 경험도 실패로 여기게 하고, 자신의 능력에 대해 쉽게 의심하게 하므로 사회불안을 심화시킬 수 있다(김은정, 2000; Hofmann, 2007; Lundh, 2004). 실제로 완벽성향이 높은 사람들은 자신에 대한 부정적 감정인 수치심을 많이 경험하며(Ashby, Rice & Martin, 2006), 사회부과 완벽주의와 자기지향 완벽주의가 강할수록 자신의 모습을 있는 그대로 수용하기 어려워하는 것으로 나타났다(김지윤, 이동귀, 2013; Flett, Besser, Davis & Hewitt, 2003; Hill, Hall, Appleton & Kozub, 2008; Scott, 2007). Ellis(1977)는 성취나 타인의 인정을 기반으로 자신의 일반적인 가치를 평가하지 않는 것이 심리적 건강에 중요하다고 하면서 자기수용의 역할을 강조하였다. 자기수용이란 자신이 얼마나 유능하고 적절하게 행동하는지, 그리고 다른 사람들이 자신을 어떻게 받아들이고 인정하는지와 상관없이 스스로를 무조건적으로 받아들이는 것이다. 성취 압력이 큰 환경 속에서 일상적으로 평가를 경험하는 청소년들은 성과를 내지 못했을 때 자신의 가치를 낮게 판단하는 경우가 발생한다. 하지만 개인이 몇 가지 수행에 실패한다고 해도 한 인간이 전적으로 나쁘거나 무가치하다고는 할 수 없으므로(Ellis & MacLaren, 2007), 자신을 수용할 수 있는 능력은 심리적 부적응을 완화할 수 있는 강점으로 작용할 수 있다.

선행 연구에 의하면 자기수용을 잘하는 청소년들이 긍정 정서 수준이 높고(김복인,

이인수, 2013), 우울과 불안의 수준은 낮은 것으로 밝혀졌다(김사라형선, 2012). 그리고 자기수용 수준이 높은 성인은 긍정적인 사고 경향을 가지고 있어 부정적인 대인관계 상황에서도 정서적 어려움을 덜 경험했다(Chamberlain & Haaga, 2001). 반면에 자기수용 수준이 낮은 대학생들은 대인관계에서 더 많은 문제와 부정정서를 경험하고(이찬희, 조영아, 2015; 정은영, 신희천, 2014) 부정적 평가에 대한 두려움이 큰 것으로 밝혀졌다(이기은, 조유진, 2009). 나아가 자기수용은 완벽주의와 심리적 부적응 간의 관계를 매개하는 역할을 하는 것으로 나타났다. 무조건적 자기수용은 사회부과 완벽주의와 우울 간의 관계를 매개하는 것으로 나타났으며(김사라형선, 2005; 정윤주, 2012; Flett et al., 2003; Scott, 2007), 비슷한 맥락에 있는 또 다른 연구에서는 성공이나 인정을 바탕으로 형성된 조건적 자기가치감이 완벽주의와 우울 간의 관계에서 매개효과를 보였다(Sturman, Flett, Hewitt & Rudolph, 2009). 또한 타인에게 완벽하게 보이려고 하는 성향은 완벽주의와 대인문제 간의 관계를 매개하였는데(Hewitt et al., 2003), 이는 완벽한 기준을 추구하는 사람이 자신을 온전히 수용하지 못하고 결점이 없는 모습만 보여주려 하거나 단점을 감추는 행동을 한다면 사회적 상황에서 문제를 겪을 수 있음을 의미한다. 이상의 결과들을 미루어 볼 때, 자기수용은 정서적 문제와 밀접한 관련이 있으며 특히 완벽주의가 사회불안에 영향을 주는 데 있어 중요한 역할을 할 것임을 예측해 볼 수 있다.

자기수용의 매개효과를 알아보는 것과 더불어 본 연구에서는 완벽주의가 사회불안에 이르는 과정이 남학생 집단과 여학생 집단에서 다르게 나타나는지를 살펴보고자 한다. 많은 선행 연구들에서는 성별에 따라 청소년의 완벽주의와 자기수용 및 사회불안 수준에 차이가 있는지를 살펴보았으며 그 결과는 일관되지 않게 나타나고 있다(구훈정, 양은주, 권정혜, 2014; 김신나, 성영혜, 2006; 추미례, 이영순, 2014; La Greca & Lopez, 1998). 또한 사회불안이 발생하는 기제가 어떠한지에 있어 성별을 고려한 연구는 부족한 실정이다. 성별에 따라 사회불안을 초래하는 원인을 밝히는 것은 청소년의 사회불안에 대한 이해를 높이고 청소년들에게 더 적절한 도움을 제공할 수 있다는 의미가 있다. 실제로 선행연구에서는 남학생 집단보다 여학생 집단에서 완벽주의가 사회불안에 더 강력한 영향을 미쳤으며(김선은, 2011), 자기에 대한 인식이 사회불안에 미치는 영향은 남녀집단별로 차이가 없는 것으로 나타났다(성미향, 홍혜영, 2014). 또한 같은 사건을 경험하더라도 남녀가 자기를 수용하는 수준은 달라질 수 있

다(Cross & Madson, 1997). 이상의 연구들을 미루어봤을 때, 성별을 고려하여 청소년의 완벽주의와 자기수용 및 사회불안의 관계를 살펴보는 것은 중요할 것으로 보인다.

종합해보면 본 연구에서는 남녀 청소년의 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기수용의 매개효과를 알아보고자 한다. 이때 선행연구들(장은서, 최연실, 2013; Flett et al., 2003)을 바탕으로 자기수용이 완벽주의와 사회불안 간의 관계를 부분매개할 것으로 판단하여 연구모형을 설정하였다. 그리고 일부 연구에서는 자기수용이 사회부과 완벽주의와 우울(Flett et al., 2003; Scott, 2007), 사회부과 완벽주의와 주관적 안녕감(김지윤, 이동귀, 2013) 간의 관계를 완전매개하는 것으로 나타났다. 이에 완벽주의가 자기수용을 통하여 간접적으로 사회불안에 영향을 미칠 수 있다는 완전매개모형을 경쟁모형으로 설정하여 매개효과 및 변인들 간의 구조에 대해 보다 적절한 설명을 제공하고자 한다. 이를 통해 완벽주의의 차원에 따른 영향력을 확인하고 사회불안과 관련된 요인을 밝혀 남녀 청소년의 사회불안을 감소시키는 방안을 마련하는 데 도움이 될 것으로 기대된다.

이상의 연구를 수행하기 위한 연구문제는 다음과 같다.

1) 청소년의 성별에 따라 자기지향 및 사회부과 완벽주의, 자기수용, 사회불안에 차이가 있는가?
2) 청소년의 자기수용은 자기지향 및 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계를 매개하는가?
3) 청소년의 성별에 따라 자기지향 및 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기수용의 매개 효과는 어떠한가?

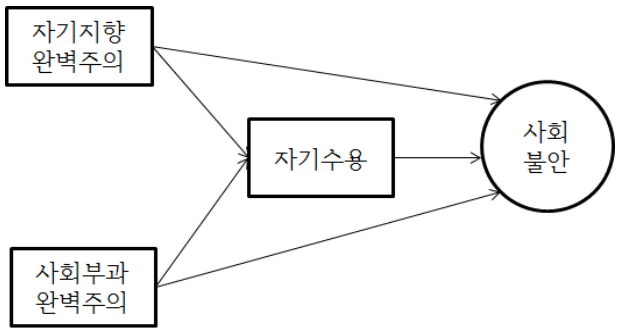


그림 1. 연구모형

Ⅱ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 서울 및 경기도에 소재한 6개 중·고등학교 재학생 386명을 대상으로 실시되었다. 연구대상은 남학생이 205명(53.1%), 여학생이 180명(46.6%)이었다(1명 무응답). 연구대상의 평균연령은 16.44세(*SD*=1.19)이었고, 중학교 2학년 127명(32.6%), 중학교 3학년 44명(11.4%), 고등학교 1학년 113명(29.3%), 고등학교 2학년 102명(26.4%)이었다. 연구대상의 부모 최종학력은 대학교 졸업이 가장 높은 비율을 차지하였다(부 58.7%, 모 56.6%). 아버지의 직업은 사무관리직이 179명(46.4%)으로 가장 많았고, 기타 96명(24.9%), 생산 및 서비스직 54명(14.0%) 순으로 나타났으며, 어머니의 직업은 전업주부가 119명(30.8%)으로 가장 많았고, 사무·행정·관리직 82명(21.2%), 생산 및 서비스직 59명(15.3%) 순으로 나타났다.

2. 측정도구

1) 완벽주의

본 연구에서는 완벽주의를 측정하기 위해서 Flett, Hewitt, Boucher, Davidson과 Munro(2000)가 개발한 아동·청소년 완벽주의 척도(Child and Adolescent Perfectionism Scale; CAPS)를 이재연(2004)이 번안한 것으로 사용하였다. CAPS는 Flett 등의 연구(2016)에서 구인타당도가 보고되었다. 본 연구에서는 연구자들이 원문에 준하여 지시문과 표현을 일부 수정하였고 5점 척도로 응답하도록 하였다. CAPS는 총 22문항으로 자기지향 완벽주의(12문항), 사회부과 완벽주의(10문항)의 2개 하위 척도로 이루어져 있다. 자기지향 완벽주의란 자기 자신에게 과도하게 높은 기준을 정하고 그 기준을 충족시키려고 동기화 되는 것을 의미한다. 예시 문항으로는 '나는 내가 하는 모든 일에서 100% 옳고 완벽해지려고 노력한다' 등이 있다. 사회부과 완벽주의는 타인이 자신에게 완벽을 요구한다는 인식이나 신념을 의미한다. 문항의 예시로는 '나의 가족은

나에게 완벽하기를 기대한다' 등이 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '항상 그렇다'(5점)까지 응답하게 되는데, 점수가 높을수록 해당 영역의 완벽주의 성향이 높은 것으로 해석한다. 본 연구에서의 Cronbach α 값은 자기지향 완벽주의 .84, 사회부과 완벽주의 .88로 나타났다.

2) 자기수용

Chamberlain과 Hagga(2001)는 자기수용을 개인의 유능함, 그리고 타인의 인정이나 존중과 무관하게 스스로를 온전히 무조건적으로 받아들이는 것으로 정의하고 무조건적 자기수용척도(Unconditional Self-Acceptance Questionnaire; USAQ)를 개발하였다. 본 연구에서는 이를 김사라형선(2005)이 타당화하고, 서은경(2011)이 수정한 척도를 사용하였다. 이 척도는 단일요인으로 구성되어 있고, 총 12문항으로 이루어져있다. 문항의 예시로는 '다른 사람이 인정해주지 않더라도 나는 가치로운 사람이라고 생각한다' 등이 있다. 본 척도는 7점 Likert 척도로, '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(7점)까지 응답하게 되는데, 총점이 높을수록 자기수용 수준이 높은 것으로 해석한다. 본 연구에서는 신뢰도를 낮추는 2개의 문항(4, 5번)을 제외하고 사용하였으며 Cronbach α는 .80으로 나타났다.

3) 사회불안

본 연구에서는 사회불안을 측정하기 위해 La Greca와 Lopez(1998)의 청소년용 사회불안척도(Social Anxiety Scale for Adolescents; SAS-A)를 양재원, 양윤란과 오경자(2008)가 번안하여 초, 중, 고등학생 대상으로 타당화한 한국판 청소년 사회불안척도(Korean version of Social Anxiety Scale for Adolescetns; K-SAS-A)를 사용하였다. 본 척도는 총 18문항으로 부정적 평가에 대한 두려움(8문항), 새로운 상황에 대한 회피와 불안(5문항), 일반적 사회 상황에 대한 회피와 불안(5문항)의 3개 하위 척도로 이루어져 있다. 부정적 평가에 대한 두려움 요인의 예시 문항으로는 '다른 사람들이 나를 어떻게 생각할지 걱정한다' 등이 있으며, 새로운 상황에 대한 회피와 불안 요인의 예시 문항으로는 '사람들을 처음 만날 때 긴장한다'와 같은 문항이 있다. 일반적

사회 상황에 대한 회피와 불안 요인의 예시 문항으로는 '다른 사람에게 뭘 같이 하자고 부탁하지 못 한다' 등으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '항상 그렇다'(5점)까지 응답하게 되는데 점수가 높을수록 사회불안이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach α 값은 부정적 평가에 대한 두려움 .89, 새로운 상황에 대한 회피와 불안 .82, 일반적 사회 상황에 대한 회피와 불안 .79, 전체 .92로 나타났다.

3. 연구절차

본조사에 앞서 서울 및 경기도에 소재한 중·고등학교 재학생 50명을 대상으로 예비조사를 실시하였다. 예비조사를 통해 설문에 대한 문항 이해도와 절차상의 문제점을 검토한 후, 설문지 작성에 관한 안내를 보충하여 본조사를 실시하였다. 본조사는 2016년 11~12월에 중·고등학생 411명을 대상으로 실시하였다. 사전에 교사들에게 연구 목적과 취지를 설명하여 협조를 구하였고, 그 이후에 연구자들이 직접 학교를 방문하거나 우편으로 질문지를 배송하였다. 방문 시에는 교사에게 질문지 실시 방법, 소요시간, 주의사항 등에 대해 직접 설명하였으며, 배송 시에는 유선을 통해 충분한 설명을 한 후 교사를 위한 안내문을 함께 첨부하여 질문지를 전달하였다. 질문지 작성은 학생들에게 연구의 목적을 설명하고 동의를 얻어 자발적인 참여로 이루어졌다. 질문지 작성에는 20여분이 소요되었다. 질문지는 작성 후 모두 회수되었고, 회수된 질문지 중 불성실하게 응답했거나 응답이 누락된 자료를 제외하고 386부(93.9%)를 실제 자료분석에 사용하였다.

4. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 24.0과 AMOS 20.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 첫째, 청소년의 완벽주의와 자기수용 및 사회불안의 수준과 성차를 알아보기 위해 평균 및 표준편차를 산출하고 t 검증을 실시하였다. 둘째, 변인들 간의 관련성을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 셋째, 연구모형을 검증하기 위해 구조방정식

모형(SEM)을 사용하였고, χ^2 차이검증을 통하여 연구모형과 경쟁모형을 비교하였다. 다음으로 경로모형에서 청소년의 성별에 따라 경로계수에 차이가 나타나는지를 검증하기 위해 다집단 분석(multi-group analysis)과 집단별 구조모형검증을 실시하였다. 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 시행하였고, 모형의 적합도를 평가하기 위해서 χ^2, TLI, CFI, RMSEA를 살펴보았다.

Ⅲ. 연구결과

1. 청소년의 성별에 따른 완벽주의, 자기수용 및 사회불안

성별에 따른 청소년의 완벽주의, 자기수용 및 사회불안의 일반적 경향을 분석하기 위해 평균과 표준편차를 산출하였다. 또한 성별에 따른 청소년의 완벽주의, 자기수용 및 사회불안의 차이가 통계적으로 의미가 있는지 알아보기 위해 독립표본 t 검증을 실시하였다. 그 결과, 자기지향 완벽주의에서만 성별에 따른 차이가 유의한 것으로 나타났다(t=-2.32, p<.05, Cohen's d=.24). 자기지향 완벽주의는 여학생 집단(M=3.14, SD=.56)이 남학생 집단(M=3.01, SD=.61)보다 높게 나타나, 여학생들이 남학생들에 비해 자기 자신에게 지나친 기준을 설정하여 엄격한 평가와 판단을 내리는 경향이 높은 것으로 볼 수 있다.

표 1

성별에 따른 청소년의 완벽주의, 자기수용 및 사회불안의 평균비교 결과

	전체(n=386)	남학생 (n=205)	여학생 (n=180)	t
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	
자기지향 완벽주의	3.07(.59)	3.01(.61)	3.14(.56)	-2.32*
사회부과 완벽주의	2.86(.71)	2.83(.74)	2.90(.66)	-1.03
자기수용	4.56(.86)	4.54(.85)	4.59(.88)	-.55
사회불안	2.71(.73)	2.68(.80)	2.74(.64)	-.94

*p<.05.

2. 청소년의 완벽주의와 자기수용 및 사회불안 간 관계에 대한 모형 검증

1) 남녀 청소년의 완벽주의, 자기수용 및 사회불안 간의 관계

연구모형을 검증하기에 앞서 사전분석으로 성별에 따른 청소년의 완벽주의, 자기수용 및 사회불안의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시하였다. 표 2에서 각 변인 간의 관계를 살펴보면 전반적으로 남녀 청소년이 유사한 양상을 보였다. 구체적으로 남녀 청소년 집단에서 모두 자기수용과 사회불안 간의 관계가 완벽주의와 사회불안 간의 관계보다 관련성이 더 강한 것으로 나타났다. 즉 청소년이 사회적으로 불안을 느끼는 데에 있어 완벽하려는 신념보다는 자신을 있는 그대로 받아들일 수 있는 정도가 더 큰 관련을 가진다는 것을 의미한다. 그리고 사회부과 완벽주의와 자기수용 간의 관련성에서도 남녀 청소년이 유사한 부적 상관관계를 보였다(남: r=-.25, p<.001; 여: r=-.26, p<.001). 이는 남녀 청소년 모두 타인에 의해 부과된 기준을 강박적으로 추구할수록 스스로 가치 있다고 생각하는 데 어려움이 있다는 것을 의미한다. 하지만 자기지향 완벽주의와 자기수용 간의 관계에서는 남자 청소년 집단에서만 유의미한 부적 상관관계가 나타났다(r=-.23, p<.001). 즉 남자 청소년의 경우 스스로 완벽해지고자 하는 성향이 많을수록 자기 자신을 있는 그대로 수용하기 어려워하는 것으로 볼 수 있다.

표 2

성별에 따른 청소년의 완벽주의, 자기수용 및 사회불안의 상관관계

	자기지향 완벽주의	사회부과 완벽주의	자기수용	사회불안
자기지향 완벽주의	-	.34***	-.23***	.15*
사회부과 완벽주의	.33***	-	-.25***	.12
자기수용	-.08	-.26***	-	-.48***
사회불안	.06	.11	-.35***	-

주. 남학생(n=205)의 상관계수는 대각선 위쪽, 여학생(n=180)의 상관계수는 대각선 아래쪽에 제시하였음.

*p<.05. ***p<.001.

2) 청소년의 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기수용의 매개효과

연구모형을 검증하기에 앞서 사회불안의 측정모형에 대한 확인적 요인분석을 실시하였다. 측정모형의 요인부하량은 .69~.89로 모두 유의미한 것으로 나타났다. 이에 측정변인들이 잠재변인을 적절하게 설명하고 있는 것으로 판단하였다.

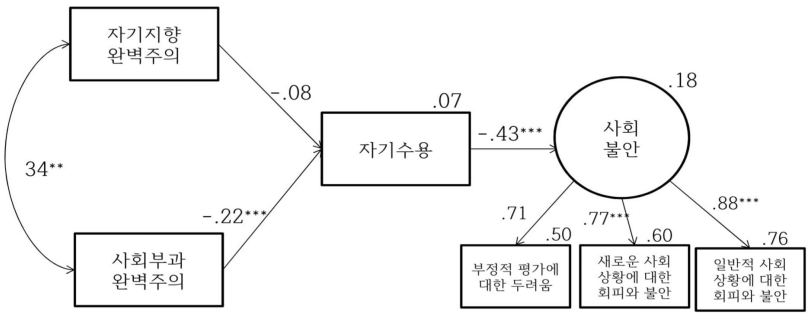
그런 후, 변인들 간의 관계를 검증하기 위하여 연구모형과 경쟁모형의 적합도를 분석한 결과는 표 3과 같다. 연구모형의 적합도 지수는 양호한 것으로 나타났다(TLI=.939, CFI=.976, RMSEA=.079). 하지만 χ^2차이검증을 통해 연구모형과 경쟁모형을 비교했을 때 χ^2값의 차이가 0.74로 나타났다. 이는 χ^2차이가 자유도가 2일 때의 임계값인 5.99보다 작은 값이므로, 이러한 경우 더 간명한 모형인 완전매개모형이 더 좋은 모형인 것으로 판단할 수 있다. 또한 경쟁모형의 적합도 지수가 더 우수한 것으로 나타나 최종적으로 완전매개모형을 채택한 후에 매개효과의 유의성을 분석하였다(그림 2 참고).

표 3

완벽주의와 자기수용 및 사회불안의 구조모형 적합도 지수

구조모형	χ^2	*df*	TLI	CFI	RMSEA
연구모형(부분매개모형)	20.43**	6	.939	.976	.079
경쟁모형(완전매개모형)	21.17**	8	.958	.978	.065

**p<.01.



**p<.01. ***p<.001.

그림 2. 완벽주의와 사회불안 간 관계에서 자기수용의 매개효과(N=386)

완전매개모형에 대한 경로계수는 표 4에 제시된 바와 같다. 구체적으로 살펴보면 사회부과 완벽주의가 자기수용에 부적인 영향을(β=-.22, p<.001), 자기수용이 사회불안에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=-.43, p<.001). 즉, 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 자기를 잘 수용하지 못하며, 이는 다시 사회불안으로 연결되는 것으로 볼 수 있다. 하지만 자기지향 완벽주의는 자기수용에 유의한 영향을 미치지 않았다. 부트스트래핑(bootstrapping)을 이용하여 자기수용이 보이는 간접효과의 통계적 유의성을 검증한 결과, 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기수용의 매개효과가 유의한 것으로 나타났다(β=.09, p<.01). 또한 청소년의 완벽주의와 자기수용은 사회불안 변량의 18%를 설명하였다.

표 4

완벽주의와 자기수용 및 사회불안의 완전매개모형 경로계수

	B	β	S.E.	C.R.
자기지향 완벽주의 → 자기수용	-.12	-.08	.08	-1.52
사회부과 완벽주의 → 자기수용	-.27***	-.22	.06	-4.23***
자기수용 → 사회불안	-.34***	-.43	.04	-8.25***

***p<.001.

3. 성별에 따른 완벽주의와 자기수용 및 사회불안 간 관계에 대한 모형 검증

최종 선정된 완전매개모형을 바탕으로 청소년의 성별에 따라 완벽주의와 자기수용, 사회불안 간의 경로에 차이가 있는지를 살펴보기 위해서 다집단 분석(multi-group analysis)을 실시하였다. 다집단 분석은 구조모형 내의 각 경로에 동일성 제약을 가한 후, 동일성 제약을 가하지 않은 모형과 비교하여 χ^2값의 차이를 비교함으로써 두 집단 간의 경로계수 차이가 유의미한지 분석하는 방법이다. 집단 간 경로계수를 비교하기 위해서는 먼저 측정 동일성이 확보되어야 하는데, 집단에 요인부하량을 동일하게 제약한 후 모형의 적합도가 좋으면 집단 간 교차타당성이 존재하는 것으로 보고 집단 간 회귀계수를 동일한 수준에서 해석할 수 있다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009).

남학생 집단과 여학생 집단에 요인부하량을 동일하게 제약한 측정동일성모형의 적합도는 만족할만한 수준이었다($\chi^2_{18,N=385}$=27.81, *ns*, CFI=.984, TLI=.973, RMSEA=.038). 또한 측정동일성 모형은 기저모형과 유의미한 차이를 보이지 않아 측정 동일성이 확보되었다($\Delta\chi^2_{2,N=385}$=2.05, *ns*). 이후 완전매개모형 내의 경로계수 모두에 동일성 제약을 가한 모형(구조동일성 모형)과 동일성 제약을 가하지 않은 모형(측정동일성 모형)을 비교하였다. 그 결과 표 5에 제시된 것처럼 두 모형 간에는 유의한 차이가 나타났다($\Delta\chi^2_{3,N=385}$=10.03, p<.05). 이것은 사회불안에 대한 남학생 집단의 경로계수와 여학생 집단의 경로계수에 차이가 있음을 시사한다. 이에 각 집단별로 모형을 식별하여 살펴보았다.

표 5

성별에 따른 동일성 검증 적합도 지수

	χ^2	*df*	*p*	TLI	CFI	RMSEA	$\Delta\chi^2/\Delta df$
기저모형	25.76	16	.057	.970	.984	.057	
측정동일성 모형	27.81	18	.065	.973	.984	.038	2.05/2
구조동일성 모형	37.84	21	.013	.961	.973	.046	10.03/3

1) 남학생 집단의 구조모형 검증

남학생 집단의 구조모형은 χ^2 값이 12.80(*df*=8, *p*=.119), TLI .979, CFI .989, RMSEA .054로 좋은 적합도를 가지는 것으로 나타났다. 남학생 집단의 경로계수는 표 6과 그림 3에 제시된 바와 같다. 자세히 살펴보면 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의는 자기수용에 부적인 영향을 미치고(자기지향:β=-.17, p<.05, 사회부과:β=-.19, p<.01), 자기수용도 사회불안에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=-.49, p<.001). 즉 남학생 집단의 경우에는 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의 모두 자기수용을 매개로 사회불안에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 부트스트래핑으로 매개효과의 통계적 유의성을 검증한 결과, 자기지향 완벽주의 및 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기수용의 매개효과가 유의한 것으로 밝혀졌다(자기지향:β=.08, p<.05, 사회부과:β=.08, p<.05).

표 6
남학생 집단 완전매개모형 경로계수

	B	β	S.E.	C.R.
자기지향 완벽주의 → 자기수용	-.23	-.17*	.10	-2.33*
사회부과 완벽주의 → 자기수용	-.22	-.19**	.08	-2.67**
자기수용 → 사회불안	-.45	-.49***	.04	-8.25***

*p<.05. **p<.01. ***p<.001.

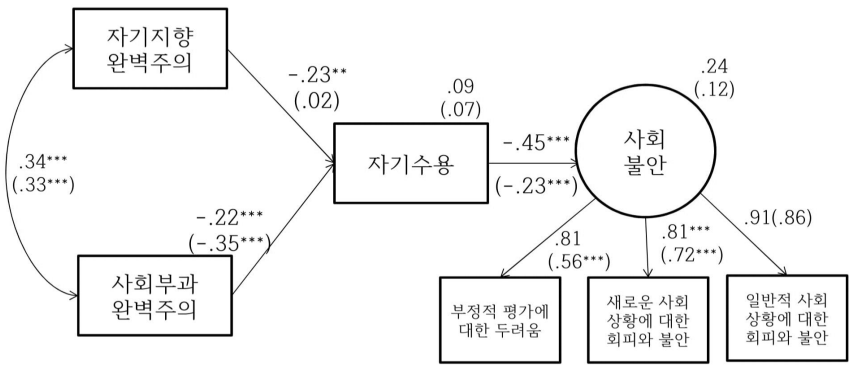
2) 여학생 집단의 구조모형 검증

여학생 집단의 구조모형은 χ^2 값이 12.96(df=8, p=.113), TLI .950, CFI .973, RMSEA .059로 좋은 적합도를 보였다. 여학생 집단의 경로계수는 표 7과 그림 3에 제시되어 있다. 사회부과 완벽주의는 자기수용에 부적인 영향을 미치고(β=-.26, p<.001), 자기수용도 사회불안에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=-.34, p<.001). 하지만 자기지향 완벽주의에서 자기수용으로 가는 경로는 유의하지 않았다(β=.01, *ns*). 즉 여학생 집단에서는 자기수용이 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서만 매개효과를 보였다. 이 때 자기수용의 매개효과는 유의한 것으로 나타났다(β=.09, p<.01).

표 7
여학생 집단 완전매개모형 경로계수

	B	β	S.E.	C.R.
자기지향 완벽주의 → 자기수용	.02	.01	.12	.13
사회부과 완벽주의 → 자기수용	-.35	-.26***	.10	-3.38***
자기수용 → 사회불안	-.23	-.34***	.05	-4.28***

***p<.001.



주. 비표준화 경로계수가 제시되었으며, 괄호 안의 값은 여학생 집단의 계수이다.
**p<.01. ***p<.001.

그림 3. 남녀 집단별 경로계수(남 205명, 여 180명)

Ⅳ. 논의 및 결론

본 연구에서는 남녀 청소년을 대상으로 완벽주의 및 자기수용과 사회불안의 수준과 이들 간의 관계를 살펴보았다. 주요 연구 결과를 토대로 한 논의는 다음과 같다.

첫째, 청소년의 성별에 따른 완벽주의, 자기수용과 사회불안 수준을 살펴본 결과는 다음과 같다. 먼저 사회부과 완벽주의에서는 성차가 나타나지 않은 반면, 자기지향 완벽주의는 남녀 청소년 간 유의한 차이가 있었다. 즉, 여학생들이 남학생들보다 높은 기준을 가지고 스스로에게 엄격한 것으로 나타났다. 이는 자기지향 완벽주의에서 성차가 있었다는 선행연구(김신나, 성영혜, 2006; 양경미, 2013)와 일치하는 결과이다. 여학생들이 남학생들보다 자기지향 완벽주의가 높은 것은 학업적인 측면과 연관하여 생각해볼 수 있다. Hewitt와 Flett(1991)에 따르면 자기지향 완벽주의자들이 다른 유형의 완벽주의자들보다 학업 수행을 중요하게 생각하고, 학업을 위한 노력을 더 기울이는 것으로 나타났다. 그리고 여학생들이 남학생들에 비해 학업성취를 이루기 위한 노력을 더 많이 기울이는 경향이 있기 때문에(Duckworth & Seligman, 2006), 이러한 맥락 속에서 여학생들이 남학생들보다 자기지향 완벽주의 수준이 높게 나타난 것으로

유추해 볼 수 있다. 또한 본 연구에서 사용한 자기지향 완벽주의 측정도구에는 학업 성취에 대한 기대를 반영한 문항들, 예를 들어 '나는 항상 시험에서 1등을 하기 위해 노력한다' 등이 포함되어 있어 이와 같은 결과가 나타난 것으로 해석해볼 수 있다. 또 다른 측면에서 볼 때 여학생들의 경우 남학생들보다 어떤 일을 수행함에 있어서 예상치 못한 상황이 발생하는 것이나 모호한 상태를 견디기 어려워한다(조성연, 조한익, 2014). 이에 여학생들은 보다 분명한 확신을 얻기 위해 철저한 계획을 세우고 대비하며 완벽한 수행을 추구하게 되어(Tallis, Eysenck & Mathews, 1992) 자기지향 완벽주의 성향이 높게 나타난 것으로 보인다.

다음으로 자기수용은 청소년의 성별에 따라 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이는 청소년들이 자신의 유능함이나 타인의 인정과는 상관없이 자기를 수용하는 수준에 있어 성별에 따른 차이를 보이지 않는다는 것이다. 이러한 결과는 자기수용에서 성차가 나타나지 않은 선행연구(추미례, 이영순, 2014)와 일치하는 것이다. 자기에 대한 태도나 관점은 자신만의 독특하고 고유한 경험에 의해 형성된다는 점을 고려할 때, 성별보다는 가족 환경이나 학교생활 등 외부의 영향을 더 받을 것이라고 추측해 볼 수 있다. 마지막으로 청소년의 사회불안 또한 성별에 따른 유의한 차이가 없었다. 이는 남녀 청소년의 사회불안 수준은 성차가 없는 것으로 나타난 기존의 연구들(김정민, 이정희, 2008; 최선윤, 이지민, 2008)과 맥을 같이 한다. 하지만 일부 연구에서 사회불안의 하위요인의 경우 남녀 간 차이가 나타나기도 하였다(기효정, 홍혜영, 2016; 임강희, 김정민, 정혜경, 2016). 이와 같이 청소년 사회불안의 성차에 대한 연구결과가 일관되지는 않으며, 측정하고 있는 하위요인에 따라 다소 다른 결과가 보고된 바 있으므로 추후 연구를 통해 지속적으로 살펴볼 필요가 있다.

둘째, 자기지향 완벽주의 및 사회부과 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향에 있어서 자기수용의 매개효과를 검증한 결과, 완전매개 효과가 유의한 것으로 나타났다. 즉, 청소년의 사회부과 완벽주의는 사회불안에 직접적인 영향을 미치지 않고, 자기수용을 매개로 간접적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 자기수용이 사회부과 완벽주의와 우울 간의 관계를 완전매개하고(Flett et al., 2003; Scott, 2007), 사회부과 완벽주의와 주관적 안녕감 간의 관계에서도 완전매개 효과를 보였다는 선행연구(김지윤, 이동귀, 2013)와 같은 맥락에 있다. 본 연구에서 자기수용을 매개로 한 간접효과가 유의하게 나타난 것은 사회부과 완벽주의가 사회불안에 영향을 미치는 데

있어 자기수용의 역할이 중요하다는 것을 의미한다. 다시 말해, 사회적 상황에서의 불안감은 반드시 완벽해져야만 한다는 강박보다는 자기개념을 얼마나 긍정적으로 정립하느냐와 더 밀접한 관련이 있다는 것을 시사한다. Ellis(1977)는 심리적인 건강을 위해서 자기수용이 중요한 변인이라고 말한 바 있다. 이를 미루어보아 청소년들의 사회불안 감소를 위한 프로그램에서 자기수용과 관련된 측면이 반영된다면 더욱 효과적일 것으로 기대된다.

셋째, 성별에 따른 매개모형의 경로를 살펴본 결과, 남자 청소년들의 경우에는 자기수용이 자기지향 및 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 사회부과 완벽주의 수준이 높은 경우 특정한 수행 기준이 외부에서 부여되고, 그에 부합하는 성취를 이루었는지에 대한 판단 또한 자신의 통제 밖에 있다고 생각한다(Wei, Mallinckrodt, Larson & Zakalik, 2005). 즉 자신이 자율적으로 수행상황을 주도하지 못하고 외부의 기준에 맞춰 행동해야 한다고 생각하게 되는 것이다. 하지만 선행연구에 따르면 남자 청소년들은 자율성이 확보되고, 자신의 내적 특성을 표현하며 스스로의 힘으로 문제를 해결할 때에 자신을 긍정적으로 평가하게 된다(Cross & Madson, 1997; Rose & Rudolph, 2006). 따라서 사회부과 완벽주의 수준이 높은 남자 청소년들은 자율성이 확보되지 않는 상황에서 무력감을 느끼게 되어 부정적인 자기 인식과 사회불안이 심화되는 것으로 볼 수 있다. 더불어 자기지향 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기수용의 매개효과가 나타난 것은 남자 청소년들이 내면화한 성역할 측면에서 해석해볼 수 있다. 남자 청소년들은 성역할에 따라 목표와 성취를 중요시하게 되고, 그에 적합한 행동을 강화시키게 된다(이미현, 2014). 이 때 남자 청소년들이 자기지향 완벽주의 수준이 높을 경우 더욱 성취에 몰두하고 비현실적인 목표를 추구하게 된다. 이러한 상황에서 목표 성취에 실패하면 부정적으로 자신을 인식하고 수용하지 못하게 되어 사회불안이 증가하는 것으로 볼 수 있다. 그러므로 남자 청소년들이 완벽한 기준에 부합하지 않는 자신을 수용할 수 있고, 자신에게 결점이 있다고 하더라도 스스로를 가치 있는 존재로 여길 수 있다면 완벽주의로 인한 사회불안을 완화하는 데 도움이 될 수 있을 것이다.

다음으로 여자 청소년 집단에서는 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서만 자기수용의 매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 사회부과 완벽주의가 높을수록 타인의 관심과 인정을 받기 위해서는 그 기준을 반드시 충족시켜야 한다는 부담감이 가중

될 수 있다(이미화, 류진혜, 2002; 한정숙 등, 2014). 또한 선행 연구에 따르면, 여자 청소년들은 다른 사람과의 조화를 중요시하는 상호의존적인 자기 개념을 가진다(Cross & Madson, 1997; Rose & Rudolph, 2006). 따라서 타인과의 관계와 정서적 친밀감을 중요시하는 여자 청소년들이 부모나 교사, 또래 등 주변 인물의 비현실적인 기대에 부응할 수 없다고 생각하면, 부정적인 자기인식을 가지게 되어 온전히 자신을 받아들이는 데 어려움을 겪을 수 있다. 이는 곧 실패에 대한 두려움을 동반하여 불안감을 느끼게 된다(Wei et al., 2005). 자기지향 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기수용의 매개효과가 나타나지 않은 것도 이와 같은 맥락에서 생각해 볼 수 있다. 여자 청소년들은 스스로를 가치 있다고 생각하는 데 있어서 자신의 목표를 성취하는 것보다 타인의 기대를 만족시켜 그들과 원만한 관계를 유지하려는 것이 더 큰 영향을 미치기 때문에 이러한 결과가 나온 것으로 보인다.

정리해보면, 남녀 청소년 집단에서 공통적으로 사회부과 완벽주의와 자기수용 간의 경로는 유의하게 나타나 자기수용이 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계를 매개하였다. 이는 사회부과 완벽주의가 높을수록 자기수용을 하지 못하고 이로 인하여 사회불안을 가중시킬 수 있다는 것을 의미한다. 입시경쟁이 치열한 우리나라의 경우, 청소년들에 대한 성취압력이 높기 때문에 청소년들이 자신에 대한 주변의 기대가 과하다고 느낄 수 있다. 그러므로 특히 우리나라의 청소년들이 성취여부에 따라 자신을 평가하지 않고 자기수용을 잘 할 수 있도록 도와주는 것이 의미 있을 것이다. 한편 자기지향 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기수용이 매개하는 경로는 성별에 따라 다르게 나타났다. 따라서 사회불안의 개입 방안을 마련함에 있어서 남녀의 특성을 고려해보고, 그에 적합한 접근이 이루어져야 할 것이다. 그리고 본 연구에서는 남녀 집단별로 매개 모형을 살펴보았지만, 이와 관련된 선행 연구들에서 살펴본 성차가 일관적이지 않고 부족한 실정이기에 지속적인 추후 탐색이 필요할 것으로 보인다.

마지막으로 본 연구에서의 제한점을 바탕으로 추후 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 대상은 서울과 경기지역에 소재한 중·고등학교의 재학생으로 한정되어 연구결과를 전체 청소년 집단에 일반화하기에는 한계가 있다. 따라서 후속연구에서는 수도권 이외에도 다양한 지역에서 표집이 이루어져야 할 것이다. 둘째, 본 연구에서는 자기지향 완벽주의가 남학생들의 자기수용 수준을 낮추며 사회불안 수준을 높이는 것으로 나타났다. 하지만 최근에는 자기지향 완벽주의의 특성에 대

해 다양한 논의가 이루어지고 있다. 한편에서는 자기지향 완벽주의를 자신의 행동에 대해 스스로 기준과 목표를 설정하고 이를 위하여 최선의 노력을 다하려 한다는 점에서 적응적인 완벽주의로 간주하기도 한다. 또 다른 측면에서는 '건강한 완벽주의'라는 것은 성립할 수 없으며, 완벽주의가 적응적으로 작용한다고 볼 수 있는 기준점이 모호하다는 관점도 존재한다(Greenspan, 2000). 따라서 추후 연구를 통해 자기지향 완벽주의와 그 영향력에 대해 심층적으로 알아볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서는 청소년의 사회불안에 영향을 미칠 수 있는 요인으로 개인 내적 요인인 완벽주의와 자기수용을 살펴보았다. 그러나 청소년의 사회불안에는 가족 환경(Johnson, Inderbitzen-Nolan & Schapman, 2005), 사회적 외상경험(박은정, 하은혜, 2007), 사회적 지지(Ham, Hayes & Hope, 2005) 등 환경적 요인도 영향을 미치는 것으로 밝혀진 바 있다. 그러므로 후속 연구에서는 환경적 요인을 함께 고려하여 사회불안이 나타나는 구조를 확인하는 것이 요구된다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 완벽주의가 사회불안에 영향을 미치는 과정에서 자기수용의 중요성을 밝히고, 성별에 따라 매개하는 양상이 다르다는 것을 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 이를 통해 청소년의 사회불안을 완화하기 위해서 자기 자신에 대한 수용적인 태도를 함양할 수 있는 프로그램을 개발하고, 성별에 따라 차별적인 중재 방안을 마련하는 데에 기초자료로 사용될 수 있기를 기대한다.

참고문헌

구훈정, 양은주, 권정혜 (2014). 사회불안이 사회자본형성에 미치는 영향: 온-오프라인 자기불일치와 의사소통 유능감의 이중매개효과검증. **한국심리학회지: 학교,** 11(2), 377-405.

기효정, 홍혜영 (2016). 중학생이 지각한 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향: 수치심의 매개효과. **청소년시설환경,** 14(3), 85-99.

김복인, 이인수 (2013). 청소년이 지각한 부모 공감과 행복과의 관계: 자기수용의 매개효과. **청소년학연구, 20**(6), 195-218.

김사라형선 (2005). **어머니의 완벽주의와 아동의 무조건적 자기수용 및 우울, 불안 간의 관계.** 한양대학교 대학원 박사학위 청구논문.

김사라형선 (2012). 청소년의 대인관계와 우울, 불안의 관계에서 자기수용의 조절효과. **아동학회지,** 33(3), 119-130.

김선은 (2011). **남녀 고등학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계: 자기비난의 매개효과.** 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.

김신나, 성영혜 (2006). 아동의 완벽주의에 따른 대인관계성향. **아동연구,** 19(1), 29-58.

김은정 (2000). **사회공포증: 남 앞에 나서기가 힘들어요.** 서울: 학지사.

김정민, 이정희 (2008). 아동, 청소년상담: 또래수용, 우정의 질 및 학업수행이 청소년의 사회불안과 우울 증상에 미치는 영향. **상담학연구,** 9(4), 1747-1767.

김주환, 김민규, 홍세희 (2009). **구조방정식모형으로 논문쓰기.** 서울: 커뮤니케이션북스.

김지윤, 이동귀 (2013). 대학생의 사회부과 완벽주의와 주관적 안녕감의 관계에서 무조건적 자기수용과 자기개념 명확성의 매개효과 검증. **상담학연구,** 14(1), 63-82.

박영희 (2005). **아동의 사회불안 및 자기효능감이 학교생활 적응에 미치는 영향.** 경북대학교 대학원 석사학위 청구논문.

박은정, 하은혜 (2007). 청소년의 사회적 외상경험과 사회불안의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과. **한국청소년연구,** 18(3), 59-78.

서은경 (2011). **수퍼바이지의 완벽주의와 개인 수퍼비전 작업동맹의 관계: 수치심, 자기수용, 인지대처의 매개효과.** 이화여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.

성미향, 홍혜영 (2014). 중학생의 자기불일치가 인터넷 중독에 미치는 영향: 일상생활

스트레스와 사회불안의 매개효과. **청소년학연구, 21**(11), 247-270.

송영희 (2006). **부모의 양육태도 및 아동의 사회불안과 친구관계의 질.** 숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.

송은영 (2005). **청소년의 외상경험, 완벽주의 성향 및 부정적 사고가 사회불안에 미치는 영향.** 숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.

안현선, 박성연 (2010). 행동억제와 완벽주의가 여고생의 사회불안에 미치는 영향. **인간발달연구, 17**(1), 209-225.

양경미 (2013). 남·녀 대학생의 신체 이미지, 완벽주의, 강박증이 우울에 미치는 영향. **스트레스연구, 21**(1), 1-11.

양재원, 양윤란, 오경자 (2008). 아동, 청소년기 사회불안의 측정. **한국심리학회지: 임상, 27**(4), 861-878.

오경자, 양윤란 (2003). 청소년기 사회불안의 발생과 유지의 심리적 기제 1. **한국심리학회지: 임상, 22**(3), 557-576.

윤정민, 김정민 (2008). 아동의 완벽주의가 불안에 미치는 영향에 대한 스트레스 대처행동의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20**(3), 863-883.

이기은, 조유진 (2009). 성인애착과 무조건적 자기수용이 대학생의 사회불안에 미치는 영향: 사회불안 중 부정적 평가에 대한 두려움을 중심으로. **인간발달연구, 16**(2), 191-204.

이동훈, 고명건, 권해수, 김동일, 김명권, 김명식, 최태산 외 (2013). **정신건강과 상담.** 서울: 학지사.

이미현 (2014). 청소년의 성에 따른 완벽주의 및 부모·또래애착이 우울에 미치는 영향. **한국청소년연구, 25**(4), 87-112.

이미화, 류진혜 (2002). 완벽주의 성향의 순기능과 역기능-성취목표, 스트레스, 심리적 안녕감, 우울과 관련하여. **청소년학연구, 9**(3), 293-316.

이승연, 김희화 (2015). 초기 청소년의 성별에 따른 사회불안에 대한 부모의 과잉간섭과 친구관계 질의 상호작용효과. **청소년시설환경, 13**(1), 85-94.

이재연 (2004). **아동의 완벽주의 성향 및 스트레스 대처행동과 분노표현과의 관계.** 숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.

이찬희, 조영아 (2015). 부모의 자율성지지가 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향:

자기수용의 매개효과. **청소년학연구, 22**(11), 163-188.

임강희, 김정민, 정혜경 (2016). 청소년의 사회불안이 인터넷 게임 몰입에 미치는 영향. **한국가정관리학회지, 34**(3), 85-94.

장은서, 최연실 (2013). 초등학생이 지각한 어머니의 자녀에 대한 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향: 자기수용의 매개효과. **정서 · 행동장애연구, 29**(1), 373-394.

정문경, 오은주 (2015). 청소년의 사회불안과 삶의 만족도간의 관계에서 정서억제와 지각된 사회적지지의 매개효과. **청소년학연구, 22**(7), 335-361.

정윤주 (2012). 아동의 자기지향 및 사회부과 완벽주의와 우울, 불안 간 관계에 대한 자아존중감의 매개효과. **Family and Environment Research, 50**(1), 15-28.

정은영, 신희천 (2014). 수치심 경험이 우울에 미치는 영향: 자기수용의 조절효과. **상담학연구, 15**(1), 183-194.

조성연, 조한익 (2014). 불확실성에 대한 인내력 부족 및 지각된 통제감이걱정에 미치는 영향: 부정적 문제 지향의 매개효과 검증. **상담학연구, 15**(5), 1647-1669.

최선윤, 이지민 (2008). 어머니의 우울과 청소년의 자아존중감이 청소년의 사회불안에 미치는 영향. **한국생활과학회지, 17**(5), 835-845.

최영숙, 김정민 (2008). 비합리적 신념과 사회적 지지가 청소년의 사회불안에 미치는 영향. **한국가정관리학회지, 26**(2), 103-114.

추미례, 이영순 (2014). 무조건적 자기수용 척도 타당화. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26**(1), 27-43.

한정숙, 최승원, 김미리혜 (2014). 사회부과 완벽주의 및 자기지향 완벽주의와 사회불안의 관계. **한국심리학회지: 건강, 19**(3), 791-816.

Ashby, J. S., Rice, K. G., & Martin, J. L. (2006). Perfectionism, shame, and depressive symptoms. *Journal of Counseling and Development, 84*(2), 148-156.

Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. (2001). Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of Rational Emotive and Cognitive Behavior Therapy, 19*, 163-176.

Clark, D. M. (2001). A cognitive perspective on social phobia. In W. R. Crozier & L. E. Alden (Eds.), *International handbook of social anxiety: Concepts, research and interventions relating to the self and shyness* (pp. 405-430).

John Wiley & Sons Ltd.

Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69-93). New York: The Guilford Press.

Cox, S. L., & Chen, J. (2015). Perfectionism: A contributor to social anxiety and its cognitive processes. *Australian Journal of Psychology, 67*(4), 231-240.

Cross, S. E., & Madson, L. (1997). Models of the self: Self-construals and gender. *Psychological Bulletin, 122*(1), 5-37.

Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. (2006). Self-discipline gives girls the edge: Gender in self-discipline, grades, and achievement test scores. *Journal of Educational Psychology, 98*(1), 198-208.

Ellis, A. (1977). Psychotherapy and the value of a human being. In A. Ellis, & R. Grieger (Eds.), *Handbook of rational-emotive therapy* (pp. 99-112). New York: Springer.

Ellis, A., & MacLaren, C. (2007). **합리적 정서행동치료.** (서수균, 김은희 역.). 서울: 학지사. (원저 1998 출판)

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, 21*(2), 119-138.

Flett, G. L., Hewitt, P. L., Besser, A., Su, C., Vaillancourt, T., Boucher, D. et al. (2016). The child–adolescent perfectionism scale: Development, psychometric properties, and associations with stress, distress, and psychiatric symptoms. *Journal of Psychoeducational Assessment, 34*, 634-652.

Flett, G. L., Hewitt, P. L., Boucher, D. J., Davidson, L. A., & Munro, Y. (2000). *The child and adolescent perfectionism scale: Development, validation, and association with adjustment.* Unpublished manuscript.

Greenspan, T. S. (2000). Healthy perfectionism is an oxymoron. *Journal of Secondary Gifted Education, 11*(4), 197-208.

Ham, L., Hayes, S. A., & Hope, D. A. (2005). Gender differences in social support for socially anxious individuals. *Cognitive Behaviour Therapy, 34*(4), 201-206.

Hamacheck, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Journal of Human Behavior, 15*, 27-33.

Hewitt, P. L., Caelian, C. F., Flett, G. L., Sherry, S. B., Collins, L., & Flynn, C. A. (2002). Perfectionism in children: Associations with depression, anxiety, and anger. *Personality and Individual Differences, 32*(6), 1049-1061.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(3), 456-470.

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W. et al. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(6), 1303-1325.

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, 9*(5), 630-644.

Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive Behaviour Therapy, 36*(4), 193-209.

Johnson, H. S., Inderbitzen-Nolan, H. M., & Schapman, A. M. (2005). A comparison between socially anxious and depressive symptomatology in youth: A focus on perceived family environment. *Journal of Anxiety Disorders, 19*(4), 423-442.

La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology, 26*(2), 83-94.

Lundh, L. G. (2004). Perfectionism and acceptance. *Journal of Rational Emotive*

and Cognitive Behavior Therapy, 22(4), 251-265.

Rose, A. J., & Rudolph, K. D. (2006). A review of sex differences in peer relationship processes: Potential trade-offs for the emotional and behavioral development of girls and boys. *Psychological Bulletin, 132*(1), 98-131.

Scott, J. (2007). The effect of perfectionism and unconditional self-acceptance on depression. *Journal of Rational Emotive and Cognitive Behavior Therapy, 25*(1), 35-64.

Sturman, E. D., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Rudolph, S. G. (2009). Dimensions of perfectionism and self-worth contingencies in depression. *Journal of Rational Emotive and Cognitive Behavior Therapy, 27*(4), 213-231.

Sumi, K., & Kanda, K. (2002). Relationship between neurotic perfectionism, depression, anxiety, and psychosomatic symptoms: A prospective study among Japanese men. *Personality and Individual Differences, 32*(5), 817-826.

Tallis, F., Eysenck, M., & Mathews, A. (1992). A questionnaire for the measurement of nonpathological worry. *Personality and Individual Differences, 13*(2), 161-168.

Tillfors, M., Persson, S., Willén, M., & Burk, W. J. (2012). Prospective links between social anxiety and adolescent peer relations. *Journal of Adolescence, 35*(5), 1255-1263.

Wei, M., Mallinckrodt, B., Larson, L. M., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, depressive symptoms, and validation from self versus others. *Journal of Counseling Psychology, 52*(3), 368-377.

ABSTRACT

The effects of perfectionism on adolescent social anxiety: Mediation by self-acceptance

Lim, JungHa* · Song, Jieun** · Kwak, Taehee** · Baek, Jimin** · Kwon, Ohyeon**

The purpose of this study was to investigate the mediating effects of self-acceptance in the relationship between perfectionism and social anxiety amongst adolescents. A total of 386 middle and high school students in Seoul and Gyeonggi area participated in the study. The data were analyzed using t-tests, Pearson's correlations, structural equation modeling and multi-group analysis. The results were as follows. First, adolescent girls reported higher levels of SOP(self oriented perfectionism) than adolescent boys. The levels of SPP(socially prescribed perfectionism), self-acceptance and social anxiety were not significantly different as a function of gender. Second, there was a full mediating effect of self-acceptance in the relationship between SPP and social anxiety. Third, the relationship between SPP and social anxiety was fully mediated by self-acceptance in both adolescent boys and girls, whereas the relationship between SOP and social anxiety was fully mediated by self-acceptance only in adolescent boys. These results suggest that self-acceptance needs to be considered as a means of decreasing social anxiety when designing programs and counselling for adolescents.

Key Words: adolescents, perfectionism, self-acceptance, social anxiety

투고일: 2017. 6. 9, 심사일: 2017. 7. 28, 심사완료일: 2017. 8. 10

* Department of Home Economics Education, Korea University
** Department of Human Ecology, Graduate School of Korea University