

석사학위 청구논문
2016학년도

대학생의 평가염려 완벽주의와
학업 지연행동의 관계 :

성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과 검증

The Relationship between Evaluative Concerns
Perfectionism and Academic Procrastination :
The Mediating Effect of Conscientiousness
and Maladaptive Cognitive Emotion Regulation Strategies

광운대학교 대학원
산업심리학과
이 승 아

대학생의 평가염려 완벽주의와

학업 지연행동의 관계 :

성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과 검증

지도교수 이 상 희

이 논문을 석사 학위논문으로 제출함

2016년 12월 일

광운대학교 대학원

산업심리학과

이 승 아

이승아의 심리학 석사 학위논문을
인준함

심사위원장 이 병 관 인

심사위원 김 신 우 인

심사위원 이 상 희 인

광운대학교 대학원

2016년 12월 일

차 례

표 차례	iii
그림 차례	iv
국문 초록	v

I. 서론

1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	7

II. 이론적 배경

1. 평가염려 완벽주의	8
2. 성실성	11
3. 부적응적 인지적 정서조절 전략	13
4. 학업 지연행동	15
5. 각 변인 간 관계	18

III. 연구설계

1. 연구모형	28
2. 연구문제와 연구가설	29

IV. 연구방법

1. 연구대상	31
2. 연구절차	32

3. 측정도구	33
4. 분석방법	37
V. 연구결과	
1. 모형 검증을 위한 기술 통계 및 상관 분석	39
2. 연구모형 및 효과 검증	42
VI. 논의 및 제한점	
1. 논의	51
2. 의의 및 제한점	57
참고문헌	62
부록	78
ABSTRACT	87

표 차 례

<표Ⅳ-1> 연구 참여자들의 인구통계학적 특성	31
<표Ⅳ-2> 평가염려 완벽주의 척도의 구성	34
<표Ⅳ-3> 성실성 척도의 구성	35
<표Ⅳ-4> 부적응적 인지적 정서조절 전략 척도의 구성	37
<표Ⅴ-1> 주요 잠재변인의 평균, 표준편차 및 상관	39
<표Ⅴ-2> 측정변인의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 및 측정변인 간의 상관	41
<표Ⅴ-3> 초기 연구모형의 적합도 지수	42
<표Ⅴ-4> 수정지수(Modification Index)	43
<표Ⅴ-5> 수정된 연구모형의 적합도 지수	44
<표Ⅴ-6> 측정모형의 요인 부하량	44
<표Ⅴ-7> 연구모형과 경쟁모형의 적합도 비교	46
<표Ⅴ-8> 연구모형의 경로계수	47
<표Ⅴ-9> 연구모형의 총효과 분해 및 간접효과	50
<표Ⅴ-10> 연구모형의 개별 매개효과	51

그 립 차 례

[그림Ⅲ-1] 연구모형	28
[그림Ⅲ-1] 경쟁모형	29
[그림Ⅴ-1] 최종모형	47
[그림Ⅴ-2] 부적응적 인지적 정서조절 전략 억제효과 검증	48

국 문 초 록

대학생의 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동의 관계 : 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과 검증¹

이 승 아

본 연구에서는 대학생의 평가염려 완벽주의가 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략을 매개로 학업 지연행동에 영향을 미치는 구조방정식 모형을 설정하여 변인 간 관계를 확인하고자 하였다. 그 방법으로, 국내 대학생 358명(남 160명, 여 198명)을 대상으로 온라인 및 오프라인 설문을 실시하였다. 평가 도구는 학업 지연행동 척도(Aitken Procrastination Inventory; API), 평가염려 완벽주의 척도(Hewitt과 Flett MPS 중 사회부과 완벽주의, Frost MPS 중 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심), 성격 5요인 척도(Revised NEO Personality Inventory; NEO-PI-R) 중 성실성 척도 그리고 인지적 정서조절 전략(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire; CERQ) 중 부적응적 인지적 정서조절 전략 척도를 사용하였다. 모형을 검증하기에 앞서 본 연구의 변인들 간 상관관계를 SPSS 18.0을 사용하여 확인하였고, AMOS 23.0을 사용하여 모형의 적합성 및 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동 간 관계에서 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과를 검증하였다. 연구 결과는 다음과 같았다. 첫째, 본 연구에서 설정한 연구 모형은 적합한 것으로 나타나 국내 대학생들의 학업 지연행동을 설명하기에 적합한 것으로 나타났다. 둘째, 구조방정식 모형을 통해 자료를 분석한 결과 변인 간 각각의 직접 경로는 모두 유의하였으나, 부적응적 인지적 정서조절 전략이 학업 지연행동으로 가는 경로는 억제효과를 추정하였다. 셋째, 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동 사이의 성실성, 부적응적

¹ 본 연구는 '장훈장학회'로 부터 후원을 받아 '인바이트(www.invight.co.kr)'에서 300부의 자료를 수집하였다.

인지적 정서조절 전략의 매개효과를 확인하였다. 이를 위해 부트스트랩(Bootstrap) 검증 및 Sobel 검증을 실시하였고, 각각의 간접 경로는 모두 유의한 것으로 확인하였다. 따라서 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동 사이에 성실성은 부분 매개효과가 있었으며, 부적응적 인지적 정서조절 전략은 억제효과가 있었음을 확인하였다. 마지막으로, 연구결과를 토대로 본 연구의 의의 및 제한점을 논의하였다.

핵심어 : 평가에 대한 염려, 완벽주의, 성격 5요인, 성실성, 인지적 정서조절 전략, 학업 지연행동

I. 서론

1. 연구의 필요성

시간이 귀중하게 여겨지는 현대사회에서 자신에게 주어진 일을 특별한 이유 없이 미루는 행동인 ‘지연행동’은 개인과 사회에 많은 불편함을 가져다 줄 수 있지만 다양한 사람들에게서 볼 수 있는 보편적인 현상이다. 예를 들면, 지연행동은 마감 기한이 중요시되는 직장에서도 발생할 수 있다. Harris와 Sutton(1983)에 의하면 직장인의 업무 지연 행동은 업무의 난이도가 높거나 수행하기 모호해서 완성하기 어렵다고 느낄 때 혹은 업무 완료 시 주어지는 보상이 적을 때 일어날 수 있다. 그래서 해야 할 일을 미루면 삶의 질이 떨어질 수 있고 심각한 경우 그 대가로 직장을 잃을 수도 있음에도 불구하고 미루는 행동은 종종 일어나곤 한다. 또한 어떤 사람들은 요금이나 세금 납부 지연으로 인한 금전적 손실이 있을 수 있음에도 지연행동을 한다(Kasper, 2004). 이처럼 지연행동은 우리 삶에 널리 퍼져있는 친숙한 문제이다(Steel, 2007). 그 중에서도 특히 대학생에 대한 지연행동 연구가 활발한데, McCown와 Robers(1994)는 18세부터 77세에 이르는 다양한 연령대 중에서도 20대의 지연행동이 가장 많은 것으로 보고하였다. Steel(2007)은 일반 성인의 경우 20%가 일상의 업무에서 만성적인 지연행동을 보였으며, 대학생은 약 70~ 95%가 지연행동을 보인다고 하였다. 특히, 만성적이며 심각한 지연행동을 경험하고 있는 대학생은 무려 20~ 39%를 차지한다고 하였다(Ferrari, Johnson, & McCown, 1995; McCown & Johnson, 1991; Solomon & Rothblum, 1984). Ellis와 Knaus(1977)는 학업 지연행동이 대학생에게서 흔히 볼 수 있는 문제라 하였고, Solomon과 Rothblum(1984)의 연구에서는 약 50% 정도의 대학생

들이 자신을 학업 지연행동자로 보고하였다. 국외에서의 연구와 마찬가지로, 국내에서도 대학생의 학업 지연행동에 관한 발생빈도는 높은 것으로 드러났다. 국내 선행연구에서는 대학생들의 학업 지연행동은 발생빈도가 높고 지연행동으로 인해 어려움을 호소하는 경우도 많다고 하였다(윤숙경, 1996). 또한 여자 대학생들을 대상으로 한 선행 연구는 리포트 작성하기, 시험공부 하기, 읽어 오기 과제에서 30% 이상이 늘 또는 거의 지연행동을 한다고 보고하였고, 40% 이상이 시험공부 할 때 지연행동을 늘 또는 거의 문제로 생각했으며, 80% 이상의 대학생들이 시험공부 할 때 자신의 지연행동을 바꾸기를 희망한다고 하였다(박승호, 서은희, 2005).

지연행동에 관한 연구는 주로 일반적 지연행동(General procrastination)과 학업적 지연행동(Academic procrastination)으로 나뉘는데(김광숙, 김정희 2007), 학업 지연행동이 성인 특히 20대에서의 높은 발생률뿐만 아니라 다양한 문제를 호소한다는 점에서 대학생의 학업 지연행동에 관한 연구가 중요할 것으로 보인다. 이제까지의 연구를 살펴보면 일반적 지연행동보다 학업적 지연행동이 더 많이 연구되고 있지만(Saddler & Sacks, 1993), 아직도 대학생들의 학업 지연행동에 대한 적절하고 효과적인 개입이 어려운 실정이므로 이와 관련된 연구가 지속적으로 필요하다(강혜자, 2011).

지연행동은 오늘날의 대부분의 사람들에게 있어 그에게 부과된 사회적 기대에 부합하지 못하는 부적응적 행동으로 여겨질 수 있다. 신명희, 박승호 그리고 서은희(2005)는 학업 지연행동이 대학생의 학업 성취에 영향을 미치는 중요한 요인이라 하였다. 또한 지속적인 지연 행동을 보이는 사람은 후회, 절망과 자기비난(Burka, & Yuen, 1983), 우울, 불안과 비합리적 신념 그리고 낮은 자아존중감(Solomon & Rothblum, 1984), 스트레스(Ferrari, 1991; Haycock, McCarthy, & Skay, 1998), 죄책감(Blunt & Pychyl, 2005), 수치심(Fee & Tangney, 2000)과 같은 심리적 문제와 함께, 학업 수행의 저하(추상엽, 2008;

황임숙, 2008) 및 학업성취도의 저하(신명희 등, 2005; Ferrari et al., 1995; Wesley, 1994) 그리고 대인관계 문제 및 건강상의 문제(Silver & Sabini, 1981)를 호소할 수 있다. 이처럼 지연행동은 개인의 삶에 전반적으로 악영향을 미칠 수 있는 것으로 드러났다(Flett, Blankstein, & Martin, 1995). 하지만 그 원인으로서는 단순한 게으름, 미루는 습관이나 시간관리 기술의 부족 문제가 아니라 인지적, 행동적, 정서적 요소들의 복합적인 상호 작용에 의한 것으로 밝혀지고 있어(Solomon & Rothblum, 1984; Fee & Tangney, 2000; Watson, 2001), 그에 대한 기제와 그 상호작용을 밝혀내는 것이 필요하다.

현재까지 지연행동에 대한 원인으로 밝혀진 변인들은 다양하다. Steel(2007)은 지연행동에 대한 연구들을 메타 분석하여 지연행동이 신경증, 감각추구충동성, 우울, 주의산만과 정적 상관을 보이고, 자기효능감, 자기통제, 조직화, 성취동기와는 부적 상관을 보임을 밝혔다. 이 밖에도 과제에 대한 혐오(Steel, 2007; Solomon & Rothblum, 1984), 실패공포(김환, 1999; 한영숙, 2011), 완벽주의적 성향(계수영, 2009; 박재우, 권정혜, 1998; 한영숙, 2011; 이미라, 오경자, 2009; Hewitt & Flett, 1991), 스트레스 대처방식(최지연, 2001), 평가불안(Haycock, McCarthy, & Skay, 1993; Rothblum, Solomon, & Murakami, 1986), 성취목표지향성(Howell & Watson, 2007), 통제소재(이은정, 2002) 등이 지연행동에 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 대학생들에게 심리적, 학업적 영향을 미치는 지연행동의 원인에 대한 탐색은 보다 용이한 상담적 조력을 위해 지속적으로 필요할 것으로 보인다.

이제까지의 학업 지연행동에 대한 연구는 주로 완벽주의와 관련하여 많은 연구가 이루어져 왔다. 완벽주의는 높은 자기 기준을 가지고 자신의 수행을 평가하는 것(Frost, Marten, Lahart & Rosenblate, 1990)으로, Ferrari(1992)에 의하면 완벽주의적 경향이 있는 사람들이 지연행동을 보이는 이유는 가능한 더 좋은 결과를 얻기 위해 시간을 미루는 것이라 하였다. 만성적인 지연행동을

하는 사람들과 완벽주의적 성향의 사람들을 함께 조사한 한 연구에서는, 두 집단이 서로 유사하게 비합리적 신념을 갖고 있음이 나타났다(Flett, Blankstein, Hewitt & Koledin, 1992). 하지만 완벽주의와 지연행동의 연구결과는 항상 일관된 결과를 보여주지는 않았는데, 이는 초기의 완벽주의가 주로 부정적인 단일 차원의 성격으로 정의되었기 때문이다(Burns, 1980; Pacht, 1984). 하지만, 90년대 이후로 완벽주의는 다차원적인 측면으로 다시 정의되었고(Frost et al., 1990; Hewitt & Flett, 1991), 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의의 독립적인 두 차원으로 구분하여 이해되고 있다(남궁혜정, 이영호, 2005; Dunkley, Blankstein, Halsall, Williams & Winkworth, 2000; Rice, Ashby & Slaney, 1998; Slaney, Ashby & Trippi, 1995). Dunkley 등(2000)에 의하면 완벽주의는 ‘개인기준 완벽주의’와 ‘평가염려 완벽주의’로 나뉘며, 이는 주로 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의로 설명된다(김윤희, 서수균, 2008). 개인기준 완벽주의는 타인의 인정이나 부정적 평가에 대한 두려움(Hewitt & Flett, 1991)보다는 자신에 대한 높은 기준과 목표를 성취하려는 적응적 특성을 지닌 반면, 평가염려 완벽주의는 평가 장면이나 자기 개념이 불안정할 때 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 자기 비난을 특징으로 하는 부적응적인 특성을 보인다.

이를 고려해 보면, 평가염려 완벽주의 성향을 지닌 사람들은 자신의 목표와 성취를 위한 완벽함을 추구하려는 것이 아니라 타인으로부터 받을 수 있는 비난을 피하기 위해 자신의 결점을 최대한 없애려는 것으로 보인다. 이에 따라 타인의 평가에 대해 두려움을 가진 개인은 위기감이 느껴지는 과제를 회피하는 경향을 보일 것이며(Marks, 1969), 이는 지연 행동으로 나타날 것임이 예상된다. 하지만 평가염려 완벽주의의 하위 요인인 사회부과적 완벽주의에서 학업 지연행동과 유의미한 연관성을 갖지 않는다는 보고도 잇따르고 있으며(김연실, 2000; 이은정, 2002; 김현정, 2003), 평가염려 완벽주의가 학업 지연행

동에 미치는 영향을 알아본 연구는 충분하지 않은 실정이다. 따라서 본 연구에서는 주요 타자 및 사회의 기준을 내면화하고 평가로 인한 두려움을 특징으로 하는 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동 간의 관계를 살펴볼 것이다.

또, 개인의 다양한 장면에서의 수행은 성격에 의해 영향을 받기도 한다(유태용, 1999). 개인의 수행 능력은 동기 혹은 기질적 요인 등에 의해서도 결정될 수 있지만 그 중에서도 성격이 주요한 영향을 미치는 것을 확인하였다(Borman, Hanson & Hedge, 1997). 국내 연구들을 메타분석 하여 성격 5요인과 수행간의 관계를 알아본 유태용과 민병모(2001)의 연구에서는, 성격 5요인 중 신경증, 외향성 그리고 성실성이 수행에 대한 유의미한 예측력을 가진다고 밝혔다. 또한 Salgado(1997)는 유럽지역에서의 성격 5요인과 수행과의 관계를 다룬 36개 연구들을 분석하였는데 수행행동의 종류와 상관없이 성실성과 신경증이 수행을 예측하는 타당한 변인 이었다. 이처럼 국내 및 해외에서의 성격 5요인과 수행과의 관계를 다룬 연구에서 모두 '성실성'과 '신경증'이 공통된 예측 요인으로 밝혀졌다. 이처럼, 학업 장면에서의 수행을 예측하기 위해서는 성격적 요인을 파악하는 것이 필요하다(김동일, 2012).

학업 지연행동의 부작용중 하나가 학업 수행 및 학업 성취라는 점을 고려할 때, 성격 5요인을 중심으로 학업 수행 간의 관계를 알아본 연구들(유태용, 1999; 안도희, 윤지민, 2009)은 성격과 지연행동이 연관성이 있음을 알아보는 데 도움이 될 것이다. 하지만 성격 5요인이 학업 지연에 미치는 영향을 알아본 연구는 아직 부족한 실정이며, 특히 지연행동에 큰 영향을 것으로 예상되는 '성실성'의 영향을 알아보는 것이 필요하다.

학업 지연행동에 영향을 미칠 수 있는 또 다른 요인으로, 부적응적 인지적 정서조절 전략을 들 수 있다. 인지적 정서조절 전략이란, 개인이 정서적 정보를 받아들일 때 사용하는 조절 및 대처 과정이다(Thompson, 1991). 인지적 정서조절 전략에는 크게 적응적 인지적 정서조절 전략과 부적응적 인지적 정서

조절 전략으로 총 9가지의 하위요인으로 구성된다. 적응적인 정서조절은 조망 확대, 수용, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점 변경, 긍정적 재평가로, 부적응적인 인지적 정서조절 전략은 자기비난, 타인비난, 반추, 파국화로 구성되어 있다. 선행연구에서는 평가염려 완벽주의의 하위요인인 사회부과적 완벽주의가 높은 사람들 중 정서를 강하게 경험하는 집단이 정신 건강에 어려움이 많았다는 연구(김아름, 이지연, 2011)와 사회부과적 완벽주의와 분노표현과의 관계에서 부적응적 인지전략이 매개하였다는 연구(고희경, 현명호, 2009) 등이 있다. 박지은(2015)의 연구에서는 사회부과 완벽주의와 학업 지연행동과의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과를 확인하였다.

인지적 조절능력을 부적응적으로 사용하는 사람들은 정서조절의 실패를 경험할 수 있으며 정서조절의 실패는 우울과 불안을 유발할 수 있다(Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2001). 지연행동은 우울과 불안을 유발할 수 있는 위험요인(Johnson, 1992)이기도 하지만, 역으로 우울로 인한 에너지 결여와 동기의 부족, 집중력 저하가 학습된 무력감을 유발하기도 한다. 지연행동은 우울, 불안 등과 같은 부정적 정서에 취약하므로(Flett, Hewitt, & Martin, 1995), 부적응적 인지 정서조절 능력을 보이는 사람은 지연행동을 보일 것으로 예상된다.

따라서 본 연구에서는 평가염려 완벽주의자가 학업 지연행동을 하는 데 있어 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략이 영향을 미치는지 알아보고자 한다. 이제까지 사회불안과 관련지어져 연구되었던 평가염려 완벽주의가 대학생들의 학업 지연행동에도 영향을 미치는지 알아본 연구는 상대적으로 드물었으며, 이를 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략이 유의미하게 매개하는지 함께 볼 것이다. 따라서 본 연구에서는 만성적인 학업 지연행동에 영향을 미칠 수 있는 성격적, 인지적 요인을 밝힘으로써 지연행동으로 인해 불편감을 호소하는 대학생들을 위한 효과적이며 실제적인 개입방법으로 활용할 수 있는 정보를 제공하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 설정한 변인인 평가염려 완벽주의, 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략 그리고 학업 지연행동 간 상관관계를 살펴볼 것이다.

둘째, 국내외 선행연구들을 근거로 완벽주의의 한 종류인 ‘평가염려 완벽주의’를 독립변인으로 설정하고 ‘성실성’과 ‘부적응적 인지적 정서조절 전략’을 매개변인으로, ‘학업 지연행동’을 독립변인으로 설정한 연구모형의 적합성을 국내 대학생들을 대상으로 밝히고자 한다.

셋째, ‘평가염려 완벽주의’에서 ‘학업 지연행동’에 이르는 경로에서 각 변인들 간의 가설적 직접경로가 유의한지 확인하여 변인들 간의 관계를 확인하고자 한다.

넷째, 본 연구를 위해 설계한 변인들의 개별 매개효과를 살펴봄으로써 실제 상담 장면에서 개입이 필요한 부분을 밝혀 효율적인 도움을 줄 수 있는 자료를 마련하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 완벽주의 이론과 평가염려 완벽주의

모든 인간은 완벽하고 싶어 하는 본성이 있으나(Rice, Ashby & Preusser, 1996; 한경희, 2012), 경쟁과 성취를 강조하는 현대사회에서 완벽주의는 개인에게 심리적 병리를 유발할 수 있는 특징으로 오랫동안 연구의 대상이 되어왔다(Hewitt & Flett, 1991). 완벽주의는 학자 간 다양한 정의를 가진다. Burns(1980)는 완벽주의를 ‘도달하기 어려운 목표를 높이 세우고 그 목표를 달성하기 위해 스스로를 채찍질하며, 자신의 가치를 성취와 결과로만 판단하는 것’으로, Frost 등(1990)은 완벽주의란 ‘지나치게 높은 기준을 정해 놓고 그에 맞추어 자신의 수행을 비판하는 것’이라 정의하였다. 이는 모두 다차원적 완벽주의 중 핵심적인 요소로 구성된 것으로, 높은 개인적 기준과 실수에 대한 염려를 포함한다. 그래서 완벽주의자들은 최선의 노력을 다했을지라도, 혹은 어떤 것을 성취하거나 적어도 어떤 일을 성공적으로 마쳤을 때에도 만족감을 잘 느끼지 못한다.

초창기에 완벽주의에 관한 연구는 완벽주의를 단일 차원적 접근으로 우울, 불안과 같은 심리적 부적응과 관련한 성격 특성으로 보았다(Burns, 1980). 그러나 1990년대 이후부터 완벽주의에 관한 연구는 다차원적인 측면으로 다시 정의되었는데, 일반적으로 많은 연구가 이루어진 것은 Frost 등(1990)에 의한 개념화와 Hewitt과 Flett(1991)에 의한 개념화로 양분되어진다. 먼저 Frost 등(1990)이 개발한 다차원적 완벽주의(Multidimensional Perfectionism Scale: Frost MPS; FMPS)는 완벽주의를 개인적 특성으로 ‘개인적 기준(Personal

standards; PS), 조직화(Organization: O), 실수에 대한 염려(Concern over mistakes; CM), 수행에 대한 의심(Doubts about actions; DA), 부모의 기대(Parental expectations; PE), 부모의 비판(Parental criticism; PC)'의 6가지 하위요인으로 나누었는데, 이 중 '실수에 대한 염려'와 '수행에 대한 의심'에서 각각 사회불안과 관련한 인지적, 신체적 반응(Juster, Heimberg, Frost, Holt, Mattia & Faccenda, 1996), 우울 및 사회불안(Frost et al., 1990)등과 관련이 있었다. 다음으로, Hewitt과 Flett(1991)은 완벽주의의 차원을 완벽주의적 행동의 대상이 자신에 대한 것인지, 타인에 대한 것인지 또는 완벽주의적 행동이 누구에게 귀인 되는지에 따라 '자기 지향적 완벽주의(Self-oriented perfectionism; SOP)', '타인 지향적 완벽주의(Other-oriented perfectionism; OOP)', '사회부과적 완벽주의(Socially prescribed perfectionism; SPP)'의 세 가지 차원으로 구성된 다차원적 완벽주의(Multidimensional Perfectionism Scale: Hewitt과 Flett MPS; HMPS)를 개발하였다(김현희, 김창대, 2011). 여기서 '사회부과 완벽주의'는 사회적으로 부여된 높은 기준에 도달하지 못함으로써 발생할 수 있는 실패를 두려워하는 것으로써 부끄러움, 부정적 평가에 대한 두려움, 사회적 자아존중감과 특히 관련이 있는 것으로 나타났다(Flett, Hewitt, & DeRosa, 1996).

이에 따라 완벽주의에 관한 연구는 적응적인 완벽주의와 부적응적인 완벽주의로 나뉘어 연구가 진행되었다. 여기서 완벽주의가 적응적인 것인지 부적응적인 것인지에 대한 조작적 정의는 논란이 있을 수 있다. 하지만 적응적인 완벽주의라면 긍정적인 측면들과 유의한 정적 상관을 기대할 수 있으며(Stoeber & Otto, 2006) 부적응적 완벽주의와는 부정적 측면과 정적 상관을 기대할 수 있을 것이다(Egan, Wade, & Shafran, 2011). 또한 Rice 등(1998)의 연구에서는 완벽주의를 '현실적이고 합리적인 목표를 세워 그것을 향해 노력하면서 자존감의 향상과 자기만족을 느끼는 것'으로 정의되는 적응적 완벽주의와, '실패

에 대한 두려움과 다른 사람을 실망시키지 않으려는 생각으로 동기화되며 과도하게 높은 목표를 설정하는 것'인 부적응적 완벽주의로 나누었다. 또 Bieling, Israeli 그리고 Antony(2004)는 FMPS와 HMPS를 요인 분석한 결과, 두 가지 구조로 구성되어 있는 것을 발견했는데, 긍정적인 성취추구형(SOP, PS, O, OOP)와 부적응적인 평가염려형(CM, DA, PC, PE, SPP) 이었다. 또한 긍정적 완벽주의와 부적응적 완벽주의 척도를 모두 포함해 이러한 완벽주의의 두 가지 측면을 측정 가능한 Positive and Negative Perfectionism Scale (PANPS)가 있다(Terry-Short, Owens, Slade & Dewey, 1995).

Saboonchi와 Lundh(1997)의 연구에서는 FMPS와 HMPS를 통합하여 요인분석을 실시하였는데, 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심 그리고 사회적으로 부과된 완벽주의가 완벽주의의 한 형태로 통합되는 것을 발견하였다. 이는 그 특성에 따라 '평가염려 완벽주의(Evaluative Concerns Perfectionism)'라고 명명되었으며, 주로 불안, 특히 사회불안과 유의미한 정적 상관이 있음이 보고되었다(김민선, 서영석, 2009; Saboonchi & Lundh, 1997). 자기에 대한 지속적이고 엄격한 감시, 자신의 행동을 과도하게 비판적으로 평가, 성공적인 수행에도 불만족스러워하고 타인의 비판이나 기대를 습관적으로 염려하는 평가염려 완벽주의(김현희, 김창대, 2011)는 부적응적 완벽주의로 간주될 수 있다.

평가염려 완벽주의적 특성을 지닌 사람들은 타인에게 사랑과 인정을 받기 위해서는 항상 완벽한 수행을 해야 한다는 생각을 가지면서 자신의 수행에 대해서는 만족하지 못하는 경향이 있다. 따라서 이들은 부정적 정서를 더 자주 경험하며, 자기 가치감이 취약하고, 자신뿐만 아니라 타인에게도 만족하지 못하며 대인관계에서 빈번한 어려움을 경험한다(Dunkley et al., 2000). 그래서 본 연구는 부적응적 특성을 지니는 평가염려 완벽주의가 어떠한 특성을 지니는지 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략과 구조적 모형을 통해 알아보려 한다.

2. 성실성

성실성이란, 성격의 5요인 모델(Big Five Model 또는 Five Factor Model)의 한 구성요인으로 사회적 규칙, 규범, 원칙들을 성실히 지키려는 개인의 특성을 나타낸다(유태용, 김명언, 이도형, 1997). 성격의 5요인 모델은 그 요인의 명칭이 약간씩 다르게 사용되어 왔으나, 일반적으로는 신경증(Neuroticism: N), 외향성(Extraversion: E), 개방성(Openness: O), 친화성(Agreeableness: A), 성실성(Conscientiousness: C)으로 인식되고 있다(Goldberg, 1990).

성격의 5요인 모델 중 성실성은 총 6가지 하위요인으로 구성되어 있다. 첫째, 유능감(C1: Competence)은 신중하고, 현명하며, 효율적으로 일하는 능력 있는 사람으로 자기 자신을 스스로 평가하는 정도를 의미한다. 그래서 이 점수가 높은 사람은 자신의 인생을 잘 준비하고 있다고 느낄 수 있으며, 반대로 낮은 점수의 사람은 자신의 능력이 부족하다고 느끼거나, 자신이 스스로의 인생을 잘 준비하지 못한다고 느낄 수 있다. 둘째, 정연성(C2: Order)의 점수가 높은 사람들은 깔끔하고 정연하며, 단정하고 일을 잘 조직한다. 반대로 이 점수가 낮은 사람들은 일이나 물건 등을 깔끔히 잘 조직할 수 없고 스스로를 불규칙적이라 평가한다. 셋째, 충실성(C3: Dutifulness)은 양심에 의해 행동하는 정도를 말한다. 그래서 충실성의 점수가 높은 사람들은 자신의 도덕적 원칙 및 의무들을 엄격하게 고수하고 성실히 이행한다. 그래서 이 점수가 낮은 사람들은 그러한 의무에 보다 무신경한 태도를 보여 타인에게 신뢰받기 어려울 수 있다. 넷째, 성취갈망(C4: Achievement Striving)은 인생에 있어 나아가야 할 방향을 잘 설정하고 있으며 목표 지향적이고 부지런하다. 그래서 성취갈망 점수가 높은 사람들은 포부가 크고 자신의 목표를 달성하기 위해 노력하는 반면 낮은 사람들은 게으르고 야망이나 목적이 없고, 낮은 성취 수준에 머무를 수

있다 다섯째, 자기규제성(C5: Self-discipline)은 과제를 시작하고 또 그것을 완수해 내는 능력을 의미한다. 그래서 자기규제성의 점수가 높은 사람들은 완수해야 할 일에 동기화되며 일에 지루함을 느끼게 되어도 시작한 일을 완수해 낸다. 반면, 점수가 낮은 사람들은 하기 싫은 일을 시작하기 어렵고 쉽게 단념하고, 그 일로부터 벗어나기를 원한다. 마지막으로, 신중성(C6: Deliberation)은 먼저 주의 깊게 생각하고 행동할 수 있는 정도를 의미한다. 그래서 신중성의 점수가 높은 사람들은 조심성 있고 사려 깊지만, 낮은 사람들은 성급하고 결과에 대한 고려가 없이 말하거나 행동할 수 있지만, 또 자발적이고 빠른 결정을 내린다는 장점도 있다.

따라서 성실성에서 높은 점수를 얻은 사람들은 열심히 일하고, 체계적이며, 신뢰감을 주고, 열정적이며, 자기 자신에게 엄격하고 또 책임감이 강한 사람이라 할 수 있다. 그래서 성실성은 '신뢰성(Dependability)'(Tupes & Christal, 1961) 혹은 '성취의지(Will to Achieve)'라고도 불리며(Fiske, 1949), 성실성에서 낮은 점수를 받는 사람들은 끈기가 부족하고, 충동적이며, 성공에 대한 욕구가 낮고 또 결과에 대한 책임 의식이 부족하다고 할 수 있다(강은비, 2013).

성격 5요인 구조는 개인의 성격을 평가하는 종합적이고 경제적이며 합리적인 틀이라 할 수 있다(Caprara & Cervone, 2005). 안창규와 채준호(1997)에 의하면 한국인의 성격이 안정적인 5요인 구조를 이루고 있다고 하였고, McCrae, Terracciano와 그 외(2005)는 전 세계 51개 문화권 국가에서 대학생들을 대상으로 한 대규모 연구에서도 성격 5요인 구조의 일관성을 확인할 수 있었다. 이처럼 개인의 일관적인 성격적 특성은, 지속적인 행동특성에 속하는 학업 지연행동에 영향을 미치는 중요한 변인으로서 충분히 그 근거가 될 것으로 예상하였다.

3. 부적응적 인지적 정서조절 전략

인지적 정서조절 전략은 개인이 경험에서 정서적으로 각성된 정보를 다루는 조절 및 대처 과정을 통해 자기 자신의 정서와 감정을 조절하는 것이다. 이 전략은 정서에 압도되지 않고 이를 제어할 수 있는 것이기 때문에 정서적인 긴장을 느낄 때 주로 사용될 수 있다(Garnefski et al., 2001, Thompson, 1991). Garnefski 등(2001)에 의하면, 정서조절의 인지적 과정은 개인의 정서조절 과정에서 중요한 비중을 차지하는데 이는 정서경험을 재평가하거나 이를 통해 정서 경험의 강도를 조정함으로써 지속적으로 자신의 정서를 통제할 수 있도록 돕기 때문이다. 이러한 인지적 정서조절 전략은 개인마다 차이가 있을 수 있다. Garnefski와 Kraaij(2006)는 대부분의 사람들이 인지적 정서조절을 하지만 개인마다 정서적으로 반응하는 과정에서 사용하는 인지와 사고에는 차이가 있으며, 이에 따라 정서를 조절하는 방식 또한 다를 수 있음을 제안하였다. 뿐만 아니라 지금까지 이루어진 연구들 중 많은 연구들이 인지적 정서조절이 어떻게 이루어지느냐에 따라 정서의 조절이 적응적 양상 혹은 부적응적 양상으로 나타날 수 있다고 하였다. 또한 정서의 조절뿐만 아니라 전략상에서도 적응적인 전략과 부적응적인 전략으로도 나뉠 수 있다는 것을 보고하고 있다 (Gross, 2002; Joormann, Levens, & Gotlib, 2011). 인지적 정서조절 전략과 관련한 선행연구 결과들을 종합해보면, 적응적인 인지적 정서조절 전략의 하위변인은 자아 존중감과 정적인 관련이 있었고 불안과는 부적의 관계를 나타내었다(Carver, Scheier & Weintraub, 1989; Garnefski et al., 2001). 이에 반해, 부적응적 인지적 정서조절 전략을 주로 사용하는 사람들은 다른 전략을 사용하는 사람들에 비해 더 우울하고, 정서적 문제에 상처받기 쉬우며 또 낮은 정서적 안녕감과도 관련 있는 것으로 나타났다(Anderson, Miller,

Riger, Dill, & Sedikides, 1994; Nolen-Hoeksema, Parker, & Lason, 1994; Sullivan, Bishop, & Pivik, 1995).

인지적 정서조절 전략은 Lazarus(1966)의 스트레스-대처 연구에 근간을 두는데, 스트레스를 유발하는 사건이나 위협적인 일이 벌어지는 동안이나 후에 자신의 감정, 느낌을 조절하는데 기여한다(Garnefski et al., 2001). 스트레스 사건에 대처하는 기존의 전략들은 문제중심 대처와 정서중심대처로 구분되어 왔지만 이는 행동적 대처와 인지적 대처가 혼재되어 적절하게 개념적으로 구분되었다고 보기에 한계가 있었다. 이에 따라 인지적 과정 자체가 어떻게 정서조절 및 발달에 영향을 주는지 살펴보는데 어려움이 있었다(Compas, Orosan, & Grant, 1993).

Garnefski 등(2001)은 인지적 차원과 행동적 차원을 개념적으로 분리하고 인지적 차원을 중심으로 측정할 수 있는 인지적 정서조절 전략 척도를 개발하였다. 해당 척도는 총 9가지의 하위요인으로 구성되었으며 이를 다시 적응적 차원 및 부적응적 차원으로 분류하였다. 적응적인 인지적 정서조절 전략에는 조망 확대, 수용, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점변경 그리고 긍정적 재평가 등 5가지의 하위요인이, 부적응적인 인지적 정서조절 전략에는 자기비난, 타인 비난, 반추 그리고 파국화의 4가지 하위요인이 포함되었다. 본 연구에서는 부적응적인 정서조절 전략만이 연구에 포함되었으므로 이에 대해서만 살펴보기로 하겠다. 첫째로 반추(Rumination) 혹은 사고에 초점 두기(Focus on thought)는 부정적인 사건 및 그에 연관된 사고, 감정에 대해 지속적으로 생각하는 것을 의미한다. 이는 경험한 부정적인 사건에 대해서 자신의 생각이나 자신의 감정을 되짚어 생각하는 것뿐만 아니라 이에 빠져 있는 것을 포함한 개념이다. 기존 연구에 따르면 반추 및 사고에 초점 두기 전략은 높은 수준의 우울과 유의미한 관계를 가지고 있음이 보고되었다(Nolen-Hoeksema, Parker & Larson, 1994). 둘째로, 자기비난(Self-blame)은 스스로 겪은 사건 혹은 경

험에 대해 자기 자신을 비난하거나 자신의 실수에 집중하는 사고 전략을 의미한다. 자기비난을 주로 사용할 경우, 발생할 사건을 스스로의 잘못이라고 여기고 그 일에 대해서 자신이 책임을 져야한다고 생각한다. 자기비난에 대한 연구는 개인의 귀인양식과 함께 연구되는 경우가 많은데, 우울 및 기타 정신 병리와 관련성을 보여주지만 일관되지 않은 결과들이 많다(Anderson et al., 1994). 셋째로, 타인비난(Blaming others)은 스스로 경험한 사건에 대해 타인을 비난하는 사고 전략을 의미한다. 이는 기본적으로 그 일의 원인이 외부, 즉 타인에게 있다고 생각하는 것인데, 위협적인 사건을 경험한 집단의 경우 타인을 비난하는 사고전략은 낮은 정서적 안녕감과 관련된 것으로 보고되었다(Tennen & Affleck, 1991). 마지막으로, 과국화(Catastrophizing)는 자신의 경험 중 특히 두려워하고 공포스러운 부분을 확대하여 이를 강조하는 사고 전략이다. 여기에는 자신이 타인들에 비해 굉장히 부정적인 경험을 하였으며, 이것을 최악이라고 평가하는 사고가 포함된다. 과국화와 관련된 연구들은 일반적으로 과국화 전략이 우울과 정서적 고통, 그리고 부적응과 관련된다는 연구결과를 보고하였다(Sullivan, Bishop & Pivik, 1995).

4. 학업 지연행동

지연행동(Procrastination)에 대한 정의는 연구자에 따라 정의가 조금씩 다르다. Lay(1986)는 ‘과제의 시작과 완성을 불필요하게 미루는 것’으로, Solomon과 Rothblum(1984)는 ‘주관적인 불편감을 느낄 때까지 불필요하게 과제를 미루는 행동’으로, 그리고 Klingsieck(2013)와 Steel(2007)은 ‘개인이 해야 할 일에 대한 불필요한 지연’으로 지연행동을 정의하였다. 지연행동은 일상생활 및

학업적 상황(Milgram, Mey-Tal, & Levison, 1998) 그리고 직장 내(Harris & Sutton, 1983)에서도 발생할 수 있으며, 학업적 상황에서 지연행동이 나타난다면 이는 학업 지연행동이라 할 수 있다(Saddler & Sacks, 1993). 학업 지연행동에 대한 정의는 학업 과제를 미루는 행위(Burka & Yuen, 1983), 완료해야 할 과제를 미루는 비합리적 경향성(Lay, 1986) 등이 있다.

지연행동은 특히 학업장면에서 더욱 빈번하게 나타나는데, 이는 다양한 연령대 중에서도 20대의 지연행동이 가장 두드러지게 나타나기 때문일 것이다(McCown & Robers, 1994). 또한 그중에서도 대학생들에게서 학업 지연행동이 많이 발견되는 이유 중 하나는 상대적으로 자율적인 학습 환경이다(유지원, 강명희, 김은희, 2013; Klingsieck, Fried, Horz & Hofer, 2012). Steel(2007)에 의하면 대학생의 70~95%가 학업 지연행동을 보였다고 하였고, 우리나라의 경우에도 윤숙경(1996)에 의하면 대학생들이 교재 읽어오기에서 66.3%, 시험공부에서 51%, 보고서 쓰기에서 46.4%의 학생들이 '거의 언제나 미룬다' 혹은 '언제나 미룬다'로 응답했다고 하였다.

지연행동이 발생하는 이유는 단순한 게으름 때문이 아니라 과제를 수행하려고 하나 생각대로 행동이 따라가지 않기 때문이다(Steel & Funnell, 2001). 특히 학업 지연행동을 보이는 학생들은 학업 외의 다른 행동에 쉽게 빠져들며(Ferrari et al., 1995), 과제를 완성하는 전체 시간을 과소평가하는 경향(Aitken, 1982)이 있어 시간을 덜 투자하는 등 학업수행에 필요한 노력과 시간의 양과 질이 부족해질 수 있다(Ferrari & Tice, 2000). 즉, 학업 지연행동을 하는 대학생들은 그렇지 않은 학생들에 비해 상대적으로 과제를 준비하는데 있어 집중 및 계획에 어려움을 겪기 쉽다. 이는 성공적인 학업 성취를 방해하여 낮은 성적을 받거나(Moon & Illingworth, 2005), 수강을 취소하는 등의 학업 문제의 원인이 될 수 있다(Solomon & Rothblum, 1984; Lay et al., 1993; Scher & Osterman, 2002). 이밖에도 지연행동문제를 호소하는 경우, 대인관계

문제나 건강상의 다양한 문제를 함께 보이는 경향이 있었다(Silver & Sabini, 1981).

또한 지연행동은 다양한 심리적 건강과도 관련되어 있었다. 만성적인 지연행동을 보이는 사람은 목표를 수행하지 않았다는 이유로 불안을 느끼거나(홍승일, 현명호, 2005; Lay & Silverman, 1996), 자기 비난으로 인한 우울감(이민규, 김근홍 1998; Flett et al., 1996) 및 자아존중감의 저하, 스트레스(Ferrari, 1991; Haycock et al., 1998; Parker & Endler, 1989; Senecal, Koestner, & Vallerand, 1995), 죄책감(Blunt & Pychyl, 2005), 수치심(Fee & Tangney, 2000) 그리고 정신장애와도 관련이 있었다(Klassen, Krawchuk, & Rajani, 2008; Stead, Shanahan & Neufeld, 2010).

이제까지 지연행동에 영향을 미치는 변인들로 연구되어온 변인들은 다양하다. 완벽주의(계수영, 2009; 박재우, 권정혜, 1998; 한영숙, 2011; 이미라, 오경자, 2009; Hewitt & Flett, 1991), 과제에 대한 혐오(Steel, 2007; Solomon & Rothblum, 1984), 충동성(김현정, 2003; Steel, 2007; Ferrari et al., 1995), 실패 공포(김환, 1999; 한영숙, 2011)등과 같은 지연행동의 원인 변인들과, 자기효능감(추상엽, 임성문, 2008; Haycock et al., 1998), 스트레스 대처방식(최지연, 2001), 자기결정성(김민선, 최영희, 석분옥, 백근영, 이동귀, 2009; 박명희, 2008; 배대식, 2009), 평가불안(Haycock et al., 1993; Rothblum et al., 1986), 성취목표지향성(Howell & Watson, 2007)등과 같은 매개 혹은 중재변인들이 지연행동과 관련이 있는 것으로 나타났다.

4. 평가염려 완벽주의, 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략, 학업 지연행동 간 관계

1) 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동의 관계

지연행동을 하는 사람들은 “일을 맡겨주면 해내기는 하지만, 스스로 일을 찾아 하지는 않는다”는 평을 받는다. 좋은 말로 하면 욕심이 없는 사람들이지만, 안 좋게 말하면 매사에 동기가 부족한 사람들이다(문요한, 2007). 이는 곧 지연행동을 하는 사람들이 자기 스스로의 동기보다는 해야 할 의무가 있을 때 비로소 일을 시작한다는 것을 말한다. 매일 지연행동을 하는 사람에게 미루는 행동은 “내재된 부정주의(Covert negativism)”와 같다(Milgram, Srolloff & Rosenbaum, 1988). Milgram 등(1988)에 의하면 내재된 부정주의는 자신의 업무를 부담스러운 것으로 보고 또 그 일을 하도록 강요된 것으로 인식한다.

완벽주의는 지연행동의 연구 초기부터 유력한 변인으로 지목되어왔다(박재우, 2007; Beswick et al., 1988; Flett et al., 1995). 완벽주의자는 그 특성상 지나치게 높은 비현실적 과제 성취기준을 갖고 있는데, 이러한 높은 기준 때문에 실패와 좌절을 경험하기 더 쉽다. 따라서 유연하지 못하고 엄격한 높은 기준을 가지고 있다면 높은 실패의 가능성을 가지며 이렇게 짜여진 상황은 패배자 각본(No-Win Scenario)이라고 불린다(Burns, 1980). 게다가 이렇게 엄격한 기준을 갖고 있는 완벽주의자가 성취 기준을 자신이 목표하는 바가 아닌 타인이나 사회의 기준에 맞춘 것이라면 타인의 시선에 민감해 실패에 취약할 수 있다(계수영, 박기환, 엄소용, 2011). 그래서 완벽주의자들은 실패로 인해 느낄 수 있는 심리적 불편감을 회피하기 위한 하나의 수단으로 지연행동을 선택할 수 있다(윤재호, 2011).

하지만 완벽주의와 지연행동 간 연구결과는 일관적이지 않았다. 앞선 다수의 연구들에서는 사회적으로 부과된 완벽주의가 지연행동에 정적인 영향을 준다고 하였다(박재우, 권정혜, 1998; 한영숙, 2011; Saddler, & Sacks, 1993). 하지만 일부 연구들에서는 완벽주의가 지연행동에 미치는 영향이 거의 없거나, 유의미하지만 낮은 영향이 존재한다고 한다(김현정, 2003; Van Eerde, 2003; Steel, 2007). 이와 같은 비일관적인 결과는 완벽주의적 성향이 지연행동으로 이어지는 데에는 보다 복잡한 심리적 과정이 존재한다는 것을 알 수 있다.

그럼에도 이제까지의 완벽주의와 학업 지연행동에 관한 연구는 완벽주의의 종류에 따라 나누어 수행되어 학업 지연행동에 대한 다양한 요인을 정립하고 있다. 그 중에서도 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도를 사용해 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회부과 완벽주의 세 가지 차원의 완벽주의를 확인해 학업 지연행동에 미치는 영향을 개별적으로 알아보는 연구가 가장 활발하다. 이 중, 자기지향 완벽주의는 학업 지연행동과 부적 상관이라는 연구 결과가 가장 많으나(e.g., Frost et al., 1990; 박재우, 권정혜, 1998; 한영숙, 2011, 계수영 등, 2011), 상관이 유의하지 않다는 결과도 있었다(e.g., Flett, Blankstein, Hewitt & Koledin, 1992). 이는 자기지향 완벽주의자가 자신의 일을 수행하는 데에는 내적인 동기가 존재하는 동시에 자신의 행동을 엄격하게 판단하기 때문에 학업 지연행동을 덜 하거나 안할 수 있다(이현주, 손원숙, 2013). 타인지향 완벽주의는 학업 지연행동과의 관계가 유의하지 않거나(e.g., 한영숙, 2011; Saddler & Sacks, 1993; Saddler & Buley, 1999) 부적 상관이었다(Flett et al., 1992; 박재우, 권정혜, 1998)는 등의 결과가 있었다. 이는 타인지향 완벽주의가 타인에 대한 높은 기준을 가지고 이들이 완벽하게 행동하는 것에 대해 평가하는 것이므로 자신을 향한 기준과는 관련이 없다. 따라서 타인지향 완벽주의는 자신의 행동이나 수행 결과에 대한 높은 기준에 도달하지 못해 실패감을 빈번히 경험하고 이로 인한 불편한 감정을

회피하기 위한 방법인 학업 지연행동과는 일관된 관련성이 없는 것으로 보인다. 사회부과 완벽주의는 의미 있는 타인이나 사회적인 기준에 맞추어 스스로를 평가하고 자신의 일을 수행하므로 이 기준은 자발적인 것이 아니고 외부에 의한 것으로 볼 수 있다. 따라서 사회부과 완벽주의자는 성취감을 느낄 수 없을 것으로 보이며, 실패했을 때 느끼는 불안, 우울 및 무력감 등의 정서를 겪는 것으로 밝혀졌다(Hewitt & Flett, 1993). 이와 같은 맥락으로 성취 기준이 중요한 타인이나 사회에 맞춰진 사회부과 완벽주의는 학업 지연행동에도 대체적으로 일관적인 정적 결과를 보였다(박재우, 권정혜, 1998; 한영숙, 2011; 계수영 등, 2011). 따라서 사회부과 완벽주의는 부정적인 결과와 높은 관련이 있는 것으로 보이며 부적응적 완벽주의로 볼 수 있을 것이다.

하지만 완벽주의는 이 밖에도 다양한 특성이 존재할 것으로 보이며, 이에 따라 완벽주의의 다양한 특성과 측면에 따른 이해가 필요할 것으로 보인다. 그 중에서도 ‘평가염려 완벽주의(Evaluative Concerns Perfectionism)’는 타인 및 사회의 기준에 맞추어 자신의 행동을 비판적으로 평가하는데 더해 성공적인 수행에도 불만족스러워하고 타인의 비판이나 기대를 습관적으로 염려하는 것으로 정의된다. 앞선 연구에서는 먼저 평가염려 완벽주의가 청소년의 학업 지연행동에 유의한 정적 영향을 미치는 것을 확인한 연구(이혜연, 2009)가 있다. 또 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동과의 관계가 긍정적 평가에 대한 두려움과 자기결정성이 완전 매개했다고 밝힌 연구와(유경이, 2014), 문제해결능력 지각은 완전 매개를, 시간적 거리 지각은 유의한 매개가 없었음을 보고한 연구(김민정, 2012)가 있다. 또한 정서조절양식의 하위요인인 회피 분산적 정서 조절을 통해 부분매개 하였다고 밝힌 연구와(이성민, 2016), 고등학생의 인정 욕구와 학업 지연행동 사이를 평가염려 완벽주의가 부분 매개하였다고 보고한 연구가 있다(길민희, 2016).

이처럼 완벽주의와 학업 지연행동에 대한 이해는 상담학적으로나 실제 대학

생을 대상으로 한 상담 장면에서 유용할 것으로 보인다. 특히 최근에 새롭게 연구 되고 있는 것으로 보이는 평가염려 완벽주의가 학업 지연행동에 미치는 영향을 정립하는 것이 필요할 것으로 보인다.

2) 성실성과 학업 지연행동의 관계

개인들은 고유한 독특한 성격을 갖고 있으며 한 가지 성격이 각각의 개인들을 완전히 설명하기는 어렵지만, 일정한 맥락에서 보이는 행동은 전반에 그러한 성격이 나타날 수 있다. 특히, 일시적인 행동이 아니라면 지속적으로 반복되는 행동은 환경의 영향보다는 개인의 영향이 주요할 것으로 볼 수 있다. 여기서 학업 지연행동 역시 지속적이고 반복적으로 나타나는 행동특성이므로 이를 예측하는 요인으로 성격이 우선적으로 고려될 수 있다(Jerome, 2011; 강은비, 2013). 선행 연구에서는 성격 5요인 모델 중 하위요인인 신경증(N)과 성실성(C)이 특성지연행동과 관련되어 있음이 밝혀지고 있는데(Lay et al., 1998; Lee, Kelly & Edwards, 2006; Milgram & Tenne, 2000; Schouwneburg & Lay, 1995), 특히 성격 5요인 중 성실성 요인은 학업 지연행동의 강한 예측 요인으로 주목되고 있다(Steel & Klingsieck, 2016). 먼저, Lee 등(2006)이 특정 지연과 신경증과 성실성과의 관계를 살펴본 연구에 의하면 성실성과 특정 지연은 높은 상관을 보였고, 성실성이 신경증과 지연행동을 완전매개 하였음을 보고하였다. 또한 지연 행동과 관련 있는 변인들을 고려해 메타분석한 연구들(Van Eerde, 2003; Steel, 2007)에서 성실성은 중요한 변인으로서 공통되게 주목되었다. 황영석(2015)에 의하면 성실성은 자기효능감과 함께 지연행동에 부적 영향을 미쳤고, 이는 메타인지전략 활용수준에 따라 조절이 유의하다 하였다. 강은비(2013)는 성실한 학생이 문제중심적 대처를 할수록 학업 지연행동을

억제하는 효과가 더욱 커진다고 하였다.

또한 성격 5요인 중에서도 지연행동을 가장 강하게 예측하는 것은 성실성 요인(Van Eerde, 2003; 김광숙, 김정희, 2007; Steel & Klingsieck, 2016)인데, 성실성의 영향력을 통제한 후 나머지 네 요인의 성격과 지연행동과의 관계는 모두 유의한 관계가 없었다(Johnson & Bloom, 1995; Steel & Klingsieck, 2016). 또한 성실성 요인 중에서도 지연행동과 가장 상관이 높은 하위요인은 자기규제성(Self-discipline)으로(Watson, 2001; Johnson & Bloom, 1995; Baumeister, 1997; Steel & Klingsieck, 2016), 지연행동에 대한 가장 강력한 예측요인이라는 결과를 얻었다. 자기규제가 낮은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 장기적 성과보다 단기간의 이익을 충동적으로 선택하는 경향이 있어 장기적 과제를 꾸준히 하는 것이 어려워지기 때문인 것으로 보인다.

하지만, 성실성이 극단으로 높은 경우에도 지연행동의 원인이 될 수 있다. 선행 연구에서는 성실성이 높은 경우 부적응적 완벽주의나 강박으로 나타날 수 있다고 하였는데(김동일, 안현의, 2006; Deniel, 2007), 이는 오히려 지연행동을 증가시키는 요인이다. 이러한 강박적 지연행동을 보이는 사람들은 수행을 빨리 하게 되면 뭔가 실수할 것 같고, 잘못될 것 같이 느끼기 때문에 어떤 행동을 시작하기가 어려울 수 있다. 또, 일을 시작하더라도 천천히 확인하면서 진행하기 때문에 오랜 시간이 소요된다. 이처럼 강박적 지연행동을 보이는 사람은 확인 행동을 필요 이상으로 하고 반복적인 의례에 몰두하기 때문에 이는 지연행동의 원인이 될 수 있다(최정락, 2012; 문요한, 2007). 따라서 성실성이 항상 정적으로 학업 지연행동에 영향을 미친다고는 볼 수 없으며(강은비, 2013), 이는 성실성이 학업지연에 미치는 영향에 대해 꾸준한 연구가 필요함을 시사한다.

3) 부적응적 인지적 정서조절 전략과 학업 지연행동의 관계

지연행동과 학업수행결과에 관한 연구에서 지연행동은 학업수행에 부정적인 결과를 초래하고, 학업성취도에도 나쁜 영향을 미치며 높은 좌절과 불안, 낮은 자기효능감 등의 부정적인 정서적 결과물과 관련이 있는 것으로 밝혀졌다(Lay & Schouwenberg, 1993; Solomon & Rothblum, 1984). 또한, 스트레스 사건에 대한 인지적 신념이 부정적이면 부정적 정서를 유발하고 이것이 다시 지연행동에 유의미한 영향을 미친다는 보고가 있다(Spada, Hiou & Nikcevic, 2006). 정서적 결과물에 대한 조절이 뛰어난 학생은 학습에 열의를 보이고, 학습계획을 스스로 세우고 실천하는 등 학업적으로 합리적인 행동을 보인다. 아울러 학습자로 인해 학습에 대한 도전감, 자기효능감을 갖게 하며 과제를 지속하고 학습효과를 증진시킨다(Gottfried, 1990). 이에 따라, 인지적 정서조절 전략과 학업 지연행동의 관계를 살펴본 선행연구에서는 적응적 정서조절 전략은 학업 지연행동에 부적 상관을 보였고, 부적응적 인지적 정서조절 전략은 학업 지연행동과 정적 상관을 보고하였다(김영민, 2010). 또한, 최근의 선행연구는 부적응적 인지적 정서조절 전략이 학업지연에 유의한 정적 효과가 있었음을 보고하였다(박지은, 2015). 이는 인지적 정서조절 전략과 학업 지연행동이 서로 관계성이 있으며, 학업 지연행동을 낮추기 위해 적응적인 인지적 정서조절 전략이 필요함을 예측할 수 있다.

4) 평가염려 완벽주의와 성실성의 관계

다른 사람이 자신에 대한 비현실적인 요구를 한다고 생각하는 사회부과 완벽주의자들은 자신의 수행에 대해서 스스로 만족하기보다 타인으로부터 인정을

받기 위해 일을 하는 경향이 있어 스스로 수행 동기를 만들기 어렵다(Flett et al., 1992). 타인 혹은 환경적 이유에 의해 싫어하는 일을 해야 하는 사람들은 수동-공격적인 저항으로서 지연 행동을 하며, 이는 스스로 동기화 하고 자기 규제를 하는 성실한 사람들과 비교된다(Milgram et al., 1988). 따라서 평가염려 완벽주의자들 역시 스스로 동기화시켜 성실하게 학업을 해내기 어려울 것으로 예측한다.

이제까지 완벽주의와 성실성에 관한 연구는 주로 적응적인 완벽주의와 관련하여 이루어져 왔다. Blasberg(2009)는 적응적인 완벽주의를 높은 기준과 자기 지향 완벽주의로 정의하고 성취동기 그리고 성실성과의 상관을 보았는데 모두 유의한 정적 상관이 있으나 완벽주의와 공변인이었음을 보고하였다. Sarah(2015)의 연구에서는 임상 집단과 비임상적 집단을 나누어 긍정적인 완벽주의와 부적응적 완벽주의의 5요인 성격구조를 살펴보았다. 그 결과 임상집단에서는 부적응적 완벽주의 성향과 성실성은 유의미한 상관을 보이지 않은 반면, 비임상 집단에서는 부적응적 완벽주의가 높은 신경증과 낮은 성실성이 연관 있음을 밝혔다.

완벽주의는 완벽주의적 특성, 자기제시 성향 그리고 인지적 측면에서 신경증적 성격 양식으로 간주될 수 있다(Hewitt & Flett, 2007). 이에 따라 성격 5요인 중 신경증과 성실성의 관계를 살펴본 선행연구가 완벽주의와 성실성의 관계를 알아보는 데 도움이 될 것이다. 먼저, 성격 5요인 모델 중 완벽주의의 많은 부분을 설명하는 신경증과 성실성은 부적 상관이 있었다(Johnson & Bloom, 1995; Milgram & Tenne, 2000; Ross, Canada, & Rausch, 2002). 또 Milgram과 Tenne(2000)에 의하면 높은 신경증은 만성적인 지연행동을 예측하며, 낮은 성실성은 만성적인 업무 지연을 예측한다고 하였다. Lee 등(2006)의 연구에서는 성격 5요인인 성실성은 신경증과 지연행동을 완전 매개한다고 보고하였다. 여기서 Lee 등(2006)은 신경증과 성실성 중 어느 것이 더 앞서는지

에 대해, 특성 학업지연을 예측할 때 신경증이 성실성을 예측하는 것이 성실성이 신경증을 예측하는 것에 비해 더 합당하다고 하였다. 왜냐하면 신경증적 성향이 높을수록 결정을 내리는 데 늦어지는 경향이 있는데 이는 낮은 '정연성'과 '성취갈망'을 예측할 수 있기 때문이다(Milgram & Tenne, 2000).

하지만 성실성은 항상 완벽주의와 부적의 연관성을 보이지 않았다. 성실성이 극단인 경우 강박이나 부적응적 완벽주의로 나타날 수 있는데(김동일, 안현의, 2006; Deniel, 2007), 이는 완벽주의와 성실성 그리고 신경증의 변인들이 개념적으로 겹치는 부분이 많기 때문에 정적 상관이 높을 것으로 보았다(Hill et al., 2004). 반면 Hewitt과 Flett(2007)은 완벽주의가 적응적일 때, 그것은 적응적 완벽주의라기 보다는 성실성 혹은 성취 갈망이 반영된 것에 더 가깝다고 하였다. Hewitt과 Flett(2007)에 의하면 완벽주의자는 자신 혹은 타인의 수행에 대해 만족하거나 보상하지 않고, 실패에도 그 기대를 수정하지 않으며, 실패에 대한 공포에 의해 수행에 대한 동기가 생긴다. 또한 완벽주의자는 조직화하는데 어려움을 보이며, 자기가치의 지표로서 결점에 초점을 둔다. 반면, 성실한 성격의 사람은 자신 혹은 타인의 좋은 수행에 대해 만족하고 또 보상을 줄 알며, 실패를 앞두고 기대를 변경할 줄 안다. 또한 그들은 성공에 의해 동기화되며 조직적이며, 결점에 보다 덜 집중한다. 위와 같은 측면에서 완벽주의와 성실성은 차이가 있다고 볼 수 있다.

그러므로 부적응인 완벽주의 그리고 완벽주의의 한 측면으로 제기되는 신경증과 성실성과의 관계를 고려해 보았을 때, 평가염려 완벽주의는 낮은 성실성을 예견하는 예측 변인이 될 수 있을 것이다.

5) 평가염려 완벽주의와 부적응적 인지적 정서조절 전략의 관계

그동안의 연구는 완벽주의로 인해 발생할 수 있는 역기능적, 부적응적인 결과에 초점이 맞춰져 왔다. 실제로 완벽주의는 많은 완벽주의자들 스스로가 자신의 완벽주의에 대하여 매우 고통스럽다거나 극도로 고통스럽다고 느낀다고 보고하는 등 심리적 고통과 매우 깊은 관련성을 보여 왔으며(Ashby & Bruner, 2005; Chang, 2002, 2006; Rice et al., 1998), 실제로 몇몇 연구들이 완벽주의를 병리를 일으킬 수 있는 성격특성으로 주의해야 할 필요성에 대해 언급해 왔다(Frost et al., 1990; Pacht, 1984). 이전 연구결과들은 완벽주의가 특히 스트레스에 취약한 것으로 보고하는데, 스트레스 상황에서 완벽주의자들은 일반인들보다 우울, 불안 등의 부정적 정서를 더 많이 표현하며(유성은, 권정혜, 1997; 김영환, 1998), 실제로 직접적인 스트레스 상황이 아니더라도 완벽주의 성향이 높으면 자신의 내부에 높은 기준과 엄격한 평가, 그리고 수행 불안 등으로 스트레스를 유발하며 이로 인해 실패감, 죄의식, 후회감, 분노, 낮은 자존감 등의 부정적 정서를 경험하게 된다고 보고하였다(Hollender, 1965; Pacht, 1984).

따라서 연구자들은 완벽주의자들이 스트레스와 부정적 정서에 어떻게 대처하고 조절하는지를 살펴보고자 하였는데, 이는 완벽주의의 차원에 따라 다른 대처방식을 유발하는 것으로 밝혀졌다. 부적응적 완벽주의자들의 경우, 타인의 기대에 부응해야 한다고 생각해 타인의 기준을 자신의 기준으로 삼고 수행한 결과에 대해서 막연한 불확실감을 느끼게 되면 스트레스에 무기력하거나 회피적인 방식으로 대처한다(Dweck & Leggett, 1988). 특히 사회적으로 부과된 완벽주의자들은 정서중심 대처(최문선, 2003; Hewitt, Flett, & Endler, 1995),

부정적 문제 해결 방식(Flett, Hewitt, Blankstein, Solnik, & Van Brunschot, 1996), 회피적 및 소극적 대처(박소영, 2002; Dunkley et al, 2000)가 주로 나타나며, 평가염려 완벽주의자들은 정서중심의 대처를 하게 되는데 평가에 대한 두려움이 반추나 파국화 같은 부적응적인 사고로 이어져 결국 정서조절에 실패하게 된다고 보고된 바 있다(김민선, 서영석, 2009; 김성주, 이영순, 2013).

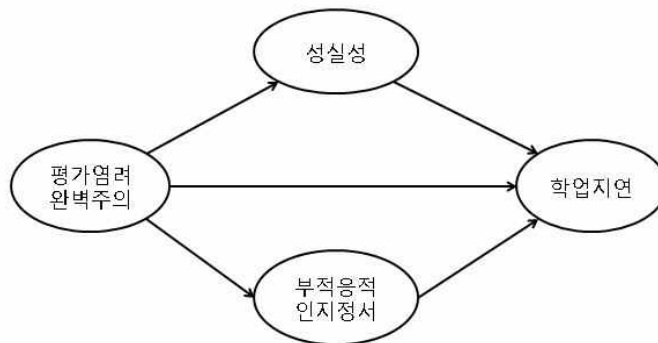
평가염려 완벽주의는 타인에게 인정과 사랑을 받기 위해 그들의 기대에 부합하는 완벽한 수행을 해야만 한다는 사고를 가지고 있으면서도, 자신의 수행에 대해서 만족하지 못하고 지속적으로 의심한다(Wei, Mallinckrodt, Russell, & Abraham, 2004). 김성주와 이영순(2013)의 연구에서도 언급하였듯이 평가염려 완벽주의는 긍정적인 평가에 대해서도 부정적인 평가에 대해서도 두려움을 갖게 되는데, 이는 이러한 사고과정의 결과라고 판단되며, 따라서 평가염려 완벽주의로 인해 촉발되는 부적응적 결과에 인지적 사고과정이 주요한 영향을 미칠 것임을 짐작해 볼 수 있다. 하지만 지금까지 기존의 연구들은 대처전략의 개념으로 접근된 경우가 대부분이었으며, 이러한 대처개념은 인지적 측면과 행동적 측면이 모두 포함되어 인지적 과정을 구체적으로 살펴볼 수 없다는 제한이 있었다(박아람, 2013). 따라서 본 연구에서는 평가염려 완벽주의가 학업 지연행동이라는 부적응적 증상을 초래하는데 있어 정서조절에 관여하는 인지적 과정, 즉 인지적 정서조절 전략이 주요한 매개변인으로서의 역할을 할 것으로 예상하였다.

Ⅲ. 연구설계

1. 연구모형

본 연구에서는 모형 설정 및 검증에 앞서 평가염려 완벽주의, 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략 그리고 학업 지연행동 변인들 간 상관관계를 살펴볼 것이다.

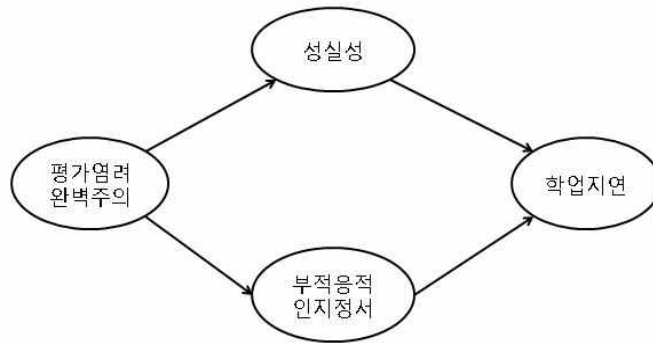
그 다음, 평가염려 완벽주의가 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략을 매개로 하여 학업 지연행동에 미치는 영향을 구조적으로 파악하기 위해 두 가지 모형을 설정하고 비교하여 검증할 것이다. 본 연구에서 이론적 근거를 바탕으로 설정한 연구모형은 아래 <그림Ⅲ-1>과 같다.



[그림Ⅲ-1] 연구모형

연구모형은 평가염려 완벽주의가 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략에 영향을 줄 것이며, 학업 지연행동에도 직접 영향을 미칠 것이다. 또한 성실성은 부적응적 인지적 정서조절 전략에 영향을 줄 것이며, 학업 지연행동에도

직접 영향을 미칠 것이다. 마지막으로 부적응적 인지적 정서조절 전략은 학업 지연행동에 영향을 미칠 것이다.



[그림Ⅲ-2] 경쟁모형

연구모형이 적합한지 알아보기 위하여 경쟁모형을 추가하여 비교하였다. 경쟁 연구모형에서는 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략이 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동을 완전 매개할 것으로 설정하였다. 따라서 평가염려 완벽주의가 학업 지연행동과 연결되는 직접경로를 삭제한 완전매개 모형을 경쟁 모형으로 설정하여 변인들 간 관계를 살펴보았다.

2. 연구문제와 연구가설

본 연구에서는 평가염려 완벽주의가 학업 지연행동에 영향을 미치는 과정에서 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과를 살펴보기 위해 다음과 같은 연구문제와 연구가설을 설정하였다.

연구문제 1. 평가염려 완벽주의, 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략 그리고 학업 지연행동은 유의한 상관관계가 있을 것인가?

연구문제 2. 본 연구의 모형은 국내 대학생들의 학업 지연행동을 설명하기에 적합한가?

연구문제 3. 본 연구의 모형과 선행연구결과들을 토대로 설정한 가설적 직접 경로들은 유의한가?

가설 3-1. 평가염려 완벽주의는 학업 지연행동에 유의미한 정적 직접효과를 가질 것이다.

가설 3-2. 평가염려 완벽주의는 성실성에 유의미한 부적 직접효과를 가질 것이다.

가설 3-3. 평가염려 완벽주의는 부적응적 인지적 정서조절 전략에 유의미한 정적 직접효과를 가질 것이다.

가설 3-4. 성실성은 학업 지연행동에 유의미한 부적 직접효과를 가질 것이다.

가설 3-5. 부적응적 인지적 정서조절 전략은 학업 지연행동에 유의미한 정적 직접효과를 가질 것이다.

연구문제 4. 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동 간의 관계에서 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략은 각각 매개변인으로 역할 하는가?

가설 4-1. 평가염려 완벽주의는 성실성을 통해 학업 지연행동에 영향을 미치는 간접경로가 유의미할 것이다.

가설 4-2. 평가염려 완벽주의는 부적응적 인지적 정서조절 전략을 통해 학업 지연행동에 영향을 미치는 간접경로가 유의미할 것이다.

IV. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 국내 소재 대학교에 재학 중인 대학생 358명을 대상으로 하였다. 이 중 300명은 '장훈장학회'로부터 후원을 받아 '인바이트(www.invight.co.kr)'에서 자료를 수집하였으며, 나머지 58부는 연구자가 온라인 및 오프라인으로 직접 자료를 수집하였다. 본 연구에서는 설문 특성상 한 문항이라도 빠트릴 경우 다음 문항으로 넘어가지지 않게 설정하여 모든 자료를 분석에 사용할 수 있었다. 본 연구에 참여한 참여자들의 인구 통계학적 특성은 <표IV-1>에 제시하였다.

본 연구의 참여자는 총 358명으로 남성 160명(44.7%) 여성 198명(55.3%)이다. 참여자의 연령대는 20대 미만 41명(11.5%), 20~ 23세 193명(53.9%), 24~ 26세 89명(24.8%), 27~ 29세 27명(7.6%), 30세 이상 8명(2.2%)로 평균 연령은 22.76($SD = 2.82$)이었다. 참여자들의 학년은 1학년 52명(14.5%), 2학년 79명(22.1%), 3학년 88명(24.6%), 4학년 119명(33.2%), 기타 20명(5.6%)으로 4학년 이 가장 높은 비율을 차지하였다. 참여자들의 전공을 보면 자연/공학계열 133명(37.2%), 인문/사회계열 121명(33.8%), 경상계열 41명(11.5%), 예술/체육계열 32명(8.9%), 의학/간호계열 23명(6.4%), 기타 8명(2.2%) 순으로 나타났다.

<표IV-1> 연구 참여자들의 인구통계학적 특성 ($N = 358$)

변인	구분	빈도(명)	백분율(%)
성별	남	160	44.7
	여	198	55.3
나이	20대 미만	41	11.5

	20~ 23세	193	53.9
	24~ 26세	89	24.8
	27~ 29세	27	7.6
	30세 이상	8	2.2
학년	1학년	52	14.5
	2학년	79	22.1
	3학년	88	24.6
	4학년	119	33.2
	기타	20	5.6
전공	인문/사회계열	121	33.8
	자연/공학계열	133	37.2
	경상계열	41	11.5
	예술/체육계열	32	8.9
	의학/간호계열	23	6.4
	기타	8	2.2

2. 연구절차

본 연구의 대상은 ‘국내에 소재한 대학교에 재학 중인 대학생’으로, 온라인 설문에서는 이를 구분하기 위해 대학생이 아닌 다른 직업군을 선택한 자는 설문을 할 수 없도록 구성하였고, 오프라인 설문은 대학교 동아리 방에 직접 찾아가 설문을 실시하여 최대한 본 연구에 해당하는 대상자만 설문에 참여할 수 있도록 하였다. 본 연구는 ‘장훈장학회’의 후원을 받아 온라인 설문 전문회사인 ‘인바이트(www.invight.co.kr)’로부터 300부의 자료를 수집하였으며, 그 외 58부의 자료는 연구자가 직접 수집하였다. 이 중 37부는 K대학교 동아리 방에 찾아가 오프라인 설문을 하였고, 21부는 온라인 설문을 통해 자료를 수집하였다. 설문 문항은 인구통계학적 질문을 제외하고 총 121문항 이었으며, 설문 조사지에는 연구에 대한 간략한 소개 및 설문내용 비밀 보장 그리고 인구통계학적 질문이 포함되었다. 일반적으로 설문에 소요되는 시간은 15분 이었으며, 연구에 참여한 모든 참여자들에게는 소정의 선물이 지급되었다.

3. 측정도구

1) 평가염려 완벽주의 (Evaluative Concerns Perfectionism)

평가염려 완벽주의를 측정하기 위해 다차원적 완벽주의 척도 중 Saboonchi와 Lundh(1997)에 의해 평가염려 완벽주의의 특성으로 밝혀진 하위척도를 사용하였다. 평가염려 완벽주의의 하위척도는 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도 중 사회부과적 완벽주의를 포함하며, Frost 등(1990)이 개발한 다차원적 완벽주의 중에서는 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심의 두 가지 요인을 포함해 총 3가지 하위척도로 구성되었다.

본 연구에서는 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: HMPS)를 한기연(1993)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 자기지향적 완벽주의 15문항, 타인 지향적 완벽주의 15문항, 사회부과적 완벽주의 15문항의 총 45문항으로 구성되어있으며, 이 중 '사회부과적 완벽주의' 15문항만을 사용하였다. 예시문항으로는 '나는 나에게 대한 다른 사람들의 기대에 맞추기가 어렵다'가 있다. 본 연구에서는 해당 척도를 5점 Likert 척도로 1점인 '전혀 그렇지 않다'에서 5점인 '매우 그렇다'로 구성하였다. 해당 척도의 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 나타내며, 역채점 문항은 2, 6, 8, 12, 15번이다. 김은아(1997)에 의하면 내적 합치도(Cronbach's α)는 .87로, 한기연(1993)은 .82로 보고하였다.

다음으로 Frost 등(1990)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: FMPS)를 정승진(1999)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 실수에 대한 염려 9문항, 수행에 대한 의심 4문항, 부모의 비난 4문항, 부모의 기대 5문항, 높은 개인적 기준 7문항, 조직화 6문항의 총 35문항으로

구성되어 있으며, 이 중 '실수에 대한 염려'와 '수행에 대한 의심'의 총 13문항을 사용하였다. 전자의 예시문항은 '내가 실수를 하면 나에게 대한 사람들의 평가가 낮아질 것이다'가, 후자는 '일상생활의 간단한 일도 잘 마무리 되지 않은 것 같은 미심쩍은 생각이 든다'가 있다. 이 척도는 5점 Likert 척도로 1점인 '전혀 그렇지 않다'에서 5점인 '매우 그렇다'로 구성되었고 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 나타낸다. 정승진(1999)에 의하면 내적 합치도(Cronbach's α)는 실수에 대한 염려가 .83, 수행에 대한 의심이 .67로, 이성원(2015)은 각각 .85와 .67로 보고하였다.

본 연구에서는 위의 세 가지 하위척도로 구성된 '평가염려 완벽주의' 척도의 내적합치도(Cronbach's α)는 .90으로 나타났고, 하위요인으로는 사회부과적 완벽주의 .79, '실수에 대한 염려' .85, '수행에 대한 의심' .75로 나타났다.

<표IV-2> 평가염려 완벽주의 척도의 구성

하위요인	문항수	문항번호
사회부과적 완벽주의 (HMPS)	15개	1, (2), 3, 4, 5, (6), 7, (8), 9, 10, 11, (12), 13, 14, (15)
실수에 대한 염려 (FMPS)	9개	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 13
수행에 대한 의심 (FMPS)	4개	5, 10, 11, 12

* ()는 역채점 문항

2) 성실성 (Conscientiousness)

성실성을 측정하기 위해 Costa와 McCrae(1992)에 의해 개발된 NEO-PI-R를 안창규, 채준호(1997)가 우리 문화에 익숙하도록 번안하고 3차에 걸쳐 문항수정을 통해 표준화한 검사를 사용하였다. 이 척도는 5개의 성격 특성, 즉 외향

성, 친화성, 신경증, 개방성, 성실성으로 각 6개씩 총 30개의 하위 요인으로 구성되어 있으며 총 문항 수는 240문항이다. 본 연구에서는 성실성만을 사용하였고, 해당 하위 요인은 유능성, 정연성, 충실성, 성취갈망, 자기규제성, 신중성의 6가지의 총 48문항으로 구성되었다. 각각의 예시문항으로 유능성은 ‘나는 업무를 효과적으로 잘 처리한다’, 정연성은 ‘소지품들을 말끔하고 깨끗하게 정리해둔다’, 충실성은 ‘어떤 약속을 하면 그것을 끝까지 지킨다’, 성취갈망은 ‘나는 목표를 이루기 위해 열심히 일한다’, 자기규제성은 ‘나는 일의 진도를 잘 조절해서 정해진 시간 내에 일을 완수한다’, 신중성은 ‘나는 어떤 결정을 내리기 전에 충분히 생각한다’가 있다. 이 척도는 5점 Likert 척도로 1점인 ‘전혀 그렇지 않다’에서 5점인 ‘매우 그렇다’로 구성되었다. 역채점 문항(2, 4, 6, 9, 11, 13, 15, 16, 18, 20, 25, 27, 29, 34, 36, 38, 39, 41, 43, 45)이 포함되었으며, 점수가 높을수록 성실한 성격으로 간주된다. 한지영(2007)에 의하면, NEO-PI-R의 전체 내적 합치도(Cronbach’s α)는 .84였으며, 성실성은 .90으로, 유능감 .61, 정연성 .66, 충실성 .63, 성취갈망 .71, 자기규제성 .71, 신중성 .64로 보고하였다. 본 연구에서 성실성의 내적 합치도(Cronbach’s α)는 .92였고, 하위요인은 유능감 .72, 정연성 .74, 충실성 .74, 성취갈망 .81, 자기규제성 .77, 신중성 .68로 나타났다.

<표IV-3> 성실성 척도의 구성

하위요인	문항수	문항번호
유능감	8개	1, (2), 3, (4), 5, (6), 7, 8
정연성	8개	(9), 10, (11), 12, (13), 14, (15), (16)
충실성	8개	17, (18), 19, (20), 21, 22, 23, 24
성취갈망	8개	(25), 26, (27), 28, (29), 30, 31, 32
자기규제성	8개	33, (34), 35, (36), 37, (38), (39), 40
신중성	8개	(41), 42, (43), 44, (45), 46, 47, 48

* ()는 역채점 문항

3) 부적응적 인지적 정서조절 전략 (Maladaptive Cognitive Emotion Regulation Strategies)

부적응적 인지적 정서조절 전략을 측정하기 위하여 Garnefski 등(2001)은 인지적 정서조절 척도(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire : CERQ)를 개발하였는데, 이를 김소희(2004)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 36 문항이며, 5점 Likert 척도로 1점인 ‘전혀 그렇지 않다’에서 5점인 ‘매우 그렇다’로 구성되었다. 이 척도는 크게 적응적인 인지적 정서조절 전략과 부적응적인 인지적 정서조절 전략으로 나뉜다. 하위 요인은 9개로 나뉘며 이 중에서 조망 확대, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점변경, 수용 그리고 긍정적 재평가는 ‘적응적 인지적 정서조절 전략’에, 자기비난, 타인비난, 반추 그리고 파국화는 ‘부적응적 인지적 정서조절 전략’에 속한다. 각각의 예시문항으로, 자기비난은 ‘그 일이 내 잘못이라고 생각한다’, 타인비난은 ‘그 일이 일어난 것은 다른 사람의 책임이라고 생각한다’, 반추는 ‘그 상황에서 일어났던 나의 감정을 되짚어 생각해 본다’, 파국화는 ‘내가 겪은 일이 얼마나 끔찍한지에 대해 계속 생각 한다’가 있다. 본 연구에서는 부적응적인 인지적 정서조절 전략의 사용으로 인한 학업 지연행동을 확인할 것이므로, 부적응적 인지적 정서조절 전략을 측정하는 4개 하위요인의 16문항을 합산한 점수를 사용하였다. Garnefski 등(2001)에 의하면 인지적 정서조절 전략 척도 전체의 내적 합치도(Cronbach’s α)는 .93이었고, 하위 요인인 적응적 인지적 정서조절 전략은 .91 그리고 부적응적 인지적 정서조절 전략은 .87 이었다.

본 연구에서의 ‘부적응적 인지적 정서조절 전략’의 내적 합치도(Cronbach’s α)는 .86였고, 하위요인은 ‘자기비난’ .85, ‘타인비난’ .79, ‘반추’ .77, ‘파국화’ .84로 나타났다.

<표IV-4> 부적응적 인지적 정서조절 전략 척도의 구성

하위요인	문항수	문항번호
자기비난	4개	1, 7, 10, 15
타인비난	4개	5, 8, 13, 14
반추	4개	2, 3, 11, 16
과국화	4개	4, 6, 9, 12

4) 학업 지연행동 (Academic Procrastination)

학업 지연행동을 측정하기 위해 Aitken(1982)이 개발한 지연행동 척도 (Aitken Procrastination Inventory)를 박재우(1998)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 19문항으로, 5점 Likert형 척도로 1점인 ‘전혀 아니다’에서 5점인 ‘매우 그렇다’로 구성되었다. 예시문항으로는 ‘나는 마지막 순간까지 일을 시작하기를 미룬다’를 들 수 있다. 역채점 문항(2, 4, 7, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18)이 포함되었고, 점수가 높을수록 학업 지연행동을 많이 하는 것으로 간주된다. Aitken(1982)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach’s α)는 .82로, 박재우(1998)는 .59, 유경이(2014)는 .83으로 보고하였다. 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach’s α)는 .85로 나타났다.

4. 분석방법

본 연구에서는 먼저 연구대상자들의 인구통계학적 특성을 알아보기 위하여 SPSS 18.0을 사용하여 빈도분석을 실시하였으며, 각 측정도구의 신뢰도를 알아보기 위해 내적 합치도(Cronbach’s α)를 산출하였다. 또한 모든 측정변인의

평균, 표준편차, 변인 간 상관관계를 확인하였으며, 수집된 자료가 정규분포 가정을 충족하는지 확인하였다(Curran, West, & Finch, 1996). 또한, 본 연구에서는 Russell 등(1998)의 제안에 따라 학업 지연행동 변인에서 세 개의 꾸러미를 제작하였고, 이는 모형검증을 위해 사용되었다.

다음으로 AMOS 23.0을 사용하여 연구모형의 적합도 검증 및 구조방정식 (Structural Equation Modeling: SEM) 모형 분석을 진행하였다. 본 연구에서는 모형의 적합도를 판단하기 위해 χ^2 값, 비표준부합치(Tucker-Lewis index: TLI), 비교부합치(Comparative Fit Index: CFI) 그리고 잔차제곱평균제곱근(Root Mean square error of approximation: RMSEA)을 확인하였다. CFI와 TLI의 경우 값이 1에 가까우면 모형이 완전히 적합한 것을 나타내는데 보통 .90 이상이면 적합한 모형으로 판단한다(홍세희, 2000). RMSEA의 경우 .05 미만이면 매우 좋은 적합도, .08미만이면 괜찮은 적합도로 평가한다(Hu & Bentler, 1999). 그 다음 경쟁모형과 연구모형의 비교 및 평가를 위해 두 모형 간 카이제곱 값의 변화량을 이용해 어느 모형이 더 나은지 검증하였다. 연구모형과 경쟁모형의 차이가 없다는 영가설을 기각하기 위해서는 유의수준 $\alpha = .05$ 에서 자유도 1 변화에 χ^2 이 3.84이상 차이가 있어야 한다. 이 때 두 모형 간 χ^2 차이가 유의하다면 자유도가 더 적은 모형을, 차이가 유의하지 않다면 두 모형의 합치도가 유사하므로 간결성의 원칙에 의해 더 간단한 모형을 선택한다(이학식, 임지훈, 2008).

마지막으로, 최종모형의 총 효과와 변수들 간 직접효과, 간접효과를 확인하였고, Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트래핑(Bootstrapping) 방식을 통해 매개효과의 유의성을 검증하였다. 또한 추가적으로 Sobel 검증을 통해 개별적인 간접경로에 대한 유의성을 확인하였다.

V. 연구결과

1. 모형 검증을 위한 기술 통계 및 상관 분석

1) 주요 변인들의 기술통계 및 상관관계

본 연구에서는 모형 검증에 앞서 사용한 측정 변인들의 평균, 표준편차, 그리고 변인 간의 상관계수를 살펴보았다. 평가염려 완벽주의, 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략, 학업 지연행동 변인들의 기술 통계 결과는 <표V-1>에 제시된 것과 같다. 평가염려 완벽주의는 성실성과 유의미한 부적 상관관계($r = -.282, p < .01$), 부적응적 인지적 정서조절 전략과 유의미한 정적 상관관계($r = .606, p < .01$), 학업 지연행동과 유의미한 정적 상관관계($r = .305, p < .01$)를 나타냈다. 성실성은 부적응적 인지적 정서조절 전략과 유의미한 부적 상관관계($r = -.268, p < .01$), 학업 지연행동과 유의미한 부적 상관관계($r = -.654, p < .01$)를 나타냈다. 부적응적 인지적 정서조절 전략은 학업 지연행동과 유의미한 정적 상관관계($r = .264, p < .01$)를 나타냈다.

<표V-1> 주요 잠재변인의 평균, 표준편차 및 상관

	1	2	3	4	<i>M</i>	<i>SD</i>
1. 평가염려 완벽주의	—				2.93	.49
2. 성실성	-.282**	—			3.27	.42
3. 부적응적 인지정서조절	.606**	-.268**	—		3.01	.55
4. 학업 지연행동	.305**	-.654**	.264**	—	2.71	.51

주. $N = 358$. ** $p < .01$.

2) 측정 변인들의 기술통계 및 상관관계

본 연구에서는 모형 검증에 앞서 개별적으로 하위 요인이 없는 변인에 대하여 문항 꾸러미(Item parcelling)를 생성하였다. 문항 꾸러미 제작은 구조방정식 모형에서 많이 사용되는데, 그 이점으로는 자료의 비정규성 수준을 줄일 수 있고, 모형의 적합도를 향상시킬 수 있다는 것이다(서영석, 2010에서 재인용; Bandalos, 2002). 따라서 개별적으로 학업 지연행동 변인에 대해 단일요인을 가정한 탐색적 요인분석을 실시하여 ‘학업지연 꾸러미1’, ‘학업지연 꾸러미2’, ‘학업지연 꾸러미3’을 생성하였다.

그 다음 각각의 측정 변인들에 대한 평균, 표준편차, 변인 간 상관관계 그리고 측정 변인별 단변량 정규성 검토를 위한 왜도와 첨도를 <표 V-2>에 제시하였다. 측정 변인들은 대체적으로 유의미한 상관을 보였으며, 이에 따라 연구문제 1에 대해 각 변인 간 상관이 유의한 것으로 결론 낼 수 있었다. 다음으로는 자료가 정규분포 가정을 충족하는지 확인하기 위해 각 측정 변인의 왜도와 첨도의 절대값을 살펴보았다. 본 연구에서 모든 측정변인의 왜도와 첨도의 절대값은 각각 2와 7을 넘지 않아 분석에 적합한 것으로 나타났다. 따라서 설계된 모든 측정변수는 제외되는 것 없이 현재의 수준에서 모두 투입하여 가설 검증을 실시하였다.

<표 V-2> 측정변인의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 및 측정변인 간의 상관

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. 사회부과	—															
2. 실수업려	.668**	—														
3. 수행의심	.472**	.627**	—													
4. 유능감	-.235**	-.180**	-.362**	—												
5. 정연성	-.088	-.154**	-.127*	.357**	—											
6. 충실성	-.205**	-.133*	-.153**	.629**	.321**	—										
7. 성취갈망	-.103**	-.110*	-.272**	.572**	.394**	.488**	—									
8. 자기규제성	-.289**	-.291**	-.378**	.634**	.427**	.547**	.743**	—								
9. 신중성	-.191**	-.119*	-.127*	.505**	.448**	.500**	.444**	.494**	—							
10. 자기비난	.277**	.378**	.405**	-.289**	-.237**	-.119**	-.219**	-.258**	-.214**	—						
11. 타인비난	.273**	.343**	.271**	-.100	.025	-.241**	-.064	-.149**	-.037	-.056	—					
12. 반추	.270**	.379**	.461**	-.049	-.045	.042	-.115*	-.184**	.022	.378**	.220**	—				
13. 파국화	.446**	.521**	.534**	-.296**	-.042	-.233**	-.153**	-.301**	-.155**	.402**	.464**	.561**	—			
14. 학업1	.203**	.204**	.315**	-.442**	-.334**	-.463**	-.423**	-.584**	-.376**	.201**	.147**	.139**	.127*	—		
15. 학업2	.194**	.170**	.260**	-.421**	-.391**	-.437**	-.506**	-.589**	-.441**	.277**	.078	.110*	.110*	.700*	—	
16. 학업3	.227**	.276**	.401**	-.368**	-.342**	-.312**	-.531**	-.577**	-.330**	.275**	.133*	.231**	.156**	.659*	.612*	—
M	2.86	2.98	3.07	3.42	3.02	3.79	3.06	3.11	3.19	3.28	2.52	3.43	2.83	2.42	2.83	2.93
SD	.46	.33	.75	.51	.60	.49	.59	.57	.51	.79	.69	.75	.85	.59	.58	.56
왜도	.24	.11	-.14	-.02	-.07	.05	.02	-.11	-.18	-.53	.04	-.41	-.03	.10	.31	.04
첨도	.37	-.07	-.11	.58	-.25	-.44	.57	.17	.15	.48	-.20	.26	-.30	-.05	.46	.22

주. N = 358. *p < .05. **p < .01.

2. 연구모형 및 효과 검증

1) 연구모형 적합도 분석

연구모형 검증을 위하여 상대적 적합도 지수인 비교부합치(Comparative Fit Index: CFI)와 비표준부합치(Tucker-Lewis: TLI), 절대적 적합도 지수 중 신뢰구간을 설정할 수 있다는 장점을 가지고 있는 잔차제곱평균제곱근(Root Mean Square Error of Approximation: RMSEA)을 모형의 적합도 기준으로 삼았다. 본 연구에서 초기 연구모형의 적합도를 분석한 결과, <표 V-3>에서 제시한 바와 같이 $\chi^2(98, N = 358) = 489.346; p < .001; CFI = .86; TLI = .83, RMSEA = .106$ (90% 신뢰구간 = .097 - .115)로 나타나 적합도 기준인 (TLI>.90, CFI>.90, RMSEA<.08)에 미치지 못하였다.

따라서, 초기 연구모형이 적합도 기준을 충족할 수 있도록 수정지수 (Modification Index)값을 이용해 수정하였다.

<표 V-3> 초기 연구모형의 적합도 지수

적합도 지수	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA (90% CI)
초기모형	489.346	98	.861	.830	.106 (.097-.115)

수정지수 값의 적용은 10 이상으로, 측정변수 간 M.I.와 Par Change가 높은 순으로 변수의 특성을 고려하여 수정하였다. 적용된 수정지수 값은 아래 <표 V-4>에 제시하였다.

<표 V-4> 수정지수(Modification Index)

	M.I	Par Change
자기비난 ↔ 타인비난	45.800	-.159
유능감 ↔ 충실성	29.681	.040
정연성 ↔ 신중성	15.979	.046
사회부과 ↔ 실수염려	10.857	.024

‘자기비난과 타인비난’은 모두 부적응적 인지적 정서조절 전략에 속하는 하위요인으로, 지나간 일에 대해 잘못이 향하는 대상은 ‘나’와 ‘타인’으로 차이가 있지만 그 원인과 책임의 대상을 정하고 계속해서 생각한다든 점에서 공유되는 점이 있다고 판단되어 상관을 주었다. ‘유능감과 충실성’은 모두 성실성에 속하는 하위요인으로, 개인이 업무를 할 때 혹은 의무를 수행하는 데 있어서 일을 효율적으로 또 끝까지 잘 마치려는 점이 공통된다고 판단되어 상관을 주었다. ‘정연성과 신중성’ 역시 모두 성실성에 속하는 하위요인으로, 개인이 업무를 할 때 혹은 행동을 시작하기에 앞서 사려 깊게 생각하고 준비되고 나서야 진행되는 모습이 공통된다고 판단되어 상관을 주었다. ‘사회부과 완벽주의와 실수염려’는 모두 평가염려 완벽주의에 속하는 하위요인으로, 성취의 기준이 내가 아닌 타인에게 맞추어져 있어 실수나 실패에 취약하다는 점에서 공통된다고 판단되어 상관을 주었다.

이에 따라 수정된 연구모형을 분석한 결과 $\chi^2(94, N = 358) = 350.537, p < .001, CFI = .909, TLI = .885, RMSEA = .087$ (90% 신뢰구간 = .077 - .097)로, 본 연구의 연구모형이 적합한 것으로 밝혀졌다. 또한 모든 측정변인들은 잠재변인에 통계적으로 유의하게 적재되는 것으로 나타났다. 따라서 연구문제 2 ‘본 연구의 모형은 국내 대학생들의 학업 지연행동을 설명하기에 적합할 것이다.’는 지지되었다. 수정된 연구모형의 적합도는 <표V-5>에, 요인부하량과 표준오차는 <표V-6>에 제시하였다.

<표 V-5> 수정된 연구모형의 적합도 지수

적합도 지수	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA (90% CI)
수정모형	350.537	95	.909	.885	.087 (.077-.097)

<표 V-6> 측정모형의 요인 부하량

잠재변수	측정변수	비표준화 계수	표준화 계수	표준오차 (SE)	C.R.
평가염려 완벽주의	사회부과	.58	.77	.05	12.594***
	실수염려	.88	.82	.06	14.099***
	수행의심	1	.81		
성실성	유능감	1.25	.71	.12	10.170***
	정연성	1.80	.49	.11	8.856***
	충실성	1.05	.62	.10	10.208***
	성취갈망	1.64	.80	.15	10.943***
	자기규제성	1.80	.92	.16	11.623***
	신중성	1	.57		
부적응적 인지적 정서 조절 전략	자기비난	.56	.51	.06	9.192***
	타인비난	.47	.50	.05	8.853***
	반추	.64	.63	.06	11.704***
	파국화	1	.86		
학업 지연 행동	학업 1	1.12	.84	.07	16.021***
	학업 2	1.08	.82	.07	15.653***
	학업 3	1.00	.78		

주. $N = 358$. *** $p < .001$.

다음은 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동 사이에서 성실성과 부적응적 인지정서조절 전략 양상의 매개효과를 알아보려고 연구모형과 경쟁모형을 대상으로 구조방정식 모형 비교검증을 하였다. 본 연구에서 두 모형은 nested 관계에 있으므로 각 모형의 χ^2 값을 비교하는 χ^2 차이검증을 실시하였다. 두 모형이 nested 관계에 있을 때 연구모형과 경쟁모형의 차이가 없다는 영가설을 기각하기 위해 유의수준 $\alpha = .05$ 에서 자유도 1 변화에 χ^2 이 3.84이상의 차이를 확인하였다. 이때 두 모형 사이의 χ^2 값 차이가 유의하다면 자유도가 더 작은 모형을 선택한다. 반면 두 모형의 χ^2 차이가 유의하지 않다면 두 모형 간 합치도 차이가 없다는 것을 의미하고, 두 모형 간 차이가 없다면 간결성의 원칙에 의해 더 간단한 모형을 선택한다(김성주, 2012에서 재인용; 이학식, 임지훈, 2008).

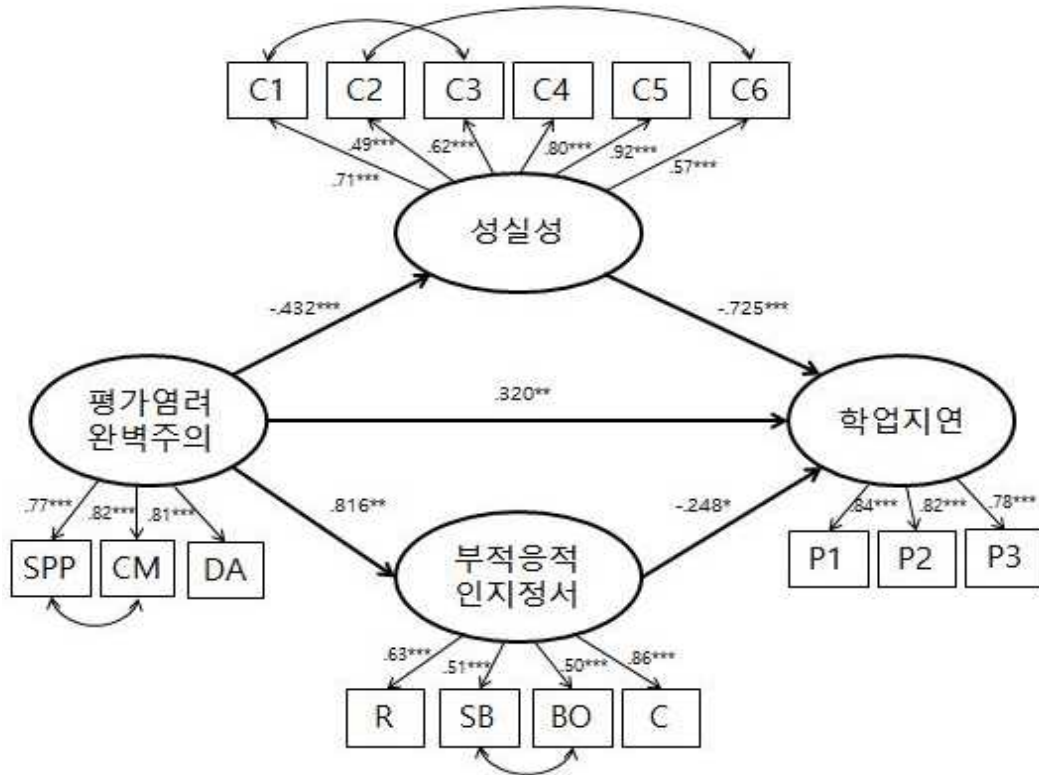
먼저 <표 V-7>에 제시된 연구모형을 보면, CFI에서 .90을 넘어 양호한 적합도 수준을 보였고 RMSEA에서도 .10을 넘지 않아 일반적인 수준의 적합도를 보였다($\chi^2(95, N = 358) = 350.537, p < .001; CFI = .909, TLI = .885, RMSEA = .087(90\% \text{ 신뢰구간} = .077-.097)$). 연구모형은 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동 사이에 성실성과 부적응적 인지정서조절 전략이 부분매개 한다(그림 V-1 참조). <표 V-7>에 제시된 경쟁모형의 적합도는 연구모형에서와 마찬가지로 CFI에서 .90을 넘어 양호한 적합도 수준을 보였고 RMSEA에서도 .10을 넘지 않아 일반적인 수준의 적합도를 보였다($\chi^2(96, N = 358) = 357.846, p < .001; CFI = .907, TLI = .884, RMSEA = .087(90\% \text{ 신뢰구간} = .078-.097)$). 경쟁모형은 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동에 대한 직접경로를 삭제한 완전매개모형이다(그림 V-2 참조). 연구모형과 경쟁모형은 적합도에서 차이가 거의 없었다. 하지만 χ^2 차이검증 결과 두 모형에서 유의미한 차이가 확인되어 자유도 값이 더 작은 연구모형을 최종모형으로 채택하였다(표 V-7 참조).

<표 V-7> 연구모형과 경쟁모형의 적합도 비교

모형	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA (90% CI)
연구모형	350.537	95	.909	.885	.087 (.077-.097)
경쟁모형	357.846	96	.907	.884	.087 (.078-.097)

다음으로 채택된 연구모형을 바탕으로 각 변인 간 경로를 분석하였다. 그 결과, 모든 직접경로는 유의미 하였으나 부적응적 인지적 정서조절 전략은 학업 지연행동에 유의미한 부적 직접효과를 미치는 것으로 드러났다. 따라서 가설 2-5는 지지되지 않았다.

구체적으로 살펴보면 평가염려 완벽주의는 성실성($\beta = -.432, p < .001$)에 유의미한 부적 직접효과를 보였다. 또 평가염려 완벽주의는 부적응적 인지정서 조절 전략($\beta = .816, p < .001$)과 학업 지연행동($\beta = 0.320, p < .01$)에 유의미한 정적 직접효과를 미치는 것으로 나타났다. 즉, 평가염려 완벽주의는 오히려 성실함이 부족해질 수 있으며 지나간 문제에 대해 자신 혹은 특정 대상을 비난하거나 그 문제를 돌이켜 생각하는 행동을 높게 보일 수 있음을 의미한다. 다음으로 성실성은 학업 지연행동($\beta = -.725, p < .001$)에 유의미한 정적 직접효과를 보였다. 이는 성실하지 못한 성격의 사람일수록 학업 지연행동을 많이 하는 것을 의미한다. 한편, 부적응적 인지정서조절 전략이 학업 지연행동에 미치는 직접효과($\beta = -.248, p < .05$)는 두 잠재변수 간 상관계수($r = .264, p < .01$)와 정반대의 부호를 지닌 것으로 나타났다. 특히 직접효과와 매개효과가 정반대의 부호로 나타날 땐 억제효과(Suppression Effect)를 가정한다(김민선, 서영석, 2009에서 재인용; Tzelgov & Henik, 1991). 최종모형의 검증결과는 <그림 V-1>에, 연구모형의 경로계수는 <표 V-8>에 제시하였다.



[그림 V-1] 최종모형 ($N = 358$) * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

주1. ISPP=사회부과 완벽주의, CM=실수에 대한 염려, DA=수행에 대한 의심; C1=유능감, C2=정연성, C3=충실성, C4=성취갈망, C5=자기규제성, C6=신중성; R=반추, SB=자기비난, BO=타인비난, C=파국화; P1, 2, 3=학업지연 꾸러미]

주2. 경로계수는 표준화 계수임.

<표 V-8> 연구모형의 경로계수

경로	비표준화계수	표준화계수	S.E.	C.R.
평가염려완벽주의 → 학업지연	0.256	.320**	.098	2.619
평가염려완벽주의 → 성실성	-0.207	-.432***	.033	-6.272
평가염려완벽 → 부적응인지정서	0.550	.816***	.066	8.227
성실성 → 학업지연	-1.214	-.725***	.132	-9.221
부적응인지정서조절 → 학업지연	-0.296	-.248*	.138	-2.147

주. $N = 358$. * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

본 연구에서는 독립변수인 평가염려 완벽주의가 학업 지연행동에 미치는 직접효과는 정적이지만, 평가염려 완벽주의가 매개변수인 부적응적 인지적 정서 조절 전략을 거쳐 학업 지연행동에 미치는 효과가 부적이기 때문에 억제효과를 추정하였다. 따라서 본 연구에서는 MacKinnon, Krull 그리고 Lockwood (2000)가 제안한 방법으로 억제효과를 확인하였다. 먼저, 독립변수인 평가염려 완벽주의가 종속변수인 학업 지연행동에 미치는 직접효과가 매개변수를 설정한 후 증가하는지 확인하였다. 일반적으로 매개변수를 설정하면 독립변수와 종속변수 사이를 매개변수가 일부분에서 전부까지 설명할 수 있기 때문에 결과적으로 독립변수와 종속변수 사이의 직접효과는 줄어든다. 하지만 매개변수를 투입했을 때 독립변수와 종속변수 간 직접효과가 오히려 커질 수 있는데, 이는 억제효과가 있음을 시사한다(MacKinnon et al., 2000). 따라서 부적응적 인지적 정서조절 전략을 매개변수로 투입하기 전에 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동 간 직접효과가 증가하는지를 확인하였다.

<그림 V-2>에서 볼 수 있듯이 평가염려 완벽주의가 학업 지연행동에 미치는 직접효과는 부적응적 인지적 정서조절 전략을 매개변수로 투입한 이후에 더 증가하는 것으로 나타났다. 또한 부적응적 인지적 정서조절 전략은 매개변수로 투입된 이후 부호가 바뀌었으며 학업 지연행동에 유의하지 않은 효과를 나타냄을 확인하였다.



[그림 V-2] 부적응적 인지적 정서조절 전략 억제효과 검증. *** $p < .001$.

한편, 부적응적 인지적 정서조절 전략의 억제효과가 우연한 표집으로 인해 발생했을 가능성이 있으므로(김민선, 서영석, 2009에서 재인용; MacKinnon et al., 2000) 부트스트랩 절차 및 Sobel 검증을 실시하여 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과에 대한 신뢰구간을 알아보고자 한다.

2) 매개효과 검증

평가염려 완벽주의가 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략을 거쳐 학업 지연행동에 영향을 미치는 간접경로들이 유의미한지를 확인하기 위해 매개경로의 유의성을 검증하였다. 그 방법으로 Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 Bootstrap 방법을 사용하였는데, 이는 본래 표본을 반복적으로 계산하여 많은 수의 표본을 추출한 후 해당 통계치의 분포를 살펴보는 것이다. 만일 제시된 신뢰구간 내에서 그 값이 0을 포함하지 않을 경우, $\alpha = .05$ 수준에서 통계적으로 유의한 것으로 본다. 본 연구에서는 원 자료($N = 358$)로부터 2000개의 표본을 반복 생성하여 신뢰구간 95%에서 본 간접효과의 유의도를 <표 V-8>에 제시하였다.

먼저, 아래 <표 V-8>에서 볼 수 있듯 모든 변인 간 직접경로계수는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 평가염려 완벽주의가 성실성으로 가는 직접효과와 성실성에서 학업 지연행동으로 가는 직접효과는 각각 $.32(p < .01)$ 와 $-.73(p < .001)$ 로 유의하였다. 평가염려 완벽주의가 부적응적 인지적 정서조절 전략으로 가는 직접효과와 부적응적 인지적 정서조절 전략에서 학업 지연행동으로 가는 직접효과는 각각 $.82(p < .001)$ 와 $-.25(p < .05)$ 로 유의하였다.

하지만, 평가염려 완벽주의가 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략 두 변인을 모두 거쳐 학업 지연행동에 영향을 미치는 과정에서의 총 간접효과는

유의하지 않은 것으로 드러났는데($\beta = .111, p = n.s.$) 이는 ‘평가염려 완벽주의 → 성실성 → 학업 지연행동’의 매개효과($\beta = .31$)와 ‘평가염려 완벽주의 → 부적응적 인지적 정서조절 전략 → 학업 지연행동’간 억제효과($\beta = -.20$)의 두 효과가 상쇄된 것으로 보인다. 따라서 Sobel 검증을 통해 개별적인 간접경로에 대한 유의성을 확인하였다.

<표 V-9> 연구모형의 총효과 분해 및 간접효과

독립변인		종속변인	직접효과	간접효과	총효과
평가염려 완벽주의	→	학업 지연행동	.320**	.111	.430**
평가염려 완벽주의	→	성실성	-.432***	-	-.432**
평가염려 완벽주의	→	부적응적 인지정서	.816***	-	.816**
성실성	→	학업 지연행동	-.725***	-	-.725**
부적응적 인지정서	→	학업 지연행동	-.248*	-	-.248*

주. $N = 358$. * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

Sobel 방정식은 $z = a \times b \sqrt{b^2 \times SE_a^2 + a^2 \times SE_b^2}$ 와 같다. 여기서 a는 독립변인에서 매개변인으로 가는 경로의 비표준화 경로계수, b는 매개변인에서 종속변인으로 가는 비표준화 경로계수, SE_a 는 경로 a의 표준오차, SE_b 는 경로 b의 표준오차를 의미한다. 이렇게 산출된 Z점수는 ± 1.96 보다 크면 .05수준에서 매개효과가 통계적으로 유의미하다고 본다(Baron & Kenny, 1986).

검증 결과는 아래 <표 V-9>에 제시하였다. 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동의 관계에서 성실성의 개별 매개효과는 유의하였다($z=5.18, .p < .001$). 또한 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 간접효과도 유의한 것으로 나타났다($z=-2.08, .p < .05$).

<표 V-10> 연구모형의 개별 매개효과

독립변인	매개변인	종속변인	Sobel test(z)
평가염려 완벽주의	→ 성실성	→ 학업 지연행동	5.18***
평가염려 완벽주의	→ 부적응적 인지정서	→ 학업 지연행동	-2.08*

주. $N = 358$. * $p < .05$. *** $p < .001$.

VI. 논의 및 제한점

1. 논의

본 연구에서는 국내 대학생들의 평가염려 완벽주의 성향 수준에 따라 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략을 통해 학업 지연행동을 설명하기에 적합한지 살펴보았다. 이를 위해, 연구 모형의 가설적 직접경로는 유의한지 그리고 간접경로가 유의미한지에 대해 알아보았다. 이를 위해 국내 대학교에 재학 중인 대학생들을 대상으로 설문조사를 실시하였고 총 358명의 자료가 분석에 사용되었다. 본 연구결과에 대한 결과 및 이론적 시사점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 주요 변인들 간 상관관계를 알아보기 위해 평가염려 완벽주의, 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략 그리고 학업 지연행동 변인 간 상관관계를 알아보았다. 먼저, 평가염려 완벽주의는 학업 지연행동과 유의한 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 주변 타인의 시선과 기준에 민감하고 그것을 자신의 행동 기준으로 삼는 대학생들일수록 자신에게 주어진 일을 미루는 경향이 있다고 해석할 수 있다. 본 결과는 부적응적 완벽주의, 특히 평가염려 완벽주의 수준이 높을수록 학업 지연행동이 높아진다는 선행 연구들

(e.g., Hewitt & Flett, 1991; 박재우, 권정혜, 1998; 유경이, 2014; 이성민, 2016)과 일치한다. 다음으로 평가염려 완벽주의는 성실성과 유의미한 부적상관을 나타내었다. 선행연구에서 완벽주의와 성실성의 관계는 주로 적응적인 완벽주의와 부적응적인 완벽주의로 나뉘어 연구되어 왔는데 이는 일관되지 않은 결과를 보이고 있었다. 먼저 Sarah(2015)는 부정적인 완벽주의가 신경증 그리고 성실성과 부적 상관을 밝혔고 긍정적인 완벽주의와 성실성은 유의미한 상관을 보이지 않았음을 밝혔다. 하지만 기존의 연구들은 긍정적인 완벽주의와 성실성(Stumpf & Parker, 2000), 자기지향 완벽주의와 성실성(Hill, McIntrie & Bacharach, 1997) 간 유의미한 정적상관을 보고하였다. 이는 완벽주의가 단순히 일차원적이고 부적응적인 완벽주의로 나뉘는 것이 아닌 다차원적인 것으로 그 특성이 다를 수 있음을 시사한다(Hamachek, 1978). 따라서 완벽주의의 특징에 따라 명확하게 밝혀지지 않은 성실성과의 관계가 체계적으로 연구될 필요가 있을 것이다. 다음으로는 평가염려 완벽주의와 부적응적 인지적 정서조절 전략의 관계로 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 타인 혹은 사회적 인정을 받기 위해 그 기준에 도달하려는 완벽주의를 가진 대학생들일수록 정서적인 불편함을 느낄 때 적응적으로 대처할 수 있는 능력이 떨어진다고 볼 수 있다. 이와 같은 결과는 선행 연구와 맥락을 같이한다(김성주, 2012; 박아람, 2013; 박지은, 2015). 또한 성실성은 학업 지연행동과 유의한 부적 상관을 보였다. 이는 다른 성격 요인 중에서도 성실하지 못한 성격의 사람일수록 학업 지연행동을 많이 한다고 밝힌 선행연구와 맥락을 같이한다(Lay et al., 1998; Lee, Kelly & Edwards, 2006; Milgram & Tenne, 2000; Schouwneburg & Lay, 1995; Steel & Klingsieck, 2016). 또 부적응적 인지적 정서조절 전략은 학업 지연행동에 유의한 정적 직접영향을 미치는 것으로 앞서 밝혀진 연구 결과들(김영민, 2010; 박지은, 2015)과 일치하는 것으로 드러났다.

둘째, 본 연구모형 검증결과 모형이 적합한 것으로 나타나 평가염려 완벽주

의와 성실성 그리고 부적응적 인지적 정서조절 전략이 학업 지연행동을 예측한다는 선행연구결과들(Van Eerde, 2003; Lee et al., 2006, Aldea & Rice, 2006; 김영민, 2010; 이성민, 2016)이 지지되었다. 다시 말해 본 연구에서 설정한 모형인 평가염려 완벽주의, 성실성 그리고 부적응적 인지적 정서조절 전략의 각 변인들 간 구조적 관계를 통해 대학생들의 학업 지연행동을 예측 가능하다는 것이다. 따라서 평가염려 완벽주의는 성격 5요인 중 하나인 성실성 그리고 인지적 요인인 부적응적 인지적 정서조절 전략이 학업 지연행동을 설명하는 것이 국내 대학생들에게 타당하다는 결론을 내릴 수 있으며 본 연구의 모형이 이론적으로 또 경험적으로 부합하다는 것을 확인할 수 있었다.

셋째, 평가염려 완벽주의, 성실성, 부적응적 인지적 정서조절 전략 그리고 학업지연 네 변인들 간의 직접경로를 확인하였다. 구체적으로 살펴보면, 먼저 평가염려 완벽주의는 학업 지연행동에 유의한 직접 효과를 나타내 평가염려 완벽주의가 학업 지연행동을 일으키는 것을 확인하였다. 이는 부적응적 완벽주의에 속하는 평가염려 완벽주의 및 그의 하위요인인 사회부가 완벽주의 등이 학업 지연행동에 유의한 영향을 미친 것을 확인한 선행연구와 일치하는 결과이다(정승진, 1999; 박지은, 2015; 이성민, 2016; 길민희, 2016). 이는 자신의 수행을 타인과 사회의 높은 기준에 빗대어 평가하고 이를 염려하는 평가염려 완벽주의자가 이러한 상황을 피하고자 학업 지연행동을 보일 수 있다(이성민, 2016). 다음으로, 평가염려 완벽주의는 성실성에 유의한 부적 직접효과를 나타내 평가염려 완벽주의가 성실성을 낮출 수 있음을 확인하였다. 평가염려 완벽주의와 성실성의 직접 효과는 동일한 변인을 대상으로 한 선행연구는 현재까지 없었다. 하지만 평가염려 완벽주의와 비슷한 개념인 부적응적 완벽주의와 성실성의 관계 또는 완벽주의의 다른 차원으로 간주되는 신경증이 성실성을 매개로 하여 지연행동에 영향을 미친 것을 설명한 선행연구결과(Lee et al., 2006; Sarah, 2015)를 미루어 보았을 때 비슷한 맥락의 결과인 것으로 보인다.

또한, 성실성은 학업 지연행동에 유의한 부적 직접효과를 나타냈다. 이는 성실성이 학업 지연행동에 미치는 영향을 확인한 여러 선행 연구들(Van Eerde, 2003; 김광숙, 김정희, 2007; Steel & Klingsieck, 2016)과 일치하는 결과였다. 따라서 성실함이 낮다는 것은 일에 대한 자신감도 떨어지고 성취에 대한 욕구도 떨어지고 체계적이고 신중하며 충실하지 못한 것을 의미하므로 학업을 꾸준히 지속하지 못하고 미루는 행동을 자주 할 것이다. 다음으로 평가염려 완벽주의는 부적응적 인지적 정서조절 전략에 유의한 정적 직접영향을 미치는 것으로 나타나 역시 선행연구(정아현, 강민주, 2014; 김성주, 2012; 박아람, 2013; 박지은, 2015)와 결과를 같이했다. Klibert 등(2005)에 의하면 부적응적 완벽주의자는 자신의 노력과 이를 통한 업적을 부적절하고 열등한 것으로 보는 경향이 있어 노력을 통한 성취로부터 즐거움을 얻지 못한다고 하였다. 게다가 이들은 과업의 성취를 외부로부터 압력이나 강압에 의해 이루기 때문에, 성취를 이루고자 하는 자신의 욕구에 의한 것이 아니라 실수로 인해 유발될 수 있는 비난, 수치, 죄책감을 피하고자 하는 욕구에서 비롯된다(고희경, 현명호, 2009). 그러므로 평가염려 완벽주의자의 인지는 문제의 부정적인 측면에 집중하며, 정서적 반응에서 일어나는 인지처리과정 역시 부정적으로 처리할 수 있다. 한편, 부적응적 인지적 정서조절 전략은 학업 지연행동에 유의한 부적 직접영향을 미치는 것을 확인하였다. 이는 부정적 정서를 왜곡된 방식으로 처리해 정서조절에 실패하게 되는 사람일수록 학업 지연행동이 증가하는 것으로 부적응적 인지적 정서조절 전략이 학업 지연행동에 유의한 영향을 미칠 것이라고 한 가설 2-5와 이를 바탕으로 한 국내 선행연구결과(e.g. 김영민, 2010; 박지은, 2015)와 정반대되는 것으로 나타났다. 이는 비록 선행연구와 달리 본 연구에서 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동 사이를 부적응적 인지적 정서조절 전략이 매개하는 것을 구조적 관계모형의 틀 안에서 새롭게 확인한 것이지만, 부적인 경로계수가 산출된 것은 예측 밖의 결과라 할 수 있다. 또한

부적응적 인지적 정서조절 전략은 매개 변수로 새롭게 투입되었을 때 독립변수인 평가염려 완벽주의가 학업 지연행동에 미치는 영향이 오히려 증가하는 것을 확인하였다. Cohen, Cohen, West 그리고 Aiken(2003)에 의하면, 이와 같은 결과는 모형에 억제 변수가 투입되면 독립 변수와 억제 변수가 공유하는 분산이 통제되기 때문에 종속변수에 미치는 독립변수의 회귀 계수는 증가하기 때문이다. 따라서 부적응적 인지적 정서조절 전략이 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동에 억제 변수로 작용하는지 알아보기 위해 MacKinnon 등(2000)이 제안한 억제효과 검증을 실시하였다. 그 결과 부적응적 인지적 정서조절 전략을 매개변수로 설정하였을 때 독립변수인 평가염려 완벽주의가 종속변수인 학업 지연행동에 미치는 직접효과가 증가하는 것을 확인하였다. 하지만 이러한 결과가 단순히 통계적 우연인지, 아니면 통계적 허구에 의한 결과인지 확인하기 위해 다음 네 번째 단계에서 설명할 부트스트랩(bootstrap) 방법과 Sobel 검증을 통해 간접효과의 유의성을 확인하였다.

넷째, 성실성이 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동을 매개하는지와 함께, 앞서 살펴본 부적응적 인지적 정서조절 전략이 억제효과인지 검증하기 위해 각 간접경로가 유의한지 살펴보았다. 그 결과, 본 연구모형에서는 평가염려 완벽주의가 성실성을 통해 학업 지연행동에 영향을 미치는 경로와 평가염려 완벽주의가 부적응적 인지적 정서조절 전략을 통해 영향을 미치는 경로 모두에서 간접효과가 유의한 것으로 나타났다. 먼저 실시한 부트스트랩 방법으로는 평가염려 완벽주의에서 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략을 통해 학업 지연행동으로 가는 총 간접효과가 유의하지 않았다. 하지만 그 다음으로 실시한 Sobel 검증에서는 각각의 매개 효과를 확인하였는데 모두 유의한 것으로 확인되었다. 따라서 먼저 실시한 부트스트랩 방법에서 간접효과가 유의하지 않게 나온 이유는 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동을 매개하는 두 개의 간접 경로가 서로 상쇄하는 효과 때문인 것으로 밝혀졌다. 결과적으로 평가염려

완벽주의에서 학업 지연행동으로 가는 경로 및 성실성 변인의 매개 효과가 유의했으므로 부분매개(Partial Mediation)의 효과가 있었다. 하지만, 이와 동시에 부적응적 인지적 정서조절 전략은 학업 지연행동을 억제하는 효과를 보였는데, 현재로서는 이것이 무엇을 의미하는지는 정확한 해석에 어려움이 있다(김민선, 서영석, 2009). 이에 McFatter(1979)는 상반된 매개효과, 즉 억제효과가 나타나는 경우에 대한 가설적 상황을 제안 하였다. 이는 독립변인에서 종속변인으로 이어지는 직접 경로의 효과와 독립변인에서 매개변인을 통해 종속변인에 미치는 간접 경로의 효과가 정반대일 때 두 개의 경로는 독립변인의 총 효과에 대해 같거나 0까지 나타내는 상쇄효과를 보일 수 있다는 것이다. 따라서 McFatter(1979)의 제안에 따라 해석해 보면, 평가염려 완벽주의자가 학업 지연행동을 하는 것이 부적응적 인지적 정서조절 전략을 사용했을 때 오히려 학업 지연행동이 줄어들 수도 있다고 본다. 특히 부적응적 인지적 정서조절 전략에 속한 하위요인인 과국화를 생각해본다면, 학업 지연행동에 억제적 효과를 줄 수도 있음을 생각해 볼 수 있다. 과국화는 만성적인 걱정을 호소하는 사람들이 편향된 정보처리 방식으로 인해 일어난다(Clark & Wells, 1995). 일반적으로 걱정은 각종 병리, 즉 우울 및 불안과 관련이 높아 좋지 않은 측면에 주목되어왔지만, 과제 지향적 태도를 지향하는 경향이 있어 오히려 문제를 해결하는데 도움이 되는 좋은 측면도 존재한다(Davey, Hampton, Farrell & Davidson, 1992). 이에 임영진(2003)은 걱정에 대한 긍정적 신념에 기초해 과국화를 두 가지 하위유형, 즉 문제해결적 과국화와 침투적 과국화로 나누었다. 그래서 사회불안 및 평가에 대한 두려움과 관련이 높은 평가염려 완벽주의(김민선, 서영석, 2009; 김성주, 이영순, 2013)는 문제 상황에 대해 과국적으로 생각할 때 그 과국화의 유형이 문제해결적이라면 학업 지연행동에 억제적 효과를 줄 가능성이 있다. 하지만 본 연구에서는 여전히 부적응적 인지적 정서조절 전략이 학업 지연행동에 정적인 직접영향을 미치는 것이 확인

되었고, 걱정과 과국화의 부정적 기능에 주목할 때 학업 지연행동의 해결 방안으로 부적응적 인지적 정서조절 전략을 늘리는 것은 부적절하다. 따라서 위의 결과에 대해서는 후속연구를 통해 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 유형에 따라 그 영향이 달라지는지 확인할 필요가 있다.

위의 결과를 종합해 보자면 다음과 같다. 먼저 평가에 민감하고 타인과 사회의 비판과 기대를 염려하며 과도하게 자신의 수행에 엄격한 평가염려 완벽주의적 대학생일수록 학업을 미루는 데 영향을 미치는 것을 확인하였다. 또 대학생의 평가염려 완벽주의적 성향이 높은 것이 오히려 성실함을 낮추는 데 영향을 미칠 수 있으며 이로 인해 학업 지연행동이 나타날 수 있다. 마지막으로 대학생의 평가염려 완벽주의적 경향이 부정적인 경험을 부적응적으로 다루는 데 영향을 미치지만 반대로 이것은 사회적으로 그 기준이 부과되고 실패에 대해 두려워하는 완벽주의적 대학생이 그 결과에 대해 과국적으로 생각한다면 오히려 지연행동이 줄어들 수도 있음을 확인하였다. 하지만 여전히 부적응적 인지적 정서조절 전략을 사용하는 것은 학업 지연행동을 증가시키므로 이에 대한 조심스러운 해석이 필요함을 확인하였다.

2. 의의 및 제한점

본 연구의 의의 및 시사점을 살펴보고 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 완벽주의적 성향의 대학생들이 왜 오히려 지연행동이라는 완벽주의와 거리가 멀어 보이는 행동을 하는지에 관해 궁금증을 가지고 평가염려 완벽주의가 학업 지연행동에 미치는 영향을 구조적으로 살펴보았다.

이에 따라 학업 지연행동에 영향을 미치는 독립변인인 완벽주의에 대해 고려하여 연구를 설계하였다.

이제까지 완벽주의와 학업지연에 대한 연구는 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도 중 하위요인인 자기 지향적 완벽주의와 사회부과적 완벽주의를 대상으로 이루어져 왔다. 하지만 그 관계는 일관적이지 않은 것으로 밝혀졌고 또 완벽주의의 다각적 측면에 따라 새로운 완벽주의 개념에 대한 연구가 필요한 실정이었다. 따라서 본 연구는 완벽주의의 서로 다른 부분을 측정하는 두 도구인 FMPS와 HMPS를 요인 분석하여 얻어진 새로운 완벽주의 개념인 평가염려 완벽주의를 가지고 성격요인 중 하나인 성실성과 부적응적 인지적 정서조절 전략이라는 변인을 고려하여 학업 지연행동에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과로는 평가염려 완벽주의 성향 그 자체로도 완벽주의의 패배자 각본(No-Win Scenario)에 의해 학업 지연행동을 일으키는 것으로 확인하였다. 또한 평가염려 완벽주의자들은 자신의 내적 동기에 의해 학업을 성취하려는 목표를 향해 학업목표를 이루는 것이 아니라, 중요한 타인이나 사회적 기준에 맞추어 학업을 이루려고 하는 것이므로 내적 동기 및 성취갈망이 부족해 성실성이 떨어지는 것을 확인하였다. 반면, 부적응적 인지적 정서조절 전략의 경우 평가염려 완벽주의자가 학업지연을 일으키는데 억제효과를 일으키는 것을 확인하였다. 이는 선행연구에서 부적응적 인지적 정서조절 전략이 학업 지연행동에 미치는 영향들을 확인한 결과와 상반된 것이었다. 따라서 본 연구에서는 부적응적 인지적 정서조절 전략이 평가염려 완벽주의와 학업지연행동을 매개할 때 매개효과 대신 억제효과가 나타남을 확인하였으므로 후속연구를 통해 세 변인의 관계에 대한 이해를 밝혀나가는 것이 필요함을 확인하였다.

둘째, 평가염려 완벽주의가 성실성에 미치는 직접적 영향력을 확인했다는 것이다. 기존 완벽주의와 성실성에 관련한 연구들은 자기 지향적 완벽주의와

사회부과적 완벽주의를 중심으로 성실성과의 관계에 대해 연구되어왔는데 그 결과는 일관적이지 않았다. 이에 따라 새로운 완벽주의 개념인 평가염려 완벽주의 성향이 개인의 성실성에 어떤 영향을 미치는지 살펴보았다는 것에 의의가 있다.

셋째, 본 연구 결과는 대학생 상담 장면에서 내담자가 학업 지연행동을 그만두고 싶지만 계속되어 심리적이고 실제적인 불편감을 호소할 때 상담자가 고려할 수 있는 심리적 과정에 대한 설명이 될 것으로 기대한다. 특히 실제 상담 장면에서 학업 지연행동을 수정하기 위해 구체적인 학업 계획이나 습관을 바꾸려고 하는 시도들은 큰 효과를 보지 못한다고 한다(유경이, 2014). 위와 같은 경우 상담에서는 내담자에게 성취에 대한 목표나 자기에 대한 규제 등이 있는지 없는지를 확인하고, 그것이 자신의 내적인 동기로부터 온 것인지 아니면 내담자의 중요한 타자나 사회적인 기준에 의한 것인지를 확인한다. 혹은 그가 지나간 문제에 대해 타자나 자신의 탓으로 돌리고 그것을 반추하고 과묵화하는 등 왜곡된 인지과정을 통한 정서조절 전략이 지연행동에 영향을 미치고 있는지 확인해 본다면 그가 지속하고 있는 학업 지연행동의 근본적 원인을 찾을 수 있을 것이다.

다음으로는 본 연구의 제한점 및 추후 연구과제이다.

첫째, 이제까지의 완벽주의에 관한 연구는 그 개념이 다양함에도 불구하고 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도와 Frost 등(1990)이 개발한 다차원적 완벽주의척도가 가장 많이 연구되어 왔다. 또 Saboonchi와 Lundh(1997)에 의해 확인된 평가염려 완벽주의도 이제 학업 지연행동과의 관계가 밝혀지고 있다. 하지만 완벽주의의 개념에 따라 그 특성이 달랐으며 학업 지연행동과의 관계도 일관적이지 않음이 밝혀져 왔다. 따라서 먼저 완벽주의 개념에 대한 다양한 특성이 더 정립될 필요가 있다. Blasberg(2006)는 적음

적인 완벽주의의 특성을 밝히기 위하여 각각의 완벽주의 개념(HMPS; FMPS; The Almost Perfect Scale-Revised(APS-R)에 대해 긍정적인 특성(e.g. 자존감, 삶의 만족, 성취동기, 성실성 등) 및 부정적인 특성(e.g. 우울, 불안 등)과 연관된 정도를 확인하였는데 명확하게 적응적인 특성만을 반영한 완벽주의는 존재하지 않았다고 하였다. 따라서 완벽주의 개념에 대한 다양한 이해가 필요하며 그에 따른 특성이 구체적으로 밝혀질 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 평가염려 완벽주의가 성실성에 영향을 준다는 것을 처음으로 확인하였다. 이제까지 성실성과 함께 연구된 완벽주의의 개념은 주로 HMPS의 하위요인인 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의이다. 이 중 자기지향 완벽주의는 성실성과 정적인 관계에 있으며 학업 지연행동에 정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀져 있다. 반대로 사회부과 완벽주의는 성실성과 유의미한 관계에 있지 않거나 부적인 관계에 있으며 학업 지연행동에 부적인 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 하지만 평가염려 완벽주의가 어떤 기제를 통해 성실성에 부정적인 영향을 미치는지는 확인된바가 없었다. 위의 상황을 고려해 봤을 때 우선 이번에 새롭게 밝혀진 평가염려 완벽주의와 성실성과의 관계가 차후 연구에서도 일관되게 적용되는지 살펴볼 필요가 있다. 나아가 해당 변인들의 관계가 대학생 외의 다른 집단에서도 동일하게 적용되는지 그리고 두 변인 간 관계를 설명하는 추가적인 요인이 있는지 확인하는 것 등이 필요하다.

셋째, 본 연구에서는 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동 사이에 매개변인으로 설정한 부적응적 인지적 정서조절 전략이 억제효과를 일으켰다는 것이다. 하지만 현재까지 억제효과에 대해 구체적인 해석이 어려운 시점이므로(김민선, 서영석, 2009) 해당 효과에 대해서는 정확한 해석을 하는 데 한계가 있었다. 이에 부적응적 인지적 정서조절 전략에 속한 하위요인인 파국화가 두 가지 하위유형, 문제해결적 파국화 집단과 침투적 파국화 집단으로 나뉘는 것을

확인하였다(임영진, 2003). 따라서 차후 연구에서는 평가염려 완벽주의와 학업 지연행동의 관계를 부적응적 인지적 정서조절 전략이 매개할 때 그 유형에 따라 세부적으로 나누어 밝혀질 필요가 있다.

넷째, 본 연구는 한 시점을 기준으로 하는 횡단적 연구방법으로 연구를 실시하였다. 하지만 횡단적 연구방법의 단점은 각 변인들 간 관계가 반드시 인과 관계를 나타내는 것은 아니라는 것이다. 따라서 발달적 특성을 고려해 종단적 연구를 실시하거나 실험연구 방법을 통해 명확한 인과적 관계에 대해 밝히는 것이 필요하다.

마지막으로, 본 연구의 자료수집 방법은 95%가 온라인 설문 방법을 통해 수집되었다. 온라인을 통한 설문 표집 방법은 모집단에 대한 대표성이 떨어진다는 인식이 높고, 표본오류 통제 등에 대해서도 현실적인 어려움이 있다. 따라서 본 연구의 온라인 설문조사에 참여한 참여자들이 참여 기준에 해당하는지 확인하기 어려웠다. 또한 본 연구에서 설정한 변인은 설문지를 통해 측정되었는데 이는 자기보고식 측정방법 중 하나이다. 이러한 방법들은 연구 참여자들이 부정적인 문항에 대해 방어적 태도를 보였거나 사회적으로 바람직한 것으로 생각되는 것에 영향을 받을 수 있고 불성실한 답변을 하여 자료가 왜곡되었을 수 있다. 따라서 이러한 점을 보완한 다른 신뢰로운 방법을 통해 연구가 진행될 필요가 있다.

참고문헌

- 강은비 (2013). 성격요인과 학업지연간의 관계에서 스트레스 대처방식의 조절효과: 성실성과 신경증을 중심으로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 강혜자 (2011). 지연행동, 자기효능감, 자기통제 및 지각된 스트레스 간의 관계. *사회과학연구*, 35(2), 233-251.
- 계수영 (2009). 완벽주의와 성취목표지향성이 학업지연행동에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 계수영, 박기환, 엄소용 (2011). 대학생의 완벽주의와 성취목표지향성이 학업지연행동에 미치는 영향. *인지행동치료*, 11(2), 95-111.
- 길민희 (2016). 고등학생의 인정욕구가 학업지연행동에 미치는 영향: 평가염려 완벽주의와 자기효능감의 매개효과. 인제대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김광숙, 김정희 (2007). 꾸물거림과 성격의 5요인, 자기효능감, 자기존중감 및 우울의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 19(4), 933-947.
- 김동일 (2012). Big5 성격검사: 아동·청소년용 전문가 지침서. 학지사 심리검사연구소.
- 김동일, 안현의 (2006). NEO 청소년 성격 검사 타당화 연구. *청소년상담연구*, 14(1), 77-91.
- 김민선, 서영석 (2009). 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계: 부정적 평가에 대한 두려움과 자기제시동기의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 일반*, 28(3), 525-545
- 김민선, 최영희, 석분옥, 백근영, 이동귀 (2009). 다차원적 완벽주의와 자기결정성에 따른 하위집단과 학업지연행동. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 23(3), 39-56.
- 김민정 (2012). 평가염려 완벽주의가 지연행동에 미치는 영향: 문제해결능력 지각과 시간적 거리 지각의 매개효과. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김성주 (2012). 대학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계에서 부정적 및 긍정적 평가에 대한 두려움과 인지적 정서조절의 매개효과. 전북대학교 대학원 석사학

위논문.

- 김성주, 이영순 (2013). 대학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계: 부정적 및 긍정적 평가에 대한 두려움과 인지적 정서조절의 매개효과. *상담학연구*, 14(3), 1919-1938.
- 김소희 (2004). 스트레스 사건, 인지적 정서조절전략과 심리적 안녕감 간의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김아름, 이지연 (2011). 완벽주의와 정서강도, 정서 인식 명확성에 따른 하위집단과 정신건강. *열린교육연구*, 19, 197-218.
- 김연실 (2000). 부모권위에 따른 완벽주의와 지연행동에 관한 연구. 연세대학교 석사학위논문.
- 김영민 (2010). 정서, 정서지능, 인지적 정서조절전략이 학업적 지연행동에 미치는 영향. 경희대학교 석사학위논문.
- 김영환 (1998). 부적 사건경험, 완벽주의적 성향, 지각된 사회적 지지와 자살 생각간의 상관연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 김윤희, 서수균 (2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(3), 581-613.
- 김은아 (1997). 부모와 자녀의 완벽주의 성향 및 지각된 부모의 양육태도간의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김환 (1999). 학업적 꾸물거림에서 실패공포가 과제 제출 행동지연에 미치는 영향, 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김현정 (2003). 완벽주의, 충동성, 자기효능감, 및 실패공포가 지연행동에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 김현희, 김창대 (2011). 완벽주의자 하위 유형 분류 연구-평가염려, 개인기준 완벽주의자 중심으로. *상담학연구*, 12(1), 373-391.
- 고희경, 현명호 (2009). 완벽주의와 분노 표현양상 간 관계에서의 인지적 대처전략의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 임상*, 28(1), 97-116.
- 남궁혜정, 이영호 (2005). 이차원 완벽주의 척도의 개발 및 타당화. *한국심리학회지:*

- 임상, 24(4), 917-936.
- 민병모 (2001). 성격 5요인 모형에서 개인-조직 일치도와 수행의 관계. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 박명희 (2008). 위험회피 기질과 부모의 심리적 통제가 만성적 자연행동에 미치는 영향: 자기결정성의 매개효과와 인지적 정서조절전략의 조절효과. 충북대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박소영 (2002). 완벽주의와 정서의 매개변인으로서의 귀인양식과 스트레스 대처방식. 고려대학교 석사학위논문.
- 박승호, 서은희 (2005). 여자 대학생들의 학업적 지연행동의 실태 및 원인분석.
- 박아람 (2013). 평가염려/개인기준 완벽주의성향과 심리적 안녕감의 관계. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 박재우 (1998). 과제의 자아위협도와 완벽주의가 과제지연행동에 미치는 영향, 고려대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박재우, 권정혜 (1998). 과제의 자아 위협도와 완벽주의가 과제 지연행동에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 박지은 (2015). 대학생의 사회부과적 완벽주의 성향과 학업적 지연행동의 관계: 자기 수용과 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 배대식 (2009). 실패공포가 학업지연행동에 미치는 영향 : 학업동기의 매개 효과를 중심으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(4), 1147-1168.
- 신명희, 박승호, 서은희 (2005). 여자 대학생의 학업성취도에 따른 시간관리 및 지연행동 연구. *교육학연구*, 43(3), 211-230.
- 안도희, 윤지민 (2009). 출생 순위와 성격 5 요인이 청소년의 학업 성취에 미치는 영향. *교육심리연구*, 23(3), 623-643.
- 안창규, 채준호 (1997). NEO-PI-R 의 한국표준화를 위한 연구. *한국심리학회지: 상담*

- 과 심리치료, 9(1), 443-473.
- 윤재호 (2011). 지연동기 척도 개발 및 지연동기와 심리적 부적응간 경로 모형 연구. 가톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 이미라, 오경자 (2009). 완벽주의 성향과 학업동기 수준이 학업적 지연행동에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 28(2), 363-377.
- 이민규, 김근홍 (1998). 완벽주의 성향과 자기효능감이 우울과 과제수행에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 17(1), 211-222.
- 이성민 (2016). 대학생의 평가염려 완벽주의가 학업적 지연행동에 미치는 영향: 정서 조절양식의 매개효과. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이은정 (2002). 대학생의 학업적 지연행동과 완벽주의 및 통제소재와의 상관 연구. 연세대학교 석사학위논문.
- 이학식, 임지훈 (2008). 구조방정식모형과 AMOS 7.0. 서울: 법문사.
- 이현주, 손원숙 (2013). 고등학생의 자기지향과 타인지향, 사회부과 완벽주의가 자기조절학습 및 시험불안에 미치는 효과. *한국심리학회지: 학교*, 10(1), 219-239.
- 이혜연 (2009). 평가염려 완벽주의와 부모의 심리통제가 청소년의 학업지연 행동에 미치는 영향. 국내석사 학위논문 성균관대학교 교육대학원.
- 임영진 (2003). *문제해결적 파국화와 침투적 파국화: 걱정과 스트레스에 대한 대처에서의 차이점* (Doctoral dissertation, 서울대학교 대학원).
- 유경이 (2014). 평가염려 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 긍정적 평가에 대한 두려움과 자기결정성의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 유성은, 권정혜 (1997). 완벽주의적 성향, 사회적 지지, 스트레스에 대한 대처방식이 중년 여성의 우울에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 16(2), 67-84.
- 유지원, 강명희, 김은희 (2013). 컴퓨터활용교육: 이러닝 강의를 수강하는 대학생의 학업지연행동에 영향을 미치는 요인들의 관계 규명. *컴퓨터교육학회논문지*, 16(1), 81-95.
- 유태용 (1999). 조직의 성격유형을 측정하기 위한 척도개발 연구. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 12(1), 113-139.

- 유태용, 김명언, 이도형 (1997). 5 요인 성격검사의 개발 및 타당화 연구. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 10(1), 85-102.
- 유태용, 민병모 (2001). 다양한 장면에서 수행을 예측하기 위한 5 요인 성격모델의 사용가능성과 한계. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 14(2), 115-134.
- 윤숙경 (1996). 완벽성향과 자기개념에 따른 대학생의 지연 특성의 차이. 연세대학교 석사학위논문.
- 정승진 (1999). 완벽성 감소를 위한 인지행동집단 상담프로그램 개발. 국내 박사학위논문 연세대학교 대학원.
- 정아현, 강민주 (2014). 완벽주의와 인지적 정서조절 전략이 시험불안에 미치는 영향. *아동학회지*, 35(1), 61-76.
- 최문선 (2003). 완벽주의와 우울간의 관계에서 자기효능감과 대처의 효과. 중앙대학교 석사학위논문.
- 최정락 (2012). 성격과 수행간의 비선형적 관계: 직무창의성의 조절효과. 광운대학교 대학원 석사학위논문.
- 최지연 (2001). 자기효능감과 스트레스 대처방식이 지연행동에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위논문.
- 추상엽 (2008). 실패공포와 학업적 지연행동 간의 관계: 회피목표지향성, 인지통제의 매개효과와 부모의 성취압력, 부모의 심리적 통제의 조절효과. 충북대학교 대학원 석사학위논문.
- 추상엽, 임성문 (2008). 연구논문: 부모의 성취압력과 학업성취 간의 관계: 부모의 교육지원행동, 학업적 자기효능감의 매개효과와 학업적 지연행동의 조절효과. *청소년학연구*, 15(7), 347-368.
- 한경희 (2012). 대학생의 사회부과적 완벽주의가 내면화된 수치심과 정서표현 양가성을 통해 대인관계문제에 미치는 영향. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 박사학위논문.
- 한지영 (2007). B군성격 특성과 5요인 모델의 관계 덕성여자대학교 대학원 석사학위

청구논문.

- 황영석 (2015). 성실성, 자기효능감이 지연행동에 미치는 영향: 메타인지전략의 조절효과. 대구대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 한영숙 (2011). 완벽주의, 자기효능감, 실패공포가 학업지연행동에 미치는 영향. 청소년학연구, 18(4), 277-299.
- 황임숙 (2008). 지각된 부모양육태도와 학업적 지연행동: 자기효능감과 완벽주의를 매개로. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 산정기준과 그 근거. 한국심리학회지: 임상, 19(1), 161-177.
- 홍승일, 현명호 (2005). 지연경향성과 심리적 불편감의 관계에서 자기효능감, 대처방식, 과제의 자아위협도의 효과. 한국심리학회지: 일반, 24(1), 259-277.
- Aldea, M. A., & Rice, K. G. (2006). The role of emotional dysregulation in perfectionism and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology, 53*(4), 498.
- Anderson, C. A., Miller, R. S., Riger, A. L., Dill, J. C., & Sedikides, C. (1994). Behavioral and characterological attributional styles as predictors of depression and loneliness: review, refinement, and test. *Journal of personality and social psychology, 66*(3), 549.
- Ashby, J. S., & Bruner, L. P. (2005). Multidimensional perfectionism and obsessive-compulsive behaviors. *Journal of College Counseling, 8*(1), 31-41.
- Aitken, N. D. (1982). College student performance, satisfaction and retention: Specification and estimation of a structural model. *The Journal of Higher Education, 32*-50.
- Bandalos, D. L. (2002). The effects of item parceling on goodness-of-fit and parameter estimate bias in structural equation modeling. *Structural Equation Modeling, 9*(1), 78-102.
- Baron, 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*, 51(6), 1173.
- Beswick, G., Rothblum, E. D., & Mann, L. (1988). Psychological antecedents of student procrastination. *Australian psychologist*, 23(2), 207-217.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and individual differences*, 36(6), 1373-1385.
- Blunt, A., & Pychyl, T. A. (2005). Project systems of procrastinators: A personal project-analytic and action control perspective. *Personality and Individual Differences*, 38(8), 1771-1780.
- Borman, W. C., Hanson, M. A., & Hedge, J. W. (1997). Personnel selection. *Annual review of psychology*, 48(1), 299-337.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (1983). Procrastination: Why you do it and what to do about it. *Reading, PA: Addison-Wesley*.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Da Capo Press.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology today*, 14(6), 34-52.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Chang, E. C. (2002) Examining the link between perfectionism and psychological maladjustment: Social problem solving as a buffer. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 581-595.
- Chang, E. C. (2006.) Perfectionism and dimensions of psychological well-being in a college student sample: A test of a stress-mediation model. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 25(9), 1001-1022.

- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. *Social Phobia: Diagnosis, Assessment and Treatment*, 41(68), 00022-00023.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavior sciences* (3rd ed.). Mahwah, Nj: Erlbaum.
- Compas, B. E., Orosan, P. G., & Grant, K. E. (1993). Adolescent stress and coping: Implications for psychopathology during adolescence. *Journal of adolescence*, 16(3), 331-349.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. *Psychological assessment*, 4(1), 5.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological methods*, 1(1), 16.
- Davey, G. C. L., Hampton, J., Farrell, J., & Davidson, S. (1992). Some characteristics of worrying: evidence for worrying and anxiety as separate constructs. *Personality and Individual Differences*, 13(2), 133-147.
- Deniel N. (2007). *Personality: What makes you the way you are*. Oxford University Press.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., & Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of Counseling Psychology*, 47(4), 437.
- Dweck, C. S., Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95(2), 256-273.
- Egan, S. J., Wade, T. D., & Shafran, R. (2011). Perfectionism as a transdiagnostic process: A clinical review. *Clinical psychology review*, 31(2), 203-212.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). Overcoming procrastination: How to think and

- act rationally in spite of life's inevitable hassles. *New York: Institute for Rational Living.*
- Fee, R. L., & Tangney, J. P. (2000). Procrastination: A means of avoiding shame or guilt?. *Journal of Social Behavior and Personality, 15*(5), 167.
- Ferrari, J. R. (1991). Self-handicapping by procrastinators: Protecting self-esteem, social-esteem, or both?. *Journal of Research in Personality, 25*(3), 245-261.
- Ferrari, J. R. (1992). Procrastinators and perfect behavior: An exploratory factor analysis of self-presentation, self-awareness, and self-handicapping components. *Journal of research in personality, 26*(1), 75-84.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). Procrastination Research. In *Procrastination and Task Avoidance* (pp. 21-46). Springer US.
- Ferrari, J. R., & Tice, D. M. (2000). Procrastination as a self-handicap for men and women: A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of Research in personality, 34*(1), 73-83.
- Fiske, D. W. (1949). Consistency of the factorial structures of personality ratings from different sources. *The Journal of Abnormal and Social Psychology, 44*(3), 329.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality: an international journal, 20*(2), 85-94.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., & Martin, T. R. (1995). Procrastination, negative self-evaluation, and stress in depression and anxiety. In *Procrastination and Task Avoidance* (pp. 137-167). Springer US.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2006). Positive versus negative perfectionism in psychopathology a comment on Slade and Owens's dual process model. *Behavior modification, 30*(4), 472-495.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Van Brunschot, M. (1996).

- Perfectionism, social problem-solving ability, and psychological distress. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, *14*, 245-275.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & De Rosa, T. (1996). Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*, *20*(2), 143-150.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Martin, T. R. (1995). Dimensions of perfectionism and procrastination. In *Procrastination and task avoidance* (pp. 113-136). Springer US.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, *14*(5), 449-468.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, *40*(8), 1659-1669.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, *30*(8), 1311-1327.
- Gottfried, A. E. (1990). Academic intrinsic motivation in young elementary school children. *Journal of Educational psychology*, *82*(3), 525.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, *39*(3), 281-291.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*.
- Haycock, L. A., McCarthy, P., & Skay, C. L. (1993). Procrastination in college students: The role of self-efficacy and anxiety. *Journal of Counseling & Development*, *76*, 317-234.
- Harris, N. N., & Sutton, R. I. (1983). Task procrastination in organizations: A framework for research. *Human Relations*, *36*(11), 987-995.

- Haycock, L. A., McCarthy, P., & Skay, C. L. (1998). Procrastination in college students: The role of self-efficacy and anxiety. *Journal of Counseling and Development: JCD*, 76(3), 317.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of abnormal psychology*, 100(1), 98.
- 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*, 102(1), 58.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2007). When Does Conscientiousness Become Perfectionism? Traits, Self-Presentation Styles, and Cognitions Suggest a Persistent Psychopathology. *Current Psychiatry*, 6(7), 49.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Endler, N. S. (1995). Perfectionism, coping and depression symptomatology in a clinical sample. *Clinical psychology and Psychotherapy*. 102, 58-65.
- Hill, R. W., McIntire, K., & Bacharach, V. R. (1997). Perfectionism and the big five factors. *Journal of social behavior and personality*, 12(1), 257.
- Hollander, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94-103.
- Howell, A. J., & Watson, D. C. (2007). Procrastination: Associations with achievement goal orientation and learning strategies. *Personality and Individual Differences*, 43(1), 167-178.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.
- Johnson, J. L., & Bloom, A. M. (1995). An analysis of the contribution of the five factors of personality to variance in academic procrastination. *Personality and Individual Differences*, 18(1), 127-133.
- Joormann, J., Levens, S. M., & Gotlib, I. H. (2011). Sticky thoughts depression and

- rumination are associated with difficulties manipulating emotional material in working memory. *Psychological science*, 22(8), 979–983.
- Juster, H. R., Heimberg, R. G., Frost, R. O., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Faccenda, K. (1996). Social phobia and perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 21(3), 403–410.
- Kasper, G. (2004, March 30). Tax procrastination: Survey finds 29% have yet to begin taxes. Retrieved March 14, 2006, from <http://www.prweb.com/releases/2004/3/prweb114250.htm>
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(4), 915–931.
- Klibert, J. J., Langhinrichsen-Rohling, J., Saito, M. (2005). Adaptive and Maladaptive Aspects of Self-Oriented versus Socially Prescribed Perfectionism. *Journal of College Student Development*, 46, 141–156.
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination. *European Psychologist*.
- Klingsieck, K. B., & Fries, S., Horz., & Hofer, M.(2012). Procrastination in a distance university setting. *Distance Education*, 33(3), 295–310.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of research in personality*, 20(4), 474–495.
- Lay, C. H., & Schouwenburg, H. C. (1993). Trait procrastination, time management, and academic behavior. *Journal of social Behavior and personality*, 8(4), 647.
- Lay, C., & Silverman, S. (1996). Trait procrastination, anxiety, and dilatory behavior. *Personality and Individual Differences*, 21(1), 61–67.
- Lazarus, R. S. (1966). Psychological stress and the coping process.
- Lee, D. G., Kelly, K. R., & Edwards, J. K. (2006). A closer look at the relationships among trait procrastination, neuroticism, and conscientiousness.

Personality and Individual Differences, 40(1), 27-37.

- MacKinnon, D. P., Krull, J. L., & Lockwood, C. M. (2000). Equivalence of the mediation, confounding, and suppression effect. *Prevention Science*, 1, 173-181.
- Marks, I. M. (1969) Fears and Phobias. London: Heinemann.
- McCown, W., & Johnson, J. (1991). Personality and chronic procrastination by university students during an academic examination period. *Personality and individual differences*, 12(5), 413-415.
- McCown, W., & Roberts, R. (1994). A study of academic and work-related dysfunctioning relevant to college version of an indirect measure of impulsive behavior. *Integra Technical Paper*, 28-94.
- McFatter, R. M. (1979). The use of structural equation models in interpreting regression equations including suppressor and enhancer variables. *Applied Psychological Measurement*, 3(1), 123-135.
- Milgram, N. N., Mey-Tal, G., & Levison, Y. (1998). Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 297-316.
- Milgram, N. A., Sroloff, B., & Rosenbaum, M. (1988). The procrastination of everyday life. *Journal of Research in Personality*, 22(2), 197-212.
- Moon, S. M., & Illingworth, A. J. (2005). Exploring the dynamic nature of procrastination: A latent growth curve analysis of academic procrastination. *Personality and Individual Differences*, 38(2), 297-309.
- Nolen-Hoeksema, S., Parker, L. E., & Larson, J. (1994). Ruminative coping with depressed mood following loss. *Journal of personality and social psychology*, 67(1), 92.
- Pacht, A. R.(1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39, 386-390.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Preusser, K. J. (1996). Perfectionism, relationships with parents, and self-esteem. *Individual Psychology: Journal of Adlerian*

Theory, Research & Practice.

- 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, 45*, 304-316
- Ross, S. R., Canada, K. E., & Rausch, M. K. (2002). Self-handicapping and the Five Factor Model of personality: mediation between Neuroticism and Conscientiousness. *Personality and Individual Differences, 32*(7), 1173-1184.
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of counseling psychology, 33*(4), 387.
- Saboonchi, F., & Lundh, L. G. (1997). Perfectionism, self-consciousness and anxiety. *Personality and Individual Differences, 22*(6), 921-928.
- Saddler, C. D., & Buley, J. (1999). Predictors of academic procrastination in college students. *Psychological Reports, 84*(2), 686-688.
- Saddler, C. D., & Sacks, L. A. (1993). Multidimensional perfectionism and academic procrastination: Relationships with depression in university students. *Psychological Reports, 73*(3), 863-871.
- Salgado, J. F. (1997). The Five Factor Model of personality and job performance in the European Community. *Journal of Applied psychology, 82*(1), 30.
- Scher, S. J., & Osterman, N. M. (2002). Procrastination, conscientiousness, anxiety, and goals: Exploring the measurement and correlates of procrastination among school-aged children. *Psychology in the Schools, 39*(4).
- Schouwenburg, H. C., & Lay, C. H. (1995). Trait procrastination and the big-five factors of personality. *Personality and Individual Differences, 18*(4), 481-490.
- Senécal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. (1995). Self-regulation and academic procrastination. *The Journal of Social Psychology, 135*(5), 607-619.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental

- studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7, 422-445.
- Silver, M., & Sabini, J. (1981). Procrastinating*. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 11(2), 207-221.
- Slaney, R. B., Ashby, J. S., & Trippi, J. (1995). Perfectionism: Its measurement and career relevance. *Journal of Career Assessment*, 3, 279-297.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of counseling psychology*, 31(4), 503.
- Spada, M. M., Hiou, K., & Nikcevic, A. V. (2006). Metacognitions, emotions, and procrastination. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(3), 319-326.
- Stead, R., Shanahan, M. J., & Neufeld, R. W. (2010). "I'll go to therapy, eventually": Procrastination, stress and mental health. *Personality and Individual Differences*, 49(3), 175-180.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological bulletin*, 133(1), 65.
- Steel, S., & Funnell, E. (2001). Learning multiplication facts: A study of children taught by discovery methods in England. *Journal of Experimental Child Psychology*, 79(1), 37-55.
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: *Psychological antecedents revisited*. *Australian Psychologist*, 51(1), 36-46.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and social psychology review*, 10(4), 295-319.
- Stumpf, H., & Parker, W. D. (2000). A hierarchical structural analysis of perfectionism and its relation to other personality characteristics. *Personality and individual differences*, 28(5), 837-852.

- Sullivan, M. J. L., Bishop, S. R., Pivick, J. (1995). The pain catastrophizing scale: development and validation. *Psychological Assessment, 7*, 524-532.
- Terracciano, A., McCrae, R. R., Brant, L. J., & Costa Jr, P. T. (2005). Hierarchical linear modeling analyses of the NEO-PI-R scales in the Baltimore Longitudinal Study of Aging. *Psychology and aging, 20*(3), 493.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and individual differences, 18*(5), 663-668.
- Thompson. R. A. (1991). Emotion regulation and emotional development. *Educational Psychology Review, 3*, 269-307.
- Tupes, E. C., & Christal, R. E. (1961). *Recurrent personality factors based on trait ratings* (No. ASD-TR-61-97). PERSONNEL RESEARCH LAB LACKLAND AFB TX.
- Tzelgov, J., & Henik, A. (1991). Suppression situations in psychological research: Definitions, implications, and applications. *Psychological Bulletin, 109*, 524-536.
- Watson, D. C. (2001). Procrastination and the five-factor model: A facet level analysis. *Personality and individual differences, 30*(1), 149-158.
- Van Eerde, W. (2003). A meta-analytically derived nomological network of procrastination. *Personality and individual differences, 35*(6), 1401-1418.
- Wesley, J. C. (1994). Effects of ability, high school achievement, and procrastinatory behavior on college performance. *Educational and Psychological Measurement, 54*(2), 404-408.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W., & Abraham, W. T. (2004). Maladaptive Perfectionism as a Mediator and Moderator Between Adult Attachment and Depressive Mood. *Journal of Counseling Psychology, 51*(2), 201.

[부 록]

설 문 지

안녕하십니까?

본 설문지는 여러분이 일상생활에서 느끼는 생각과 경험을 이해하는데 필요한 자료를 수집하기 위해 제작되었습니다. 질문에 대한 답변에는 옳고 그른 것이 없으며, 평소에 생각하시는 대로 한 문항도 빠짐없이 정확하고 솔직하게 응답해 주시면 됩니다.

여러분의 응답내용은 모두 익명으로 처리되며, 연구 목적을 위해서만 사용됩니다. 또한 분석 이후에는 관련 통계법에 의거하여 폐기되오니, 다시 한 번 진솔한 응답을 부탁드립니다.

귀하의 협조에 진심으로 감사드립니다.

2016년 10월
연구자 이승아 올림

지도교수 : 이상희 (광운대학교 산업심리학과)

연구자 : 이승아 (광운대학교 산업심리학과)

다음은 귀하의 기본적인 인적사항을 알아보기 위한 질문입니다.

1. 성별 : 1) 남성 2) 여성

2. 나이 : 만 _____세

3. 학년

1) 1학년 2) 2학년 3) 3학년 4) 4학년 5) 기타

4. 전공

1) 인문/사회계열 2) 자연/공학계열 3) 경상계열
4) 예술/체육계열 5) 의학/간호계열 6) 기타 _____

1. 다음을 읽고, 평소 자신의 모습을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 정도에 따라 선택
해주세요(학업 지연행동 척도 - API).

문 항 내 용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1 나는 마지막 순간까지 일을 시작하기를 미룬다.	1	2	3	4	5
2 나는 도서관에서 빌린 책을 기간 내에 반납할 수 있도록 주의한다.	1	2	3	4	5
3 나는 일을 해야 한다는 것을 알아도 바로 시작하고자 하지는 않는다.	1	2	3	4	5
4 나는 매일 규칙적으로 작업을 함으로써 숙제가 마감기한에 늦지 않도록 한다.	1	2	3	4	5
5 일 시작하기를 미루지 않는 법을 배울 수 있는 워크숍이 있다면 한 번 참석해보고 싶다.	1	2	3	4	5
6 나는 약속이나 모임에 자주 늦는다.	1	2	3	4	5
7 나는 강의시간 사이에 있는 공강 시간에 저녁에 할 일을 미리 한다.	1	2	3	4	5
8 나는 일을 너무 오래 미루어서 마감시간 안에 일을 마치지 못한다.	1	2	3	4	5
9 나는 마감 시간이 다 되어서 미친 듯이 서두른다.	1	2	3	4	5
10 나는 어떤 일을 시작하기까지 많은 시간이 걸린다.	1	2	3	4	5
11 당장 어떤 일을 마쳐야한다는 것을 깨달았을 때에는 그 일을 미루지 않는다.	1	2	3	4	5
12 추진해야 할 중요한 계획이 있을 때에만 나는 가능한 빨리 그 계획을 시작한다.	1	2	3	4	5
13 나는 곧 시험기간인데도, 마감시간이 다가온 다른 일을 하곤 한다.	1	2	3	4	5
14 나는 기한이 되기 전에 일을 마친다.	1	2	3	4	5
15 나는 마쳐야만 하는 일에 즉시 착수한다.	1	2	3	4	5
16 나는 중요한 약속이 있을 때에 입고 싶은 옷이 준비되어 있는지 하루 전에 확인한다.	1	2	3	4	5

17	나는 학교 일과 관련된 약속에 충분한 시간적 여유를 갖고 도착한다.	1	2	3	4	5
18	나는 대체로 정시에 수업 시간에 도착한다.	1	2	3	4	5
19	나는 주어진 시간 내에 내가 할 수 있는 일의 양을 과대평가한다.	1	2	3	4	5

2. 다음을 읽고, 평소 자신의 생각과 가장 가까운 정도에 따라 선택해주세요(평가염려 완벽주의 척도: HMPS - 사회부와 완벽주의).

	문 항 내 용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 나에게 대한 다른 사람들의 기대에 맞추기가 어렵다.	1	2	3	4	5
2	주위 사람들은 내가 실수를 할 수도 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5
3	내가 일을 잘 할수록 사람들은 더 잘할 것으로 기대 한다.	1	2	3	4	5
4	내가 하는 일이 최고가 아니라면 사람들은 나를 형편없게 볼 것이다.	1	2	3	4	5
5	주변 사람들은 내가 모든 일에서 성공하기를 기대한다.	1	2	3	4	5
6	내가 모든 일을 다 잘하지 못하더라도 사람들은 나를 좋아할 것이다.	1	2	3	4	5
7	성공이란 다른 사람을 기쁘게 하기 위해서 해야 하는 것이다.	1	2	3	4	5
8	내가 완벽하지 못하더라도 사람들은 나를 관찮은 사람으로 생각한다.	1	2	3	4	5
9	나는 사람들이 나에게 너무 많은 요구를 한다고 생각한다.	1	2	3	4	5
10	내가 실수했을 때, 사람들은 비록 겉으로 드러내지는 않지만 꽤 실망할 것이다.	1	2	3	4	5
11	우리 가족은 내가 완벽하기를 기대한다.	1	2	3	4	5
12	부모님은 내가 하는 모든 일에서 뛰어나길 기대하시지는 않는다.	1	2	3	4	5

13	사람들은 나에게서 완벽함을 기대한다.	1	2	3	4	5
14	사람들은 내가 할 수 있는 것보다 많은 것을 기대한다.	1	2	3	4	5
15	내 주위 사람들은 내가 실수를 할 경우에도 여전히 나를 유능하다고 생각한다.	1	2	3	4	5

3. 다음을 읽고, 평소 자신의 생각과 가장 가까운 정도에 따라 선택해주세요(평가염려 완벽주의 척도: FMPS - 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심).

	문항내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	만일 내가 직장이나 학업에서 실패한다면, 나는 한 인간으로서 실패한 것이다	1	2	3	4	5
2	내가 실수를 했을 때 속상한 것은 당연한 일이다.	1	2	3	4	5
3	다른 사람이 나보다 더 잘하는 것을 볼 때, 나는 그 일 전체를 다 실패한 것처럼 느낀다.	1	2	3	4	5
4	부분적으로 실패하는 경우도 나에게서는 완전히 실패한 것과 다름없다	1	2	3	4	5
5	나는 신중하게 어떤 일을 했는데도 그 일이 제대로 되지 않았다고 느낄 때가 자주 있다.	1	2	3	4	5
6	나는 무슨 일에서든지 최고가 아니면 싫다.	1	2	3	4	5
7	내가 실수를 하면 나에게 대한 사람들의 평가가 낮아질 것이다.	1	2	3	4	5
8	남들만큼 잘하지 못하면 나는 뒤떨어진 사람이 될 것이다.	1	2	3	4	5
9	내가 항상 잘하지 못하면 사람들은 나를 존중하지 않을 것이다	1	2	3	4	5
10	일상생활의 간단한 일도 잘 마무리 되지 않은 것 같은 미심쩍은 생각이 든다.	1	2	3	4	5
11	일을 자꾸 되풀이하기 때문에 일처리가 늦어지는 경향이 있다.	1	2	3	4	5
12	무슨 일이든지 내 마음에 들게 제대로 하려면 시간이 무척 오래 걸린다.	1	2	3	4	5

13	내가 실수를 적게 할수록 사람들은 나를 더 좋아할 것이다.	1	2	3	4	5
----	----------------------------------	---	---	---	---	---

4. 다음을 읽고, 평소 자신의 모습을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 정도에 따라 선택해주세요(부적응적 인지적 정서조절 전략 척도 - CERQ).

◇ 모든 사람들은 때때로 부정적인 일이나 불쾌한 일을 경험합니다.

(예1) 과제도 잘 제출하고 시험공부도 열심히 했는데, 너무 낮은 학점을 받았다.

(예2) 꽤 많은 돈과 신용카드, 주민등록증, 학생증이 든 지갑을 잃어버렸다.
그 지갑은 새로 선물 받은 것이었다.

(예3) 얼마 전 사귀던 이성 친구와 헤어졌다. 나는 정말 좋아했는데, 그 친구는 나를 별로 좋아하지 않았던 것 같다.

◇ 아래의 항목을 보고, 위와 같은 부정적인 불쾌한 일을 경험할 때 일반적으로 떠오르는 생각의 정도를 1개만 골라 (V) 표시 해 주시기 바랍니다.

문 항 내 용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1 그 일이 내 잘못이라고 생각한다.	1	2	3	4	5
2 그 상황에서 일어났던 나의 감정을 되짚어 생각해 본다.	1	2	3	4	5
3 내가 겪은 일에 대해 어떤 느낌이 드는지 자주 생각한다.	1	2	3	4	5
4 내가 겪은 일이 얼마나 끔찍한지에 대해 계속 생각한다.	1	2	3	4	5
5 그 일이 일어난 것은 다른 사람의 책임이라고 생각한다.	1	2	3	4	5
6 나는 다른 사람들보다 훨씬 더 나쁜 경험을 했다는 생각을 자주 한다.	1	2	3	4	5
7 기본적으로 그 일의 원인이 분명히 나한테 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5

8	기본적으로 그 일의 원인이 다른 사람에게 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5
9	그 상황이 얼마나 끔찍했는지 계속해서 생각한다.	1	2	3	4	5
10	그 일에 대해 책임져야 할 사람은 나라고 생각한다.	1	2	3	4	5
11	나는 내가 겪었던 일에 대한 생각과 감정에 빠져있다.	1	2	3	4	5
12	내가 겪은 일은 사람으로서 경험할 수 있는 최악의 것이었다는 생각을 자주한다.	1	2	3	4	5
13	나는 그 일에 대해 남들이 잘못된 점을 생각한다.	1	2	3	4	5
14	나는 그 일이 다른 사람 잘못이라고 스스로에게 말한다.	1	2	3	4	5
15	나는 그 문제가 내가 저지른 실수라고 생각한다.	1	2	3	4	5
16	내가 겪은 일에 대해 내가 왜 이렇게 느끼는지 알고 싶다.	1	2	3	4	5

5. 다음을 읽고, 평소 자신의 모습을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 정도에 따라 선택해주세요(성실성 척도 - NEO-PI-R).

	문항내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 신중하고 상식적인 사람으로 통한다.	1	2	3	4	5
2	나는 투표와 같은 국민의 의무를 중요하게 생각하지 않는다.	1	2	3	4	5
3	나는 사실을 정확히 알려하고, 대체로 현명한 결정을 내리고자 한다.	1	2	3	4	5
4	충분한 준비를 갖추지 않고 어떤 일을 할 때가 많다.	1	2	3	4	5

5	나는 판단력이 뛰어나다고 자부한다.	1	2	3	4	5
6	나는 무슨 일이건 끝까지 다 잘 해내지는 못 하는 것 같다.	1	2	3	4	5
7	나는 매우 유능한 사람이다.	1	2	3	4	5
8	나는 업무를 효과적으로 잘 처리한다.	1	2	3	4	5
9	어떤 일을 할 때 미리 계획을 세워 실행하기보다는, 그때그때 상황에 부딪혀서 처리하는 편이다.	1	2	3	4	5
10	소지품들을 말끔하고 깨끗하게 정리해둔다.	1	2	3	4	5
11	나는 원리 원칙을 고집하는 사람이 아니다.	1	2	3	4	5
12	물건들이 어디에 있는지 알 수 있도록 모든 것이 제자리에 놓여 있어야 마음이 편하다.	1	2	3	4	5
13	나는 정리정돈을 잘 못하는 것 같다.	1	2	3	4	5
14	나는 다소 까다롭고 엄격한 면이 있다.	1	2	3	4	5
15	나는 지나치게 청결을 추구하는 사람은 아니다.	1	2	3	4	5
16	물건을 제자리에 두지 않아 나중에 찾을 때 고생할 때가 많다.	1	2	3	4	5
17	나에게 주어진 모든 일을 성실하게 해내려고 한다.	1	2	3	4	5
18	나는 때때로 남들에게 신뢰감을 주지 못한다.	1	2	3	4	5
19	나는 빚을 지면 가능한 빨리 갚으려 한다.	1	2	3	4	5
20	화투나 카드놀이를 할 때, 때때로 속임수를 쓴다.	1	2	3	4	5
21	어떤 약속을 하면 그것을 끝까지 지킨다.	1	2	3	4	5

22	나는 나의 도덕적인 원칙을 엄격하게 지킨다.	1	2	3	4	5
23	두 번 일을 할 필요가 없도록 일을 신중하게 처리하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
24	웬만큼 아파서는 결근이나 결석을 하지 않는다.	1	2	3	4	5
25	나는 매사에 안이하고 게으르다.	1	2	3	4	5
26	나는 뚜렷한 목표를 세우고, 그 목표를 성취하기 위해 일관성 있게 일을 해 나간다.	1	2	3	4	5
27	자기 개발을 위한 일을 시작하더라도, 보통 며칠 후에는 흐지부지 되고 만다.	1	2	3	4	5
28	나는 목표를 이루기 위해 열심히 일한다.	1	2	3	4	5
29	나는 출세하려고 아등바등 거리는 것 같지는 않다.	1	2	3	4	5
30	내가 할 수 있는 모든 것을 성취하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
31	내가 하는 모든 일에서 뛰어난 사람이 되려고 노력한다.	1	2	3	4	5
32	나는 한 마디로 "일벌레"라고 할 수 있다.	1	2	3	4	5
33	나는 일의 진도를 잘 조절해서 정해진 시간 내에 일을 완수한다.	1	2	3	4	5
34	나는 많은 시간을 허비하고 나서야 일을 시작한다.	1	2	3	4	5
35	나는 해야 할 일을 생산적으로 잘 완수해 내는 사람이다.	1	2	3	4	5
36	해야 할 일들을 나 스스로 알아서하기가 어렵다.	1	2	3	4	5
37	일단 일을 시작하면 거의 언제나 끝까지 마무리 짓는다.	1	2	3	4	5
38	하던 일이 너무 어려워지면, 그냥 두고 다른 새로운 일을 해보고 싶어진다.	1	2	3	4	5

39	해야만 하는 잡다한 일들이 너무 많으면, 때로는 그것들을 모두 무시해버린다.	1	2	3	4	5
40	나는 스스로에게 엄격하다.	1	2	3	4	5
41	지난 몇 년간 나는 매우 어리석은 일들을 많 이 해왔다.	1	2	3	4	5
42	나는 어떤 결정을 내리기 전에 충분히 생각 한다.	1	2	3	4	5
43	가끔 생각보다 행동이 앞선다.	1	2	3	4	5
44	어떤 행동을 하기 전에 항상 결과를 먼저 생 각한다.	1	2	3	4	5
45	나는 즉흥적인 방식으로 일을 하는 경우가 많다.	1	2	3	4	5
46	성급한 결정을 내리는 경우는 거의 없다.	1	2	3	4	5
47	나는 여행을 가기 전에 미리 주의 깊게 계획 을 짠다.	1	2	3	4	5
48	대답을 하기 전에 한 번 더 생각해 본다.	1	2	3	4	5

**** 설문이 끝났습니다. 끝까지 조사에 응해 주셔서 감사합니다 ****

ABSTRACT

The Relationship between Evaluative Concerns Perfectionism and Academic Procrastination: The Mediating Effect of Conscientiousness and Maladaptive Cognitive Emotion Regulation Strategies

Lee, Seung-Ah
Dept. of Industrial Psychology
The Graduate School
Kwangwoon University

The present study examined the mediating effects of Conscientiousness and Maladaptive cognitive emotion regulation strategies on the relation between Evaluative concerns perfectionism and Academic procrastination.

Participants were 358 undergraduate students in South Korea and the samples were collected from online and off-line survey. All samples were used for the data analysis by utilizing SPSS Statistics 18.0 for correlation and AMOS 23.0 for verifying Structural Equation Modeling of a multiple mediation model. Evaluative concerns perfectionism was measured by the combination of Multidimensional Perfectionism Scale (HMPS) and Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS), according to the previous study. And Academic procrastination was measured by Aitken Procrastination Inventory (API). Also, Maladaptive cognitive emotion regu-

lation strategies and Conscientiousness were measured by Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) and Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R), respectively.

The results are as follows. First, Analysis of the research model yielded evidence of more suitable fit, rather than alternative model. Second, All direct pathways among each variables were significant, however, unlike expectation, the pathway from Maladaptive cognitive emotion regulation strategies to Academic procrastination showed the negative effect, in contrast to positive correlation between both variables. According to this result, additional analyses were performed to examine the possible suppression effects of Maladaptive cognitive emotion regulation strategies. Third, there were significant mediating effects among the measurement model. To examine the significant indirect effects of each pathways, Bootstrap statistics and Sobel test were conducted, and all of the indirect pathways were significant. Therefore, these results showed that Conscientiousness partially mediated the relationship between Evaluative concerns perfectionism and Academic procrastination. Also, Maladaptive cognitive emotion regulation strategies had significantly suppression effect between Evaluative concerns perfectionism and Academic procrastination. Finally, the implications and limitations of the current study were discussed.

Key words : *Evaluative Concerns, Perfectionism, Big five model, Conscientiousness, Cognitive Emotion Regulation Strategies, Academic Procrastination*