



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

대학생의 부모화가
우울에 미치는 영향에서
부적응적 완벽주의의 매개효과

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

김 영 미

2020년 8월

대학생의 부모화가
우울에 미치는 영향에서
부적응적 완벽주의의 매개효과

지도교수 최 보 영

김 영 미

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함

2020년 6월

김영미의 교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장

박정환



위 원

김성봉



위 원

최보영



제주대학교 교육대학원

2020년 8월



<국문초록>

대학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개효과

김 영 미

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수 최 보 영

본 연구는 대학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 살펴보는 데 목적이 있다. 이를 위해 제주특별자치도에 소재한 대학교에 재학 중인 1~4학년 대학생 500명을 대상으로 설문지를 배포하였으며 487부를 최종 분석자료로 사용하였다. 최종 자료는 SPSS 22.0 통계프로그램을 활용하여 분석하였으며 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 상관분석을 실시하였다. 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개효과를 살펴보기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 3단계 검증 절차에 따라 중다회귀분석을 실시하였으며 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 Sobel test를 실시하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울 간에 모두 유의미한 정적 상관이 있는

것으로 나타났다.

둘째, 대학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개효과를 성별에 따라 다른 결과를 보였다. 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의는 완전매개로, 여학생의 부적응적 완벽주의는 부분매개로 나타났다. 이는 남학생의 경우, 부모화가 부적응적 완벽주의를 거쳐 간접적으로만 우울에 영향을 미친다는 것을 의미하며 여학생의 경우, 부모화가 우울에 직접적인 영향을 미치기도 하고 부적응적 완벽주의를 거쳐 간접적으로도 우울에 영향을 미친다는 것을 말한다.

본 연구에서 밝혀졌듯이 우울을 호소하는 대학생의 정신건강을 돕기 위해 부모화와 부적응적 완벽주의에 대한 개입이 중요하며 성별을 고려한 상담 접근이 필요할 수 있음을 확인하였다. 이를 통해 부모화에 대한 관심을 높이고 부적응적 완벽주의를 수정할 수 있는 프로그램 개발 및 교육에 기초자료로 활용됨으로써 우울의 예방과 치료에 도움이 되길 기대한다. 마지막으로 본 연구 결과에 근거한 결론과 후속 연구를 위한 제언에 대해 정리하였다.

주제어: 대학생, 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울

목차

국문초록	i
목차	iii
I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제	5
3. 연구모형	6
4. 용어의 정의	7
가. 부모화	7
나. 우울	7
다. 부적응적 완벽주의	8
II. 이론적 배경	9
1. 부모화	9
2. 우울	13
3. 부적응적 완벽주의	16
4. 변인들 간의 관계	22
가. 부모화와 우울의 관계	22
나. 부모화와 부적응적 완벽주의의 관계	22
다. 부적응적 완벽주의와 우울의 관계	24
라. 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울 간의 관계	25
III. 연구방법	29
1. 연구대상	29
2. 측정도구	30
가. 부모화 척도	30

나. 우울 척도	31
다. 부적응적 완벽주의 척도	32
3. 자료처리 및 분석	34
IV. 연구결과	35
1. 주요 변인의 기술통계	35
2. 주요 변인 간 상관관계	36
3. 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개효과	37
가. 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개효과	37
나. 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개효과	39
V. 결론 및 제언	42
1. 결론	42
2. 제언	47
참고문헌	49
Abstract	61
부록	63
부록 1. 부모화 척도	64
부록 2. 우울 척도	66
부록 3. 다차원적 완벽주의 척도	67

표목차

표 III-1 연구대상의 인구통계학적 특성	29
표 III-2 부모화 척도 문항 구성과 신뢰도	31
표 III-3 우울 척도 문항 구성과 신뢰도	32
표 III-4 부적응적 완벽주의 척도 문항 구성과 신뢰도	33
표 IV-1 주요 변인의 기술통계 결과	35
표 IV-2 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울 간의 상관계수	36
표 IV-3 남학생의 부모화와 우울의 관계에서 부적응적 완벽주의의 매개효과	37
표 IV-4 남학생의 부적응적 완벽주의의 매개효과 검증	39
표 IV-5 여학생의 부모화와 우울의 관계에서 부적응적 완벽주의의 매개효과	39
표 IV-6 여학생의 부적응적 완벽주의의 매개효과 검증	41

그림목차

그림 I-1 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 연구모형	6
그림 I-2 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 연구모형	6
그림 IV-1 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개모형	38
그림 IV-2 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개모형	40

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

세계보건기구(WHO)는 2020년경, 우울증으로 인한 활동력 상실이 심장질환에 이어 두 번째 요인이 될 것으로 전망하였다(연합뉴스, 1996.09.17.). 이후, 2015년 기준으로 전 세계 인구 중 3억 2,200만명이 우울증을 앓고 있다고 밝혔다(헬스조선, 2017.02.24.). 우리나라의 경우 2017년까지 최근 5년간 정신건강 질환으로 진료받은 환자 가운데 우울증 환자 수가 가장 많았으며, 연령별로는 20대에서 가장 많은 증가세를 보였다(건강보험심사평가원, 2018). 또한 ‘2018 자살실태조사’에 의하면, 20대 자살시도자가 가장 많은 비중을 차지하였고 자살 시도 이유로 우울감, 불안감 등의 정신과적 증상이 전체 35.1%에 해당하였다(보건복지부, 2019). 이처럼 우울로 인한 사회적 문제가 심각해지는 상황에서 20대 정신건강에 주목해야 할 필요성이 제기되고 있다.

특히 대학생 시기는 성인 초기와 청소년 후기에 해당하며 스스로 가치관과 자아정체감을 확립하고 성인으로서 사회 진출을 준비하는 시기이다(심정연, 2018). 우리나라는 지나친 입시경쟁과 과도한 부모-자녀 관계 밀착으로 인해 자기의 적성이나 가치관, 진로 등을 탐색할 기회를 충분히 갖지 못한 채 대학에 입학하는 경우가 많기 때문에 자율성과 독립심을 갖추어야 할 대학생 시기에 극심한 불안과 갈등을 느끼고 우울을 경험하게 된다(조혜정, 이윤주, 2014). 실제로 한국대학교육협의회에서 발표한 정책포럼(2018) 중, ‘대학생의 심리적 위기 현황과 실태’에 따르면 약 2,600여명의 대학생 가운데 43.2%가 우울을 경험하는 것으로 확인되었다. 이러한 대학생의 우울은 성인기의 가정 및 사회생활 적응에 지장을 초래하는 등 성인기까지 지속될 수 있어(이선훈, 2011), 대학생의 우울에 대한 관심이 강조될 필요가 있다.

우울은 누구나 경험할 수 있는 심리적 좌절 상태로, 일시적인 슬픈 기분부터

심각한 우울감과 좌절감, 무망감, 부적절한 죄책감 등을 포괄하는 가장 흔한 정신과적 질환으로서 의욕 저하 및 수면문제, 자살 시도와 같은 증상을 동반한다(권석만, 2000). 우울에 대한 적절한 개입이 이루어지지 않을 경우 물질남용, 섭식장애, 양극성 장애, 자살에 이르는 등 심각한 정신병리적 문제를 발생시킬 가능성이 높다(강상경, 2010; 장애경, 양지웅, 2013; Beekman et al., 2000). 또한, 우울은 재발이 잦아 만성화가 일어나므로(조현주, 채정호, 전태연, 2007) 이에 대한 예방과 조기 발견은 물론 적극적인 개입이 중요할 것으로 여겨진다.

우울의 원인으로 선행연구들에서 가족 환경적 측면을 중요하게 다루고 있다(곽현주, 김현주, 2013). 특히 많은 연구자들이 우울에 영향을 미치는 주된 요인으로 역기능적 가족체계에서 비롯된 병리 현상인 부모화(조은영, 정태연, 2005)에 주목하고 있다(길혜진, 2017; 박세현, 2018; 이정선, 2011; 정호연, 2018). 부모화란 돌봄을 받아야 할 자녀가 부모를 보살피는 등 부모의 역할을 떠맡게 되는 뒤바뀐 부모-자녀 관계를 말한다(신말숙, 심혜원, 2017). 부모화 경험이 많은 자녀는 부모의 불안과 스트레스를 내면화하고 대인관계, 자기주장, 정서표현에 어려움을 느낄 수 있으며(김경미, 이하나, 정주리, 정현주, 이기학, 2006), 일방적으로 자녀의 희생을 강요하기 때문에 가정 내 주고받음이 공평하지 않게 되어 우울에 직접적인 영향을 미칠 수 있다(공인원, 홍혜영, 2015). 나아가, 성장기 부모화 경험이 많은 기혼 여성의 경우 현재 자신의 자녀 양육 시 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타나(권정숙, 조용주, 2019) 세대 간 대물림 가능성을 짐작할 수 있다. 따라서 안정적인 성인기 진입과 정착을 위해 대학생의 부모화가 우울에 미치는 영향을 살펴보는 것은 중요한 의미를 가질 수 있다.

우울을 발생시키는 또 다른 요인으로 많은 연구들에서 개인 내적 측면의 완벽주의를 강조하고 있다(박서연, 서미정, 2018; 이동귀, 배병훈, 함경애, 천영아, 2015; 이수연, 2016). 대학생 시기에는 열악한 취업 여건과 과도한 경쟁 속에서 높은 기준과 스펙을 강요받기 때문에 많은 대학생들이 완벽주의를 추구하게 된다(서영숙, 김진숙, 2009; 정상목, 이동귀, 2013). 실제 상당수 대학생들이 완벽해야 한다는 심리적 압박감과 더 높은 목표 설정 추구, 타인의 비판에 취약한 특성과 실수에 대한 두려움 등 정신적 어려움을 호소하는 것으로 나타났다(김현정, 손정락, 2006; 서영숙, 김진숙, 2009; 이미화, 류진혜, 2002; 하정희, 조한익, 2006). 이처럼

완벽주의를 심화시킬 수 있는 시기적 특성까지 더해지면서 대학생의 우울 또한 커질 것으로 예측된다.

완벽주의의 연구 초기, Hamacheck(1978)는 완벽주의를 자신과 타인에게 상황이 요구하는 것보다 더 높은 수행의 질을 부여하는 경향으로 정의하여 정상적 완벽주의와 신경증적 완벽주의로 나눔으로써 긍정적·부정적 측면을 제시하였다. 이와 달리, Burns(1980)와 Patch(1984)는 자신에게 불가능한 목표를 세워놓고 이를 향해 끊임없이 달려가며 가혹한 자기 비난을 가하는 등 부적응적이고 병리적인 문제를 발생시키는 단일차원으로 보았다. 이후, 부정적인 단일차원에 대한 의미가 제기되었고 1990년대 들어 완벽주의 개념에 대한 다차원적 접근을 반영한 척도 개발로 경험적 연구들이 활발하게 진행되었다(하정희, 2006). 대표적으로, Hewitt과 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: 이하 HMPS)와 Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate(1990)의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: 이하 FMPS)가 있다.

먼저 Hewitt과 Flett(1991)의 HMPS는 대인관계 측면에 초점을 두어 완벽주의적 행동이 향하는 방향에 따라 자가지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회부과 완벽주의의 세 가지 차원을 포함하고 있다. Frost 등(1990)의 FMPS는 완벽주의를 자신에게 매우 높은 개인적 기준을 설정하고, 수행에 대해 지나치게 비판적으로 평가하는 경향으로 개념화하여 실수에 대한 염려, 개인적 기준, 수행에 대한 의심, 조직화, 부모의 기대, 부모의 비난을 포함한 6개 하위요인을 제시하였다. 나아가 Frost, Heimberg, Holt, Mattia, Neubauer(1993)는 FMPS와 HMPS를 요인 분석하여 적응적·부적응적 측면으로 구분됨을 확인하였으며 이후, 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의로 세분화하여 살펴보는 노력이 이어지고 있다(김윤희, 서수균, 2008; 김정미, 2009; 김호성, 김현숙, 2014).

부적응적 완벽주의란, 타인의 부정적인 평가를 회피하기 위해 비현실적인 목표를 세워 이를 완벽하게 수행하려고 애쓰며 스스로에게 만족하지 못하는 것을 말한다(장애경, 이지연, 2011). 부적응적 완벽주의는 진로결정 자기효능감을 낮추고 학업지연행동과 학교부적응, 정서 문제를 수반하며(구본용, 유제민, 2007; 김정미, 2009; 김중학, 최보영, 2016) 특히 우울의 중요한 취약성 요인으로 일관되게 보고되고 있다(최바울, 고은영, 이소연, 이은지, 서영석, 2011; 최문선, 유제민, 현명호,

2005; 한주연, 박경, 2011). 심지어 무망, 우울, 심리적 극통 등 위험요인을 거쳐 자살사고에 영향을 미치는 것으로 나타나(최바올 외, 2011) 부적응적 완벽주의로 인한 문제의 심각성을 확인할 수 있다. 이러한 완벽주의적 사고 수정에 적절한 시기가 청소년기 후반에서 성인 초기인데, 이는 자율성이 발달하고 부모로부터 받은 기대나 가치를 의문시하여 새롭게 분화시키는 시기이기 때문이다(정승진, 2000; Barrow & Moore, 1983). 따라서 본 연구에서는 대학생을 대상으로 부적응적 완벽주의가 우울에 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

완벽주의를 야기시키는 요인으로 Jurkovic(1997)은 부모화를 언급한 바 있다. 실제로 여러 선행연구들을 통해 부모화가 완벽주의의 부적응적 측면을 높이는 것으로 확인되었다(송승안, 2017; 이지혜, 2018; 함광성, 2015; Wells & Jones, 2000). 구체적으로, 청소년을 대상으로 부모화를 살펴본 최명선과 강지희(2008)의 연구에서 높은 부모화 경험이 부적응적 측면의 사회부과 완벽주의를 높이는 것으로 나타났다. 이지혜(2018)의 연구에서도 부모화가 역기능적 기준을 반영하는 평가염려 완벽주의 성향을 높이는 것으로 확인되었다. 이는 자녀가 가족의 안정과 유지를 위해 과도한 수준의 부모 역할을 책임지는 과정에서 어른처럼 항상 잘해야 한다는 강박적 사고가 형성되고, 자신에게 기대하는 주위의 높은 기준을 맞추기 위해 끊임없이 노력하기(송승안, 남숙경, 2018) 때문에 부적응적 측면의 완벽주의 성향이 발달될 수 있음을 의미한다.

한편 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울을 살펴본 연구들에서 일부 변인 간 성별에 따라 다른 결과가 보고되고 있다. 예컨대 우울, 완벽주의의 경우 여성이 남성보다 더 높은 수준을 나타낸 연구(김민선, 서영석, 2009; 양경미, 2013), 부적응적 완벽주의는 성에 따른 차이가 없다는 연구(이영선, 박성연, 2009), 남학생의 경우 부적응적 완벽주의와 우울 간에 반추가 완전매개하였으나 여학생은 부분매개효과를 보인 연구(박지연, 이인혜, 2014) 등 성차에 대한 혼재된 결과를 확인할 수 있다. 이와 관련하여, 일반적으로 남성에 비해 여성이 타인과의 연결을 더 강조하고 관계지향적 특성을 가질 가능성이 더 높으며(Gilligan, 1982), 남자의 경우 관계에서 오는 문제보다는 완벽하지 못하다는 무능감이 우울에 더 많은 영향을 미친다는 연구 결과(박현주, 정대용, 2010; 이미현, 2014) 등을 감안할 때 성별을 고려하여 살펴볼 필요가 있다.

앞서 정리한 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울과 관련된 선행연구들을 살펴보면 청소년의 아동기 부모화 경험이 완벽주의에 미치는 영향을 검증한 연구(최명선, 강지희, 2008), 중학생의 부모화 경험이 사회불안에 미치는 영향에서 완벽주의의 매개효과를 확인한 연구(함광성, 신태섭, 2015), 청소년의 부모화 경험과 대인관계문제 및 완벽주의와의 관계를 밝힌 연구(김미화, 김해란, 2017), 남녀 청소년을 대상으로 부모의 심리적 통제와 역기능적 완벽주의, 자의식 정서가 우울에 영향을 미치는 경로를 탐색한 연구(김혜인, 2010), 청소년을 대상으로 모애착과 우울, 불안 간의 관계에서 부적응적 완벽주의의 매개효과를 살펴본 연구(장애경, 이지연, 2010) 등 주로 청소년을 대상으로 일부 변인 간의 경로를 검증한 연구들이 보고되고 있어 세 변인을 모두 고려하여 확인할 필요가 있다.

이상의 내용을 종합해보면, 부적응적 완벽주의는 부모화의 결과로서 나타나기도 하고 동시에 우울에 영향을 미치는 원인으로도 작용한다는 것을 알 수 있다. 따라서 부모화와 우울과의 관계에서 부적응적 완벽주의가 매개할 것이라 추론해 볼 수 있다. 또한 장애경과 이지연(2010)의 연구에서 이론의 확장을 위해 성별에 따른 집단의 특성을 살펴볼 필요성을 제안한 바에 따라, 본 연구에서는 대학생을 대상으로 남학생과 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 검증해보고자 한다. 이를 통해 부모화가 미칠 수 있는 잠재적 위험성을 확인하고, 우울 예방과 극복을 돕기 위한 프로그램 개발 및 교육에 활용될 수 있는 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구문제

본 연구에서는 대학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 살펴보기 위하여 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의는 매개하는가?

가설 1. 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의는 매개할 것이다.

연구문제 2. 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의는 매개하는가?

가설 2. 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의는 매개할 것이다.

3. 연구모형

위의 연구문제를 토대로 설정한 연구모형은 그림 I-1, 그림 I-2와 같다.

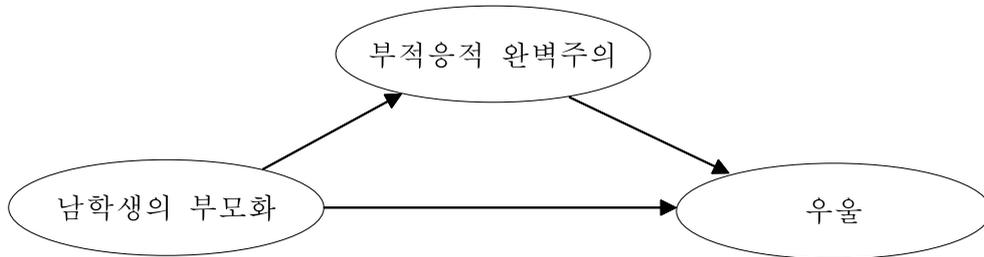


그림 I-1. 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 연구모형

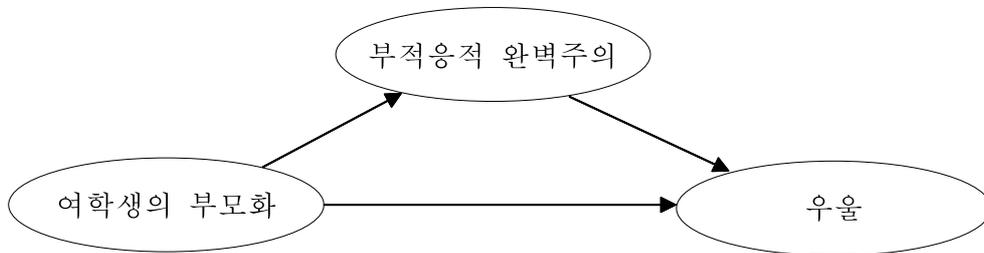


그림 I-2. 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 연구모형

4. 용어의 정의

가. 부모화

부모화란 돌봄을 받아야 할 어린 자녀가 오히려 부모를 보살피거나 부모의 역할을 대신 떠맡게 되는 부모-자녀 간의 역할 전이를 일컫는다(조은영, 2004). 부모화는 행동하는 것에 따라 물리적 부모화와 정서적 부모화, 불공평의 3가지 하위요인을 포함한다(Jurkovic, 1997). 먼저 물리적 부모화는 가정의 유지를 위하여 기능적 작업의 역할을 떠안는 것으로 시장보기, 요리, 청소, 세탁 등 가사업무를 비롯해 아픈 가족 돌보기를 포함하며, 정서적 부모화는 가족의 정서적 욕구 충족을 책임지는 것으로 가족들의 친구, 동반자의 역할을 수행하거나 가족 내 갈등을 중재하고 지지, 위로하기 등을 예로 들 수 있다. 마지막으로 불공평은 가족 구성원끼리 가정 내 책임 분배에 대해 공정하지 않다고 느끼는 것을 말한다.

본 연구에서 부모화는 조은영(2004)이 변안한 Jurkovic과 Thirkield(1999)의 성인용 부모화 척도 FRS-A(Filial Royalty Scoring-Adult)를 사용하여 측정된 점수를 의미한다.

나. 우울

우울은 단순한 슬픔이나 울적한 기분 상태를 비롯하여 지속적인 상실감이나 무력감을 포함하는 정서 상태에 이르기까지 인간의 광범위한 심리적 상태를 말한다(김성일, 정용철, 2001). 본 연구에서는 지난 일주일 사이 경험한 우울한 상태로 우울 감정, 긍정적 감정, 신체/행동 둔화, 대인관계의 4가지 하위요인을 모두 포함하는 개념으로 정의하였다. 우울 감정은 외롭고 슬픈 감정을 의미하며, 긍정적 감정은 희망적이고 즐거운 행복한 감정을 포함하고, 신체/행동 둔화는 힘들고 귀찮은 기분을 나타내며 마지막으로 대인관계는 타인이 자기를 부정적으로 여기는 것 같다는 느낌을 말한다(Radloff, 1977).

본 연구에서 우울은 Radloff(1977)가 제작한 우울 척도(Center for Epidemiolog

ic Studies Depression Scale; CES-D)를 전점구와 최상진, 양병창(2001)이 수정·번안한 통합적 한국판 우울 척도로 측정한 점수를 의미한다.

다. 부적응적 완벽주의

부적응적 완벽주의란 비현실적으로 높은 기준을 세우고 불가능한 목표에 도달하지 못하는 자신을 계속해서 책망하거나 실수나 평가를 지나치게 두려워하는 것으로(김중학, 최보영, 2016), 자신의 하찮은 실수도 허용하지 않으며 심지어 열심히 노력하여 달성한 결과에 대해서도 만족하지 못하는 것을 의미한다(Frost et al., 1993).

본 연구에서 주목한 부적응적 완벽주의를 정의하기 위해 완벽주의의 다차원적 특성을 반영한 척도 가운데 Frost 등(1990)이 개발한 FMPS를 사용하였다. FMPS는 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 부모의 기대, 부모의 비난, 개인적 기준, 조직화의 6개 하위요인으로 구성되어 있다. 하위요인 분석 결과, 완벽주의가 적응적·부적응적 측면으로 구분됨을 확인한 선행연구들(박지연, 이인혜, 2014; 안도희, 김옥분, 2006)을 바탕으로, 적응적 측면에 해당하는 개인적 기준과 조직화 요인을 제외하고 부적응적 완벽주의를 나타내는 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 부모의 비난, 부모의 기대 4가지 하위요인을 측정한 점수로 부적응적 완벽주의를 설명하였다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 부모화

부모화(parentification)는 Boszormenyi-Nagy와 Spark(1973)에 의해 제시된 개념으로, 부모-자녀 관계의 역할 전이를 일컬으며 자녀의 발달단계나 나이에 맞지 않게 부모에 대한 과도한 수준의 돌봄 책임을 떠맡는 것을 말한다(조은영, 2004). 역할 전이란, 부모가 무기력하거나 안정된 것을 찾아 의존적으로 행동하는 동안 자녀가 부모를 지원하거나 보살피는 등 부모가 해야 할 몫을 대신 담당하는 부모-자녀 관계를 말한다(Lopez, 1986). 부모화는 여러 이론들을 통해 개념의 차이를 보이며 꾸준한 연구가 이루어져 왔으나 대체로 자녀가 부모의 욕구를 돌보기 위하여 자신에게 필요한 관심과 욕구 등을 희생하는 역할 전이의 특성을 가진다(Chase, 1999).

Jurkovic(1997)은 부모화를 수행하는 역할에 따라 3가지 하위요인인 물리적 부모화, 정서적 부모화, 불공평으로 나누어 설명하였다. 먼저, 물리적 부모화는 가족이 유지되기 위해 필수적인 기능적 작업과 관련된 책임을 떠맡도록 강요받는 것을 의미한다. 예를 들어 어린 자녀가 자신보다 더 어린 동생을 돌본다거나 요리하기, 장보기, 청소하기, 병들거나 아픈 가족 구성원 돌보기, 돈을 벌어드리는 경제적 활동 등과 같은 행동을 하는 것이다. 정서적 부모화는 가족들의 절친한 친구이자 동료, 동반자, 갈등의 중재자 역할을 하거나 지지와 격려 등 보살핌을 받아야 할 어린 자녀가 오히려 가족의 정서적 측면과 사회적 측면의 욕구를 만족시켜주는 것을 말한다. 마지막 불공평의 경우 가족 구성원 각자의 능력과 자원, 의무와 부담 등을 고려할 때 가족 내 책임이 공정하게 분배되고 있는가를 설명하는 내용이다.

부모화는 자녀가 수행하는 역할의 지속기간, 감당할 수 있는 정도, 수행의 범위에 따라 파괴적 부모화와 적응적 부모화, 비 부모화로 구분하여 설명할 수 있

다(Jurkovic, 1997). 먼저 파괴적 부모화는 외형적으로 보았을 때 과도하고 부적절한 물리적 책임과 의무를 떠안고 있는 등 가족 내에서 불공평한 관계에 놓인 상태를 말한다. 이 경우의 자녀는 배려받고 싶은 자신의 욕구를 충족하기 어려우며 가족에 대한 과도한 책임감과 불필요하고 지나친 충성심을 갖게 되어 심한 무기력감을 경험하게 된다(조은영, 정태연, 2005). 반면, 적응적 부모화란 외형적으로 볼 때 물리적인 책무를 떠안고 있는 모습은 과도한 상황이지만 보살핌의 책임에서 벗어날 수 있으며 대부분 가족이 어려운 상황에 처했을 당시에 부과되는 일시적인 것들이다. 또한, 타인의 감정에 대한 책임이 장기간 부여된다 하더라도 부모화의 역할이 내면화되지 않은 상태를 의미한다. 이 경우에는 가족 돌봄의 역할을 통해 타인을 배려하고 도움으로써 다른 사람의 감정에 섬세하게 반응하는 능력을 발전시킬 수 있고(조은영, 정태연, 2005), 뿌듯함과 보람을 느껴 자신에 대한 유능감으로 이어질 수 있다(김용태, 2000). 마지막으로 비 부모화란 부모화가 이루어지지 않은 상태를 의미하며, 과도할 정도로 부모가 자녀의 바람을 충족시켜 줌으로써 정작 아동 스스로 할 일이 없는 상태에 놓이는 유아화까지 포함한다. 비 부모화 자녀 또한, 발달단계에서 수행해야 할 역할을 제대로 배우지 못하기 때문에 정체감 형성에 위기를 겪게 되고 파괴적 부모화 자녀와 마찬가지로 부모-자녀 관계에서 경계 파괴와 불공평한 부모화 과정을 경험하게 된다(강민정, 2019).

부모화를 경험하는 사람들은 자신보다 타인을 먼저 배려하느라 대체로 주는 입장에 놓이기 때문에 주고받음에 있어 불공평하다고 여긴다(조은영, 2004). 또한, 다른 사람의 바람이나 필요를 우선시하는 행동과 자신의 욕구 사이에서 모순된 감정을 느끼기 때문에 실존적인 관계를 경험하지 못한다(Chase, 1999). 부모와 자녀의 역할이 바뀐 상태가 계속될 경우, 자신의 욕구를 억압하면서까지 책임감에 집착하게 되고 가족에 대한 충성심이 과도하게 높아질 뿐만 아니라(조은영, 정태연, 2005) 과중한 책임의 결과로 약물남용, 편집증적 증상과 같은 심리적인 어려움이나 대인관계 문제를 겪게 된다(김용태, 2000). 일찍이 Bowlby(1973)는 부모의 기분을 살피고 배려하는 행동에 대해 ‘반전된 부모-자녀 관계(inverted child-parent relationship)’라 일컫고 이러한 행동 이면에 가려진 정신적 문제의 심각성을 언급한 바 있다.

부모화의 가장 심각한 병리적 결과는 아동기 상실이라 할 수 있다. 이는 자녀가 아이답게 자랄 권리를 박탈당하는 것으로 이로 인한 좌절감과 고통, 우울 등의 부작용은 청소년기와 성인 초기를 지나 인생 후반기에도 알아차리기 힘들 수 있기(Jurkovic, 1997) 때문에 부모화에 대한 연구는 꾸준히 제기될 필요가 있다. 부모화 관련 선행연구를 살펴보면, 부모화 경험이 많을수록 타인과 친밀해지는 것에 대한 두려움이 높아져 대인관계에서 어려움을 느끼며(하예린, 2015), 문제가 있는 타인을 보살피는 것이 자신의 정체감이라 여기는 병리적 의존의 모습을 보인다(이기학, 신주연, 2003). 또한, 부정적인 정서를 많이 경험하지만 이를 표현할 경우 부모와의 친밀한 관계를 훼손할 것이라는 두려움 때문에 자신의 정서표현에 대해 갈등하게 되며(윤성희, 2018), 수치심을 높이는 요인으로 작용하기도 한다(김은영, 2009; 최아름, 송현주, 2014). Byng-Hall(2002)은 부모화된 자녀들에게서 우울과 자기비난, 낮은 자존감, 불필요한 걱정, 신체화 장애, 사회적 소외감 등의 증상들이 나타난다고 하였다. 나아가 권정숙과 조용주(2019)는 부모화가 개인적 경험에서 끝나는 것이 아니라 세대 간 전이 가능성을 확인하였다. 자녀를 양육하고 있는 기혼 여성 즉, 어머니를 대상으로 부모화 경험을 살펴보았는데 어머니가 자녀 시절 성장했던 원가족 안에서 경험한 부모화가 현재 자녀에 대한 부정적인 양육행동으로 나타난다는 보고를 통해 이를 확인할 수 있다.

이러한 가족 내 역기능적 부모-자녀 관계를 설명하는 부모화의 원인으로 가족 치료이론 관점에서 살펴볼 필요가 있다. 먼저, 부모-자녀 간의 역할 전이를 일컫는 부모화 용어를 제시한 맥락적 가족치료이론에서는 부모가 자녀를 대상으로 현실적이지 못한 기대를 하거나 부모의 바람대로 행동하게 할 때 부모화가 발생한다고 보았다(Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973). 또한 Minuchin(1974)의 구조주의 가족치료이론에서는 부모-자녀 간 경계가 명확하지 않을 때, 부모의 대리만족을 위해 자녀를 실제보다 지나치게 높이 평가하고 과도한 수행을 기대할 경우 부모화가 일어날 수 있다고 하였다(Jurkovic, 1997).

또한, 부모화의 발생 배경으로 사회문화적인 특성을 고려해볼 수 있다. 부모-자녀 관계에서 돌봄 행동은 보편적으로 부모가 자녀에게 제공하지만(유창호, 장석진, 2019) 한부모 가정, 부모의 사망, 이혼 또는 재혼, 맞벌이 가정 등 다양한 가족 구조에서는 부모만이 자녀에게 돌봄 행동을 제공하지 않는다(양한나, 최미

경, 2017; 조은영, 정태연, 2005; Jurkovic, Thirkeild & Morrel, 2001). 이처럼 가족 기능의 축소, 가족 갈등과 해체 등 가족의 위기가 나타나면서 가족 구성원들은 자신의 역할과 지위를 통해 가족체계를 유지하기 위해 노력한다는(조은숙, 진미정, 2015) 점을 볼 때, 자녀는 부모의 역할을 대신하게 될 가능성이 높아짐을 예측해볼 수 있다. 또한, 우리나라와 같이 가족 내 유대와 조화, 책임을 중요시하는 사회에서는 부모-자녀 관계가 밀접하고(최인재, 2005), 남을 배려하고 떼쓰지 않는 아이를 착한 아이로 인식하는 경향으로 인해 아직 자라지 않은 아이에게 성인의 모습을 기대하기(정태연, 최상진, 김효창, 2002) 때문에 이는 자녀의 부모화 경험을 더욱 높일 수 있는 요인으로 작용할 것이라 사료된다.

부모화된 자녀들은 어린 시절부터 유능하고 적응적으로 인식되어 부모화 행동에 따른 문제가 쉽게 드러나지 않기 때문에 그들의 고통이 간과되어 정신적인 문제가 누적될 수 있다(조은영, 2004). 이러한 부모화는 다양한 정신적 고통을 초래하고 사회 적응에 부정적인 영향을 미칠 수 있음에도 불구하고 오히려 어른스러운 아이로 인식되어 긍정적인 지지를 받음으로써 강화될 여지가 있음을 확인하였다. 또한 과거에 비해 다양해진 가족 구조 형태로 인해 자녀의 부모화 경험 가능성은 더욱 높아졌다고 볼 수 있다. 앞서 살펴본 바와 같이 다음 세대에 부정적인 영향을 미칠 수 있는 세대 간 대물림 가능성까지 내포하고 있음을 볼 때, 악순환의 고리를 끊을 수 있는 계기를 마련하기 위해서라도 부모화에 대한 관심은 더욱 강조될 필요가 있다.

따라서 본 연구에서는 삶 전반에 걸쳐 다양한 영향을 미칠 수 있는 부모화에 주목하여 이를 확인해보고자 한다. 또한, 부모화로 야기될 수 있는 심리적·정서적 어려움은 주로 후기 청소년기와 성인 초기 전환기 동안에 나타날 수 있다(Teyber, 2006)는 점을 바탕으로 대학생들을 연구대상으로 선정하여 부모화가 미치는 영향에 대해 살펴보고자 한다.

2. 우울

우울은 일시적인 슬픈 기분부터 심각한 우울감과 좌절감, 무망감, 부적절한 죄책감 등을 포괄하는 가장 흔한 정신과적 질환의 하나로 의욕 저하 및 수면문제, 자살 시도와 같은 증상을 동반한다(권석만, 2000). 미국정신의학회에서 발행한 정신질환의 진단 및 통계 편람(DSM-5)에 따르면 우울은 2주 이상의 우울한 느낌, 대부분의 활동에 대한 흥미나 즐거움 상실, 식욕이나 체중·수면 등의 변화, 에너지 저하, 존재에 대한 무가치감, 죄책감, 집중에 대한 어려움과 결정의 곤란, 반복적인 죽음에 대한 생각, 자살 계획과 자살 시도 등의 증상을 나타내는 것으로 설명하고 있다(권준수 외 역, 2015).

우울장애의 임상적 특징을 살펴보면, 정서적·인지적·신체적 측면으로 나누어 설명할 수 있다. 먼저 정서적 측면은 우울함이 지속되고 희망이 없으며, 의기소침하고 과민성이 증가하여 공격적이고 민감하게 변한다. 특히 무가치감, 상실감, 침울, 불안, 걱정 등의 감정을 복합적으로 경험한다. 인지적 측면은 사고력, 집중력이 저하되며 자신에 대한 부정적 감정이 망상적 수준으로 커짐으로써 죄책감을 느끼거나 자살과 관련된 생각 등을 하게 된다. 신체적 측면은 불면증 또는 과다수면으로 나타나며 피로감과 식욕감퇴, 식욕증가 혹은 체중 변화가 나타난다. 이러한 우울증을 겪은 사람 중 50~60%는 두 번째 우울증을 경험하며, 세 번째 우울증을 경험할 가능성은 70%, 네 번째 우울증을 겪게 될 가능성은 90%에 이르는 등 재발 가능성이 높은 치명적인 장애이기도 하다(권석만, 2000). 이와 같이 재발 가능성이 높은 우울은 다양한 측면에서 증상을 나타내며 DSM-5에서 주요 우울장애 내용에 자살 위험을 기재했을 정도로 우울증을 경험하는 사람들의 자살 사고와 시도 가능성이 높기(권준수 외 역, 2015) 때문에 우울의 위험성을 부각시킬 필요가 있다.

우울로 인한 위험성을 고려해볼 때 더이상 개인의 문제가 아니며 사회적 차원에서 적극적인 관심과 지속적인 노력이 필요함을 여러 자료들을 통해 확인할 수 있다. 예컨대, 우울증이나 자살 등 정신건강 관련 문제로 인한 사회경제적 비용이 2011년 10조 3,826억원으로, 최근 5년간 41.5% 증가한 것으로 나타났다(건강

보험정책연구원, 2014). 또한 2013년에서 2017년까지 최근 5년간 정신건강 질환으로 진료를 받은 환자수는 지속적으로 증가하여 연령별로는 20대에서 가장 많은 증가세를 보였으며, 질환별로는 우울증 환자수가 가장 많았다(건강보험심사평가원, 2018). 보건복지부(2019)에서 발표한 ‘2018 자살실태조사’보고서에 따르면, 자살시도자의 성별 분포는 전체 1,550명 중 여성이 893명(57.6%), 남성이 657명(42.4%)으로 여성이 236명(15.2%) 더 많았으며, 전체 연령대 중 20대가 435명(28.1%)으로 가장 많은 비중을 차지하였다. 자살 시도의 이유는 우울감, 불안감 등의 정신과적 증상이 전체의 35.1%에 해당하였다(보건복지부, 2019). 또한 통계청이 발표한 사망원인통계(2018)에 따르면, 2003년부터 2017년까지 OECD에서 자살률 1위를 기록하였으며, 10~30대의 사망원인 1위는 자살로 나타났다. 전체 사망원인 중 자살이 차지하는 비율을 연령대별로 살펴보면, 10~19세 30.9%, 20~29세 44.8%, 30~39세 36.9%로, 20대의 경우 약 2명 중 1명이 자살하는 것으로 나타나(디지털타임스, 2019.05.19.) 특히, 20대의 정신건강에 주목할 필요가 있음을 확인할 수 있다. 이와 관련하여 우리나라 고등학교 졸업생의 80%가 대학교에 진학한다(교육과학부, 2011)는 점과 대학생의 연령이 대체적으로 20대라는 것을 고려할 때, 20대의 자살률은 대학생의 자살률과도 밀접한 연관이 있을 것으로 짐작된다. 실제 이와 관련된 연구로 대학생의 자살생각을 유발하는 변인군 중 가장 큰 영향력을 행사하는 변인이 우울로 밝혀짐에 따라(안세영, 김종학, 최보영, 2015), 대학생의 우울에 대한 연구는 중요한 의미를 가진다고 볼 수 있다.

대학생 시기는 청소년 후기에 해당되며 다양하고 새로운 대인관계를 형성하고 사회생활에서 필요한 자세와 기술을 습득하며, 진로에 대한 고민과 선택을 하게 되는 중요한 발달단계이자 성인으로 이행하는 불안정한 시기이다(박광희, 하양숙, 2007). 이러한 시기적 특성과 함께 심각한 취업난과 청년실업, 사회적 안전망의 부재 등과 같은 문제와 맞물려 대학 입시 이후에도 끊임없이 경쟁하며 자신의 능력을 증명해야 하는 상황에 놓이기(김내환, 김은정, 2020) 때문에 이는 대학생의 우울을 높이는 요인으로 작용할 수 있다.

우울의 원인을 설명하는 관점에 대해서는 여러 이론들이 존재하지만 크게 사회-환경적 측면과 인지적 측면에서 접근해볼 수 있다. 먼저 사회-환경적 관점에서는 사람을 둘러싼 사회적 환경이나 상황이 우울을 발생시키는 중요한 원인으

로 본다(Brown & Harris, 1978). 관련하여 우울을 야기시키는 사회-환경적 요인으로는 또래 관계, 부모와의 관계, 교사와의 관계, 학업성적 등이 있다(김선하, 김춘경, 2006). 인지적 관점을 강조한 Beck(1976)에 의하면 우울은 개인이 형성하고 있는 부정적인 인지 도식의 결과로 나타난다고 설명하였다. 이러한 인지 도식은 어릴 때 형성되어 잠재되어 있다가 특정한 생활 사건을 접하게 되면서 활성화되는데 자기 자신이나 미래, 사건의 원인 등을 부정적인 경향으로 인식하는 인지적 틀이 사건을 왜곡되게 해석하여 우울이 유발될 수 있다고 보았다. 이처럼 우울은 어느 한 가지 원인에 의해 나타나는 증상이 아니며 다양한 요인의 영향을 받아 악화될 수 있기 때문에 통합적인 관점으로 접근할 필요가 있다. 이에 본 연구에서는 우울에 대한 선행 변인으로 개인적 측면과 환경적 측면을 모두 고려하여 살펴보고자 한다.

우울과 관련된 선행연구를 살펴보면, 대학생의 우울은 생활스트레스와 자살 간을 매개하는 강력한 요인으로 확인되었으며(강석화, 2012) 인터넷 중독(강석기, 고수현, 2012; 노안영, 정민, 2011), 음주문제(김계하, 김옥수, 2000), 흡연욕구와도 밀접한 관련이 있는 것으로 보고되고 있다(안성식, 김춘숙, 최성환, 2012). 또한, 대인관계 결핍 문제 가능성을 높이는(현용호, 2000) 등 우울은 한 개인의 삶 전반적인 영역에 걸쳐 부정적인 영향을 미치는 주된 요인으로 일관되게 밝혀지고 있어 이에 대한 꾸준한 관심이 필요하다. 우울을 발생시키는 원인으로 가족환경적 변인의 중요성이 강조되고 있다. 실제로, 자신의 가족을 건강하지 않다고 여기거나 가족 구성원 간 역기능적인 상호작용으로 인해 불안이나 우울과 같은 심리적 부적응, 행동 문제와 밀접한 관련을 보이는 것으로 확인되어(김순기, 2001; 정혜정, 2008), 가족 내 병리적인 부모-자녀 관계를 설명하는 부모화 변인 역시 우울에 영향을 미칠 것이라 예측해 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 부모화를 우울을 야기시키는 선행요인으로 설정하여 부모화가 미치는 영향에 대해 알아보고자 한다.

한편, 우울에 대한 이해를 돕기 위해 성별에 따른 차이를 고려해볼 수 있다. 이와 관련하여 보건복지부(2017)가 발표한 ‘2016년 정신질환실태 역학조사’에 따르면, 같은 기간 성인 남자(18-64세)의 우울증 유병률은 1.8%에서 1.2%로 떨어졌고, 여자도 4.2%에서 1.9%로 하락하였다. 반면, 18-29세 남자의 ‘주요 우울장

에' 1년 유병률은 2011년 2.4%에서 2016년 3.1%로 증가하여 유독 '20대 남자'에서 증가세를 보임으로써 최근 5년 사이 20대 남성의 정신건강이 눈에 띄게 악화 된 것으로 나타났다. 이러한 남성의 우울은 여성 우울증에 비해 자살로 이어질 위험성이 4배나 높고 실제 자살에 이르는 경우가 많아 남성 우울증은 더욱 위험하다(매일경제뉴스, 2008.10.03.). 이는 그동안 간과되었을 수도 있었던 20대 남성의 우울에 대한 관심이 그 어느 때보다 강조될 필요가 있음을 시사한다.

3. 부적응적 완벽주의

심리학적으로 완벽주의를 개념화한 Hamacheck(1978)에 의하면, 자신을 비롯한 타인에게 상황이 필요로 하는 것보다 더 높은 수행의 질을 부여하는 경향으로서 정상적 완벽주의와 신경증적 완벽주의로 구분하여 설명하였다. 정상적 완벽주의자(normal perfectionist)는 자신의 노력으로 얻어진 대가에 기뻐할 줄 알며 상황이 허락하는 만큼 만족해하고 그 결과에서 자유로워질 수 있다. 이들은 인정에 대한 욕구가 강하며 자신의 완벽주의적 성향을 긍정적으로 느끼고 자신을 더욱 향상시키고자 노력하는 사람들이다. 반면, 신경증적 완벽주의자(neurotic perfectionist)는 달성할 수 없는 비현실적인 목표를 세워놓고 실수를 용납하지 않는 사람들로서 어떤 일을 해도 충분히 만족감을 경험하기 어려워한다. 또한 성취욕구보다는 실패에서 비롯된 두려움 때문에 동기화되므로 새로운 일을 시작하기 전부터 걱정하고 불안해하는 경향이 있다.

한편, Burns(1980)는 자신의 능력으로 실현하기 어려운 과도한 목표에 대한 강박적인 추구를 완벽주의로 보았다. 완벽주의자들은 자신의 존재 가치를 전적으로 생산성과 업적으로만 평가하려는 경향을 지니고 있으며, 완벽하지 못한 수행은 완전한 실패로 여기는 특징을 보인다고 하였다. 이러한 완벽주의자들은 불가능한 목표를 달성하기 위하여 쉴 새 없이 스스로를 채찍질하기 때문에 쉽게 자기패배감에 빠지고 대인관계 문제를 겪게 된다고 보았다. Pacht(1984)가 정의한 완벽주의 역시 병리적이고 부정적인 측면에서만 설명되었다. 완벽이라는 것 자체가 존

재하지 않는데도 불구하고 이를 향한 추구로 인해 다양한 심리적 문제가 야기된다고 지적하였다.

초기의 완벽주의에 대한 연구들은 대부분 조작적 정의가 부족하고 단순한 관찰 결과를 바탕으로 한 연구들로서, 역기능적인 인지 유형이나 부정적인 성격특질의 단일차원으로 정의하였기 때문에 완벽주의를 신뢰롭게 측정할 수 있는 도구가 없었다(하정희, 2006). 예컨대, 완벽주의 측정을 위해 사용된 최초의 검사 도구였던 Burns(1980)의 완벽주의 척도는 완벽주의를 측정하기 위해 고안된 것이 아니라 우울 환자들을 진단하는데 사용되는 역기능적 태도 척도(Dysfunctional Attitudes Scale: DAS)에서 문항의 일부를 뽑아내어 만든 것이었다. 도구 자체가 이미 역기능적인 사고를 반영하고 있었기 때문에 완벽주의가 부정적인 심리적 특성들과 높은 상관을 보이는 것이 당연했을 수 있다(Stoeber & Otto, 2006). 이러한 부정적인 단일차원에 대한 완벽주의 개념에 이의가 제기되면서 1990년대 들어 완벽주의를 다차원적으로 정의하고 이를 측정할 수 있는 척도가 개발되었다. 대표적으로 Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate(1990)의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: 이하 FMPS)와 Hewitt & Flett(1991)의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: 이하 HMPS)가 있으며 이는 완벽주의에 대해서로 다른 차원에 중점을 두어 다차원적으로 제작된 척도이다.

먼저 Frost 등(1990)의 FMPS를 살펴보면, ‘자신에게 매우 높은 개인적 기준을 설정하고 수행에 대해 지나치게 비판적으로 평가하는 경향’이라 정의하였으며 이를 반영하여 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 개인적 기준, 조직화, 부모의 기대, 부모의 비난의 6개 하위차원으로 나누어 설명하였다. 첫째, 실수에 대한 염려는 실수에 대한 부정적인 반응으로 실수를 실패와 동등하게 여기며 실수할 경우 다른 사람들이 자신을 거부하거나 무시할 것이라 생각하는 경향을 의미하는데, 이 차원이 Frost의 다차원적 완벽주의의 중심차원이다. 둘째, 수행에 대한 의심은 자기의 능력에 대한 확신이 부족하며 수행에 대해 끊임없이 의심하는 경향을 말한다. Frost, Heimberg, Holt, Marttia, & Neubauer(1993)에 따르면, 수행에 대한 의심과 실수에 대한 염려는 완벽주의의 부정적 측면인 평가염려를 나타내는 것뿐만 아니라 우울과 가장 밀접한 관련을 보이는 하위요인이라고 설명하였다. 셋째, 개인적 기준은 자기에게 높은 목표를 세우고 이를 중요시하며 스스로

에 대한 긍정적인 개념을 포함한다. 넷째, 조직화는 정리정돈을 좋아하고 조직적인 일 처리를 선호하며 이를 중요하게 여기는 것을 뜻한다. 다섯째, 부모의 기대는 자신을 향한 부모의 기대가 높다고 자각하는 것이다. 마지막으로, 부모의 비난은 부모가 기대하는 만큼 일을 잘 해내지 못해 부모에게서 비난받아왔다고 느끼는 것을 말한다. 부모의 기대와 부모의 비난 차원은 성격적 요소인 완벽주의가 형성된 원인론적 측면을 설명하는 것으로 어린 시절 부모와의 상호작용에서 비롯된 학습된 행동이라고 본다.

Hewitt과 Flett(1991)의 HMPS는 대인관계에 초점을 두어 완벽주의적 행동이 향하는 방향에 따라 자기지향 완벽주의(self-oriented perfectionism), 타인지향 완벽주의(other-oriented perfectionism), 사회부과 완벽주의(socially-prescribed perfectionism)의 3가지 측면으로 나누어 제시하였다. 첫째, 자기지향 완벽주의는 자기에게 엄격한 기준을 세우고 스스로의 행동에 대한 엄격한 평가와 비판 경향을 반영한다. 둘째, 타인지향 완벽주의는 자녀나 배우자 같이 중요한 타인에 대해 현실에 맞지 않는 과도한 목표를 세워 그들의 행동을 엄격하게 평가하려는 경향을 말한다. 마지막으로 사회부과 완벽주의는 부모나 친구 등 중요한 타인에게 높은 기대와 기준을 가지고 있으며 이를 충족시키지 못하면 자신을 부정적으로 평가하거나 인정받지 못할 것이라는 신념을 반영하고 있다.

한편, Frost 등(1993)은 HMPS와 FMPS의 하위요인을 분석하여 적응적·부적응적 특성을 나타내는 2개의 주된 요인을 확인하였다. 먼저 ‘부적응적 평가염려(maladaptive evaluation concern)’ 요인으로 FMPS의 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 부모의 비난, 부모의 기대와 HMPS의 사회부과 완벽주의로 이루어져 있다. 두 번째 요인은 ‘긍정적 성취 욕구(positive striving need)’로 FMPS의 개인적 기준, 조직화와 HMPS의 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의를 포함하고 있다. 이를 정리해보면, 적응적 완벽주의는 자기 내적 성취 동기에 의해 현실적인 기준을 세우고 그것을 달성하기 위해 노력하며 만족감을 얻는다는 것을 의미하는 반면, 부적응적 완벽주의는 타인에 의한 부정적인 평가를 회피하기 위해 비현실적인 목표를 세워 끊임없이 노력하면서도 자신에게 만족하기 어려워하는 것을 말한다(장애경, 이지연, 2011).

또한 Dunkley, Blankstein, Halsall, Williams, & Winkworth(2000)은 FMPS와 HMPS의 하위요인 중 일부를 선택하여 적응적 측면의 ‘개인기준 완벽주의’와 부적응적 측면을 설명하는 ‘평가염려 완벽주의’ 차원으로 나누어 제안하기도 하였다. 평가염려 완벽주의 차원은 FMPS의 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심, HMPS의 사회부과 완벽주의로 구성되어 있으며 자신을 매우 엄하고 철저하게 감시하고 지나치게 비판적으로 평가하며, 수행의 결과가 성공적이어도 불만족하고 타인의 비판과 기대에 대한 염려가 되풀이되는 것을 말한다. 반면, 개인기준 완벽주의 차원은 FMPS의 개인적 기준과 HMPS의 자기지향 완벽주의로 구성되어 있으며 본인에게 높은 기준을 부여하고 목표를 설정하는 것으로서, 성취 지향적이고 스스로에 대한 엄격한 비평을 내포하지만 타인의 인정이나 부정적 평가에 대한 두려움을 염두에 두지 않는 경향을 의미한다.

완벽주의의 양면성을 이해하려는 또 하나의 시도로 Rheume, Freeston & Ladouceur(1995)는 완벽주의 질문지(Perfectionism Questionnaire: PQ)를 개발하여 완벽주의의 순기능과 역기능적 특성을 반영하였다. 이와 관련하여 국내에서도 남궁혜정과 이영호(2005)가 완벽주의를 기능적·역기능적으로 구분하기 위해 2차원 완벽주의 척도를 개발하고 타당화를 진행하였다. 연구 결과, 기능적 측면에 해당하는 ‘성취추구’ 요인은 우울, 사회불안과의 상관을 보이지 않은 반면 역기능적 측면에 해당하는 ‘실패회피’ 요인은 우울, 불안, 강박증상, 사회불안, 신체적 증상 등 부정적 결과와 정적 상관을 보였다. 또한, 성취추구 요인과 실패회피 요인이 피험자들에게서 각각 단독으로 나타나는 것이 아니라 두 요인이 혼재되어 있는 것으로 나타남으로써, 완벽주의가 특정 요인에 의해 기능적 또는 역기능적으로 명확히 분리된다기보다 두 요인이 한 개인 내에 공존하면서 다양한 양상으로 나타날 수 있는 개념이라는 점을 확인하였다.

완벽주의의 긍정적 측면과 부정적 측면을 검증한 선행연구를 살펴보면 부정적 완벽주의는 후회, 우울, 인지적 역기능 등 정서적 억제와 관련이 있고, 긍정적 완벽주의는 삶의 만족과 관련 있음이 보고되었다(Anthony, Jennifer & Lawrence, 2007). 기능적 완벽주의는 자기존중감을 낮추거나 우울을 높이지 않는 반면, 역기능적 완벽주의는 자기존중감을 낮추고 우울을 높이는 것으로 밝혀졌다(Rice, Ashby & Slaney, 1998). 또한, 부적응적인 차원의 완벽주의는 학업지연에 정적

인 영향을 미치며(심은정, 신선임, 2018) 스트레스, 후회, 인지적 역기능, 정서적 억압, 사회불안 등을 예측하는 것으로 확인되었다(김민선, 서영석, 2009; 김현희, 김창대, 2011; Ashby, Rice & Martin, 2006; Flett, Besser, Davis, & Hewitt, 2003). 부적응적 완벽주의가 높은 수준의 우울과 불안 등을 유발한다는 연구(서영숙, 2009; 김현희, 김창대, 2011), 부정적 측면의 사회부과 완벽주의가 높을 경우 우울이나 불안을 높이는 요인으로 작용한다는 연구(박서연, 서미정, 2018) 등을 정리해볼 때, 타인이 설정한 과도한 기준과 이에 대한 스스로의 통제감을 경험하지 못하기 때문에 심리적 어려움이 커질 것으로 예측된다.

김윤희와 서수균(2008)은 부적응적 특성을 반영하는 완벽주의의 경우, 지나치게 비현실적인 목표 설정으로 인해 쉽게 좌절감을 경험하고 자기비하를 일삼을 수 있으며, 지금-여기에 집중함으로써 누릴 수 있는 흡족감을 외면하기 때문에 현실 수용에 대한 태도를 지니기 힘들다고 보았다. 의과대학생을 대상으로 완벽주의, 성취목적 및 학문적 효능감 간의 관계를 살펴본 안도희와 김옥분(2006)의 연구에서는, 부적응적 완벽주의 성향을 보이는 경우 자신의 능력 부족이 타인에게 드러나는 것을 기피하려는 즉, 실패에 대한 두려움을 특징으로 하는 수행회피 목적 지향적인 특성을 보임으로써 학문적 효능감 향상을 기대하기 어렵다고 하였다. 관련하여, 김현희와 김창대(2011)의 연구에서 평가염려 완벽주의 집단이 불안, 우울 정도가 높는데 반해 개인기준 완벽주의 집단은 생활만족감, 자존감이 높은 것으로 나타났다. 이는 높은 기준 자체가 문제가 아니라 외부 평가에 대한 두려움이 우울, 불안 등 정서적 문제를 일으킬 것이라 예측해볼 수 있다. 또한, 타인의 평가염려에 치중하지 않고 스스로가 부여하는 높은 개인적 기준은 성취의 질을 높이는 계기로 작용할 수 있으며, 이는 완벽주의의 긍정적인 특성으로 이어질 가능성을 높인다고 볼 수 있다.

완벽주의자들은 자신들의 경험을 성공 아니면 실패라는 이분법적인 사고방식으로 평가하는 인지적 왜곡을 보인다(Burns, 1980). 이들은 한 번의 실수를 항상 실수한다고 결론짓는 과잉 일반화 경향이 있으며, ‘~해야만 한다’는 당위적 사고와 함께 항상 완벽하게 잘해야 한다는 인지적 왜곡으로 인해 자기 자신을 비판적으로 평가하게 된다(한주연, 박경, 2009)는 점을 고려해볼 때, 비합리적 신념이 우울에 영향을 미치는 요인 중 하나임을 짐작할 수 있다.

앞서 살펴본 내용을 정리해보면, 완벽주의에 대한 정의가 다양하고 이를 반영한 척도의 하위요인들이 서로 다른 개념으로 구성되어 있기 때문에 완벽주의 개념이 일치되지 않음을 알 수 있다. 본 연구의 관점으로 사용한 다차원적 완벽주의를 통해 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의를 나눠보면, 도달하려는 기준 혹은 목표가 현실적인지 비현실적인지, 성취 동기가 자기에서 기인한 것인지 타인에 의한 것인지, 수행과정이나 결과에 대한 만족감 경험 여부 등에 따라 구분해볼 수 있다. 이에 본 연구에서는 부적응적 완벽주의를 타인을 실망시킬 것에 대한 두려움에 기인하여 비현실적인 높은 기준을 세우고, 이를 달성하기 위해 끊임없이 노력하면서도 수행과정이나 결과에 대해 만족감을 경험하지 못하며 지나치게 부정적으로 자신을 비판하는 경향으로 정의하고자 한다.

한편, 몇몇 연구들에서 성별에 따라 다른 결과들이 보고되고 있다. 예로, 적응적 완벽주의는 여학생이 남학생보다 더 높게 나타났으나, 부적응적 완벽주의는 성에 따른 차이를 보이지 않았다는 연구(이영선, 박성연, 2009), 여학생이 남학생보다 자신에 대해 더 높은 기준을 설정하고 수행을 엄격히 평가하는 것으로 나타난 연구(이미현, 2014; 조영미, 2003) 등 선행연구 결과가 일치하지 않아 꾸준한 연구를 통해 이를 확인할 필요가 있다.

이상의 내용을 종합해볼 때 부적응적 완벽주의는 우울, 불안과 같은 부정적 정서에 영향을 미친다는 선행연구가 일관되게 보고되고 있으며 성별에 따라 차이를 보이는 등 혼재된 결과를 통해 이에 대한 확인의 필요성이 제기되는 바, 본 연구에서는 남녀 대학생으로 나누어 그 경로를 살펴보고자 한다. 또한 완벽주의 변인의 경우 부모에게 영향을 받을 수 있고 가정환경과 성장 배경이 영향을 끼칠 수도 있어 이를 고려한 후속 연구가 필요하다는 제언(김사라형선, 2016)을 바탕으로, 가족 환경적 요인 가운데 부모화 변인을 부적응적 완벽주의의 선행요인으로 설정하였다.

4. 변인들 간의 관계

가. 부모화와 우울의 관계

여러 선행연구들에서 부모화가 우울에 유의미한 영향을 미치는 것으로 일관되게 보고되고 있다(공인원, 홍혜영, 2015; 송은주, 이지연, 2010; 신주연, 2003; 정호연, 2018; 조아라, 2016; 조혜정, 이윤주, 2014; 최명선, 강지희, 2008). 구체적으로 살펴보면, 조혜정과 이윤주(2014)는 부모로부터 본격적인 독립을 시작해야 할 대학생 시기에도 여전히 부모의 걱정과 염려를 떠안고 부모를 향한 정서적 보살핌이 우선될 경우, 우울해지고 무기력해지며 대인관계에도 문제가 생길 수 있다고 하였다. 박세현(2018)의 연구에서도 대학생의 과거 부모화 경험이 많을수록 더 높은 우울을 경험하는 것으로 밝혀졌으며 공인원과 홍혜영(2015)의 연구 결과 역시, 가정 내 주고받음이 공평하지 않고 자녀의 일방적인 희생만을 강요하는 부모화가 우울에 직접적인 영향을 미친다고 하였다. Byng-Hall(2002) 또한 부모화 경험이 많은 자녀들의 경우 우울과 자기비난, 낮은 자아존중감 등 심리적 어려움을 경험한다고 지적하였다.

부모화가 우울에 유의미한 영향을 미친다고 보고하는 연구들은 많으나, 부모화를 경험했다고 하더라도 어떤 사람은 우울해지고 또 어떤 이는 우울해지지 않을 수 있다(유순화, 2010; 조은영, 정태연, 2005)는 선행연구를 고려해볼 때, 부모화를 경험한 사람들이 반드시 우울을 경험하는 것은 아니며 적응적으로도 생활할 수 있음을 예측해볼 수 있다. 이러한 차이가 나타나는 이유로, 개인 내적 변인에 의한 영향을 염두에 둔 연구를 통해 부모화와 우울의 관계에 대해 포괄적인 이해를 높일 필요가 있다.

나. 부모화와 부적응적 완벽주의의 관계

Jurkovic(1997)은 부모화로 인해 완벽주의적인 성향이 나타날 수 있다고 언급한 바 있다. 관련하여 Robinson(1999)은 부모화가 높은 자녀들을 일 중독 아동으

로 정의하고, 그들이 강박적으로 성취를 지향하며 사회적인 인정을 받는 좋은 아이로 보이기 위해 지나친 노력을 기울이면서 완벽주의적 성향이 형성될 수 있다고 하였다. 실제 여러 선행연구들(송승안, 2017; 이지혜, 2018; 함광성, 2015; Wells & Jones, 2000)에서 부모화가 높은 자녀일수록 완벽주의의 부적응적 측면에 해당하는 특성이 높은 것으로 확인되었다.

구체적으로, 중학생의 부모화 경험에 대한 함광성과 신태섭(2015)의 연구에서 부모화 경험이 완벽주의 성향을 높이는 것으로 밝혀졌다. 청소년을 대상으로 부모화를 살펴본 최명선과 강지희(2008)의 연구에서도 높은 부모화 경험이 적응적 측면의 자기지향 완벽주의를 낮추고, 부적응적 측면의 사회적으로 부과된 완벽주의를 높이는 것으로 나타났다. 또한, 대학생을 대상으로 부모화 경험과 완벽주의를 살펴본 송승안과 남숙경(2018)의 연구에서 부모화가 사회부과 완벽주의를 높이는 것으로 확인되었으며, 이지혜(2018)가 고등학생을 대상으로 부모화 경험과 평가염려 완벽주의를 검증한 결과 역시, 부모화가 역기능적 기준을 반영하는 평가염려 완벽주의 성향을 높이는 것으로 밝혀졌다. 김미화와 김해란(2017)은 중학생을 대상으로 부모화 경험 수준에 의한 완벽주의의 차이를 검증하였는데, 부모화 경험 수준이 높은 집단일수록 낮은 집단보다 완벽주의적 성향이 높음을 확인하였다. 이는 가정 안에서 자녀가 부모를 대신하여 정서적·행동적으로 가족을 보살피고 가족의 안정과 유지를 위한 책임과 의무를 많이 느낄 뿐만 아니라 자기에게 적용한 과한 기준을 달성하기 위해 노력하는 완벽주의적 성향을 발달시킬 가능성이 높음을 말한다(김미화, 김해란, 2017). 즉, 중요한 관계에 있는 타인의 필요를 우선시하고 그들의 과도한 욕구를 충족하기 위해 나이에 맞지 않는 수준의 역할을 감당하는 과정에서 어른들처럼 잘 해내야 한다는 강박적인 생각을 지니게 됨으로써 부적응적 완벽주의가 발달 될 수 있음을 의미한다.

이상의 선행연구들을 정리해보면, 부모화가 완벽주의에 영향을 미치는 요인임을 확인할 수 있다. 김미화와 김해란(2017)이 이론의 확장을 위해 제안하였듯이 완벽주의로 인해 야기될 수 있는 다양한 심리적 요인에 대한 후속 연구가 필요하다. 본 연구에서는 부모화와 부적응적 완벽주의의 영향으로 발생할 수 있는 심리적 부적응인 우울에 주목함으로써 기존의 연구를 확장해보고자 한다.

다. 부적응적 완벽주의와 우울의 관계

여러 선행연구들에서 부적응적 측면의 완벽주의가 정서적인 문제와 관련된다고 보고하고 있다(김슬기, 이동귀, 2018; 오정은, 손정락, 2018; 이태영, 송미경, 2017). 특히, Frost 등(1990)은 심리적 부적응 중 우울을 야기시키는 변인으로 완벽주의를 제시하였다. 완벽주의적인 성향을 지닌 사람들의 경우, 결함에 대한 병적인 두려움으로 인해 작은 실패 경험도 용납하지 못하며 스스로에 대한 평가를 절하하는 경향으로, 삶의 만족도가 낮아지고 사소한 지적에도 심리적 고통을 호소할 수 있다(김혜진, 홍혜영, 2010; 박지연, 양난미, 2014; 손은정, 2010; 장애경, 이지연, 2011).

완벽주의의 부적응적 특성과 우울의 관계를 검증한 선행연구를 살펴보면, 우울을 예측하는 중요한 요인으로 부적응적인 완벽주의 성향이 일관되게 제시되고 있다(최바울 외, 2011; 최문선, 유제민, 현명호, 2005; 한주연, 박경, 2011; Egan, Wade & Shafran, 2011). 구체적으로, 평가염려가 높을수록 우울이 증가하고(김내환, 김은정, 2020; 정미진, 이효정, 2015) 부적응적 완벽주의가 높은 수준의 우울을 유발하며(서영숙, 2009), 타인이 자신에게 높은 기대를 할 것이라는 인식이 높을수록 불안해지고 우울을 경험하는 것으로 확인되었다(김현희, 김창대, 2011; 심은정, 신선임, 2018). 대학생을 대상으로 부적응적 완벽주의, 무망, 우울, 심리적 극통 및 자살사고의 관계를 검증한 결과, 목표하는 결과에 만족하지 못하고 좌절을 경험하게 될 경우 무망, 우울과 심리적 극통 등의 위험요인을 거쳐 자살사고를 높이는 것으로 보고되었다(최바울 외, 2011).

앞서 살펴본 선행연구들에서 밝혀졌듯이 부적응적 완벽주의가 우울을 야기하는 이유로 비현실적인 목표 달성을 위해 끊임없이 자신을 채찍질하며 내달리느라 현재에 집중하지 못하고 실수를 실패로 여기는 데서 비롯됨을 알 수 있다. 또한, 자신과 중요한 관계에 있는 타인을 실망시킬 것에 대한 두려움으로 동기화되기 때문에 수행에 대한 확신이 부족하고 지나치게 부정적으로 자신을 평가하는 특성이 심리적 어려움을 초래한다는 것을 확인하였다. 부적응적 완벽주의자들은 사회적으로 제시된 기준이나 기대를 맞춰야만 관심과 인정을 받을 수 있다는 비합리적 신념으로 인해 타인의 기대에 부합하기 위해 몰두하게 되며 이러한 경향이 누적될수록

정신적 어려움 또한 가중될 수 있다. 특히, 외부에 의해 통제된다는 지각이 커지면 서 애써 이룬 결과에도 불구하고 만족하지 못하기 때문에 이는 좌절감으로 이어질 수 있으며 좌절 경험이 반복될수록 우울이 심각해질 것으로 짐작된다.

완벽주의가 우울에 미치는 영향을 볼 때, 긍정적 측면에 해당하는 적응적 완벽주의는 전반적으로 우울과 관련성이 없는 것으로 나타났기 때문에 후속 연구 설계 시 배제할 필요가 있으며, 우울을 설명하기 위해 부적응적 완벽주의를 제시하고 있는 선행연구(이동귀, 배병훈, 함경애, 천영아, 2015)를 토대로 본 연구에서는 부적응적 완벽주의가 우울에 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

라. 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울 간의 관계

부모화, 부적응적 완벽주의, 우울의 관계를 검증한 선행연구들을 보면, 일부 변인 간에 관계를 확인하거나 추가로 성별에 따른 차이를 고려한 연구들이 보고되고 있다. 구체적으로, 중학생을 대상으로 부모화 경험이 사회불안에 미치는 영향에서 완벽주의의 매개효과를 검증한 함광성과 신태섭(2015)의 연구 결과 부분매개효과가 확인되었다. 이는 부모화가 사회불안에 직접적인 영향을 미치는 것은 물론, 완벽주의적 성향을 발달시켜 간접적으로도 사회불안에 정적인 영향을 미치는 것을 말한다. 김내환과 김은정(2020)은 대학생들을 대상으로 평가염려 완벽주의가 우울에 미치는 영향에서 자기비난과 반추의 완전매개효과를 검증하였으며, 이는 평가염려 완벽주의가 자기비난과 반추를 매개로 우울에 간접적인 영향을 미친다는 것을 말한다. 즉, 평가염려 완벽주의자들은 과도하고 경직된 목표를 설정하고 자신의 실제 수행을 비판적으로 평가하며 실패나 실수, 타인의 지적에 주의를 집중하기 때문에 스스로에게 실망하고 죄책감을 느끼며 자신을 비난하는 등 부정적인 정서를 경험할 가능성이 높다는 것을 의미한다.

고등학생을 대상으로 부모화 경험이 대인관계 문제에 미치는 영향에서 평가염려 완벽주의가 매개하는지 살펴본 이지혜(2018)의 연구에서 밝혀졌듯이, 부모화 경험이 많은 자녀일수록 부적응적 측면에 해당하는 평가염려 완벽주의 성향이 높아지며 타인의 욕구에 대한 과도한 책임과 자기희생, 타인에 대한 지나친 관여 행동으로 인해 대인관계 문제가 유발될 수 있음을 알 수 있다. 이와 관련하여, 대학

생의 부모화 경험과 대인관계 문제 사이에서 완벽주의의 매개효과를 검증한 송승안과 남숙경(2018)의 연구에서도 부모화가 부적응적 측면에 해당하는 사회부과 완벽주의 성향을 높이는 것으로 나타났으며, 높아진 사회부과 완벽주의가 대인관계 문제에 정적인 영향을 미침으로써 대인관계에서의 어려움을 가중시키는 것으로 확인되었다.

박지연(2010)은 대학생을 대상으로 적응적·부적응적 완벽주의와 반추, 우울의 관계를 살펴보았는데 FMPS 하위요인 분석 결과, 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의의 2개 요인으로 구분됨을 재차 확인하였다. 적응적 완벽주의는 우울과 상관이 없어 반추의 매개효과가 나타나지 않는데 반해, 부적응적 완벽주의는 우울과의 관계에서 반추의 부분매개효과가 검증되었다. 이는 부적응적 완벽주의가 우울에 직접적인 영향을 미치며 반추를 거쳐 간접적으로도 우울에 영향을 미치는 것을 의미한다. 또한 남녀의 차이를 고려한 추가연구 결과, 부적응적 완벽주의가 우울에 미치는 영향에서 성별에 따른 반추의 매개효과 차이를 확인하였다. 구체적으로 남자의 경우, 반추를 투입할 경우 부적응적 완벽주의는 우울을 유의미하게 설명하지 못하는 완전매개효과를 보였고 이러한 결과는 부적응적 완벽주의가 반추를 통해서만 간접적으로 우울에 영향을 미친다는 것을 뜻한다. 여자의 경우에는 반추가 부적응적 완벽주의와 우울 사이를 부분매개하는 것으로 나타남으로써, 이는 여성의 부적응적 완벽주의가 우울에 직접적인 영향을 미치기도 하고 반추를 거쳐 간접적으로도 우울을 경험하게 될 수 있음을 의미한다.

이와 관련하여 고등학생을 대상으로 성별에 따른 차이를 검증한 김혜인(2010)의 연구에서는 역기능적 완벽주의가 부모의 심리적 통제와 자의식 정서, 역기능적 완벽주의 가운데 남녀 청소년 모두에게 있어 우울에 가장 강한 영향력을 행사하는 변인으로 확인되었으며, 여학생의 경우 부정적 정서 경험이 높은 우울을 유발하는 요인임이 밝혀졌다. 이는 여학생의 경우 정서적·관계적 요소에 더 큰 영향을 받고 있음을 확인할 수 있다(김혜인, 2010; 이미현, 2014; 이민경, 이지연, 김아름, 2010). 대학생을 대상으로 완벽주의, 반추, 우울의 관계를 살펴본 연구(박지연, 이인혜, 2014)에서는 인지적 매개변인인 반추의 성차를 확인하였다. 남학생의 경우 부적응적 완벽주의와 우울 간에 반추가 완전매개하였으며, 여학생은 부분매개효과를 보였다. 특히 부적응적 하위요인 중 부모의 비난에서 남학생은 완

전매개, 여학생은 부분매개효과를 보임으로써 이는 남학생의 경우 부모의 비난을 받았다 하더라도 가볍게 흘려들을 수 있지만, 여학생은 부모의 비난에 직접적인 상처를 받을 것이라 해석할 수 있다.

박현주와 정대용(2010)은 대학생들을 대상으로 불안정 애착과 심리적 고통의 관계에서 완벽주의와 자존감이 매개하는지에 대한 검증과 함께 성차를 살펴보았다. 연구 결과, 여학생의 경우 모든 변인에서 불안정 애착의 직접적인 영향이 큰 것으로 나타난 반면, 남학생 집단에서는 불안정 애착이 심리적 고통에 직접적인 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 또한, 완벽주의의 부적응적 측면을 나타내는 사회적으로 부과된 완벽주의에 미치는 영향도 여학생 집단에 비해 상대적으로 낮았다. 특히, 남학생의 사회부과 완벽주의는 심리적 고통에 강한 영향을 미치는 것으로 확인됨으로써 애착의 양상과 관계없이 완벽하지 못하고 중요한 타인의 기대에 미치지 못한다는 자각이 남학생의 우울을 높일 수 있음을 밝혔다.

성별에 따라 다른 결과를 보이는 것과 관련하여, 일반적으로 남성에 비해 여성이 타인과의 연결을 더 강조하고 관계 지향적 특성을 가질 가능성이 더 높으며(Gilligan, 1982), 여성은 평균적으로 정서의 전 범위에서 남성에 비해 훨씬 강렬하고 격한 정서를 경험하기 때문에 여성이 남성보다 더 정서적이라는 연구(Goleman, 1995) 등을 고려해볼 수 있다. 이를 통해 우울에 이르는 경로에 있어 성별에 따른 차이가 존재할 것이라 예측할 수 있다. 또한, 성차를 검증한 선행연구들의 혼재된 결과를 정리해볼 때 꾸준한 연구를 통한 확인의 필요성이 요구된다고 볼 수 있다. 이에 본 연구에서는 남녀 대학생 각각을 고려하여 살펴보고자 한다.

이상의 내용을 종합해보면, 부모화는 우울에 영향을 미치고 부적응적 완벽주의 성향을 발달시키며 부적응적 완벽주의 또한 우울의 원인으로 작용하고 있다는 것을 알 수 있다. 이를 통해 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개할 것이라 추론해 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 개인의 삶 전반에 걸쳐 부정적인 영향을 미칠 수 있는 요인으로 밝혀진 우울을 종속변인으로 설정하였으며 가족 환경적 변인인 부모화를 독립변인으로, 부모화의 결과적 요인인면서 우울의 원인으로 작용하고 있는 개인 내적 변인인 부적응적 완벽주의를 매개변인으로 설정하였다. 연구대상은 초기 성인기에 해당하는 대학생으로 선정하였다. 이는 앞서 살펴본 바와 같이 부모화로 인한 심리적 부적응이 초기 성인기에

나타날 가능성이 높고 부적응적 완벽주의 성향을 수정할 수 있는 적합한 시기이며, 20대의 우울이 다른 연령대에 비해 주목할만한 증가세가 이어지고 있다는 연구 결과 등을 토대로 하였다. 또한, 장애경과 이지연(2010)의 연구에서 이론의 확장을 위해 성별에 따른 집단 간 차이를 살펴볼 필요성을 제안한 바에 따라, 본 연구에서는 대학생을 대상으로 남학생과 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 검증해보고자 한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 제주특별자치도에 소재한 4곳의 대학교에 재학 중인 1~4학년 500명을 대상으로 설문조사를 하였다. 설문조사 방법은 연구자가 직접 해당 학교를 찾아가 실시하였으며 직접 실시가 어려운 경우 사전에 협조를 구한 교수자에게 연구의 목적, 실시 방법 등을 설명하여 진행될 수 있도록 하였다. 설문조사 기간은 2019년 9월~11월까지 약 2개월에 걸쳐 진행되었으며 설문 시간은 10~15분 정도 소요되었다. 총 500부의 설문지를 배포하여 493부가 회수되었으며 문항에 대한 응답이 빠졌거나 분석에 부적합한 설문지 6부를 제외한 487부를 최종분석 자료로 사용하였다. 본 연구대상의 인구통계학적 특성은 표 Ⅲ-1과 같다.

표 Ⅲ-1. 연구대상의 인구통계학적 특성

(N=487)

	구분	빈도(명)	구성 비율(%)
성별	남	202	41.5
	여	285	58.5
학년	1	159	32.6
	2	177	36.3
	3	96	19.7
	4	55	11.3

연구대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보면, 총 487명 중 남학생 202명(41.5%), 여학생 285명(58.5%)으로 여학생의 비율이 다소 높게 나타났다. 학년은 2학년 177명(36.3%), 1학년 159명(32.6%), 3학년 96명(19.7%), 4학년 55명(11.3%) 순으로 나타났다.

2. 측정도구

가. 부모화 척도

본 연구에서는 대학생의 부모화를 측정하기 위하여 Jurkovic과 Thirkield(1999)의 성인용 부모화 척도 FRS-A(Filial Royalty Scoring-Adult)를 조은영(2004)이 번안한 내용을 사용하였다. 이 척도는 물리적 부모화, 정서적 부모화, 불공평의 3개 하위요인으로 이루어져 있다. 먼저, 집안일이나 가족 구성원 돌봄과 같은 기능적인 역할을 묻는 물리적 부모화(10문항), 정서적으로 부모나 형제자매 등을 위로하며 가족 문제에 개입되었는지를 확인하는 정서적 부모화(10문항), 마지막으로 가족을 돌보는 행동에서 공평하지 않은 정도를 평가하는 불공평(10문항)의 총 30문항이다. 하위요인의 문항을 예로 들면, 물리적 부모화는 ‘가족을 위해 쇼핑(장을 보거나 옷을 사는 등)을 많이 했다’, ‘형제들의 숙제를 내가 많이 도와줬다’ 등이며, 정서적 부모화는 ‘때로는 어머니나 아버지가 의지할 수 있는 사람이나밖에 없다고 생각할 때가 있었다’, ‘가족들이 나의 도움을 필요로 하지 않을 때도 나는 그들에 대한 책임을 느꼈다’ 등이 있다. 불공평은 ‘부모님은 내게 잘 해주셨지만 나는 내 욕구를 이루기 위해 그분들에게 의지할 수 없었다’, ‘식구들은 나의 입장을 고려해 주지 않는 것 같았다’ 등의 내용으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’까지 5점 Likert 척도로 평정되며 점수가 높을수록 부모화가 높다는 것을 의미한다.

부모화 척도는 과거와 현재의 부모화를 측정할 수 있도록 각각 30문항씩 총 60문항으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 대학생의 성장기 부모화 경험에 주목하고 있으므로 과거 척도 30문항을 사용하였다. 조은영(2004)의 연구에서 확인된 과거 30문항의 내적 일치도는(Cronbach's α) .83이다. 본 연구의 부모화 척도 문항 구성과 신뢰도는 다음과 같이 표 III-2에 제시하였다.

표 III-2. 부모화 척도 문항 구성과 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
물리적 부모화	1, 3, 6, 8, 13, 16*, 19*, 22, 27, 29	10	.74
정서적 부모화	2, 5, 9, 12, 14*, 17, 18, 24, 26, 30	10	.78
불공평	4, 7, 10, 11, 15*, 20, 21*, 23, 25, 28	10	.86
	전체	30	.90

* 역 채점 문항

본 연구에서 확인된 부모화 척도의 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .90이며, 3개 하위요인의 신뢰도 계수(Cronbach's α) 범위는 .74~.86으로 나타났다.

나. 우울 척도

본 연구에서는 대학생의 우울을 측정하기 위하여 미국정신보건연구원에서 우울 증후군의 역학적 연구를 위해 Radloff(1977)가 개발한 우울증 척도(Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale: CES-D)를 번역하여 사용되고 있는 세가지의 한국판 CES-D를 기초로 하여 전경구와 최상진, 양병창(2001)이 신뢰도와 타당도를 검증하고 수정·보완을 거쳐 개발한 통합적 한국판 CES-D를 사용하였다. 이 척도는 총 20문항으로 지난 일주일 동안의 우울을 측정하며 우울 감정, 긍정적 감정, 신체/행동 둔화, 대인관계의 4가지 하위요인을 포함하고 있다. 하위요인별 문항을 예로 들면, 우울 감정(7문항)은 '가족이나 친구가 도와주더라도 울적한 기분을 떨쳐버릴 수 없었다', '내 인생은 실패작이라는 생각이 들었다' 등이며, 긍정적 감정(4문항)은 '다른 사람들만큼 능력이 있다고 느꼈다', '미래에 대하여 희망적으로 느꼈다' 등이다. 신체/행동 둔화(7문항)는 '평소에는 아무렇지도 않던 일들이 귀찮게 느껴졌다', '도무지 무엇을 시작할 기운이 나지 않았다' 등이며, 마지막 하위요인인 대인관계(2문항)는 '사람들이 나에게 차갑게 대하는 것 같았다', '사람들이 나를 싫어하는 것 같았다'의 내용이다. 각 문항은 '극히 드물게(1일 이하=1점)'에서 '거의 대부분(5~7일=4점)'까지 4점 Likert 척도로 측정되며 점수

가 높을수록 우울이 높다는 것을 의미한다. 전검구와 최상진, 양병창(2001)의 연구에서 확인된 내적 일치도는(Cronbach's α) .91이고, 본 연구의 우울 척도 문항 구성과 신뢰도는 다음의 표 III-3과 같다.

표 III-3. 우울 척도 문항 구성과 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
우울 감정	3, 6, 9, 10, 14, 17, 18	7	.91
긍정적 감정	4*, 8*, 12*, 16*	4	.83
신체/행동 둔화	1, 2, 5, 7, 11, 13, 20	7	.85
대인관계	15, 19	2	.88
	전체	20	.94

* 역 채점 문항

본 연구에서 우울 척도의 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .94로 확인되었으며, 4개 하위요인의 신뢰도 계수(Cronbach's α) 범위는 .83~.91로 나타났다.

다. 부적응적 완벽주의 척도

본 연구에서는 부적응적 완벽주의를 측정하기 위해 Frost 등(1990)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: 이하 FMPS)를 정승진(2000)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 35문항으로 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 조직화, 개인적 기준, 부모의 비난, 부모의 기대의 6개 하위요인으로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 여러 완벽주의 척도와 차원들이 존재하지만 FMPS만으로도 우울을 설명하는데 효과적이며(이동귀 외, 2015) FMPS 하위요인 분석 결과, 적응적·부적응적 완벽주의로 구분됨을 확인한 선행연구(안도희, 김옥분, 2006; 이항순, 2011)를 토대로, 본 연구에서는 총 35문항 중 적응적 측면의 조직화와 개인적 기준을 묻는 13문항을 제외한 22문항을 사용하였다. 즉, 부적응적 완벽주의를 나타내는 실수에

대한 염려, 수행에 대한 의심, 부모의 기대, 부모의 비난 4가지 하위요인을 부적응적 완벽주의로 정의하여 측정하였다. 하위요인별 문항을 예로 들면, 실수에 대한 염려(9문항)는 ‘만일 직장이나 학업에서 실패한다면 나는 한 인간으로서 실패한 것이다’, ‘실수를 한다면 속상할 것이 분명하다’ 등이며, 수행에 대한 의심(4문항)은 ‘나는 신중하게 어떤 일을 했는데도 그 일이 제대로 되지 않았다고 느낄 때가 자주 있다’, ‘일상적으로 하는 단순한 일에 대해서도 미심쩍은 생각이 든다’ 등이다. 부모의 기대(5문항)는 ‘나의 부모님은 나에게 대해 매우 높은 기준을 가지고 계신다’, ‘부모님은 내가 모든 면에서 최고이길 바라신다’ 등이며, 마지막으로 부모의 비난(4문항)은 ‘어렸을 때 일을 완벽하게 해내지 못해서 야단맞은 적이 있다’, ‘나의 부모님은 나의 실수를 결코 이해하지 않으신다’ 등의 내용으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’에 이르는 5점 Likert 척도로 평정되며 점수가 높을수록 부적응적 완벽주의 성향이 높다는 것을 의미한다. 정승진(2000)의 연구에서 부적응적 완벽주의를 나타내는 4개 하위요인의 신뢰도 계수(Cronbach's α) 범위는 .66~.83이다. 본 연구의 부적응적 완벽주의 척도 문항 구성과 신뢰도는 다음의 표 III-4와 같다.

표 III-4. 부적응적 완벽주의 척도 문항 구성과 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
실수에 대한 염려	4, 5, 7, 8, 11, 13, 15, 16, 21	9	.90
수행에 대한 의심	10, 18, 19, 20	4	.74
부모의 기대	1, 6, 9, 12, 17	5	.82
부모의 비난	2, 3, 14, 22	4	.81
	전체	22	.93

본 연구에서 부적응적 완벽주의 척도 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .93으로 확인되었으며, 4개 하위요인의 신뢰도 계수(Cronbach's α) 범위는 .74~.90으로 나타났다.

3. 자료처리 및 분석

본 연구에서 수집된 최종 487부의 자료를 분석하기 위해 통계프로그램 SPSS 22.0을 사용하였으며 다음과 같은 방법으로 진행하였다.

첫째, 연구대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보고자 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 연구에서 사용된 측정 도구의 신뢰도를 검증하기 위하여 각 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)를 산출하였으며 자료의 전반적인 기술통계를 확인하기 위해 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 산출하였다.

셋째, 대학생의 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울의 관계를 알아보기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시하였다.

넷째, 남학생과 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 증명하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 3단계 검증 절차에 따라 중다회귀분석을 실시하였다. 또한, 매개효과로서 유의한지 검증하기 위하여 Sobel test를 실시하였다.

IV. 연구결과

본 연구에서는 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울 간의 관계를 확인하고 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 살펴보았다.

1. 주요 변인의 기술통계

본 연구의 변인인 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울의 기술통계 분석을 통해 각 변인의 평균과 표준편차, 왜도와 첨도를 확인하여 표 IV-1에 제시하였다.

표 IV-1. 주요 변인의 기술통계 결과

(N=487)				
변인	평균(M)	표준편차(SD)	왜도	첨도
부모화	2.34	.54	.47	-.05
부적응적 완벽주의	2.69	.67	.14	.07
우울	2.05	.57	.87	.47

본 연구에서 대학생의 부모화 평균은 2.34점(SD=.54)으로 나타났다. 부모화는 5점 척도로 3점을 '보통이다'로 보았을 때 보통보다는 낮은 수준으로, 연구대상들은 자신의 부모화를 비교적 낮게 지각하고 있다는 것을 알 수 있다. 부적응적 완벽주의의 평균값은 2.69점(SD=.67)으로 나타났다. 부적응적 완벽주의는 5점 척도로 3점을 '보통이다'로 보았을 때 부적응적 완벽주의는 보통보다는 낮은 수준으로, 연구대상들은 자신의 부적응적 완벽주의 성향에 대해 비교적 낮게 지각하고 있다는 것을 알 수 있다. 우울의 평균값은 2.05점(SD=.57)으로 나타났다. 우울은 4점 척도로 2.5점을 '보통이다'로 보았을 때 본 연구의 대상들은 보통보다 다소 낮게 우울을 지각하고 있음을 확인할 수 있다.

2. 주요 변인 간 상관관계

본 연구에서 측정된 변인인 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울의 관계를 파악하기 위해 Pearson의 상관관계 분석을 실시하였으며 그 결과는 다음과 같이 표 IV-2에 제시하였다.

표 IV-2. 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울 간의 상관관계수

(N=487)

변인	1	2	3
1. 부모화	1		
2. 부적응적 완벽주의	.49**	1	
3. 우울	.34**	.44**	1

** $p < .01$

본 연구에서 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울은 통계적으로 유의미한 상관을 나타냈다. 먼저, 부모화와 부적응적 완벽주의는 유의미한 정적 상관($r = .49, p < .01$)을 보였으며 이는 부모화가 높을수록 부적응적 완벽주의가 높다는 것을 의미한다. 부모화와 우울도 유의미한 정적 상관($r = .34, p < .01$)을 보여 부모화가 높을수록 우울 또한 높아지는 것을 알 수 있다. 부적응적 완벽주의와 우울 역시 유의미한 정적 상관($r = .44, p < .01$)으로 나타나 부적응적 완벽주의가 높을수록 우울이 높다는 것을 확인할 수 있다.

이러한 상관분석 결과를 통해 본 연구의 최종 단계인 매개모형 분석에서 남학생과 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 분석하는 것은 적합하다고 본다.

3. 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개효과

부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 증명하기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 3단계 검증 절차에 따라 분석하였다. 검증을 위해서는 다음의 4가지 조건을 필요로 한다. 첫째, 독립변인은 매개변인과 유의미한 관계에 있어야 한다. 둘째, 독립변인은 종속변인과 유의미한 관계가 있어야 한다. 셋째, 매개변인과 종속변인 간에도 유의미한 관계가 있어야 한다. 마지막으로 매개변인을 통제한 이후, 독립변인이 종속변인에 미치는 영향이 감소하였을 때 그 변수를 매개변인으로 고려할 수 있다. 이때, 독립변인의 설명력이 유의미하게 감소하면 부분 매개, 유의미하지 않으면 완전 매개효과가 있다고 본다. 이와 함께 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 유의도를 검토하기 위해 Sobel test를 실시하였다.

가. 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개효과

남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개역할을 하는지 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 3단계 검증 절차에 따라 중다회귀분석을 실시하였다. 결과는 표 IV-3과 같고 도식화하면 그림 IV-1과 같다.

표 IV-3. 남학생의 부모화와 우울의 관계에서 부적응적 완벽주의의 매개효과 (N=202)

단계	독립변인	종속변인	B	SE	β	t	R^2 (수정된 R^2)	F
1	부모화	부적응적 완벽주의	.51	.08	.43	6.62***	.18(.18)	43.83***
2	부모화	우울	.25	.08	.22	3.16**	.05(.04)	9.95**
3	부모화	우울	.10	.08	.09	1.16	.13(.12)	14.42***
	부적응적 완벽주의	우울	.30	.07	.31	4.25***		

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

1단계는 독립변인이 가정된 매개변인을 유의미하게 예언하는지 알아보는 과정으로 남학생의 경우, 부모화가 부적응적 완벽주의에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 단순회귀분석을 실시하였다. 분석 결과, 남학생의 부모화는 부적응적 완벽주의에 미치는 영향이 통계적으로 유의하였으므로($\beta=.43, p<.001$), 이는 독립변인인 매개변인을 설명하는 변인으로 작용한다는 가정을 충족시킨다. 2단계는 독립변인이 종속변인을 유의미하게 예언하는지 확인하는 과정으로, 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해 단순회귀분석을 실시하였다. 분석 결과, 남학생의 부모화는 우울에 미치는 영향이 통계적으로 유의하였기($\beta=.22, p<.01$) 때문에 위의 회귀모형이 적합하다는 것을 확인할 수 있으며 남학생의 부모화가 우울을 유의미하게 예언한다는 가정을 만족한다고 볼 수 있다. 3단계는 독립변인과 매개변인이 동시에 종속변인을 예언하는지를 알아보는 과정으로, 남학생의 부모화와 부적응적 완벽주의가 함께 독립변인으로 투입하여 우울에 미치는 영향을 살펴보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다. 분석 결과, 남학생의 부적응적 완벽주의를 통제된 상태에서 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향은 통계적으로 유의하지 않았고($\beta=.09, p>.05$), 매개변인인 남학생의 부적응적 완벽주의가 우울에 미치는 영향력은 유의미한 것으로 확인되었다($\beta=.31, p<.001$). 이때, 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향이 2단계에서는 유의미하게 나타났지만 3단계에서는 남학생의 부모화가 우울에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 부적응적 완벽주의가 부모화와 우울의 관계를 완전매개하는 것을 알 수 있다.

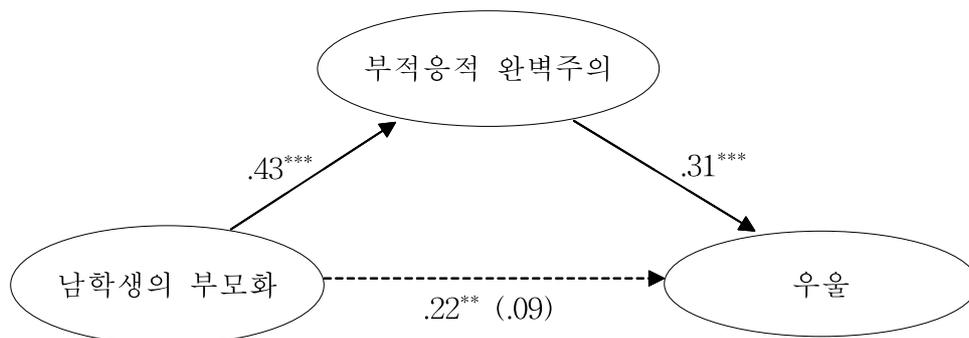


그림 IV-1. 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서
부적응적 완벽주의의 매개모형

매개효과의 유의도를 검증하기 위해 Sobel test를 실시하였으며 결과는 표 IV-4와 같다. Sobel(1982)의 Z공식에 따르면, 산출된 Z값이 임계치인 ± 1.96 과 비교하여 $p < .05$ 수준에서 임계치보다 큰 경우 매개효과가 유의하다는 것을 의미한다.

표 IV-4. 남학생의 부적응적 완벽주의의 매개효과 검증(Sobel test)

변수의 경로 단계			매개효과 (Z-value)	
부모화	→	부적응적 완벽주의 →	우울	3.58(.00)

*** $p < .001$

Sobel test 결과, 남학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 완전매개효과는 $Z=3.58$, $p < .001$ 로 나타나 통계적으로 유의한 매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

나. 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개효과

여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 3단계 중다회귀분석을 실시하였다. 결과는 다음의 표 IV-5에 제시하였으며 이를 도식화하면 그림 IV-2와 같다.

표 IV-5. 여학생의 부모화와 우울의 관계에서 부적응적 완벽주의의 매개효과 (N=285)

단계	독립변인	종속변인	B	SE	β	t	R^2 (수정된 R^2)	F
1	부모화	부적응적 완벽주의	.67	.06	.53	10.48***	.28(.27)	109.89***
2	부모화	우울	.42	.06	.41	7.62***	.17(.17)	58.07***
3	부모화	우울	.21	.06	.20	3.43**	.28(.28)	55.89***
	부적응적 완벽주의	우울	.32	.05	.40	6.70***		

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

1단계는 독립변인이 가정된 매개변인을 유의미하게 예언하는지에 대해 알아보는 과정으로 여학생의 경우, 부모화가 부적응적 완벽주의에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 단순회귀분석을 실시하였다. 분석 결과, 여학생의 부모화는 부적응적 완벽주의에 미치는 영향이 통계적으로 유의하였으므로($\beta=.53, p<.001$) 독립변인이 매개변인을 설명하는 변인으로 작용한다는 가정을 충족시킨다. 2단계는 독립변인이 종속변인을 유의미하게 예언하는지 확인하는 과정으로, 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향을 알아보기 위하여 단순회귀분석을 실시하였다. 결과, 여학생의 부모화는 우울에 미치는 영향이 통계적으로 유의하였으며($\beta=.41, p<.001$), 이는 여학생의 부모화가 우울을 유의미하게 예언한다는 가정을 만족한다고 볼 수 있다. 3단계는 독립변인과 매개변인이 동시에 종속변인을 예언하는지를 알아보는 과정으로, 여학생의 부모화와 부적응적 완벽주의를 함께 독립변인으로 투입하여 우울에 미치는 영향을 살펴보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다. 결과, 여학생의 부적응적 완벽주의의 영향력을 통제된 상태에서 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향은 통계적으로 유의하였으며($\beta=.20, p<.01$), 매개변인인 여학생의 부적응적 완벽주의가 우울에 미치는 영향력도 유의한 것으로 나타났다($\beta=.40, p<.001$). 이때, 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향이 2단계에서는 유의하게 나타났고 3단계에서도 여학생의 부모화가 우울에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났지만 그 영향력이 감소한 것을 알 수 있다. 이는 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 부분매개한다는 것을 말한다.

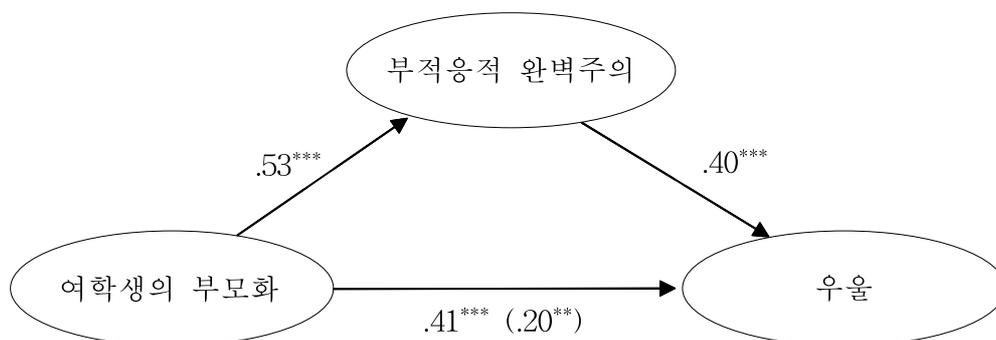


그림 IV-2. 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서
부적응적 완벽주의의 매개모형

부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 매개효과 유의도를 검증하기 위해 Sobel test를 실시하였으며 결과는 표 IV-6과 같다. Sobel(1982)의 Z 공식에 따르면, 산출된 Z값이 임계치인 ± 1.96 과 비교하여 $p < .05$ 수준에서 임계치보다 큰 경우 매개효과가 유의하다는 것을 의미한다.

표 IV-6. 여학생의 부적응적 완벽주의의 매개효과 검증(Sobel test)

변수의 경로 단계			매개효과 (Z-value)	
부모화	→	부적응적 완벽주의 →	우울	5.65(.00)

*** $p < .001$

Sobel test 결과, 여학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의의 부분매개효과는 $Z=5.65$, $p < .001$ 로 나타나 통계적으로 유의한 매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구에서는 대학생의 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는지 검증하는 데 목적이 있다. 이를 위해 대학생의 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울 간에 상관관계를 확인하고 매개효과를 살펴보았다. 본 연구의 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 부모화와 부적응적 완벽주의, 우울 간에 상관관계를 살펴본 결과, 모든 변인 간에 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 구체적으로, 부모화와 우울은 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났으며 이는 성장기 부모화 경험이 많을수록 높은 우울증상을 나타낸다는 선행연구들(길혜진, 2017; 송은주, 이지연, 2010; 이정선, 2011; 정호연, 2018; 최명선, 강지희, 2008)과 일치하는 결과이다. 부모화와 부적응적 완벽주의 간에도 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났으며, 이러한 결과는 부모화 경험이 많은 자녀들이 부적응적 측면의 완벽주의 성향을 보일 수 있다는 선행연구들(함광성, 신태섭, 2015; 최명선, 강지희, 2008)을 지지한다. 즉, 부모화 경험이 많은 어린 자녀가 자신의 나이에 부적합한 부모의 역할을 내면화 하면서 부모나 어른처럼 잘해야 한다는 강박적인 생각을 갖게 됨으로써 부적응적 완벽주의 성향이 발달할 수 있다는 것을 의미한다. 부적응적 완벽주의와 우울 역시 유의한 정적 상관을 보였다. 이러한 결과는 부적응적 완벽주의 성향이 강할수록 높은 우울을 경험한다는 선행연구들(박지연, 이인혜, 2014; 장애경, 이지연, 2010; 최바울 외, 2011)과 일치한다. 이는 완벽주의 성향을 발달시킨 사람들의 경우, 자신들의 경험을 성공 아니면 실패라는 이분법적인 방식으로 평가하는 경향으로 인해, 항상 성공적인 완벽만을 추구해야 한다는 인지적 왜곡을 형성하게 됨으로써 노력에 대한 만족을 경험하지 못하고 지나치게 자신을 비판적으로 평가하게 되어 우울에 취약한 성격변인으로 완벽주의를 제시한 Frost 등(1990)의 연

구 결과와 맥락을 같이한다.

둘째, 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개하는 것으로 나타났으며 대학생의 성별에 따라 다른 결과를 보였다. 구체적으로 살펴보면, 부모화와 우울의 관계에서 남학생은 부적응적 완벽주의가 완전매개하는 것으로 나타났으며, 여학생은 부분매개효과를 보였다. 이는 남학생의 경우, 부모화가 부적응적 완벽주의를 통해서만 간접적으로 유의미한 영향을 미치는 것을 말한다. 여학생은 부모화가 우울에 미치는 직접적인 경로도 유의하며, 매개변인인 부적응적 완벽주의를 거쳐 간접적으로도 유의미한 영향을 미치는 것을 뜻한다. 이와 관련한 선행연구로, 여학생의 경우 심리적 고통, 사회부과 완벽주의, 자존감 모두에서 불안정 애착의 직접적인 영향이 큰 것으로 나타난 반면, 남학생 집단에서는 불안정 애착이 사회적으로 부과된 완벽주의와 자존감에 미치는 영향이 여학생 집단에 비해 상대적으로 낮았다는 연구(박현주, 정대용, 2010), 남학생의 경우 부적응적 완벽주의와 우울의 관계에서 반추가 완전매개효과를 보였으나, 여학생의 경우 부분매개효과가 나타난 연구(박지연, 이인혜, 2014) 등과 유사한 맥락의 결과라고 볼 수 있다. 이는 박지연과 이인혜(2014)가 지적하였듯이, 남자의 경우 부모의 비난을 받더라도 가볍게 흘려들을 수 있지만, 여성은 부모의 비난에 직접적인 상처를 받을 수 있음을 의미한다. 즉, 남성에 비해 여성이 더 관계지향적이고(Rose & Rudolph, 2006), 여학생의 경우 부모와의 애착관계를 더 중요하게 생각하는(이미현, 2014) 반면, 남학생의 경우 완벽하지 못하고 중요한 타인의 기대에 미치지 못했다는 자각이 우울에 영향을 미칠 수 있음을 뜻한다.

이상의 결과를 토대로 내린 결론은 다음과 같다.

첫째, 부모화의 잠재적 위험성을 확인하였다는 데 의의가 있다. 부모화로 인한 가장 심각한 문제 중 하나는 아동기 상실이다. 아이는 아이답고 어른은 어른다울 때 건강하고 자연스러운 발달과정이라 할 수 있으나, 돌봄을 받아야 할 어린 자녀가 오히려 부모를 보살피느라 자신의 감정과 욕구를 희생하게 되면서 이는 아이답게 자라야 할 권리를 빼앗기는 것과 다름없게 되는 것이다. 이로 인해 부모화된 자녀들은 비교적 일찍부터 어른으로서의 삶을 살아가게 된다. 그들은 아이처럼 떼쓰거나 자신의 욕구를 우선시하고 싶어도 가족의 필요를 충족시키는 행위를 통해 조건적인 사랑을 받는 경험의 반복으로, 타인을 배려하는데 익숙해지

고 부정적인 정서를 경험해도 이를 표현하면 자신의 존재를 부정당하거나 관계가 깨질 것이라는 두려움 때문에 솔직한 정서표현에 있어서도 매우 혼란스러워한다. 정서에 대한 혼란감이 깊어질수록 자신의 감정과 욕구가 무엇인지 알아차리는데 꽤 많은 시간을 필요로 할 수 있다. 이는 가족이나 타인의 감정과 욕구를 우선시하며 살아온 사람의 경우, 중년기에 들어 그동안 남의 인생을 대신 산 것 같은 공허함을 느끼면서도 정작 자신의 감정과 원하는 삶이 무엇인지 알아차리기 어려워하는 사례와 연결되는 부분이다. 이러한 결과에도 불구하고 우리나라는 공동체를 중요시하고 관계 중심적이며, 유교 가치관을 토대로 효 사상을 강조하기 때문에 이는 부모화의 발생, 지속 가능성을 더욱 높이는 요인으로 작용할 수 있다. 또한 맞벌이 가정이나 한부모 가정, 조손 가정, 다문화 가정, 새터민 가정 등 이전에 비해 다양해진 가족 구조 형태로 인해 부모의 역할은 축소되고 자녀의 역할이 커지는 등 비교적 부모화가 당연하고 자연스럽게 지속될 가능성 또한 커졌다. 심지어 부모화 경험은 과거로써 끝나지 않고 결혼 후 자신의 가정에서 자녀 양육 시, 부정적인 영향을 미치는 등 세대 간 대물림 위험까지 내포하고 있기 때문에 부모교육을 통한 부모화의 영향을 안내하고 악순환되는 대물림의 고리를 끊을 수 있도록 이를 강조할 필요가 있다.

둘째, 부모화가 우울에 미치는 영향에서 부적응적 완벽주의가 매개한다는 것을 밝혔다는 데 시사점이 있다. 어린 자녀는 어른의 역할을 감당함에 있어 여러 면에서 미숙할 수밖에 없다. 요리를 하거나 빨래, 청소를 하더라도 어른의 기준으로 봤을 때 자녀가 최선을 다한 노력임에도 불구하고 부족해 보일 수 있다. 그러나 어린 자녀가 부모를 대신해 무언가 해냈다는 것 자체만으로도 대견하고 고마운 일이다. 이처럼 부모나 어른들이 아이의 노력 과정을 인정해주고 부족한 결과에 대해서도 충분한 격려와 지지가 뒷받침된다면, 아이는 가족에게 무언가 도움이 되었다고 여김으로써 보람과 성취감을 경험할 수 있고, 가족 구성원으로서의 소속감을 느껴 이는 이후의 사회성 발달에도 기여할 수 있다. 그러나 이와 반대의 상황이 되었을 때 본 연구에서 밝혀졌듯이 부모화로 인해 부적응적 완벽주의 성향이 발달될 수 있고, 이는 우울에 더 많은 부정적인 영향을 미치는 결과로 이어질 수 있음을 확인하였다. 이는 단순히 어른의 역할을 해내는 데 그치는 것이 아니라, 해내면 해낼수록 점점 더 잘할 것을 강요받게 되면서 결국 스스로의 수

행 결과에도 만족하지 못하고 점점 더 잘해야 한다는 강박적인 사고가 형성됨으로써 부적응적 완벽주의 성향이 발달될 수 있음을 의미한다. 또한, 목표 자체가 현실을 반영하지 못한 과도한 기준이기 때문에 달성 가능성이 현저히 낮음에도 불구하고 이들은 목표에 대한 비현실성을 자각하지 못하고 목표에만 치중하기 때문에 상황에 따른 융통성을 발휘하는데 어려움을 겪을 수 있다. 즉, 상황을 유연성 있게 파악하지 못하고 목표를 달성하지 못한 이유를 자신의 노력 부족으로만 여기기 때문에 끊임없이 스스로를 채찍질하게 됨으로써 우울이나 불안 등 심리적 어려움이 커질 수 있음을 뜻한다. 또한, 존재의 가치를 생산성과 긍정적 결과 등으로 인정받기 때문에 부정적 결과에 대한 주위의 비난을 당연하게 여기게 되고, 타인의 평가에 대한 두려움이 커짐에 따라 사소한 실수도 실패로 여겨 점점 도전을 회피하게 되기도 한다. 인간은 존재 자체로 이미 충분한 가치가 있으므로 부적응적 완벽주의로 인해 심리적 고통을 호소하는 부모화된 자녀들이 이를 경험적으로 깨달을 수 있도록 돕는 것이 중요하다.

셋째, 상담 현장에서 우울을 다룰 때 성별에 따른 차이를 고려하여 접근할 필요가 있다. 남성과 여성을 염두에 둔다는 것은 서로에 대한 이해도를 높이고 필요에 따라 서로 다른 방법으로 교육하거나 상담적 개입이 효과적일 수 있음을 시사하는 것이다. 우울에 있어 여성의 발병률이 남자에 비해 두 배 이상 높다는 결과는 이미 많은 사람들이 인식하고 있기 때문에 여성의 우울은 비교적 자연스럽게 받아들여져 왔다. 반면, 남자는 태어나 세 번 운다는 표현이 남성성을 대표하는 하나의 표현으로 받아들여질 만큼 이들의 우울은 여성의 우울이 주목받는 동안 간과되었거나 중요하게 여겨지지 않았을 수 있다. 특히, 최근 20대 남성의 우울증이 눈에 띄게 증가하고 있다는 사회현상을 볼 때 남성의 우울 또한 사회적 관심이 필요함을 강조할 필요가 있다. 정리하면, 우울을 호소하는 대학생을 상담할 때 성별을 고려한 접근 시 여학생의 경우, 부모화로 인한 직접적인 상처나 관계적 측면에 초점을 맞춰 이를 구체적으로 살펴보거나 남학생의 경우, 부적응적 완벽주의 성향에 대한 세밀한 접근이 우울을 다룰 때 적합한 개입일 수 있음을 고민해볼 필요가 있다. 남성과 여성의 특성을 고려한다는 것은 차별적 접근이 아닌, 차이를 파악함으로써 한 개인을 온전하게 이해하려는 노력의 일환임을 다시 한번 강조하고자 한다. 서로의 다름을 이해한다는 것은 서로에 대한 존중으

로 이어질 수 있으며, 이는 긍정적인 사회 분위기를 형성하는 데 보탬이 될 것이라 여겨진다.

넷째, 부모화가 높은 대학생의 우울에 대한 상담 개입 방향을 제공하였다는 데 의의가 있다. 이미 되돌릴 수 없는 과거 경험이 되어버린 부모화에 대한 직접적인 개입은 어렵지만, 부모화로 인해 형성된 부적응적 완벽주의 성향을 수정할 수 있는 기회를 마련함으로써 우울 감소 및 극복에 도움이 될 수 있는 상담 개입이 중요하다. 즉, 부적응적 완벽주의 성향의 발생 배경인 부모화 여부를 탐색하고 부모화 경험을 할 수밖에 없었던 환경적 요인과 부모화로 인한 부정적 영향에 대해 이해할 수 있도록 도와야 한다. 또한, 완벽주의에 대한 적응적·부적응적 측면을 안내함으로써 완벽주의에 대한 단편적이고 부정적인 편견에서 벗어나 보다 넓은 관점에서 자신의 성향을 이해할 수 있도록 도움 필요가 있다. 부적응적 완벽주의로 인해 야기되는 부정적 결과들을 정리해보고 자신이 원하는 결과를 이루기 위해 이전과 다른 방법들은 어떠한 것들이 있는지 논의해봄으로써 내담자의 내적 힘을 강화할 수 있도록 도와야 한다. 이는 내담자 스스로가 원하는 삶의 방향키를 짚 수 있는 계기로 이어질 수 있기 때문에 중요한 과정이 될 것이다. 실제 상담 현장에서 이러한 내용을 반영한 프로그램 개발이나 교육이 실천된다면 우울을 예방하고 치료하는 데 도움이 될 것이다. 또한 내담자에 대한 공감과 격려, 지지의 과정이 중요하다. 특히 어린 나이에 어른의 삶을 살아내느라 녹록치 않은 과정이었음에도 불구하고 지금까지 잘 왔음을 응원하고 지지할 필요가 있다. 그 힘든 과정을 견뎌내는 동안 차곡차곡 내면의 힘이 단단해졌을 수 있고, 문제 발생 시 타인을 돕기 위한 방법은 무엇인지 더 쉽게 알아차릴 수도 있다. 이러한 측면은 고통 후 성장이라는 관점을 제공함으로써 그간 인식하지 못했던 긍정 부분을 찾아 자기강화에 도움이 될 수 있다. 이는 현재 삶에 대한 만족과 기쁨으로 이어질 수 있으며 이후의 삶을 보다 자율적이고 주도적인 방향으로 만들어가는 토대가 될 수 있다.

2. 제언

지금까지 살펴본 내용을 바탕으로 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언에 대해 정리하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 제주특별자치도에 소재한 대학교에 다니는 학생을 대상으로 표집하였기에 연구 결과를 전국에 있는 모든 대학생으로 일반화하는 데 무리가 있다. 일반화 가능성을 높이기 위해 후속 연구에서 학교 유형 및 지역적 특성 등을 다양하게 포함하여 연구가 이루어질 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 자기 보고식의 설문지를 사용하였기에 표본의 주관적 판단으로 자료 수집이 이루어졌다. 자기 보고식 설문지의 특성상 방어적으로 응답했거나 사회가 요구하는 바람직한 방향으로 보고했을 가능성을 배제하기 어렵다. 이를 보완하기 위해 후속 연구에서 임상적 면담이나 객관적 측정 방법을 적용하여 보다 연구의 객관성을 높일 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 횡단적 연구방법으로 대학생의 부모화, 부적응적 완벽주의, 우울을 검증하였기 때문에 변인 간에 인과관계가 명확하다고 단정하기 어렵다. 따라서 변인 간 인과관계의 명확성을 높이기 위해 추후 종단 연구를 통해 과거 부모화 경험과 부적응적 완벽주의, 우울 간에 경로를 파악할 필요가 있다. 이를 통해 성인기 이후 증상 수준의 예측 가능성을 높임으로써 부모화로 인한 내재화 증상을 보다 광범위하게 다각도로 분석해 볼 수 있을 것이다. 이는 부모화 발생 가능성을 예방하고 세대 간에 악순환되는 대물림의 고리를 끊을 수 있는 근거로 활용될 수 있으리라 여겨진다.

넷째, 본 연구에서는 남녀 대학생을 대상으로 매개연구를 하였기 때문에 실제 상담 현장에서 활용될 수 있는 구체적인 프로그램 개발이 필요하다. 후속 연구에서는 부적응적 완벽주의를 수정할 수 있는 프로그램을 개발하여 남학생의 우울과 여학생의 우울에 어떠한 효과를 나타내는지 확인함으로써 실제 상담 현장에서 활용될 수 있는 방안이 구체화 될 것이다.

다섯째, 본 연구에서는 다차원적 완벽주의의 한 측면인 부적응적 완벽주의의 위험성만을 확인하였기 때문에 추후 연구에서는 적응적 완벽주의가 미칠 수 있

는 영향을 검증하여 다차원적 완벽주의 접근에 대한 균형 잡힌 이해를 도울 필요가 있다. 또한, 부모화와 우울의 관계에서 긍정적인 변인을 매개로 설정하여 연구가 이루어질 필요가 있다. 이를 통해 과거 부모화 경험은 되돌릴 수 없지만 현재 변화 가능한 긍정 요인에 집중함으로써 보다 활기찬 내담자의 삶을 촉진하는 상담 접근이 시도될 수 있을 것으로 여겨진다.

여섯째, 후속 연구에서는 다양한 인구통계학적 특성이 고려될 필요가 있다. 우리나라는 공동체를 중시하고 관계지향적이며, 유교 가치관의 효 사상 등으로 자녀의 부모화 경험이 비교적 자연스럽게 발생할 가능성이 높기 때문에 부모화의 위험성이 간과될 여지가 있다. 또한 핵가족, 맞벌이, 조손 가정, 다문화 가정, 한부모 가정, 새터민 가정 등 다양한 가족 구조 역시 자녀의 부모화 발생 가능성을 높이는 요인임을 예측해볼 수 있다. 따라서 가족 구조 형태, 가정 경제, 교육, 출생순위, 부모의 부재 경험, 가족 구성원의 장애 유무 등 부모화에 영향을 미칠 수 있는 요인들을 살펴봄으로써 부모화에 대한 관심과 이해를 촉진시킬 수 있을 것으로 보여진다. 이를 통해 내담자에 대한 보다 구체적이고 적절한 상담 및 치료적 개입방안을 모색할 수 있으리라 기대하며 마무리하고자 한다.

참고문헌

- 강민정(2019). **부모화 경험과 우울과의 관계: 자존감과 자기가치감 수반성 타인승인의 이중매개효과**. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 강상경(2010). 우울이 자살을 예측하는가?: 우울과 자살태도 관계의 성별·연령 차이. **사회복지연구**, 41(2), 67-99.
- 강석기, 고수현(2012). 청소년기 후기 대학생의 우울과 불안이 사이버 중독에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과를 중심으로. **청소년학연구**, 19(8), 143-168.
- 강석화(2012). **대학생의 자살생각에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 사회적 지지의 조절효과와 우울의 매개효과를 중심으로**. 청주대학교 대학원 박사학위논문.
- 강지희, 최명선(2009). 부모화 경험이 청소년의 우울과 불안에 미치는 영향: 내현적 자기에 성향을 매개변인으로. **인간발달연구**, 16, 121-138.
- 건강보험심사평가원(2018). 정신건강의학과 진료현황.
- 건강보험정책연구원(2014). 정신건강문제의 사회경제적 영향 분석 및 관리방안 연구-우울증을 중심으로.
- 공인원, 홍혜영(2015). 대학생의 부모화(parentification)가 우울에 미치는 영향: 자기불일치와 수치심의 매개효과. **청소년학연구**, 22(2), 21-47.
- 권석만(2000). **우울증 침체와 절망의 늪**. 서울: 학지사.
- 권정숙, 조용주(2019). 어머니의 부모화 및 과호보 경험이 양육행동에 미치는 영향: 비합리적 신념의 매개효과. **인지행동치료**, 19(4), 421-443.
- 권준수, 김제진, 남궁기, 박원명, 신민섭, 유범희, 윤진상, 이상익, 이승환, 이영식 역(2015). **정신질환의 진단 및 통계 편람: 제5판 (DSM-5)**. 서울: 학지사.
- 곽현주, 김현주(2013). 한국 대학생의 우울 관련요인에 대한 메타분석. **한국청소년학회**, 20(7), 75-98.
- 교육과학부(2011). **2010년 학교 급별 자살현황**. 서울: 교육과학부.
- 구분용, 유제민(2007). 중·고등학생의 다차원 완벽주의, 자기효능감, 스트레스가

- 학교적응에 미치는 영향. **청소년상담연구**, 15(1), 67-76.
- 길혜진(2017). **대학생의 부모화 경험이 우울과 불안에 미치는 영향: 내재적 자기에와 자아분화의 매개효과**. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김경미, 이하나, 정주리, 정현주, 이기학(2006). 갈등적 독립수준, 자기주장성, 정서표현에 대한 양가감정으로 살펴본 부모화의 하위 집단별 특성. **한국심리학회지: 학교**, 3(1), 19-31.
- 김계하, 김옥수(2000). 남녀 대학생들의 우울과 음주양상에 관한 조사연구. **간호과학지**, 12(1), 43-53.
- 김내환, 김은정(2020). 대학생의 평가염려 완벽주의와 우울 간의 관계: 자기비난과 반추의 연속매개효과. **청소년학연구**, 27(2), 225-252.
- 김미화, 김해란(2017). 청소년의 부모화 경험과 대인관계문제 및 완벽주의와의 관계. **청소년시설환경**, 15(4), 43-53.
- 김민선, 서영석(2009). 평가염려 완벽주의와 심리적 고통의 관계: 정서중심 대처와 지각된 효능감의 매개효과. **한국심리학회지: 여성**, 14(3), 427-446.
- 김사라형선(2016). 아동의 완벽주의와 우울의 관계에서 자아탄력성의 조절효과. **한국심리학회지: 중독**, 1(2), 39-51.
- 김선하, 김춘경(2006). 사회-환경적 변인과 인지적 변인이 청소년의 우울에 미치는 영향의 경로분석. **아동학회지**, 27(6), 249-261.
- 김성일, 정용철(2001). 청소년의 우울성향과 가정환경의 관계. **한국청소년연구**, 33(1), 5-27.
- 김순기(2001). **기혼자녀가 지각하는 원가족의 정서적 건강성과 자아정체감이 결혼 후 심리적 안녕에 미치는 영향에 관한 연구**. 경희대학교 대학원 박사학위논문.
- 김슬기, 이동귀(2018). 인문계 고등학생의 사회부과 완벽주의가 우울과 사회불안에 미치는 영향: 자기초점적 주의와 자기비난의 매개효과. **한국심리학회지: 학교**, 15(2), 243-264.
- 김용태(2000). **가족치료 이론**. 서울: 학지사.
- 김윤희, 서수균(2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 20(3), 581-613.

- 김은영(2009). **청소년의 부모화 경험과 자기개념 및 수치심과의 관계**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김인영(2016). **대학생의 부모화가 대인관계문제에 미치는 영향: 자아분화와 정서표현양가성의 매개효과**. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김정미(2009). 대학생의 부적응적 완벽주의와 부적응적 정서의 관계: 자기비난과 수치심의 매개효과. **한국청소년학회**, 16(10), 205-225.
- 김중학, 최보영(2016). 대학생의 부적응적 완벽주의와 진로결정 자기효능감의 관계에서 사회적 지지의 조절효과 분석. **청소년상담연구**, 24(1), 25-42.
- 김호성, 김현숙(2014). 자아존중감 향상 집단상담이 부적응적 완벽주의 성향 아동의 우울과 불안에 미치는 효과. **상담학연구**, 15(5), 1735-1750.
- 김현정, 손정락(2006). 대학생의 완벽주의와 자아존중감 및 우울, 주관적 안녕감 간의 관계. **한국심리학회지: 건강**, 11(2), 345-361.
- 김현정, 손정락(2006). 적응적 완벽주의, 부적응적 완벽주의와 자아존중감, 일상적 스트레스, 반추 및 우울의 관계. **스트레스연구**, 14(1), 23-31.
- 김현희, 김창대(2011). 완벽주의자 하위 유형 분류 연구 - 평가염려·개인기준 완벽주의자 중심으로. **상담학연구**, 12(1), 373-391.
- 김혜인(2010). **부모의 심리적 통제와 남녀 청소년의 역기능적 완벽주의 및 자의식 정서가 우울에 영향을 미치는 경로 탐색**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김혜진, 홍혜영(2010). 대학생의 완벽주의와 삶의 만족의 관계에서 우유부단의 매개효과. **청소년학연구**, 17(10), 23-47.
- 남궁혜정, 이영호(2005). 이차원 완벽주의 척도의 개발 및 타당화. **한국심리학회**, 24(4), 917-936.
- 노안영, 정민(2011). 우울을 매개로한 대학생의 인터넷 중독 예측 변인들. **상담학연구**, 12(1), 335-371.
- 박광희, 하양숙(2007). 대학생의 우울, 생활만족도, 자기효능감 및 스트레스 대처 방식. **스트레스연구**, 15(1), 17-25.
- 박서연, 서미정(2018). 아동과 청소년의 완벽주의 연구 동향: 개념 및 관련 변인을 중심으로. **한국아동권리학회**, 22(3), 503-525.

- 박세현(2018). **대학생의 부모화 경험과 내면화된 수치심이 우울에 미치는 영향: 자기자비의 조절된 매개효과**. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위 논문.
- 박지연(2010). **적응적 완벽주의, 부적응적 완벽주의: 반추 및 우울의 관계**. 강원대학교 대학원 석사학위논문.
- 박지연, 양난미(2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 사회불안의 관계: 사회적 지지와 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 26(2), 363-386.
- 박지연, 이인혜(2014). 완벽주의, 반추, 우울의 관계: 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의. **한국심리학회지: 건강**, 19(1), 371-386.
- 박현주, 정대용(2010). 불안정 애착과 심리적 고통의 관계에서 완벽주의와 자존감의 매개효과. **한국심리학회**, 15(3), 381-401.
- 보건복지부(2017). 2016년도 정신질환실태조사.
- 보건복지부(2019). 2018 자살실태조사.
- 서영숙(2009). **대학생의 완벽주의가 심리적 부적응에 미치는 영향: 수치심과 대처방식의 매개효과**. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- 서영숙, 김진숙(2009). 부모의 양육태도, 부적응적 완벽주의 및 심리적 부적응과의 관계에서 수치심과 대처방식의 매개효과 연구. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 21(3), 661-682.
- 손은정(2010). 완벽주의가 폭식행동에 미치는 영향: 자기비난, 신체비교, 신체불만족의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 22(4), 1103-1122.
- 송승안(2017). **부모화 경험과 대인관계문제: 완벽주의의 매개효과**. 경남대학교 대학원 석사학위논문.
- 송승안, 남숙경(2018). 대학생의 부모화 경험과 대인관계문제 사이에서 완벽주의의 매개 및 조절효과. **인간이해**, 39(2), 167-187.
- 송은주, 이지연(2010). 부부갈등과 청소년의 우울과의 관계에서 부모화 경험의 매개효과검증. **상담학연구**, 11(1), 335-354.
- 신말숙, 심혜원(2017). 부모화에 관한 이론적 고찰. **한국심리학회지: 일반**, 36(1), 61-80.

- 신주연(2003). 성장기의 부모화 경험이 대학생의 병리적 의존에 미치는 영향: 수치심 경향성을 매개변인으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 심은정, 신선임(2018). 대학생의 완벽주의 유형에 따른 부정정서와 자기패배적 행동의 차이. **상담학연구**, 19(1), 289-308.
- 심정연(2018). 대학생의 우울에 영향을 주는 변인들-인구사회학적, 부모 및 개인 변인을 중심으로-. 동의대학교 대학원 석사학위논문.
- 안도희, 김옥분(2006). 의과대학생들의 완벽주의, 성취목적 및 학문적 효능감간의 관계. **한국의학교육**: 18(2).
- 안성식, 김춘숙, 최성환(2012). 대학생의 생활양식에 따른 우울, 불안 및 스트레스 대처방안이 흡연욕구에 미치는 영향. **보건의료산업학회지**, 6(1), 205-218.
- 안세영, 김종학, 최보영(2015). 대학생 자살생각 관련변인에 대한 메타분석. **한국심리학회지: 학교** 12(3), 385-405.
- 양경미(2013). 남녀 대학생의 신체 이미지, 완벽주의, 강박증이 우울에 미치는 영향. **스트레스**, 21(1), 1-11.
- 양한나, 최미경(2017). 부부갈등이 청소년의 불안에 미치는 영향. **아동학회지**, 38(3), 49-63.
- 오정은, 손정락(2018). 수용전념치료(ACT)가 우울한 평가염려 완벽주의 대학생의 평가염려 완벽주의, 자기비난, 이분법적 사고 및 우울에 미치는 효과. **디지털융복합연구**, 16(4), 343-354.
- 유순화(2010). 청소년의 부모화 경험과 안녕감 간의 관계, **청소년연구**, 17(10), 233-252.
- 유창호, 장석진(2019). 대학생의 부모화 경험이 학업지연행동에 미치는 영향: 자기효능감의 매개효과를 중심으로. **학습자중심교과교육연구**, 19(3), 477-494.
- 윤성희(2018). 심리적 부모화가 외로움에 미치는 영향: 정서인식 명확성과 정서표현 양가성의 매개효과. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이기학, 신주연(2003). 성장기의 부모화 경험이 대학생의 병리적 의존에 미치는 영향 -수치심 경향성을 매개 변인으로-. **한국상담학회**, 4(3), 421-436.
- 이동귀, 배병훈, 함경애, 천영아(2015). 완벽주의와 우울의 관계. **한국심리학회지**:

- 일반, 34(1), 305-333.
- 이미화, 류진혜(2002). 완벽주의 성향의 순기능과 역기능. **청소년학연구**, 9(3), 293-316.
- 이미현(2014). 청소년의 성에 따른 완벽주의 및 부모또래에착이 우울에 미치는 영향. **한국청소년연구**, 25(4), 87-112.
- 이민경, 이지연, 김아름(2010). 여성의 대상관계와 우울과의 관계에서 부적응적 완벽주의의 매개효과. **인간발달연구**, 17(1), 363-383.
- 이선혜(2011). **결혼 이민자와 자녀의 정신건강 실태와 인식**. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 이수연(2016). **아동·청소년의 완벽주의와 우울, 불안과의 관계**. 한양대학교 석사학위논문.
- 이영선, 박성연(2009). 남녀 청소년의 부적응적, 적응적 완벽주의와 걱정간의 관계: 문제해결 자신감의 중재적 역할. **한국인간발달학회**, 16(3), 113-129.
- 이정선(2011). **대학생의 부모화 경험이 우울과 신체화에 미치는 영향: 자기위로능력의 조절효과검증**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지혜(2018). **청소년의 부모화 경험과 대인관계 문제의 관계에서 평가염려 완벽주의의 매개효과**. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 이태영, 송미경(2017). 사회부과 완벽주의와 우울 간의 관계. **한국심리학회지: 건강**, 22(2), 397-416.
- 이항순(2011). **내현적 자기애와 수치심, 완벽주의의 관계**. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 장애경, 양지웅(2013). 대학생의 학사경고 경험과 극복과정에 관한 질적 연구. **한국상담학회**, 14(2), 995-1013.
- 장애경, 이지연(2011). 대학생의 평가염려 완벽주의와 우울, 불안간의 관계에서 타인에 의한 타당화 매개효과. **상담학연구**, 12(3), 881-896.
- 장애경, 이지연(2010). 청소년의 모애착과 우울, 불안 간의 관계에서 부적응적 완벽주의 매개효과. **청소년시설환경**, 8(4).
- 전경구, 최상진, 양병창(2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. **한국심리학회지: 건강**, 6(1), 59-76.

- 정미진, 이효정(2015). 청소년의 완벽주의와 우울의 관계에서 회복탄력성의 매개 효과. **청소년상담연구**, 23(2), 87-104.
- 정상목, 이동귀(2013). 대학생의 완벽주의 성향에 따른 하위집단의 특징: 수동적/능동적 지연행동, 행복, 우울에서의 차이. **상담학연구**, 14(2), 857-875.
- 정승진(2000). **완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담 프로그램 개발**. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 정태연, 최상진, 김효창(2002). 아동과 어른 그리고 청소년에 대한 사회적 표상: 성격관계적 및 과업적 특성을 중심으로. **한국심리학회지: 사회문제**, 8(2), 51-76.
- 정호연(2018). 대학생의 성장기 부모화 경험과 우울증상의 관계에서 정서표현 양가의 매개효과. **청소년학연구**, 25(1), 185-211.
- 정혜정(2008). 대학생이 지각한 원가족 기능과 자기분화 및 심리적 안녕의 관계. **한국생활과학회지**, 17(6), 1135-1151.
- 조아라(2016). **성장기에 시작한 대학생의 부모화 경험이 우울증상에 미치는 영향: 부모화의 가정환경적 원인 및 시작시기, 지속기간을 중심으로**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 조영미(2003). **청소년의 완벽주의성향 및 자기효능감이 시험불안에 미치는 영향**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조은숙, 진미정(2015). 가족관계문제징후척도 개발 연구: 건강가정자원센터에서의 활용을 중심으로. **한국가족관계학회지**, 20(3), 133-156.
- 조은영(2004). **부모화된 자녀의 심리적 특성 및 가족 내 영향력 연구**. 중앙대학교 대학원 박사학위논문.
- 조은영, 정태연(2005). 부모화된 자녀의 개인적 및 가족관계적 특성. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 17(4), 833-853.
- 조현주, 채정호, 전태연(2007). 우울증 관련 평가도구의 개관. **신경정신의학**, 46(2), 110-121.
- 조혜정, 이윤주(2014). 대학생의 부모화 경험과 자아분화가 우울에 미치는 영향. **상담학연구**, 15(6), 2345-2360.
- 최명선, 강지희(2008). 부모화 경험이 청소년의 우울과 불안에 미치는 영향. **한국**

- 놀이치료학회지, 11(1), 43-53.
- 최명선, 강지희(2008). 청소년의 아동기 부모화 경험이 완벽주의에 미치는 영향. **한국아동학회 학술발표논문집**, 164-164.
- 최문선, 유제민, 현명호(2005). 평가 염려 및 개인 기준적 완벽주의와 우울간의 관계: 자기효능감의 매개효과의 중재효과. **한국심리학회지: 건강**, 10(1), 1-15.
- 최바울, 고은영, 이소연, 이은지, 서영석(2011). 부적응적 완벽주의, 무망, 우울, 심리적 극통 및 자살사고의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 23(3), 693-716.
- 최아름, 송현주(2014). 청소년의 부모화 경험과 내면화된 수치심. **심리치료: 다학제적 접근**, 14(2), 117-139.
- 최인재(2005). 청소년의 정신건강에 미치는 영향에 대한 부모·자녀관계의 문화적 특징-부자유친 성정을 중심으로. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 17(4), 1059-1076.
- 통계청(2019). 2018년 사망원인통계.
- 한국대학교육협의회(2018). 대학생의 심리적 위기 극복 및 인성개발 지원 방안.
- 하예린(2015). **대학생의 부모화 경험이 친밀감에 대한 두려움에 미치는 영향: 내면화된 수치심의 매개효과를 중심으로**. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 하정희(2006). **비합리적 사고와 완벽주의의 기능**. 한양대학교 대학원 박사학위논문.
- 하정희, 조한익(2006). 완벽주의, 스트레스, 대처방식, 자기효능감과 대학생활 적응과의 관계. **상담학연구**, 7(2), 595-611.
- 한주연, 박경(2009). 부적응적 완벽주의와 우울과의 관계에 대한 연구 고찰: 수치심과 정서조절전략을 중심으로. **심리치료: 다학제적 접근**, 9(2), 19-36.
- 한주연, 박경(2011). 대학생의 부적응적 완벽주의와 우울과의 관계에서 수치심과 인지적 정서조절 전략의 매개효과. **한국청소년학회**, 18(9), 169-188.
- 함광성(2015). **중학생의 부모화 경험과 사회불안의 관계: 완벽주의의 매개효과**. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 함광성, 신태섭(2015). 중학생의 부모화 경험과 사회불안의 관계에서 완벽주의의

- 매개효과. *청소년학연구*, 22(10), 159-185.
- 현용호(2000). **한국인 우울증 환자의 대인관계 문제영역에 대한 연구**. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 디지털타임스. 삶이 불행한 한국사회...여전히 자살 높아. (2019.05.19.).
- 매일경제뉴스. 우울증 남성, 여성보다 자살위험 4배 ↑. (2008.10.03.).
- 연합뉴스. 인류의 死因 급변. 최대 단일 死因은 단일 흡연. (1996.09.17.).
- 헬스조선. WHO “10년 새 우울증 인구 18% 증가”...전 세계 환자 수 3억2천만명 달해. (2017.02.24.).
- Anthony J. Bergman, Jennifer E. Nyland, Lawrence R. Burns. (2007). Correlates with perfectionism and the utility of a process model. *Personality and Individual Differences*, 43, 389-399.
- Ashby, J. S., Rice., K. G., & Martin, J. L. (2006). Perfectionism, shame, and depressive symptoms. *Journal of Counseling and Development*, 84(2), 148-156.
- 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, 1173-1182.
- Barrow, J. C., & Moore, C. A. (1983). Group interventions with perfectionistic thinking. *Personnel and guidance Journal*, 61, 612-615.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*, New York: International Universities Press.
- Beekman, A. T., de Beurs, E., van Balkom, A. J., Deeg, D. J., van Dyck, R., & van Tilburg, W. (2000). Anxiety and depression in later life: Co-occurrence and communality of risk factors. *American Journal of psychiatry*, 157(1), 89-95.
- Bowlby, J. (1973). *Separation: Anxiety and Anger*. Basic Book, New York.
- Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. (1973). *Invisible royalties: Reciprocity in intergenerational family therapy*. New York: Harper & Row.

- Brown, G. W., & Harris, T. (1978). Social origins of depression: A study of psychiatric disorder in women. London: Cambridge University Press.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today, November*, 34-51.
- Byng Hall, J. (2002). Relieving parentified children's burdens in families with insecure attachment patterns. *Family Process, 41(3)*, 375-388.
- Chase, N. D. (1999). *An Overview of theory, reserch, and societal issues. In N. D. Chase (ED.), Burdened children: Theory, research, and treatment parentification* (pp.3-33). CA: Sage.
- 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)*, 437-453.
- Egan, S. J., Wade, T. D., & Shafran, R. (2011). Perfectionism as a transdiagnostic pross: A clinical review. *Clinical Psychology Review, 31(2)*, 203-212.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Mosher, S. W. (1991). Perfectionism, self-actualization and personal adjustment. *Journal of Social Behavior and Personality, 6(5)*, 147-160.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & O'Brien, S. (1991). Perfectionism and learned resourcefulness in depression and self-esteem. *Personality and Individual Differences, 12(1)*, 61-68.
- Flett, G. L., Besser, A., Davies, R. A., & Hewitt, P. L. (2003). Dimensions of perfectionism, unconditional self-acceptance, and depression. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 21(2)*, 119-138.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Marttia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences, 14(1)*, 119-126.
- Frost, R. O., Lahart, C. M., & Rosenblate, R. (1991). The development of

- perfectionism: A study of daughters and their parents. *Cognitive Therapy & Research*, 15, 469-489.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Gilligan, C. (1982). In a different voice: Psychological theory and women's development. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Goglia, L. R., Jurkovic, G. J., Burt, A. M. & Burge-Callaway, K. G. (1992). Generational boundary distortions by Adult-Children of Alcoholics: Child-as-parent and child-as mate. *American Journal of Family Therapy*, 20, 291-299.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantan Books.
- Hamacheck, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15, 27-33.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). Perfectionism in the self and social context: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991b). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 98-101.
- Jurkovic, G. J. (1997). *Lost childhoods: The plight of the parentified child*. New York: Brunner/Mazel.
- Jurkovic, G. J., Thirkield, A. (1999). *Filial Responsibility Scale-Adult (FRS-A)*.
- Jurkovic, G. J., Thirkield, A. & Morrell, R. (2001). Parentification of adult children of divorce: A multidimensional analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(2), 245-257.
- Lopez, F. G. (1986). Family structure and depression: Implications for the counseling of depressed college students. *Journal of Counseling and Development*, 64, 508-513.

- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge, MA. Harvard University Press.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, *39*, 386-390.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, *1*, 385-401.
- 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*, 304-314.
- Robinson, B. E. (1999). Workaholic Children One Method of Fulfilling. *Burdened children: Theory, research, and treatment of parentification*, 56-74.
- Rose, A. J., & Rudolph, K. D. (2006). A review of sex differences in peer relationship processes: Potential tradeoffs for the emotional and behavioral development of girls and boys. *Psychological Bulletin*, *132*, 98-131.
- Sobel, M. E. (1982). Asymptotic confidence intervals for indirect effect in structural equation models. *Sociological methodology*, *13*, 290-312.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenge. *Personality and Social Psychology Review*, *10*, 395-319.
- Teyber, E. (2006). *Interpersonal process in therapy: An integrative model(5th ed)*. Pacific Grove, Ca: Books/Cole.
- Wells, M., & Jones, R. (2000). Childhood parentification and shame-proneness: A preliminary study. *The American Journal of Family Therapy*, *28(1)*, 19-27.

<Abstract>

The mediating effect of maladaptive
perfectionism in the effect of college student
parentification on depression

Kim Yeong Mi

Major in Counseling Psychology
Graduate School of Education
Jeju National University

Supervised by Professor Choi Bo Yeong

The purpose of this study is to examine whether adaptive perfectionism is mediated by the influence of parentalization of college students on depression. To this end, a questionnaire was distributed to 500 college students in 1st and 4th grade who are attending a university located in Jeju Special Self-Governing Province and 487 copies were used as final analysis data. The final data were analyzed using the SPSS 22.0 statistical program, and Pearson's correlation analysis was conducted to investigate the relationship between parentalization, maladaptive perfectionism, and depression. In order to examine the mediating effect of maladaptive perfectionism on the effect of

parentalization on depression, a multiple regression analysis was performed according to the three-step verification procedure proposed by Baron and Kenny(1986). In addition, a Sobel test was conducted to verify the significance of the mediating effect.

The results of this study are as follows.

First, there was a significant positive correlation between parentalization, maladaptive perfectionism, and depression.

Second, the mediating effect of maladaptive perfectionism on the effect of college student's parentalization on depression showed different results according to gender. In the effect of male students' parentalization on depression, maladaptive perfectionism was found to be complete mediation and female maladaptive perfectionism was partial mediation. This means that for male students, parentalization affects depression only indirectly through non-adaptive perfectionism. For female students, parentalization has a direct effect on depression, and indirectly through deadaptive perfectionism. It means it has an effect.

As revealed in this study, it was confirmed that intervention to parentalization and maladaptive perfectionism is important to assist mental health of college students complaining of depression, and that gender-based counseling approaches may be necessary. Through this, it is expected to be helpful in the prevention and treatment of depression by increasing interest in parentalization and using it as a basic data in the development and education of programs that can correct maladaptive perfectionism. Finally, conclusions based on the results of this study and suggestions for follow-up studies are summarized.

Keyword: college student, parentification, maladaptive perfectionism, depression

부록

부록 1. 부모화 척도

부록 2. 우울 척도

부록 3. 다차원적 완벽주의 척도

부록 1. 부모화 척도

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않은 편이다	보통이다	그런 편이다	매우 그렇다
1	가족을 위해 쇼핑(장을 보거나 옷을 사는 등)을 많이 했다.	①	②	③	④	⑤
2	때로는 어머니나 아버지가 의지할 수 있는 사람이 나밖에 없다고 생각할 때가 있었다.	①	②	③	④	⑤
3	형제들의 숙제를 내가 많이 도와줬다.	①	②	③	④	⑤
4	부모님은 내게 잘 대해주셨지만, 나는 내 욕구를 이루기 위해 그분들에게 의지할 수 없었다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 나이에 맞지 않게 성숙하다는 소리를 많이 들었다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 종종 가족 중 누군가를 신체적으로 보살펴야 하는 책임을 지는 일이 많았다(예: 씻기기, 먹이기, 또는 입히기).	①	②	③	④	⑤
7	식구들은 나의 입장을 고려해 주지 않는 것 같았다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 가족을 위해 돈을 번 적이 있었다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 종종 가족의 중재자라고 느꼈던 적이 많았다.	①	②	③	④	⑤
10	나는 가족들로부터 실망한 적이 많았다.	①	②	③	④	⑤
11	나는 가족을 위해서 보이지 않게 희생한 적이 많았다.	①	②	③	④	⑤
12	가족들은 그들의 문제를 항상 나한테 가져오는 것 같았다.	①	②	③	④	⑤
13	나는 종종 식구들 빨래를 했다.	①	②	③	④	⑤
14	가족 중에 누군가가 화났을 때 나는 일반적으로 관여하지 않았다.	①	②	③	④	⑤
15	나에게 문제가 생길 때 부모님은 많은 도움을 주셨다.	①	②	③	④	⑤
16	나는 집에서 거의 식사준비를 하지 않았다.	①	②	③	④	⑤
17	부모님은 다투실 때 종종 내가 자기의 편이 되도록 하셨다.	①	②	③	④	⑤
18	가족들이 나의 도움을 필요로 하지 않을 때도, 나는 그들에 대한 책임을 느꼈다.	①	②	③	④	⑤
19	나는 형제들을 돌보라는 부탁을 거의 받지 않았다.	①	②	③	④	⑤
20	때로는 부모님보다 내가 더 책임감이 있는 듯했다.	①	②	③	④	⑤
21	내 식구들은 나를 잘 이해하는 것 같았다.	①	②	③	④	⑤

22	나의 부모님은 내가 형제들을 가르치기를 기대하셨다.	①	②	③	④	⑤
23	나의 부모님은 종종 집안일을 돕고자 하는 나의 노력을 비판하셨다.	①	②	③	④	⑤
24	나는 우리 식구들이 내가 없이는 잘 어울리지 못한다는 생각을 한 적이 많았다.	①	②	③	④	⑤
25	무슨 이유인지는 모르지만, 나는 나의 부모님을 신뢰하기가 힘들었다.	①	②	③	④	⑤
26	나는 부모님의 다툼 중간에 끼어서 어찌할 바를 모를 때가 많았다.	①	②	③	④	⑤
27	나는 나의 가족의 재정적인 문제를 도왔다. (예: 구입하거나 청구서를 지불할 때)	①	②	③	④	⑤
28	나는 가족에게 받기보다 주는 것을 더 많이 했다.	①	②	③	④	⑤
29	가끔 집안의 책임 때문에 학교 수업을 따라가기가 힘들 때도 있었다.	①	②	③	④	⑤
30	나는 가족에서 아이라기보다는 어른이라는 느낌을 받을 때가 더 많았다.	①	②	③	④	⑤

부록 2. 우울 척도

번호	문항	극히 드물게 (1일 이하)	가끔 (1~2일)	자주 (3~4일)	거의 대부분 (5~7일)
	“나는 지난 1주 동안_____.”				
1	평소에는 아무렇지도 않던 일들이 귀찮게 느껴졌다.	①	②	③	④
2	먹고 싶지 않았다; 입맛이 없었다.	①	②	③	④
3	가족이나 친구가 도와주더라도 울적한 기분을 떨쳐버릴 수 없었다.	①	②	③	④
4	다른 사람들만큼 능력이 있다고 느꼈다.	①	②	③	④
5	무슨 일을 하던 정신을 집중하기가 힘들었다.	①	②	③	④
6	우울했다.	①	②	③	④
7	하는 일마다 힘들게 느껴졌다.	①	②	③	④
8	미래에 대하여 희망적으로 느꼈다.	①	②	③	④
9	내 인생은 실패작이라는 생각이 들었다.	①	②	③	④
10	두려움을 느꼈다.	①	②	③	④
11	잠을 설쳤다; 잠을 잘 이루지 못했다.	①	②	③	④
12	행복했다.	①	②	③	④
13	평소보다 말을 적게 했다; 말수가 줄었다.	①	②	③	④
14	세상에 홀로 있는 듯한 외로움을 느꼈다.	①	②	③	④
15	사람들이 나에게 차갑게 대하는 것 같았다.	①	②	③	④
16	생활이 즐거웠다.	①	②	③	④
17	갑자기 울음이 나왔다.	①	②	③	④
18	슬픔을 느꼈다.	①	②	③	④
19	사람들이 나를 싫어하는 것 같았다.	①	②	③	④
20	도무지 무엇을 시작할 기운이 나지 않았다.	①	②	③	④

부록 3. 다차원적 완벽주의 척도

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않은 편이다	보통이다	그런 편이다	매우 그렇다
1	나의 부모님은 나에게 매우 높은 기준을 가지고 계신다.	①	②	③	④	⑤
2	조직하고 체계화하는 일은 나에게 매우 중요하다.	①	②	③	④	⑤
3	어렸을 때, 일을 완벽하게 해내지 못해서 야단맞은 적이 있다.	①	②	③	④	⑤
4	스스로에게 상당히 높은 기준을 세우지 않으면 나는 시시한 사람이 되어 버릴 것 같다.	①	②	③	④	⑤
5	나의 부모님은 나의 실수를 결코 이해하지 않으신다.	①	②	③	④	⑤
6	모든 일을 완벽하게 잘 해내는 것은 내게 중요하다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 깔끔하게 정돈하는 사람이다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 조직적이고 체계적인 사람이 되려고 애쓴다.	①	②	③	④	⑤
9	만일 직장이나 학업에서 실패한다면, 나는 한 인간으로서 실패한 것이다.	①	②	③	④	⑤
10	실수를 한다면 속상할 것이 분명하다.	①	②	③	④	⑤
11	부모님은 내가 모든 면에서 최고이길 바라신다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 다른 사람들보다 목표를 높게 잡는다.	①	②	③	④	⑤
13	다른 사람이 나보다 더 잘하는 것 같을 때 나는 그 일 모두를 실패한 것처럼 느낀다.	①	②	③	④	⑤
14	부분적으로 실패하는 경우도 내게는 완전히 실패하는 것과 차이가 없다.	①	②	③	④	⑤
15	우리 집은 무슨 일이든 뛰어나게 잘 해내야만 인정받을 수 있다.	①	②	③	④	⑤
16	목표를 달성하기 위해 집중해서 노력한다.	①	②	③	④	⑤
17	나는 신중하게 어떤 일을 했는데도 그 일이 제대로 되지 않았다고 느낄 때가 자주 있다.	①	②	③	④	⑤
18	나는 무슨 일에서든 최고가 아니면 싫다.	①	②	③	④	⑤
19	나는 아주 높은 목표를 가지고 있다.	①	②	③	④	⑤
20	나의 부모님은 내가 뛰어나기를 기대하신다.	①	②	③	④	⑤

21	실수를 하면 다른 사람들이 나에게 대해 평가를 낮게 할 것 같다.	①	②	③	④	⑤
22	나는 결코 부모님의 기대를 만족시켜 드릴 수 없을 것 같다.	①	②	③	④	⑤
23	남들만큼 잘하지 못하면 뒤떨어진다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
24	남들은 나보다 낮은 기준에도 만족하는 것 같다.	①	②	③	④	⑤
25	항상 잘하지 못하면 사람들이 나를 인정하지 않을 것이다.	①	②	③	④	⑤
26	나의 부모님은 내 장래에 대해 늘 나보다 높은 기대를 하신다.	①	②	③	④	⑤
27	나는 깔끔하게 정돈하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
28	일상적으로 하는 단순한 일에 대해서도 미심쩍은 생각이 든다.	①	②	③	④	⑤
29	깔끔하게 정돈하는 것이 중요하다.	①	②	③	④	⑤
30	매일 하는 과제에 대해서도 나는 다른 사람들보다 더 잘 해야 한다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
31	나는 조직적이고 체계적인 사람이다.	①	②	③	④	⑤
32	일을 자주 되풀이하기 때문에 일처리가 늦어지는 경향이 있다.	①	②	③	④	⑤
33	무슨 일이든 내 마음에 들게 제대로 하려면 시간이 무척 오래 걸린다.	①	②	③	④	⑤
34	실수를 적게 할수록 사람들이 나를 더 좋아할 것이다.	①	②	③	④	⑤
35	나는 결코 부모님의 기준을 만족시켜 드릴 수 없는 것 같다.	①	②	③	④	⑤