

RESEARCH ARTICLE

2×2 model cluster analysis of multidimensional perfectionism in college students

Ahn, Minhyeok¹ · Ahn, Seyun²¹Master's Course, Department of Counseling Psychology, General Graduate School, Konyang University²Professor, Department of Counseling and Psychotherapy, Konyang University

대학생의 다차원적 완벽주의 성향 2×2 모형 군집분석

안민혁¹, 안세윤²¹건양대학교 일반대학원 상담심리학과 상담심리전공 석사과정, ²건양대학교 심리상담치료학과 교수

Corresponding Author: Ahn, Seyun (counsel2005@konyang.ac.kr)

Abstract

This study classified perfectionism tendencies into four subtypes of a 2×2 model according to the level of Personal standards perfectionism and Evaluative concerns perfectionism, and verified this with domestic college students to understand the multidimensional psychological characteristics of perfectionism and support empirical research. To this end, a survey was conducted using the Multidimensional Perfectionism Scale(FMPS, HFMPs) with 203 college students, and the collected data was subjected to descriptive statistical analysis, reliability analysis, correlation analysis, and cluster analysis using SPSS 25.0. As a result, clusters were formed as 'mixed perfectionism', 'pure evaluative concerns perfectionism', 'non-perfectionism', and 'pure Personal standards perfectionism', verifying the four subtypes of the 2×2 model of perfectionism tendencies. The results of this study verify that perfectionism is a multidimensional concept, not a single-dimensional concept as previously suggested, and verify the stability to support empirical research as data explaining the complex psychological characteristics of perfectionism. In addition, 47.3% of the research subjects belonged to the 'pure evaluative concerns perfectionism' cluster, which means that the atmosphere of modern society, which values competition and achievement and judges personal value based on external evaluation, puts pressure on college students to be sensitive to others' evaluations, and shows that many people depend on external recognition rather than their own internal goals and values. Based on the results of this study, the limitations and suggestions for future research were discussed.

Keywords: Multidimensional Perfectionism Scale(MPS), Personal standards perfectionism, Evaluative concerns perfectionism, 2×2 model of perfectionism, Cluster analysis.



OPEN ACCESS

Citation: Ahn, Minhyeok & Ahn, Seyun. 2×2 model cluster analysis of multidimensional perfectionism in college students. Journal of Meditation based Psychological Counseling, 33, 39-49.

DOI: <https://doi.org/10.12972/mpca.2025.33.4>

Received: March 12, 2025

Revised: April 28, 2025

Accepted: April 28, 2025

Copyright: © 2025 Meditation based Psychological Counseling Association.



This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium provided the original work is properly cited.

I. 서론

오늘날 대학생들은 우울, 불안, 스트레스 등의 정신건강문제와 밀접한 관련이 있는 부적응적 측면의 완벽주의 신념을 가질 가능성이 높다고 보여지는데(안세영, 김종학, 최보영, 2015), 외부평가에 따라 우열이 갈리는 경쟁적인 사회분위기로 인해 청소년기부터 평가에 대한 심한 부담감과 여러 걱정, 염려, 두려움을 경험하는 상황에 놓이게 되고(김다민, 이해란, 2020), 그러한 상황을 해결하기 위해 모범적인 완벽을 추구하는 과정에서 ‘잘할 수 있을까?’, ‘실수하면 안 된다’와 같이 자신의 수행에 대한 끊임없는 의심과 실수에 대한 염려는 부정적인 정서를 경험하게 만들게 된다(Chang et al., 2004). 이러한 정서적 경험은 대학생 시기의 과도기적 불안정성을 더욱 고조시키고 결국 대학생활 부적응이라는 결과를 초래할 수 있다(심은정, 신선임, 2018). 현실적으로 대학생은 취업난에 따른 치열한 경쟁, 미래에 대한 불안, 사회환경적 변화 및 정서적 성숙에 대한 사회의 요구에 적응해야 하는 상황에 직면하고 있기 때문에 그들의 정신건강에 영향을 미치는 변인인 완벽주의 신념에 관심을 가질 필요가 있다(김성혜, 2016).

그러나 완벽주의에도 적응적인 측면이 있음을 주목할 필요가 있다. Adler(1964)의 주장에 따르면 완벽주의는 인간의 보편적 특성으로 매우 다양하게 나타나는 것으로, 높은 기준을 설정하고 추구하는 행위가 개인의 삶에 적극적으로 참여하려고 노력하는 모습을 반영한다고 볼 수 있기 때문에 완벽주의에 대해 긍정적으로 평가할 수 있다. 또한 초기연구에서부터 완벽주의의 특성은 부적응적인 특성뿐만 아니라 오히려 적응적인 측면도 존재한다고 연구되어 왔다(Blatt, 1995; Dunkley et al., 2000; Frost & Henderson, 1991). Hollender(1978)에 따르면, 완벽주의를 추구하는 사람은 작은 일에도 철저함을 보여 신뢰감이 가고, 성실하고 부지런하여 존경을 받는다는 특성도 나타난다. 즉, 완벽주의 성향이 항상 부정적인 영향을 주는 것이 아니라 오히려 학업이나 일의 동기를 높여주거나 수행수준을 향상시키는 효과를 가져와서 학업에 충분히 만족스럽게 집중하는 상태로 이끌 수 있다는 것이다(이현아, 2011).

완벽주의란 수행에 대한 개인적 기준을 과도하게 높게 설정하고 자신에 대한 실수를 용납하지 않으며 자신의 행동을 과도하게 비판적으로 평가하는 경향을 의미하는데(Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990), 초기의 완벽주의 연구는 완벽주의를 단일차원의 구성개념으로 보아 완벽주의자들이 경험하는 우울증, 불안과 같은 역기능적인 특성에 초점을 두고 진행되었다.

최초로 완벽주의의 심리학적 구성개념을 제시한 Hamacheck(1978)은 완벽주의를 실제 상황이 요구하는 것보다 더욱 높은 수행을 하기 위해 행동하려는 것이라고 정의하였다. Horney(1951)의 연구에서는 완벽주의가 신경증적이고 병적인 성격의 징후라고 제시하였으며, 완벽주의의 구성개념을 양적으로 측정하기 위해 초기 완벽주의 척도를 개발한 Burns(1980)는 납득하기 어려운 비현실적이고 비합리적 목표를 달성하기 위해 끊임없이 강박적으로 노력하며 자신의 내재적 가치 전체를 생산성과 업적으로만 평가하려는 경향성이라고 하였다. Pacht(1984)는 성취의 정도가 99%이더라도 완벽주의자에게는 완벽하지 않기 때문에 실패로 간주한다고 보았으며 그들은 실현 불가능한 완벽을 추구하며 도저히 달성할 수 없는 높은 기준을 세워놓고 사는 삶의 방식(no-win scenario)을 가지고 있다고 하였다. 이렇게 완벽주의 신념의 초기 연구에서는 부정적인 측면에 초점을 두고 연구가 진행되었다. 그러나 완벽주의의 중요한 특징인 높은 기준을 설정하고 추구하는 성향 자체만으로는 유능하고 성공적으로 기능하는 개인과 병리적인 완벽주의를 구분할 수 없다는 문제가 제안되었고(Frost et al., 1990), 연구들이 지나치게 부정적인 측면에 초점이 맞춰져 있다는 문제점이 지적되면서(Sloney & Ashby, 1996), 완벽주의를 부정적 단일차원의 개념으로 보는 것이 아니라 다차원적 개념으로 이해하는 연구들이 진행되며 완벽주의의 적응적이고 긍정적인 측면이 대두되었다(Frost et al., 1990; Hewitt & Flett, 1991).

2000년대에 들어서면서 완벽주의 하위유형에 대한 연구들이 진행되었는데, Rice와 Sloney(2002)의 연구에서는 미국에 거주하는 대학생 생을 대상으로 완벽주의 유형을 적응적 완벽주의자와 부적응적 완벽주의자로 구분하였으며 적응적 완벽주의자는 높은 자존감, 낮은 우울과 불안을 나타내고 부적응적 완벽주의자는 높은 우울과 불안을 나타냈다는 결과를 제시했다. 또한 Grzegorek 등 (2004)은 미국에 거주하는 대학생 대상의 연구에서 적응적 완벽주의자, 부적응적 완벽주의자, 비완벽주의자로 완벽주의의 유형을 분류하고 유형 간 자존감, 자기 비난, 의존 경향성에서의 차이를 연구한 결과, 부적응적 완벽주의자들은 자기 비난과 높은 상관을 보이며 낮은 자존감을 나타내는데 반해 적응적 완벽주의자들은 자기 비난과 낮은 상관을 보였고 높은 자존감 수준을 나타냈다.

국내에서도 완벽주의 하위유형 구분이 필요하다는 연구들이 진행되어왔다. 먼저 김현희와 김창대(2011)의 연구에서 타인의 평가에 민감한 특성을 보이는 평가염려 완벽주의자, 스스로 기준을 설정하여 수행하는 특성을 보이는 개인기준 완벽주의자, 비완벽주의자로 완벽주의를 구분하여 제시하였고, 그 결과 평가염려 완벽주의자들은 높은 우울, 불안을 나타냈으며, 개인기준 완벽주의자들은 높은 자존감을 나타냈다. 즉, 타인의 평가에 민감한 완벽주의자들은 우울, 불안 등의 역기능적 특성과 높은 관련성을 보이며, 스스로 기준을 정하고 수행하는 완벽주의자들은 자존감과 같은 적응적 특성과 높은 관련성을 보인다는 것을 의미한다. 대학생을 대상으로 진행한 국내의 또 다른 연구(정상목, 이동귀, 2013)에서는 완벽주의 성향에 따라 적응적 완벽주의자, 부적응적 완벽주의자, 비완벽주의자의 하위유형으로 구분하였으며, 부적응적

완벽주의자들에 비해 적응적 완벽주의자들이 수동적 지연 행동이 낮고, 높은 자기 효능감을 나타냈다는 결과를 제시하였다. 이러한 국내의 선행연구에서는 다차원적 완벽주의를 하위유형으로 설명하고, 유형 간에 심리적 특성 차이 연구에 초점을 맞춰 진행되어왔다.

이렇게 현대에는 완벽주의의 유형 간에 심리적 특성 차이 연구뿐만 아니라 완벽주의의 적응적 측면과 부적응적 측면 모두에 관심을 두고 다차원적인 변인으로 바라보는 연구들이 증가하였다(Dunkley et al., 2012). 이에 따라 국내에서도 점차 완벽주의를 긍정 및 부정 혹은 적응 및 부적응으로 구별하여 연구를 진행하고 있다(유경나, 강민주, 2011; 이미화, 류진혜, 2002; 한민지, 장문선, 2013).

더 나아가 완벽주의 차원들은 개인 내에 서로 공존하고 있기 때문에 개인기준 및 평가염려 완벽주의가 개인 내에서 각 차원의 수준에 따라 여러 유형으로 조직되는 방식에 대한 연구의 필요성이 강조되었다(Dunkley et al., 2012). Stoeber와 Otto(2006)는 평가염려 완벽주의와 개인기준 완벽주의 차원 간의 상호작용을 강조하며 3요인 모형(tripartite model)을 제시하였다. 3요인 모형은 높은 개인기준과 낮은 평가염려로 구성된 건강 완벽주의, 높은 개인기준과 높은 평가염려로 구성된 비건강 완벽주의, 평가염려 수준과 무관하게 낮은 개인기준으로 구성된 비완벽주의로 구분한 모형을 말한다(Stoeber, Otto, 2006).

Gaudreau와 Thompson(2010)은 3요인 모형에서 제시한 비완벽주의를 평가염려 완벽주의 수준에 따라 두 가지 유형으로 나눠 4가지 하위유형으로 구분해야 한다고 주장하며 자신에게 높은 기준과 목표를 설정하는 ‘개인기준 완벽주의’와 타인이 자신에게 비현실적으로 높은 기대를 적용하고 이를 충족시키지 못할 시 자신을 비난하는 ‘평가염려 완벽주의’의 차원에 따라 수준과 유형을 분류하는 완벽주의 성향의 2×2 모형을 제시하였다. 즉, 기존의 비완벽주의는 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의 모두 낮은 수준으로 구성된 ‘비완벽주의(Non-Perfectionism)’와 개인기준 완벽주의는 낮고 평가염려 완벽주의는 높은 수준인 ‘순수 평가염려 완벽주의(Pure evaluative concern perfectionism)’로, 건강 완벽주의는 개인기준 완벽주의는 높고 평가염려 완벽주의는 낮은 수준인 ‘순수 개인기준 완벽주의(Pure personal standards perfectionism)’, 비건강 완벽주의는 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의 모두 높은 수준인 ‘혼합된 완벽주의(Mixed Perfectionism)’로 재구성하였다(장하늬, 2018).

특징을 자세히 살펴보면, 비완벽주의는 완벽주의적 노력을 능동적으로 하지 않으며, 중요한 타인이 자신에게 완벽이라는 압력을 가하더라도 동요하지 않는 특징이 있다. 순수 평가염려 완벽주의는 본인의 개인적 가치를 추구하는 것이 아니라, 외부 혹은 타인의 압력으로부터 완벽주의적 노력을 기울이는 특징을 가진다. 이때 조건적 보상과 같은 형태의 지각된 외부압력은 부적응의 위험요인으로 확인되고 있다(Deci et al., 1999). 순수 개인기준 완벽주의는 자신에게 높은 기준을 스스로 설정하고 완벽을 추구하는 특징이 있다. 혼합된 완벽주의는 중요한 타인으로부터 완벽주의적 압력을 느끼면서도, 스스로도 완벽주의적 기준을 가지고 있다는 특징이 있다. 완벽주의의 2×2 모형은 완벽주의 차원과 수준에 따른 상호작용을 강조하는 모형으로서 평가받고 있으며, 상호작용의 결합이 개인의 인지, 심리, 동기화 과정에서 영향을 미칠 것으로 예측할 수 있는 유용한 틀로서 적용 가능하다(오유진, 유진, 2015; 장하늬, 2018; Gaudreau & Vener-Filion, 2012).

이처럼 완벽주의는 단일차원의 개념으로 설명하기에 복잡한 특성을 지니고 있으며 초기 연구는 부정적인 측면에 초점을 맞추었다. 최근에는 많은 대학생들이 상담실에 방문하여 완벽주의 성향과 관련된 우울, 불안 등의 정신건강문제를 호소하는 반면, 완벽주의 성향을 가지고 있음에도 적응적인 측면으로 활용할 수 있다는 완벽주의의 긍정적, 부정적 차원의 연구들이 다양하게 진행되고 있다. 완벽주의를 4가지 하위유형으로 나누어 2×2 모형을 검증하는 접근은 개인의 인지, 정서, 동기 과정에서 두 차원의 결합이 어떠한 영향을 미치는지 예측하는데 유용한 틀을 제공하여 완벽주의가 개인의 삶과 정신건강에 미치는 영향을 더욱 체계적으로 설명할 수 있도록 한다. 즉 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의는 상호 독립적이면서도 상호작용할 수 있는 차원으로 이 두 가지 차원의 결합에 대한 연구는 완벽주의의 다차원적이고 복잡한 심리적 특성을 이해하고 효과적인 지원 및 중재 전략을 설계하며 이론적 발전과 실증적 연구를 뒷받침하기 위한 안정성 검증의 측면에서 필수적이다. 특히 현대 대학생과 같이 다양한 압력에 직면하고 있는 집단의 특성을 이해함에 있어 단순히 긍정, 부정의 단일차원의 측면이 아닌 다차원적 특성을 고려하여 연구가 진행되는 것이 바람직하다.

따라서 본 연구에서는 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의의 수준에 따라 4가지 하위유형으로 구분하는 이론적 틀인 완벽주의 성향의 2×2 모형(Gaudreau & Thompson, 2010)을 대학생을 대상으로 검증하여, 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의의 수준에 따라 분류됨을 확인하고자 한다. 이를 통해 완벽주의 성향 및 성향에 따른 군집유형에 대한 개념적 이해와 완벽주의 유형별 내담자들의 특징에 맞는 상담 개입방법의 근거 자료로서 활용 가능할 것이다. 이를 위해 설정한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제. 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의 성향의 2×2 모형 이론에 따라 4개의 군집이 추출되는가?

- 가설 1. 혼합된 완벽주의 군집이 형성될 것이다.
- 가설 2. 순수 평가염려적 완벽주의 군집이 형성될 것이다.
- 가설 3. 비완벽주의 군집이 형성될 것이다.

가설 4. 순수 개인기준적 완벽주의 군집이 형성될 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 연구대상은 국내 4년제 대학에 재·휴학 중인 만 18세 이상의 남녀 대학생 203명으로, 표집과정에서 지역, 나이, 전공계열 등의 인구통계학적 편향을 방지하고 대표성을 가진 결과를 도출하기 위해 온라인전문조사기관인 나우앤서베이(www.nownsurvey.com)를 통해 모집하였다. 응답자와 직접 대면이 불가능하기 때문에 온라인 설문에 동의한 응답자를 대상으로 설문을 진행하였다. 응답자에게 안내한 동의 내용에는 수집된 정보를 연구 이외의 목적으로 사용하지 않는다는 것, 참여자의 익명성 보장과 관련된 내용이 포함되어 있으며, 연구 참여에 대한 보상으로 연구에 성실히 참여한 참여자들에게 기프티콘으로 교환이 가능한 1,500원의 나우캐시를 지급하였다.

수집된 연구 대상자의 인구통계학적 특징은 <표 1>에 제시하였다. 연구대상은 총 203명으로 남성 50명(24.6%), 여성 153명(75.4%)이고 평균연령은 23.01세(SD=2.34)였다. 지역은 서울·경기 122명(60.1%), 대전·충청·세종 39명(19.2%), 경상도·대구·울산·부산 20명(9.9%), 전라도·광주 22명(10.8%)으로 서울·지역이 가장 많았다. 학년은 1학년 15명(7.4%), 2학년 57명(28.1%), 3학년 69명(34.0%), 4학년 60명(39.5%), 5학년 이상 2명(1.0%)으로 3학년이 가장 많았다. 휴학경험 유무는 있음 26명(12.8%), 없음 177명(87.2%)로 없음이 많았다. 전공계열은 인문계열 58명(28.7%), 사회계열 52명(25.6%), 교육계열 22명(10.8%), 공학계열 28명(13.8%), 자연계열 22명(10.8%), 의학계열 11명(5.4%), 예체능계열 8명(3.9%), 기타 2명(1.0%)로 인문계열이 가장 많았다. 학업성적은 평균 평점 4.0이상 45명(22.1%), 평균 평점 3.0~3.9 138명(68.0%), 평균 평점 2.0~2.9 20명(9.9%)로 평균 평점 3.0~3.9가 가장 많았다.

표 1. 조사대상자의 일반적 특성

변인	구분	빈도(명)	비율(%)
성별	남성	50	24.6
	여성	153	75.4
연령	20세 미만	7	3.4
	20~24세	140	69.0
	25~30세	56	27.6
지역	서울·경기	122	60.1
	대전·충청·세종	39	19.2
	경상도·대구·울산·부산	20	9.9
	전라도·광주	22	10.8
학년	1학년	15	7.4
	2학년	57	28.1
	3학년	69	34.0
	4학년	60	29.5
	5학년 이상	2	1.0
휴학경험 유무	있음	26	12.8
	없음	177	87.2
전공계열	인문계열	58	28.7
	사회계열	52	25.6
	교육계열	22	10.8
	공학계열	28	13.8
	자연계열	22	10.8
	의학계열	11	5.4
	예체능계열	8	3.9
	기타	2	1.0
학업성적	평균 평점 4.0 이상	45	22.1
	평균 평점 3.0~3.9	138	68.0
	평균 평점 2.0~2.9	20	9.9
전체		203	100.0

2. 연구도구

1) 다차원적 완벽주의

다차원적 완벽주의 척도는 Frost 등(1990)의 FMPS(Frost Multidimensional Perfectionism Scale)와 Hewitt과 Flett(1991)의 HFMP(Hewitt & Flett Multidimensional Perfectionism Scale) 2가지로 구성된다. 정승진(1999)이 번안한 FMPS 척도는 실수에 대한 염려, 부모의 비난, 부모의 기대, 조직화, 수행에 대한 의심, 개인의 기준과 같이 6개의 하위요인으로 구성되어 있다. 총 35문항으로 구성되어 있고 5점 Likert 척도로 평정하게 된다. 한기연(1993)이 번안한 HFMP 척도는 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회부과 완벽주의의 하위요인으로 구성되어 있다. 총 45문항으로 구성되어 있고, 7점 Likert 척도로 평정하게 되어 있다.

Dunkley 등(2000)은 다차원적 완벽주의 척도인 FMPS와 HFMP를 요인분석 하여 FMPS의 6개 하위요인과 HFMP의 3개 하위요인에서 ‘개인기준 완벽주의’와 ‘평가염려 완벽주의’를 추출하였고, 국내에서는 현명호(2005)가 타당도를 검증하였다. 또한 다수의 연구에서 두 가지의 다차원적 완벽주의 척도의 일부 하위요인만을 사용하여 유의한 결과를 확인하였다(김정화, 2011; 김지애, 2012; 정혜원, 2018).

따라서 본 연구에서는 FMPS의 6개 하위요인 중 개인기준 완벽주의에 속하는 ‘개인의 기준’과 평가염려 완벽주의에 해당하는 ‘실수에 대한 염려’, ‘수행에 대한 의심’ 3개의 하위요인을 사용하였고, HFMP의 3개의 하위요인 중 개인기준 완벽주의에 해당하는 ‘자기지향 완벽주의’와 평가염려 완벽주의에 해당하는 ‘사회부과적 완벽주의’ 2개의 하위요인을 사용하였다.

(1) 개인기준 완벽주의

개인기준 완벽주의 측정을 위해 다차원적 완벽주의 척도 FMPS와 HFMP를 사용하였다. FMPS는 정승진(1999)이 번안 및 타당화한 것을 사용하였으며, 6개의 하위요인 중 ‘개인적 기준’ 7문항을 사용하였다. HFMP는 한기연(1993)이 번안 및 타당화한 것을 사용하였으며, 3개의 하위요인 중 ‘자기지향 완벽주의’ 15문항을 사용하였다. 높은 점수일수록 높은 개인기준 완벽주의 성향을 의미한다. 정승진(1999)의 연구에서 개인적 기준의 내적합치도는 .72이었으며, 한기연(1993)의 연구에서 자기지향 완벽주의의 내적합치도는 .84이었다. 본 연구에서의 개인의 기준 내적합치도는 .75, 자기지향 완벽주의의 내적합치도는 .87, 전체 척도 내적합치도는 .89로 나타났다.

(2) 평가염려 완벽주의

평가염려 완벽주의 측정을 위해 다차원적 완벽주의 척도 FMPS와 HFMP를 사용하였다. FMPS는 정승진(1999)이 번안, 타당화한 것을 사용하였으며, 6개의 하위요인 중 ‘실수에 대한 염려’ 9문항, ‘수행에 대한 의심’ 4문항을 사용하였다. HFMP는 한기연(1993)이 번안, 타당화한 것을 사용하였으며, 3개의 하위요인 중 ‘사회부과 완벽주의’ 15문항을 사용하였다. 점수가 높을수록 평가염려 완벽주의 성향이 높은 것을 의미한다. 정승진(1999)의 연구에서 실수에 대한 염려의 내적합치도는 .85, 수행에 대한 의심의 내적합치도는 .82였으며, 한기연(1993)의 연구에서 사회부과 완벽주의의 내적합치도는 .76이었다. 본 연구에서의 실수에 대한 염려의 내적합치도는 .83, 수행에 대한 의심의 내적합치도는 .70, 사회부과 완벽주의의 내적합치도는 .80으로 나타났으며, 전체 척도의 내적합치도는 .87로 나타났다.

3. 자료 분석 방법

본 연구는 다차원적 완벽주의 성향의 2×2 모형을 기준으로 4개의 군집유형으로 나누어지는지 확인함으로써 완벽주의에 대한 이해를 증진할 수 있도록 SPSS Statistics 25.0을 이용하여 수집된 자료를 분석하였다. 분석절차는 다음과 같다.

첫째, 연구대상자들의 인구통계학적 특성에 대해 알아보기 위해 빈도분석, 기술통계, 내적합치도계수를 산출하였다.

둘째, 개인기준 완벽주의, 평가염려 완벽주의 간의 상관관계를 확인하기 위해서 Pearson의 상관계수를 확인하였다.

셋째, 완벽주의의 4가지 하위유형을 산출해내기 위해 Hair와 Black(2000)의 2단계 군집분석을 시행하였다. 1단계에서는 대표적인 위계적 군집방법인 Wards 법과 제곱 유클리디안 거리를 활용하여 군집의 수와 각 군집의 초기 중심점을 결정하고, 2단계에서는 비위계적 군집방법인 K-means방법을 통해 1단계에서 산출된 군집의 수와 각 군집의 초기 중심점을 기준으로 각 군집 별 사례를 할당하였다. 이 방법은 위계적 군집방법을 많은 수의 사례에 적용할 때 생길 수 있는 단점인 사례 중 다른 대부분의 사례로부터 이탈되는 정도가 큰 사례가 군집형성에 미치는 영향을 최소화하고 규모가 큰 자료를 쉽게 처리할 수 있다는 장점이 있다(김민선, 서영석, 2010).

III. 연구결과

1. 주요 변인의 기술통계 및 상관관계

본 연구의 주요 변인인 개인기준 완벽주의, 평가염려 완벽주의의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 확인하고자 기술통계를 시행하였으며 결과는 <표2>에 제시하였다. 이 때 표본의 정규성 가정을 위해 변인들의 왜도 절댓값은 2, 첨도 절댓값은 7을 넘지 않아야 한다(Finch & West, 1997). 본 연구에서는 측정 변인들이 왜도와 첨도의 절댓값 기준을 충족하였다.

본 연구의 주요 변인인 개인기준 완벽주의, 평가염려 완벽주의의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 적률상관분석을 실시하였다. 분석 결과는 <표 2>에 제시하였다. 상관분석 결과, 개인기준 완벽주의는 평가염려 완벽주의($r=.72, p<.001$)와 유의미한 정적상관이 나타났다.

표 2. 주요 변인 간 기술통계 및 상관관계 (N=203)

	1	1-1	1-2	2	2-1	2-2	2-3
1. 개인기준 완벽주의	-						
1-1. 개인적 기준	.95***	-					
1-2. 자기지향 완벽주의	.95***	.83***	-				
2. 평가염려 완벽주의	.72***	.71***	.66***	-			
2-1. 실수에 대한 염려	.75***	.74***	.69***	.90***	-		
2-2. 수행에 대한 의심	.56***	.57***	.50***	.90***	.70***	-	
2-3. 사회부과적 완벽주의	.64***	.61***	.62***	.88***	.73***	.69***	-
M	3.33	3.32	3.35	3.24	3.30	3.30	3.11
SD	.65	.69	.66	.62	.67	.80	.59
왜도	.15	-.12	.30	-.30	-.25	-.56	.20
첨도	.21	.41	.08	.78	.69	.34	.35

*** $p<.001$

2. 완벽주의 하위유형에 따른 군집분석 결과

다차원적 완벽주의인 FMPS의 개인적 기준, 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심과 HFMP의 자기지향 완벽주의, 사회부과적 완벽주의를 토대로 동질적 성향을 가진 군집유형을 확인하기 위해 2단계 군집분석을 실시하였다(Hair & Black, 2000). 이 방법은 위계적 군집분석만 사용하였을 때 이탈 정도가 큰 표본들이 군집 형성에 미치는 영향을 줄일 수 있다는 장점을 가진다.

1단계에서는 먼저, 군집 변인이 서로 다른 단위, 항목 수 등으로 구성되어 있기 때문에 일치시키기 위해 표준화 점수(Z점수)로 변환하여 분석하였다. 이후 Ward(1963)가 제시한 방법과 제곱 유클리디안 거리를 사용하여 위계적 군집분석을 실시한 결과, 군집화 일정표계수의 변화 폭과 덴드로그램을 살펴보았을 때, 2~4개 군집으로 분류 가능성이 제안되었다. 4개의 군집으로 분류하였을 때, 완벽주의 성향의 2×2 모형의 하위유형 특징과 동일하게 나타나, 4개로 분류된 군집을 채택하였다.

2단계는 위계적 군집분석을 바탕으로 최종 군집을 도출하기 위해 비위계적 군집분석 중에서 대표적으로 쓰이는 K-평균 군집분석(K-means clustering)을 활용하였다. 군집 변인들의 평균점수를 초기 중심점으로 투입하여 최종 군집 분석을 실시한 결과 군집1은 37명(18.2%), 군집2는 96명(47.3%), 군집3은 16명(7.9%), 군집4는 54명(26.6%)으로 분류되었다. 각 군집의 특성을 확인하고 이를 명명하기 위해 각 군집 별 변인 점수를 <표 3>에 제시하였으며, [그림 1]에 군집 별 차이점을 도표로 나타냈다.

표 3. 완벽주의 하위유형에 따른 최종 군집 별 중심점 (N=203)

완벽주의유형	하위요인	군집 1 (N=37) 18.2%	군집 2 (N=96) 47.3%	군집 3 (N=16) 7.9%	군집 4 (N=54) 26.6%
개인기준완벽주의	개인적 기준	1.41	-0.06	-1.86	0.31
	자기지향 완벽주의	1.58	-0.19	-1.42	0.33
평가염려완벽주의	실수에 대한 염려	1.29	0.10	-2.00	-0.46
	수행에 대한 의심	1.02	0.35	-1.99	-0.74
	사회부과적 완벽주의	1.43	0.05	-1.47	-0.63

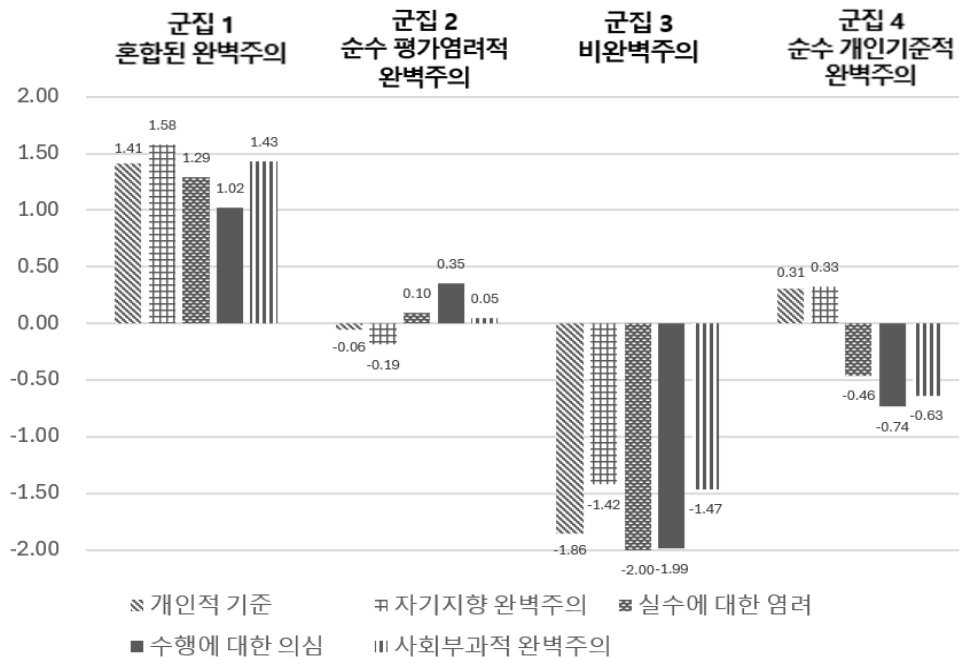


그림 1. 완벽주의 하위유형에 따른 군집유형의 변인 간 차이

4개 군집의 영역별 점수를 바탕으로 특징을 파악해보면,

군집 1의 개인기준 완벽주의는 개인적 기준이 1.41, 자기지향 완벽주의는 1.58이며 평가염려 완벽주의는 실수에 대한 염려 1.29, 수행에 대한 의심 1.02, 사회부과적 완벽주의 1.43으로 모든 점수가 높게 나타났다. 따라서 군집 1은 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의가 모두 높은 ‘혼합된 완벽주의’라 명명할 수 있다.

군집 2의 개인기준 완벽주의는 개인적 기준이 -0.06, 자기지향 완벽주의는 -0.19이며 평가염려 완벽주의는 실수에 대한 염려 0.10, 수행에 대한 의심 0.35, 사회부과적 완벽주의 0.05로 개인기준 완벽주의는 낮은 점수를 보인 반면 평가염려 완벽주의는 비교적 높은 점수를 나타냈다. 따라서 군집 2는 개인기준 완벽주의가 낮고 평가염려 완벽주의는 높은 ‘순수 평가염려적 완벽주의’라고 명명할 수 있다.

군집 3의 개인기준 완벽주의는 개인적 기준이 -1.86, 자기지향 완벽주의는 -1.42이며 평가염려 완벽주의는 실수에 대한 염려 -2.00, 수행에 대한 의심 -1.99, 사회부과적 완벽주의 -1.47로 모든 점수가 낮게 나타났다. 따라서 군집 3은 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의가 모두 낮은 ‘비완벽주의’라고 명명할 수 있다.

군집 4의 개인기준 완벽주의는 개인적 기준이 0.31, 자기지향 완벽주의는 0.33이며 평가염려 완벽주의는 실수에 대한 염려 -0.46, 수행에 대한 의심 -0.74, 사회부과적 완벽주의 -0.63으로 개인기준 완벽주의 점수는 높지만 반면에 평가염려 완벽주의는 낮은 점수를 나타냈다. 따라서 군집 4는 개인기준 완벽주의가 높고 평가염려 완벽주의는 낮은 ‘순수 개인기준적 완벽주의’라고 명명할 수 있다.

이처럼 개인기준 완벽주의 수준과 평가염려 완벽주의 수준에 따라 2×2 모형의 4가지 하위유형이 나타나, 완벽주의가 과거에 제시된 단일 차원의 개념이 아닌 다차원적 개념이며, 완벽주의의 복잡한 심리적 특성을 설명하는 자료로서 실증적 연구를 뒷받침하기 위한 안정성을 검증했다는 결과를 의미한다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 완벽주의 성향의 2×2 모형 이론(Gaudreau & Thompson, 2010)을 대학생들을 대상으로 검증하여 개인기준 완벽주의 수준과 평가염려 완벽주의 수준에 따라 분류됨을 확인하고자 했다. 이를 위해 국내 4년제 대학에 재학 및 휴학 중인 만 18세 이상의 남녀 대학생 203명을 대상으로 온라인 설문을 진행하였고, 자료를 분석하였다. 본 연구의 주요 결과와 논의는 다음과 같다.

완벽주의의 4가지 하위유형을 산출해내기 위해 Hair와 Black(2000)의 2단계 군집분석을 시행한 결과, Gaudreau와 Thompson(2010)이 주장한 개인기준 완벽주의 수준과 평가염려 완벽주의 수준에 따라 분류되는 완벽주의 성향의 2×2모형 이론의 하위유형을 확인할 수 있었다. 본 연구에서 검증한 완벽주의 성향의 2×2 모형의 4가지 하위유형에 대해 살펴보면

첫째, 군집 1 ‘혼합된 완벽주의’는 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의가 모두 높은 수준으로, 중요한 타인으로부터 완벽주의적 압력을 느끼면서도 자신 스스로 완벽주의적 기준을 가지고 있어 자신의 행동을 엄격하게 평가하고 비판하는 성향이 있을 것으로 여겨진다. 또한 타인이 기대하는 기준들에 완벽하게 맞추기 위해 노력하는 과정에서 스스로의 능력에 대해 의심하고 사소한 실수나 실패에 민감해져 불안이라는 부정적 정서를 경험할 수 있을 것으로 보인다.

둘째, 군집 2 ‘순수 평가염려적 완벽주의’는 개인기준 완벽주의는 낮고 평가염려 완벽주의는 높은 수준으로, 자신의 개인적 가치를 추구하는 것이 아닌 외부 혹은 타인의 압력으로부터 완벽주의적 노력을 기울이는 특징이 있어 타인의 요구나 기대가 비현실적이고 과도하더라도 완벽히 도달하기 위해 노력하는 과정 속에서 사소한 실수들에 민감해지고 두려움, 불안과 같은 부정적 정서를 경험하기 쉬울 수 있을 것으로 보인다. 즉, 외부의 요인을 만족시키기 위해 완벽을 추구하는 것이다.

셋째, 군집 3 ‘비완벽주의’는 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의 모두 낮은 수준으로 구성되며, 완벽주의적 노력을 능동적으로 하지 않고 중요한 타인이 자신에게 완벽이라는 압력을 가하더라도 동요하지 않는 특징을 보여 스스로의 행동에 객관적으로 평가하는 수준이 낮을 수 있다고 여겨진다. 더불어 타인의 과한 요구나 기대에 대해 완벽히 맞추려는 비합리적 사고의 수준이 낮을 수 있을 것으로 보인다.

넷째, 군집 4 ‘순수 개인기준적 완벽주의’는 개인기준 완벽주의는 높고 평가염려 완벽주의는 낮은 수준으로, 자신에게 높은 기준을 스스로 설정하고 완벽을 추구하려는 특징을 보여 스스로 설정한 목표, 기대를 달성하기 위해 노력하고 자신을 객관적으로 평가함으로써 완벽을 추구하게 되는 성향이라고 볼 수 있다.

또한, 완벽주의 성향 2×2 모형의 4가지 군집 별 인원수에 대한 본 연구와 선행연구의 차이를 살펴보면, 본 연구에서는 전체 203명에서 ‘혼합된 완벽주의’ 군집이 37명(18.2%), ‘순수 평가염려적 완벽주의’ 군집이 96명(47.3%), ‘비완벽주의’ 군집이 16명(7.9%), ‘순수 개인기준적 완벽주의’ 군집이 54명(26.6%)으로 형성되어 ‘순수 평가염려적 완벽주의’ 군집이 가장 많은 인원수를 차지하였다. 이는 이지은(2024)의 선행연구에서 완벽주의 성향의 2×2 모형 군집 추출 결과, 전체 230명 중 순수 평가염려적 완벽주의 군집이 89명(38.7%)으로 가장 많은 인원수를 차지한 결과와 동일하며, 또 다른 선행연구에서 군집 추출 결과, 전체 370명 중 순수 평가염려적 완벽주의 군집이 125명(33.8%)으로 가장 많은 인원수를 차지한 결과와 동일함을 확인할 수 있었다(장하늬, 양재원, 2018). 순수 평가염려적 완벽주의 군집이 가장 많은 분포를 가진다는 것은 현대 사회가 경쟁과 성과를 중시하며 개인의 가치를 외부 평가에 따라 판단하게 되는 경향이 강해 이러한 사회적 분위기가 특히 청소년기, 대학생 시기에 타인의 평가에 민감하게 반응하도록 압력을 가한다는 것을 의미하며, 많은 사람들이 자신의 내적 목표와 가치보다는 외부 인정에 의존하고 있음을 나타낸다. 나아가 개인이 자신의 성취나 노력에 대해 자부심을 느끼지 못하고 외부로부터 긍정적 평가를 받지 못할 경우 불안과 자기비난에 빠질 가능성이 높으며, 높은 수준의 불안, 우울, 스트레스의 경험과 같은 정신건강 문제의 심화와 관련이 있다는 선행연구들을 뒷받침하는 결과이다(안세영, 김중학, 최보영, 2015).

이처럼 사회적 압력으로부터 비롯된 순수 평가염려적 완벽주의를 기반으로 심리적 어려움을 호소하는 대학생 내담자에게 효과적인 심리적 개입의 초점은 인지-정서-행동의 통합적 접근이라고 할 수 있다. 내담자가 외부평가에 민감하게 반응하지 않고 긍정적인 내적 가치를 경험하며 적응적으로 목표를 추구할 수 있도록, 완벽의 가치를 과도하게 높게 여기는 역기능적 신념에 도전하는 인지행동치료(CBT)는 타인의 평가에 과도한 민감성과 부정적 자기평가를 개선하는데 효과적일 것이다. 더불어 마음챙김과 수용전념치료(ACT)는 내담자가 자신의 감정과 평가에 과도하게 얽매는 어려움을 수용하고 자신의 가치를 중심으로 행동할 수 있도록 개선하는데 효과적일 것이며, 내담자가 작은 성취 경험으로부터 자기효능감을 회복시킬 수 있도록 사회적 지지와 관심이 중요하다고 여겨진다.

이러한 4가지 하위유형은 자신에게 높은 기준과 목표를 설정하는 ‘개인기준 완벽주의’의 수준과 타인이 자신에게 비현실적으로 높은 기대를 적용했을 때 이를 충족시키지 못하면 자기 스스로를 비난하는 ‘평가염려 완벽주의’의 수준에 따라 구분될 수 있다는 것을 확인하였다. 이는 다차원적 완벽주의 척도를 통해 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의의 수준에 따라 완벽주의 성향의 2×2 모형을 검증한 국내의 선행연구(오유진, 2015; 장하늬, 2018; 좌은택, 2020)와 국외의 선행연구(Cumming & Duda, 2012; Gaudreau & Thompson, 2010; Gaudreau & Verner-Filion, 2012; Hill, 2013)를 지지하는 결과로서 완벽주의를 적응적, 부적응적으로 구분하는 이차원적 검증보다도 완벽주의의 차원과 수준에 따라 다차원적으로 바라보는 것의 중요성을 재검증하는 결과이다.

이상의 연구 결과를 통해 본 연구는 다음과 같은 의의를 지닌다.

첫째, Gaudreau와 Thompson(2010)이 주장한 개인기준 완벽주의 수준과 평가염려 완벽주의 수준에 따라 분류되는 완벽주의 성향의 2×2모형을 기반으로 군집분석을 통해 4가지 하위유형 군집으로 분류하여 다차원적으로 검증함으로써 개인의 인지, 정서, 동기 과정에서 두 차원의 결합이 어떠한 영향을 미치는지 예측하는데 유용한 틀을 제공하여 완벽주의가 개인의 삶과 정신건강에 미치는 영향을 체계적으로 설명할 수 있도록 했으며, 실증적 연구를 뒷받침하기 위한 안정성 검증의 측면에서 의의가 있다. 특히, 대학생과 같이 사회적 압력에 직면하고 있는 집단의 특성을 이해함에 있어 단순히 긍정, 부정의 단일차원의 측면이 아닌 다차원적 특성을 고려하여 연구가 진행되는 것이 바람직함을 시사한다.

둘째, 본 연구의 군집 2 순수 평가염려적 완벽주의에 해당하는 연구 대상자는 96명으로 전체 203명의 무려 47.3%를 차지하는데, 대학생들이 놓여져 있는 극심한 취업난과 경쟁이 불가피한 현실로 인해 외부 평가와 사회적 압력의 영향력이 크고, 그에 따른 부담감, 스트레스, 불안, 불안정성 등의 부정적 정서를 경험하고 있으며, 개인의 내재적 동기와 자기 주도성이 약화된 상태임을 의미한다. 그 기반에 높은 평가염려적 완벽주의 신념이 자리 잡고 있다는 사회상황을 반영한 결과라는 점에서 의의가 있다. 따라서 대학생들이 경험하는 심리적 어려움들이 완벽주의 신념과 관련되어 있을 가능성이 높기 때문에, 본 논문은 그 특징에 초점을 둔 상담 개입의 근거 자료로서 활용될 수 있으며, 인지행동치료(CBT), 마음챙김 및 수용전념치료(ACT)는 순수 평가염려적 완벽주의를 가진 내담자에게 인지-정서-행동의 통합적 접근으로서 내담자가 외부 평가에 민감하게 반응하지 않고, 내적 가치를 기반으로 자신을 긍정적으로 바라보며 적응적이고 유연하게 목표를 추구할 수 있도록 돕는데 효과적일 것으로 보인다.

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 대학생을 연구 대상으로 선정하여 연구된 것으로 연구의 결과를 직장인이나 청소년, 특정 직업군(예술가, 운동선수 등), 임상 집단에 적용하는데는 어려움이 있을 것으로 보인다. 따라서 대학생뿐만 아니라 직장인, 특정 직업군 등 대상을 확장하여 완벽주의 성향의 2×2 모형이 나타나는지 검증함으로써 연구 결과의 일반화를 도모할 수 있을 것이다.

둘째, 본 논문에서 제시한 상담적 개입의 방법이 실제로 순수 평가염려적 완벽주의와 관련된 불안, 우울과 같은 심리적 어려움에 대한 효과를 가지는지 검증하지는 못했다. 따라서 본 논문에서 제시한 인지행동치료(CBT), 마음챙김, 수용전념치료(ACT)가 실제로 순수 평가염려적 완벽주의와 관련된 불안, 우울과 같은 심리적 어려움을 경험하는 내담자에게 어떠한 효과를 보이는지 검증하는 실험적 연구가 필요하다.

셋째, 자기보고식 설문지로 구성된 척도를 사용함으로써 연구 대상자의 주관성이 개입될 수 있기 때문에, 왜곡된 응답이 우려되며 객관성 확보에 어려움이 있다. 따라서 자기보고식 설문뿐만 아니라 개별 면담 혹은 다른 객관적인 평가도구를 개발함으로써 객관성을 확보할 필요가 있다.

국문초록

본 연구는 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의 수준에 따라 완벽주의 성향을 2×2 모형의 네 가지 하위유형으로 구분하고, 이를 국내 대학생을 대상으로 검증하여 완벽주의의 다차원적 심리적 특성을 이해하고 실증적 연구를 뒷받침하고자 했다. 이를 위해 대학생 203명을 대상으로 다차원적 완벽주의 척도(FMPS, HFMPs)를 사용하여 설문을 실시하였으며, 수집된 자료는 SPSS 25.0을 통해 기술통계분석, 신뢰도분석, 상관분석, 군집분석을 진행한 결과, ‘혼합된 완벽주의’, ‘순수 평가염려적 완벽주의’, ‘비완벽주의’, ‘순수 개인기준적 완벽주의’로 군집이 형성되어 완벽주의 성향 2×2 모형의 4가지 하위유형을 검증하였다. 본 연구 결과는 완벽주의가 과거에 제시된 단일차원의 개념이 아닌 다차원적 개념임을 검증하고, 완벽주의의 복잡한 심리적 특성을 설명하는 자료로서 실증적 연구를 뒷받침하기 위한 안정성을 검증했다는 의미를 가진다. 또한 연구 대상자의 47.3%가 ‘순수 평가염려적 완벽주의’ 군집에 해당하는데, 이는 경쟁과 성과를 중시하고 개인의 가치를 외부 평가에 따라 판단하는 현대 사회의 분위기가 대학생 시기에 타인의 평가에 민감하게 반응하도록 압력을 가한다는 것을 의미하며 많은 사람들이 자신의 내적 목표와 가치보다는 외부 인정에 의존하고 있음을 보여준다. 본 연구 결과를 바탕으로 제한점 및 후속 연구를 위한 제언에

대해 논의하였다.

주제어

다차원적 완벽주의, 개인기준 완벽주의, 평가염려 완벽주의, 완벽주의 성향의 2×2 모형, 군집분석

참고문헌

- 김다민, 이혜란(2020). 대학생의 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의의 관계: 자기자비의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 32(4), 1669-1694.
- 김민선, 서영석(2010). 대학생의 부적응적 완벽주의와 성인애착에 따른 집단 분류와 심리적 특성에 대한 집단 간 차이. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 22(2), 413-434.
- 김성혜(2016). 대학생의 스트레스가 자살생각에 미치는 영향. *스트레스研究*, 24(3), 103-113.
- 김정화(2011). 평가염려 완벽주의와 개인기준 완벽주의가 정서조절곤란에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. *아주대학교 석사학위논문*.
- 김지애(2012). 평가염려 및 개인기준 완벽주의가 주관적 안녕감에 미치는 영향. *대구가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 김현희, 김창대(2011). 완벽주의자 하위 유형 분류 연구: 평가염려/개인기준 완벽주의자 중심으로. *상담학연구*, 12(1), 373-391.
- 심은정, 신선임(2018). 대학생의 완벽주의 유형에 따른 부정정서와 자기패배적 행동의 차이. *상담학연구*, 19(1), 289-308.
- 안세영, 김종학, 최보영(2015). 대학생 자살생각 관련변인에 대한 메타분석. *한국심리학회지: 학교*, 12(3), 385-405.
- 오유진(2015). 무용전공자의 완벽주의가 인지적 평가, 정서조절 및 무용 지속성에 미치는 영향. *중앙대학교 석사학위논문*.
- 오유진, 유진(2015). 무용 완벽주의 성향의 2×2 모형 검증. *한국스포츠심리학회지*, 26(2), 69-83.
- 유경나, 강민주(2011). 청소년의 적응적, 부적응적 완벽주의가 일상적 스트레스에 미치는 영향: 내적 통제성의 매개 효과. *청소년학연구*, 18(6), 55-74.
- 이미화, 류진혜(2002). 완벽주의 성향의 순기능과 역기능-성취목표, 스트레스, 심리적안녕감, 우울과 관련하여. *청소년학연구*, 9(3), 293-316.
- 이임선(2017). 다차원적 완벽주의의 군집유형에 따른 학습전략과 창의적 성향 및 학교적응 차이 분석. *인천대학교 석사학위논문*.
- 이정아(2020). 완벽주의 군집에 따른 자기결정성 및 수동, 능동 지연행동의 차이. *성신여자대학교 석사학위논문*.
- 이지은(2024). 대학생의 다차원적 완벽주의 군집 추출: 학업 및 진로 영역의 차이 비교. *건양대학교 일반대학원 석사학위논문*.
- 이현아(2011). 완벽주의가 학업열의와 학업소진에 미치는 영향. *한양대학교 박사학위논문*.
- 장하늬(2018). 대학생의 완벽주의 성향과 적응지표간의 관계. *가톨릭대학원 석사학위논문*.
- 장하늬, 양재원 (2018). 완벽주의 성향의 2×2 모형과 대학생의 심리사회 적응. *재활심리연구*, 25(2), 183-199.
- 정상목, 이동귀 (2013). 대학생의 완벽주의 성향에 따른 하위집단의 특징: 수동적/능동적 지연행동, 행복, 우울에서의 차이. *상담학연구*, 14(2), 857-875.
- 정승진(1999). 완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담 프로그램 개발. *연세대학교 박사학위논문*.
- 정승후(2023). 대학생의 완벽주의 유형에 따른 학업소진, 학업지연, 대학생활적응의 차이. *계명대학교 석사학위논문*.
- 정혜원(2018). 대학생의 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의 차원에 따른 군집유형 간 대학적응차이. *건국대학교 석사학위논문*.
- 좌은택(2020). 완벽주의가 직무열의에 미치는 영향: 개인기준 완벽주의의 조절효과. *아주대학교 석사학위논문*.
- 최문선, 유제민, 현명호(2005). 평가염려 및 개인기준적 완벽주의와 우울 간의 관계: 자기효능감의 매개효과와 중재효과. *한국심리학회지: 건강*, 10(1), 1-15.
- 한기연(1993). 다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. *고려대학교 박사학위논문*.
- 한민지, 장문선(2013). 성공 및 실패 경험에 따른 긍정적 완벽주의와 부정적 완벽주의의 특성: 이분법적 사고, 자존감, 정서를 중심으로. *인간이해*, 34(2), 151-171.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50(12), 1003-1020.
- Chang, E. C., Watkins, A., & Banks, K. H. (2004). How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative

- psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 93-102.
- Cumming, J., Duda, J. L. (2012). Profiles of perfectionism, body-related concerns, and indicators of psychological health in vocational dance students: An investigation of the 2×2 model of perfectionism. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(6), 729-738.
- Deci, E. L., Koestner, R., & Ryan, R. M. (1999). A meta-analytical review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological Bulletin*, 125(6), 627-668.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., & Berg, J. L. (2012). Perfectionism dimensions and the five-factor model of personality. *European Journal of Personality*, 26(3), 233-244.
- 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.
- Finch, J. F., & West, S. G. (1997). The investigation of personality structure: Statistical models. *Journal of Research in Personal*, 31(4), 439-485.
- Frost, R. O., & Henderson, K. J. (1991). Perfectionism and reactions to athletic competition. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 323-335.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Gaudreau, P., & Thompson, A. (2010). Testing a 2×2 model of dispositional perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 532-537.
- Gaudreau, P., & Verner-Filion, J. (2012). Dispositional perfectionism and well-being: A test of the 2×2 model of perfectionism in the sport domain. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 1, 29-43.
- Grzegorek, J. L., Slaney, R. B., Franze, S., & Rice, K. G. (2004). Self-criticism, dependency, self-esteem, and grade point average satisfaction among clusters of perfectionists and nonperfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 51(2), 192-200.
- Hair, J. F., & Black, W. C. (2000). Cluster analysis. In L. G. Grim & P. R. Yarnold (Eds), *Reading and understanding more multivariate statistics*, 147-205. Washington, DC: American Psychological Association.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15(1), 27-33.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(1), 98-101.
- Hill, A. P. (2013). Perfectionism and burnout in junior soccer players: A test of the 2×2 model of dispositional perfectionism. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35, 18-29.
- Hollender, M. H. (1978). Perfectionism, a neglected personality trait. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 39(5), 384-384.
- Horney, K. (1951). *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39(4), 386-390.
- Rice, K. G., & Slaney, R. B. (2002). Clusters of perfectionists: Two studies of emotional adjustment and academic achievement. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 35(1), 35-48.
- Slaney, R. B. & Ashby, J. S. (1996). Perfectionists: Study of a criterion group. *Journal of Counseling & Development*, 74, 393-398.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319.