

현대사회 질병의 주요인인 완벽주의 유형

– 검증과 확장 –

The Types of Perfectionism, One of the Main Factors in the Disease of the Modern Society

– Test and Extension–

Woel Mee Park*

Institute of Hangbok-Majung Psychological Counseling, 936 Hanam Prugiocity ,741-1 deokpungdong,
Hanam City, Gyeonggi-do, Korea

Abstract

This study aimed to identify natural grouping of perfectionists as narcissistic perfectionism, neurotic perfectionism, and healthy perfectionism. This aim came from the consideration of both recent studies on perfectionism and the suggestion by Sorotzkin who argued that there were two types of perfectionism by the degrees of self-development, narcissistic perfectionism and neurotic perfectionism. For this aim, cluster analysis entering four factors as the clustering variables was conducted using the data collected from 452 students in five universities. The cluster analysis suggested the presence of three clusters. Cluster 1 showed the highest level of guilt, similar level of healthy grandiosity to cluster 3, and higher level of defensive grandiosity than cluster 3, so it was entitled neurotic perfectionism. Cluster 2 revealed the highest levels of shame and defensive grandiosity, and the lowest level of healthy grandiosity, so it was named narcissistic perfectionism. Cluster 3 presented the lowest levels of shame, guilt, and defensive grandiosity, and the highest level of healthy grandiosity, so it was entitled healthy perfectionism. These results imply that perfectionism should be regarded as a concept based on the continuum of self-development, rather than considering perfectionism as two types, adaptive and maladaptive.

Key words: perfectionism, self-integration, self-grandiosity

* Tel. +82-031-794-1390. E-mail. maria-98@hanmail.net

Submission & Publication Process

Received: Apr. 17, 2014 / Revised: May. 16, 2014 / Accepted: May. 28, 2014

국문초록

본 연구에서는 완벽주의가 자기-통합(self-integration) 수준에 따라 자기애적 완벽주의와 신경증적 완벽주의로 구분된다는 Sorotzkin의 제안과 최근의 완벽주의 연구결과를 통합하여 완벽주의가 자기애적 완벽주의, 신경증적 완벽주의, 건강한 완벽주의로 구분되는지 검증하고자 하였다. 이를 위해 서울, 충북, 경북에 소재한 5개 대학교에서 설문조사한 후 452명(남학생 255명, 여학생 197명)의 자료를 사용하여 완벽주의의 세 유형이 형성되는지 확인하고자 군집분석을 실시하였다. 연구 결과, 세 개의 완벽주의 군집이 형성되었다. 군집 1은 죄책감에서 가장 높은 수준을 보였고 건강한 과대자기에서는 군집 3과 같은 수준을 나타냈지만, 방어적 과대자기에서는 군집 3보다 높은 수준을 보여 군집 3보다는 자기-통합 수준이 더 낮은 것으로 나타나 Sorotzkin이 제안한 신경증적 완벽주의로 명명되었다. 군집 2는 수치심과 방어적 과대자기에서 가장 높은 수준을 나타내고 건강한 과대자기에서는 가장 낮은 수준을 보여 자기-통합 수준이 가장 낮은 것으로 나타나 Sorotzkin이 제안한 자기애적 완벽주의로 명명되었다. 군집 3은 수치심, 죄책감, 방어적 과대자기에서 가장 낮은 수준을 보였고, 건강한 과대자기에서 가장 높은 수준을 보여 자기-통합 수준이 가장 높은 것으로 나타나 건강한 완벽주의로 명명되었다. 이러한 결과는 완벽주의가 기존의 적응 또는 부적응의 이분 범주로 구분되기 보다는 자기-통합 축의 연속선 상에 존재하는 개념으로 간주되어야 함을 시사한다.

주제어: 완벽주의, 자기-통합, 과대자기

1. 서론

성취 지향적이고 경쟁적인 현대사회에서 많은 사람들은 완벽하게 모든 일을 처리하는 것이 사회에 적응하는 길이며 성공을 위해 반드시 갖추어야 한다고 생각한다. Freud가 살던 빅토리아 시대에 여성의 성이 억압되어 전환장애가 만연하였듯이 현대사회는 개인들의 완벽성향을 조장하여 완벽주의를 보편화시키고 있다(Grzegorek, *et. al.*, 2004) 그런데 완벽주의는 현대인의 심리적 부적응과 장애로서 우울, 불안, 공포증, 섭식장애, 강박장애, 신체적 질병, 무망감, 자살행동, 지연행동 등 심리적 갈등과 부적응을 초래하는 요인으로 보고되고 있다.

완벽주의에 대한 체계적 경험적 연구는 Frost, *et. al.*(1990)와 Hewitt & Flett(1991)이 다차원적 완벽주의 척도들을 개발하면서 활발해지기 시작하였다.

Frost, *et. al.*(1990)의 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: MPS; 이하 F-MPS라 약칭한다)와 Hewitt & Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: MPS; 이하 H-MPS라 약칭한다)를 사용한 연구들은 완벽주의 긍정적, 부정적 특성을 밝히는 연구들이 대부분이다.

H-MPS와 F-MPS에서 개인기준 차원, 자기지향적 완벽주의 차원을 주로 완벽주의의 순기능적 하위차원으로 분류하고, 실수염려차원, 사회적으로 부과된 완벽주의 차원을 주로 완벽주의의 역기능적 하위차원으로 구분하여 연구를 진행하였다. 그러나 이들 연구 결과는 순기능적 하위 차원인 개인적 기준 완벽주의와 자기 지향적 완벽주의 차원에서도 긍정적 특성 뿐만 아니라 부정적 특성 과도 관련되

는 등 일관성 없는 결과가 나타나고 있다(하정희, 2006; Norman, *et al.*, 1998; Rheume, Freeston & Ladouceur, 1995). Trumpeter, *et al.*(2006)는 일관적으로 부정적 특성을 보여왔던 사회적으로 부과된 완벽주의 차원을 요인분석하여 적응적인 부분과 부적응적부분을 분류하여 보고 하였다. 이는 기존의 완벽주의 척도의 타당성을 염려하였던 Watson, *et al.*(1999-2000)의 연구를 지지하는 것이다.

Frost, *et al.*(1993)은 H-MPS와 F-MPS 두 개의 완벽주의 척도를 요인분석하여 두 개의 주요인을 뽑아냈다. ‘부적응적 평가염려(maladaptive evaluation concern)’요인과 ‘긍정적 성취 욕구(positive striving need)’ 요인이다. 전자는 우울과 부정적 정서와 유의미하게 관련되어 있고 후자는 우울과 부정적 정서와는 상관이 없고 긍정적 정서와 상관을 보였다. Slaney, *et al.*(1995)도 F-MPS, H-MPS, 그리고 Slaney & Johnson(1992)이 개발한 Almost Perfect Scale을 가지고 요인분석하여 Frost, *et al.*(1993)과 유사한 결과를 얻었다. Rice, *et al.*(1998) 또한 F-MPS와 ‘Almost Perfect Scale’을 이용해 요인 분석한 결과, ‘적응적 완벽주의’와 ‘부적응적 완벽주의’ 등 요인을 얻어냈다. Dunkley, *et al.*(2000)도 F-MPS와 H-MPS에서 ‘평가 염려적 완벽주의’와 ‘개인 기준적 완벽주의’라는 두 개의 완벽주의 차원을 추출했다.

이와 같은 연구들은 완벽주의를 다차원적으로 개념화하여 완벽주의의 긍정적 차원과 부정적 차원이 있다는 보고를 하고 있다. 완벽주의의 어떤 차원은 다른 차원들보다 적응적일 수 있다는 사실은 자기-통합의 관점에서 바라볼 때 적응적인 차원을 많이 보유한 완벽주의자들과 부적응적인 차원을 많이 가진 완벽주의자들이 존재할 수 있다는 유추를 가능하게 한다.

한편, 일군의 연구자들(Rice & Dellwo, 2002; Rice, *et al.*, 2004; Sorotzkin, 1985; Rothstein, 1984; Watson, *et al.*, 1999; Trumpeter, *et al.*, 2006)은 완벽주의와 자기에의 유사성에 주목하며 연속성 가정(continuum hypothesis)을 지지한다. Rothstein(1984)은 통합(integration)의 정도를 나타내는 스펙트럼에 완벽성으로 표현되는 한 별의 자기표상과 대상표상들이 배열되어 있으며 이 완벽성을 자기애로 정의한다. 연속적 스펙트럼 양극단의 한쪽에 정상의 자존감, 보통의 자기애(normal narcissism)와 다른 극단에 경계성인격과 인접한 자기애가 배열된다고 제안한다.

Watson *et al.*,(1999)은 Rothstein의 관점을 받아들이고 자기표상과 대상표상으로 이루어진 자기애 스펙트럼에서 완벽의 추구는 자존감을 조절하는데 중심적인 역할을 한다고 보고한다.

Watson *et al.*,(1999)은 HMPS의 세 차원과 자기에의 관련성을 다음과 같이 제안한다.

1) 실패를 회피하려 할 뿐 아니라 완벽을 달성하려고 전력 추구하는 자기 지향적 완벽주의는 자기 표상의 완벽함과 관련 있다.

2) 유의미한 타자에게 비현실적인 기대를 가지고, 타인의 완벽함을 중요시하며, 타인의 수행을 가혹하게 평가하는 타인 지향적 완벽주의는 대상표상의 완벽함과 관련있다.

3) 중요한 타자가 규정한 기준과 기대감을 달성하려는 지각되어진 욕구인 사회적으로 부과된 완벽주의는 타인의 평가에 고도의 민감성을 보이는 자기애 특질과 관련이 있다.

Flett, *et al.*,(1991)는 완벽주의의 세차원이 건강하지 못한 자기-기능(self-function)으로 보았기에

완벽주의와 자존감의 부적 상관을 예상한다. 그러나 이 관계는 사회적으로 부과된 완벽주의에서만 일관적으로 발견된다. Watson은 FMPS의 타당성에 의문을 제기하며 자기애의 적응적인 차원들과 부적응적인 차원들이 완벽주의와 자존감을 완전매개하고 있다고 보고하고 있다. 더불어 다차원적 완벽주의의 발달은 자기애의 차원들의 개입이 있을 때 비로소 자존감과 관련 있으며 자기-기능(self-function)의 스펙트럼에 자기애의 차원들과 완벽주의의 세차원이 정렬될 수 있음을 보여준다. 이는 완벽주의의 연속성 가정을 지지하는 것이다.

Watson *et. al.*,(1999)이 Rosthein(1984)의 이론 틀을 기본으로 하여 자기애와 완벽주의의 차원들을 스펙트럼 상에 배열하였다면 Rice & Dellwo(2002)는 Kohut(1971)의 이중축 이론을 기본적인 틀로 받아들이어 자기-발달의 연속선 상에 완벽주의 유형들을 배열 하고자 한다. 이는 경험적으로 자기-발달의 정도에 따라 완벽주의 유형들이 존재하고 있음을 보여 주는 것이다.

Rice *et. al.*,(2002)은 완벽주의와 자기-발달의 관련성을 살펴보기 위해 보고된 FMPS 결과치를 가지고 군집분석을 실시하여 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의, 비완벽주의 유형을 분류하였다. 그리고 분류된 세 집단과 자기-발달 변인(즉, 과대성을 반영하는 우월성과 이상화를 반영하는 목표 불안정성)간의 관련성을 살펴보았다. 이 변인은 Kohut 이론에 따라 자기애의 주요 요인들을 반영하여 Robbins & Patton(1985)이 개발한 자기애 척도를 사용하였다. 그 결과, 부적응이든 적응이든 완벽주의 집단이 비완벽주의 집단보다 보다 우월성 욕구를 인정하고 있었다. 그리고 목표 불안정성에서는 부적응적 완벽주의 집단의 목표 불안정성 수준이 적응적 완벽주의 집단과 비완벽주의 집단의 목표 불안정성 수준보다 낮은 것으로 나타났다. 이 결과는 부적응적 완벽주의는 자기과시적 욕구(grandiose needs)가 크며 이상화된 부모로부터 자기대상욕구(selfobjct need)가 충족되어지지 않을 때 자기-발달이 어는 지점에서 정지되어 나타난다는 것이라 설명할 수 있다. 즉, 완벽주의 유형들이 자기-통합 수준에 따라 분류될 수 있다는 것이다.

이처럼 연구결과들은 완벽주의(다차원 혹은 유형)가 자기-통합이라는 연속선상에 배열되어질 수 있음을 지지하고 있다. 그런데 Sorotzkin(1985)은 Kohut(1971)의 이중축 이론과 임상적 관찰에 근거하여 완벽주의가 신경증적 완벽주의와 자기애적 완벽주의로 구분될 수 있다는 제안을 한 바 있다. Kohut(1971)은 자기 통합 수준에 따라 신경증과 확실히 구분되는 자기애적 성격을 지닌 집단이 존재하며 자기애적 성격 집단이 덜 발달된 자기와 관련되며 그 증상도 심각하다고 보고있다. 이는 Sorotzkin의 자기 통합 수준에 따른 완벽주의 분류를 지지해준다 할 수 있다.

Sorotzkin(1985)이 제안한 신경증적 완벽주의와 자기애적 완벽주의의 특징을 살펴보면 다음과 같다. 먼저, 신경증적 완벽주의는 학습 또는 적대감을 억압하여 형성된 엄격한 초자아에 의해 생기며, 금지된 소망에 대한 심리내적 갈등을 방어하기 위한 것이다. 금지된 소망은 경계가 분명한 응집적 자기(cohesive self)로부터 나오며 자기로부터 완전히 분화된 아동기 자기대상을 지향하고 있다. 금지된 소망의 분출로 위협을 받을 때 신체적인 처벌의 위협에 대한 또는 대상의 사랑을 상실하는 데 대한 두려움이 경험될 수 있다. 또한 초자아가 형성되었기 때문에, 금지된 소망이 표출될지 모른다는 두려움

은 도덕과 이상을 위반하는 것으로 경험되고, 이로 인해 죄책감이 유발된다. 초자아의 요구에 부응하지 못할 경우 낮은 자존감을 갖게 된다.

반면, 자기에적 완벽주의는 빈약하게 분화되어진 과대자기와 관련되어 있다. 과대 자기상의 기준에 부응하지 못할 때 수치심이 생기며 이 수치심을 피하기 위한 수단이 완벽의 추구이다. 또한 미숙하게 분화된 자기대상으로부터 찬사를 받지 못하는 것을 피하기 위해 완벽을 추구한다. 다시 말해, 자기에적 완벽주의는 자기결속감과 안정적인 자기감을 확보하려는 시도라 하겠다.

완벽주의 유형에 따라 인지적 양식도 달라진다. 예를 들어, 자기에적 완벽주의에서는 자기 자신이 완벽해야 한다고 생각하며, 완벽하지 못할 경우, 자기가 무가치하거나 쓸모없다고 생각(수치심)한다. 반면, 신경증적 완벽주의에서는 자기 자신보다는 자기의 행동이 완벽해야 한다고 생각하며, 완벽함에 이르지 못할 경우, 자기 자신에 대한 비난보다는 자기의 행동을 질책(죄책감)한다. 또한 완벽주의 유형에 따라 완벽 욕구도 달라진다. 예를 들어, 신경증적 완벽주의에서는 덜 완벽한 수행에 대해 죄책감을 느낄 수는 있지만, 자신의 수행에 대해 약간의 만족을 경험할 수 있다. 반면, 자기에적 완벽주의에서는 이상적인 높은 기준으로 인해 수행의 실패로 이어지며, 이 실패로 인해 수치심과 자기에적 분노가 생긴다. 게다가 이 실패는 자기구조를 공격하는데, 이것은 초자아의 요구에 부응하지 못하는 신경증적 완벽주의에서의 실패보다 훨씬 더 위협적인 것으로 지각된다(Sorotzkin, 1985).

이와 같이 Sorotzkin(1985)은 임상적 경험에 근거하여 자기-통합 수준에 따라 완벽주의를 신경증적 완벽주의와 자기에적 완벽주의로 구분하였다. 그런데 Sorotzkin(1985)이 제안하는 두 유형의 완벽주의는 최근의 경험적 연구들에서 밝혀지고 있는 부적응적 완벽주의에 해당하는 것으로 볼 수 있다. 그리고 최근 연구들에서 지속적으로 보고하고 있듯, 완벽주의는 부적응적인 측면에서 적응적인 측면으로 나아가는 벡터 개념으로 보는 것이 더 적합할 것으로 생각된다. 즉, 완벽주의 연구는 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의로 유형화하기보다는 연속성 가정에 의해 유형들이 중첩되면서 배열될 수 있다는 가정이 더 적합할 것이다.

II. 연구목적

이에 본 연구에서는 Sorotzkin(1985)의 제안과 전술한 연구결과를 통합하여 완벽주의가 자기에적 완벽주의, 신경증적 완벽주의, 건강한 완벽주의로 자기-통합의 축을 따라 배열될 수 있는지 검증해 보려고 한다. 본 연구의 목적은 변수들을 그룹핑하는 것이 아니라 참가자가 세 가지 완벽주의로 그룹핑되는지 살펴보는 것이므로 요인분석이 아닌 군집분석을 사용하여 연구문제를 검증할 것이며, 이 때 군집변인은 Sorotzkin(1985)이 완벽주의를 구분할 때 사용한 수치심, 죄책감, 과대자기(Kohut의 이론을 전체적으로 조망할 수 있는 자기에 척도, Slyter, 1989) 변수를 사용할 것이다. 나아가 군집분석에서 나타난 군집이 정신건강 지표들(자존감, 우울, 내현적 자기에, 외현적 자기에)에서 어떤 차이를 보

이는지 조사하고자 한다.

본 연구에서 검증할 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 군집분석을 통해 자기애적 완벽주의, 신경증적 완벽주의, 건강한 완벽주의 집단이 산출되는가?

둘째, 세 완벽주의가 자기-통합의 연속선상에 정렬될 수 있는가?

셋째, 세 완벽주의 집단에 따라 자존감, 우울, 외현적 자기애, 내현적 자기애에서 차이를 보이는가?

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구를 위하여 서울시, 충청북도, 경상북도 지역에 소재한 5개 대학의 대학생을 임의표집하여 설문조사를 실시하였다. 총 483명의 자료를 수집하였으나, 다수의 문항에 응답하지 않았거나 연속적으로 같은 번호를 기재하는 등 불성실하게 응답한 31명의 자료를 제외한 452명의 자료만을 분석에 사용하였다. 연구 대상자의 평균 연령은 22.3세(SD=6.65)였으며 남학생이 255명(56.4%), 여학생이 197명(43.6%)이었다. 지역별로는 서울시 142명(31.4%), 충청도 138명(30.5%), 경상도 172명(38.1%)이었다. 연구 대상자의 사례수는 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구 대상자

(N=452)

구분		지역			전체(%)
		서울시	충청북도	경상북도	
성별	남자	100	95	60	255(56.4)
	여자	98	43	56	197(43.6)
전체(%)		198(43.8)	138(30.5)	116(25.7)	452(100)

2. 연구도구

1) 다차원적 완벽주의 척도

Hewitt & Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale; MPS)를 한기연(1993)이 번안한 것을 사용하였다. MPS는 세 가지 차원의 완벽주의, 즉 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의를 측정하기 위한 각 15문항씩 총 45문항으로 구성되

어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘아주 그렇다’(7점)까지 7점 리커트식 척도로 구성되어 있다. 점수 범위는 각 차원마다 15점에서 105점 사이로 점수가 높을수록 각 차원의 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 본 연구에서 MPS의 Cronbach α 는 .82였다.

2) 수치심/ 죄책감 척도

Tangney, *et. al.*(2000)의 자의식적 정서 척도(Test of Self-Conscious Affect; TOSCA-3)를 송수민(2007)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 정서의 초점이 자기 전체 또는 행동에 맞추어 지는가에 따라 수치심과 죄책감을 구분하고 있으며, 일상생활에서 만나는 상황이 제시되고 자의식적 정서를 현상학적으로 나타내는 몇 가지의 대안 반응에 대해 평정하게 되어 있다. TOSCA-3은 11개의 부정적인 시나리오와 5개의 긍정적인 시나리오를 제시하고 그 시나리오 안에서 수치심, 죄책감, 외면화, 분리/무관심, 자부심을 묻는 문항이 함께 제시되어 있다. 본 연구에서는 수치심과 죄책감을 묻는 32문항만을 사용하였다. 각 문항은 ‘그럴 것 같지 않다’(1점)에서 ‘매우 그럴 것 같다’(5점)까지의 5점 리커트식 척도로 되어 있고 점수가 높을수록 수치심 및 죄책감 정도가 심한 것을 의미한다. 본 연구에서 수치심과 죄책감 문항의 Cronbach α 는 각각 .79와 .67이었다.

3) 건강한 과대자기/ 방어적 과대자기 척도

Slyter(1989)의 자기에 측정도구(Inventory of Self Psychology; ISP)를 윤정혜(2006)가 타당화한 것을 사용하였다. ISP는 네 가지 하위요인, 즉 건강한 과대자기(HGS), 건강한 이상화된 부모원상(HIPI), 방어적 과대자기(DGS), 방어적 이상화된 부모원상(DIPI)을 측정하기 위한 61문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전적으로 나와 같지 않다’(1점)에서 ‘전적으로 나와 같다’(6점)까지 6점 리커트식 척도로 되어 있다. 점수가 높을수록 하위요인의 특성이 강함을 의미한다. 본 연구에서는 HGS와 DGS 29문항만을 사용했으며, 각각의 Cronbach α 는 .88과 .71이었다.

4) 자아존중감 척도

Rosenberg(1965)의 자아존중감 척도(Rosenberg's Self Esteem Scale)를 이훈진과 원호택(1995)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 자존감이 특정 영역에 국한되지 않는 일반적 특성들인 자신감, 자기가치감 등을 포함하는 단일 차원으로 이루어진다는 가정에서 개발되었다. 이 척도는 총 10개 문항으로 되어 있고 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(5점)까지의 5점 리커트식 척도로 구성되어 있다. 총점의 범위는 10~50점이며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. 본 연구에서 자아존중감 척도의 Cronbach α 는 .89였다.

5) 우울 척도

Radloff(1977)의 우울 척도(Center for Epidemiological Studies-Depression Scale; CES-D)를 전경구·이민규(1992)가 한국판으로 개발한 것을 사용하였다. 이 척도는 임상 집단보다는 일반인이 경험하는 우울 증상을 측정하기 위해 개발되었고, 특히 우울의 정서적인 측면을 측정하고 있다. 한국판 CES-D는 총 20문항이며, 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(0점)에서 ‘매우 그렇다’(3점)까지 3점 리커트식 척도로 구성되어 있다. 본 연구에서 한국판 CES-D의 Cronbach α 는 .88로 나타났다.

6) 내현적 자기에 척도

Akhtar & Thomson(1982)의 ‘자기애적 성격장애의 임상 특성’에 기초하여 강선희와 정남운(2002)이 비임상집단을 대상으로 개발한 내현적 자기에 척도(Covert Narcissism Scale; CNS)를 사용하였다. 이 척도는 목표불안정, 인정욕구/거대자기환상, 착취/자기중심성, 과민/취약성, 소심/자신감 부족의 5요인으로 구성되며 총 45문항이다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘전적으로 그렇다’(5점)까지의 5점 리커트식 척도로 되어 있다. 점수 범위는 45~225점이며 점수가 높을수록 내현적 자기에 성향이 강함을 의미한다. 본 연구에서는 CNS의 Cronbach α 는 .91이었다.

7) 외현적 자기에 척도

Raskin & Hall(1979; 1981)이 DSM-III(American Psychiatric Association, 1980)의 자기애적 성격장애 진단기준에 근거하여 비임상집단을 대상으로 개발한 자기애적 성격검사(Narcissistic Personality Inventory; NPI)를 정남운(2001)이 32문항으로 단축한 것을 사용하였다. 정남운(2001)에서 NPI는 리더십/자신감, 권력욕구/특권의식, 과시/칭찬욕구, 우월의식의 4가지 하위요인을 갖는 것으로 나타났다. NPI의 각 문항에는 자기에 성향을 나타내는 문장과 그에 반대되는 문장을 나란히 제시하고 둘 중 하나를 강제로 선택하게 하는 방식을 취하며, 점수가 높을수록 자기애적 성향이 강함을 나타낸다. 본 연구에서 NPI의 Cronbach α 는 .85였다.

3. 연구절차 및 분석 방법

설문조사는 2008년 11월 3일에서 11월 19일까지 실시되었다. 각 대학교에서 설문지에 응할 교과목 교수에게 사전에 협조를 요청한 후 학생들의 동의하에 조사를 실시하였다. 일부 학교는 본 연구자가 직접 방문하여 조사를 실시하고 나머지는 조사 실시지침을 설명 받은 담당교수가 실시하였다. 조사 설문지는 순서효과를 방지하기 위하여 척도들의 배열 순서를 달리한 A, B, C 세트로 구성되었다.

본 연구에서는 SPSS 11.5 프로그램을 이용해서 군집분석과 다변량분석을 실시하였다.

1) 군집분석

완벽주의와 비완벽주의 집단을 분류하기 위해 MPS 점수를 사용하여 Wards방법을 사용한 위계적 군집분석을 실시하였다. 이어서 위계적 군집분석 결과 나타난 완벽주의 집단 사례만을 사용하여 수치심, 죄책감, 방어적 과대자기, 건강한 과대자기를 군집변인으로 2단계 군집분석(Hair & Black, 2000)을 실시하였다. 2단계 군집분석 방법은 위계적 군집분석과 비위계적 군집분석을 조합하는 것이다. 1단계에서 Ward 방법을 이용하여 군집의 수 및 각 군집의 초기 중심점을 결정한다. 다음으로 2단계에서는 각 군집의 중심점을 비위계적 군집방법인 k-means 방법의 초기 시작점으로 투입하여, 각 사례를 그 중심점을 향해 흘뿌리는 방식으로 각 군집별 사례를 결정한다.

2) 다변량 분석

군집분석을 통해 나누어진 각 군집이 심리적 건강의 측면에서 유의한 차이가 있는지 알아보기 위해 다변량분석을 실시하였다. 독립변인은 각 군집이고 종속변인은 자존감, 우울, 내현적 자기에, 외현적 자기에였다.

IV. 연구결과

1. 완벽주의 수준에 따른 군집

완벽주의 척도는 3개의 하위차원으로 나뉜다. 따라서 평균 점수를 사용하여 집단을 구분하기 보다는 3개의 하위차원을 변인으로하여 자연발생적으로 존재하는 완벽주의 집단을 얻기 위하여 군집분석을 사용하였다.

완벽주의 하위차원의 점수를 군집변인으로 Wards방법을 사용한 위계적 군집분석을 실시하였다. 그 결과, 3개의 군집이 제안되었고 그 중 완벽주의의 점수가 높은 두 집단을 완벽주의 집단으로 채택하였다. 결과는 아래와 같다.

	자기 지향	타인지향	사회부과	전체 완벽
1군	74.75(175명)	62.90	64.05	201.39
2군	63.24(229)	55.97	57.11	176.32
3군	91.18(45)	69.64	65.84	226.67
평균	70.41	60.04	60.69	191.14

3군중 현저히 점수가 낮은 2군을 제외하고 평균 점수보다 높은 1군과 3군을 완벽주의 집단으로 분류하였다.

2. 수치심, 죄책감, 건강한 과대자기, 방어적 과대자기 수준에 따른 완벽주의 군집

앞서 군집분석을 통해 완벽주의 집단으로 분류된 사례만을 대상으로 수치심, 죄책감, 건강한 과대자기, 방어적 과대자기 점수를 군집변인으로 2단계 군집분석을 실시하였다. 1단계에서(Wards 방법을 사용한 위계적 군집분석) 군집화 일정표(agglomeration schedule) 계수의 변화를 고려할 때 3개의 군집이 제안되었다. 이어서 각 군집에 해당하는 군집변인들의 평균점수를 초기 중심점(seed point)으로 투입하여 2단계에서 k-means 군집분석을 실시하였다. 2단계 군집분석 결과, 최종적으로 참여자들이 3개의 군집에 배정되었다. 군집 1의 사례수와 완벽주의 점수 평균(표준편차)은 119명(55.3%, 남자 65명, 여자 54명)과 203.47(12.34)이었고, 군집 2는 37명(17.2%, 남자 13명, 여자 24명)과 206.30(17.94)이었으며, 군집 3은 59명(27.4%, 남자 31명, 여자 28명)과 203.80(14.16)이었다. 각 군집의 완벽주의 평균 점수가 차이를 보이는지 변량분석을 통해 살펴본 결과, 각 군집별 완벽주의 평균 점수에서 유의미한 차이를 보이지 않았다[F(212, 2)=1.172, p=.312].

3. 완벽주의 군집에 따른 수치심, 죄책감, 건강한 과대자기, 방어적 과대자기 수준

완벽주의 군집에 따라 군집변인(수치심, 죄책감, 건강한 과대자기, 방어적 과대자기) 수준에서 차이를 보이는지 살펴보기 위해 다변량분석을 실시하였다. 분석 결과, 군집에 따라 군집변인에서 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다[Wilks' Lamda(Λ)=.23, F(,)=57, p<.001]. 다음으로 어느 군집들 사이에 종속변인 평균점수에서 유의한 차이를 보이는지 알아보기 위해 일원변량분석을 실시하였고, 그 결과는 표 1에 제시되어 있다. 표 1에서 보면, 수치심 점수는 군집 2, 군집 1, 군집 3 순으로 유의미한 차이를 보였고, 죄책감 점수는 군집 1, 군집 2, 군집 3 순으로 유의미한 차이를 보였다. 건강한 과대자기 점수는 군집 1과 군집 3, 군집 2 순으로 유의미한 차이를 보였고, 방어적 과대자기 점수는 군집 2, 군집 1, 군집 3 순으로 유의미한 차이를 보였다.

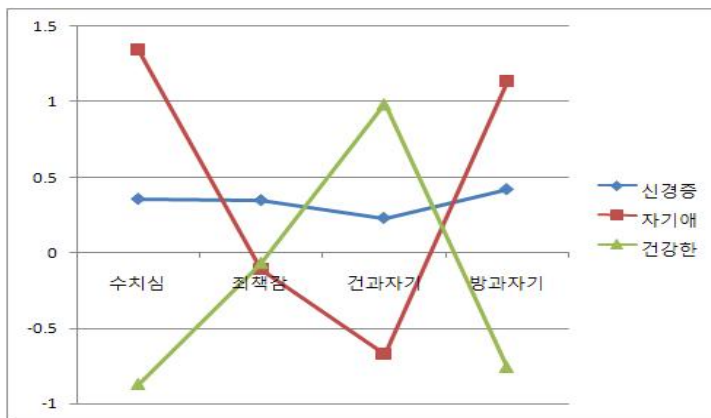
<표 1> 군집별 수치심, 죄책감, 건강한 과대자기, 방어적 과대자기의 차이 검증 결과

	1군	2군	3군	F(212, 2)	Turkey 사후검증
수치심	41(6.91)	49.89(5.14)	29.97(6.54)	112.63***1)	3<1<2
죄책감	62.97(6.29)	59.76(4.95)	60.07(7.21)	6.02**	3, 2<1
건강한 과대자기	79.10(8.87)	69.41(6.88)	87.24(7.14)	55.59***	2<1<3
방어적 과대자기	39.46(5.98)	44.35(4.06)	31.44(4.25)	77.37***	3<1<2

※ ***p < .001

4. 완벽주의 군집에 대한 명명

각 군집의 이름을 정하는 과정을 용이하게 하기 위해, 군집별 군집변인들의 점수를 표준점수로 변환하고 이를 그림 1에 제시하였다. 점수들이 표준화되었기 때문에 평균은 0, 표준편차는 1로 설정되었다. 그림 1을 보면, 군집 1은 죄책감과 건강한 과대자기에서 평균 이상의 점수를 보이지만, 수치심과 방어적 과대자기에서는 평균 정도의 점수를 보였다. 이러한 점은 Sorotzkin(1985)이 제안한 신경증적 완벽주의의 특징과 일치하는 것이므로 군집 1은 “신경증적 완벽주의”로 명명되었다. 군집 2는 수치심과 방어적 과대자기에서 평균 이상의 점수를 보이고 죄책감과 건강한 과대자기에서는 평균 이하의 점수를 보였다. 이러한 점은 Sorotzkin(1985)이 제안한 자기애적 완벽주의의 특징과 일치하는 것이므로 군집 2는 “자기애적 완벽주의”로 명명되었다. 군집 3은 수치심, 죄책감, 방어적 과대자기에서 평균 이하의 점수를 보이고 건강한 과대자기에서는 평균 이상의 점수를 보였다. 따라서 군집 3은 “건강한 완벽주의”로 명명되었다.



<그림 1> 군집별 수치심, 죄책감, 건강한 과대자기, 방어적 과대자기의 표준점수

5. 완벽주의 군집에 따른 자존감, 우울, 내현적 자기애, 외현적 자기애의 차이

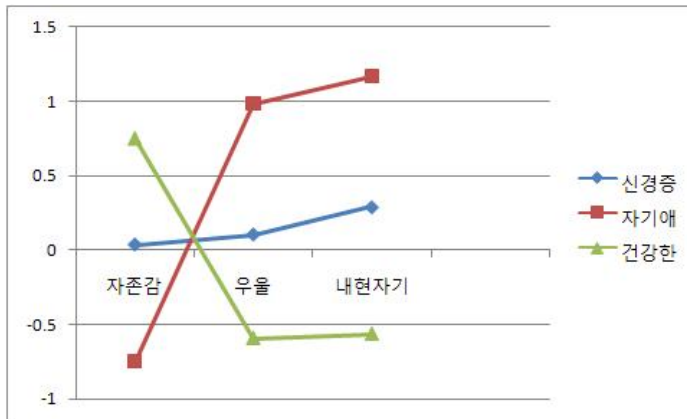
완벽주의 군집에 따라 정신건강 지표들(자존감, 우울, 내현적 자기애, 외현적 자기애)의 평균점수에서 유의한 차이를 보이는지 알아보기 위해 다변량분석을 실시하였다. 그 결과, 군집에 따라 정신건강 지표들에서 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다[Wilks' Lamda(Λ)=0.642, $F(,)=26.015$, $p<.001$]. 다음으로 어느 군집들 사이에 종속변인 평균점수에서 유의한 차이를 보이는지 알아보기 위해 일원변량분석을 실시하였고 그 결과는 표 2에 제시되어 있다. 표 2에서 보면, 자존감 점수는 군집 3, 군집 1, 군집 2 순으로 유의미한 차이를 보였고, 우울 점수는 군집 2, 군집 1, 군집 3 순으로 유의미한 차이를 보였다. 내현적 자기애 점수는 군집 2, 군집 1, 군집 3 순으로 유의미한 차이를 보였고, 외현적 자기애

점수는 군집 3, 군집 2에서 유의미한 차이를 보였다.

<표 2> 각 군집별 자존감, 우울, 내현적 자기애, 외현적 자기애의 평균(표준편차)점수

	1군 (신경증적 완벽주의)	2군 (자기애적 완벽주의)	3군 (건강한 완벽주의)	F(212 ,2)	Turkey 사후검증
자존감	37.49(4.32)	32.78(5.95)	41.76(6.09)	35.24***	2<1<3
우울	21.53(6.88)	28.54(5.97)	15.97(6.27)	41.96***	3<1<2
내현적 자기애	130.85(18.72)	148.97(14.49)	113.15(16.17)	45.59***	3<1<2
외현적 자기애	16.07(5.76)	14.08(5.68)	17.32(5.83)	1.29	1,2,3

※ *p < .05, ***p < .001.



<그림 2> 각 군집별 자존감, 우울, 내현적 자기애, 외현적 자기애의 평균(표준편차)점수

V. 논의

본 연구에서는 자기-통합 수준에 따라 완벽주의가 자기애적 완벽주의, 신경증적 완벽주의, 건강한 완벽주의로 구분되는지 군집분석을 통해 확인하고자 하였다. 나아가 군집분석을 통해 나타난 군집들이 자존감, 우울, 내현적 자기애, 외현적 자기애에서 어떤 차이를 보이는지 살펴보고자 하였다. 본 연구에서 나타난 주요 결과들을 요약하고 논의하기로 한다.

첫째, 수치심, 죄책감, 건강한 과대자기, 방어적 과대자기를 군집변인으로 투입하여 군집분석을 실시한 결과 세 개의 군집이 나타났다. 군집 1은 죄책감과 건강한 과대자기에서는 평균 이상의 점수를 보이지만, 수치심과 방어적 과대자기에서는 평균 정도의 점수를 보여 신경증적 완벽주의로 명명하였다. 군집 2는 수치심과 방어적 과대자기에서는 평균 이상의 점수를 보이고 죄책감과 건강한 과대자기에서는 평균 이하의 점수를 보여 자기애적 완벽주의로 명명하였다. 군집 3은 수치심, 죄책감, 방어적 과대

자기에서 평균 이하의 점수를 보이고 건강한 과대자기에서는 평균 이상의 점수를 보여 건강한 완벽주의로 명명하였다. 이러한 결과는 본 연구에서 가정한 완벽주의 유형들과 일치하는 것이다. 신경증적 완벽주의에서 죄책감 점수가 가장 높았다는 점과 자기에적 완벽주의에서 수치심 점수가 가장 높았다는 점은 완벽주의가 자기-통합 정도에 따라 구분될 수 있다는 Sorotzkin(1985)의 제안과 일치하는 것이기도 하다. 또한 수치심, 죄책감, 방어적 과대자기에서 다른 집단에 비해 가장 낮은 점수를 보인 건강한 완벽주의는 그 동안의 선행 연구들에서 밝혀지고 있는 적응적 완벽주의 차원들에 의해 지지될 수 있다. 동시에, 자기-발달 또는 자기-기능의 연속선 상에 배열된 적응적 완벽주의 차원들로 구성된 완벽주의 집단이 건강한 완벽주의 집단의 존재로서 입증되었다 할 수 있다. 본 연구결과는 완벽주의가 자기-통합의 스펙트럼 상에 자기에적 완벽주의, 신경증적 완벽주의, 건강한 완벽주의로 배열될 수 있음을 시사한다.

둘째, 본 연구에서 완벽주의 세 군집은 완벽주의 점수에서 유의미한 차이를 보이지 않았다. 이러한 결과는 세 완벽주의 군집이 자기-통합 수준에 따라 구분될 수 있다는 연구 결과와 함께 고려할 때, 단순히 완벽주의 척도를 사용하여 완벽주의의 심각성만을 측정하는 것으로는 내담자의 문제를 파악하는 데에 제한점이 있음을 시사하는 것으로 해석될 수 있다. 다시 말해, 이 결과는 완벽주의로 인해 상담소에 내방하는 내담자의 문제를 파악할 때 완벽주의가 자기-통합의 어느 시점에서의 문제로 인해 생겼는지에 대한 고려가 필요함을 시사하는 것으로 해석될 수 있다. 셋째, 이와 같은 맥락에서 연구 결과는 그 동안의 개발되어 온 완벽주의 측정 도구에 대한 구성적 개념화의 타당성에 대한 우려를 제기하는 것이기도 하다. Rice, *et. al.*(2002)은 상담 장면에서 부적응적 완벽 차원을 감소시키거나 포기하도록 돕는 것은 개인의 통합된 정체성의 일부를 버리게 하는 것이며 자기-결속과 자기-분쇄에 대해 의미심장한 관심을 표면화하는 것이라 논의한다. 이는 완벽주의의 구성 개념은 개인기준이나 실수 염려 등과 관련있는 성격특질로 설명하기보다는 자기-통합의 측면에서 조작화되어야 함을 시사한다. 넷째, 완벽주의 군집에 따라 정신건강 지표들(자존감, 우울, 내현적 자기에, 외현적 자기에)의 평균점수에서 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났다. 즉, 자존감에서는 건강한 완벽주의가 가장 높은 점수를 보였고, 자기에적 완벽주의가 가장 낮은 점수를 보였다. 우울에서는 건강한 완벽주의가 가장 낮은 점수를 보였고, 자기에적 완벽주의가 가장 높은 점수를 보였다. 그리고 내현적 자기에에서도 건강한 완벽주의는 가장 낮은 점수를 보였고, 자기에적 완벽주의는 가장 높은 점수를 보였다. 이러한 결과는 자기에적 완벽주의가 세 완벽주의 중 가장 부적응적인 완벽주의임을, 그리고 건강한 완벽주의가 가장 적응적인 완벽주의임을 다시 한번 확인시켜 주는 것이며, 자기-통합 수준에 근거한 완벽주의 구분이 적절함을 의미하는 것으로 볼 수 있다.

본 연구의 제한점과 추후연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 정밀한 군집분석을 사용했지만, 군집분석이 표본의 영향을 많이 받는다는 사실로부터 자유로울 수 없다. 또한 일회성 결과이므로 연구 결과를 대학생에게 일반화하는데 제한이 있다. 따라서 후속 연구에서는 더 큰 대학생 표집을 사용하여 완벽주의의 세 군집이 나타나는지 교차타당화를 실시할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에

서는 대학생들만을 대상으로 연구를 수행했기 때문에 연구결과를 청소년이나 일반인에게 일반화하는데 제한이 있다. 따라서 후속 연구에서는 청소년과 일반인을 대상으로 연구를 확대할 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 완벽주의를 자기-통합의 관점에서 구분하려고 시도하였는데, 그 과정에서 과대자기 변인만을 사용하였고 이상화 변인은 사용하지 않았다. 따라서 후속 연구에서는 이상화 변인을 포함시켰을 때에도 본 연구에서와 같은 결과가 도출되는지 확인해볼 필요가 있다.

여러 제한점에도 불구하고, 본 연구에서는 완벽주의를 기존 연구에서와 같이 두 가지 완벽주의가 아니라, 자기-통합 수준에 따라 세 수준의 완벽주의가 존재하며 이는 완벽주의를 자기-통합의 스펙트럼 상에 배열할 수 있음을 군집분석을 통해 경험적으로 밝혔다는데 연구의 의의가 있다. 본 연구의 결과는 상담 장면에서 완벽주의로 인해 내방한 내담자들의 문제평가와 개입방법 선택에 도움을 줄 것이며, 앞으로 완벽주의 척도제작을 위한 기초 자료로 사용될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 강선희, 정남운. 2002. 내현적 자기에 척도의 개발 및 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*. 14(4): 960-990.
- 송수민. 2007. 수치심 경향성과 죄책감 경향성의 비교: 심리적 특성과 상황적 변인에 따른 차이. *한양대학교 박사학위논문*.
- 윤정혜. 2008. 자기에측정도구(ISP)의 타당화 연구: Heinz Kohut의 자기심리학적 접근. *숙명여자대학교 박사학위논문*.
- 이훈진, 원호택. 1995. 자기개념과 편집증적 경향. *심리과학*. 4(2): 15-29.
- 전경규, 이민규. 1992. 한국판 CES-D 개별연구. *한국심리학회. 92연차대회 학술발표논문집*. 437-444.
- 정남운. 2001. 과민성 자기에척도(the Hypersensitive Narcissism Scale)타당화 연구. *한국심리학회지: 상담및 심리치료*. 13(1): 193-216.
- 정남운. 2001. 자기에적 성격검사의 요인구조와 아이젠크 성격차원 및 자존감과와의 관계. *한국심리학회지: 상담및 심리치료*. 13(2): 221-237.
- 한기연. 1993. 다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. *고려대학교 박사학위논문*.
- 하정희. 2006. 비합리적 사고와 완벽주의의 기능. *한양대학교 박사학위논문*.
- Akhtat, S. & J. A. Thomson. 1982. Overview; Narcissistic Personality disorder. *American Journal of psychiatry*. 139(1): 12-20.
- Dunkley, D. M., K. R. Blankstein, J. Halsall, M. Williams, and G. Winkworth. 2000. The Relation between Perfectionism and Distress; Hassles, Coping, and Perceived Social Support as Mediators and Moderators. *Journal of Counseling Psychology*. 47: 437-457.
- Flett, Hewitt, Blankstein, and O'Brien 1991. Perfectionism and Learned Resourcefulness in

- Depression and Self-esteem. *Personality and Individual Differences*. 12: 61-68.
- Frost, R. O., R. G. Heimberg, C. S. Holt, J. I. Mattia, and A. L. Neubauer. 1993. A Comparison of Two Measures of Perfectionism. *Personality and Individual Differences*. 14(1): 119-126.
- Frost, R. O., P. Marten, C. Lahart, and R. Rosenblate. 1990. The Dimensions of Perfectionism. *Cognitive Therapy and Research* 14: 449-468.
- Grzegorek, J. L., R. B. Slaney, S. Franze, and K. G. Rice. 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. and W. C. Black. 2000. Cluster Analysis. Grimm, L. G. and P. R. Yarnold. eds. *Reading and Understanding More Multivariate Statistics*. Washington, DC: Psychological Association.
- Hewitt, P. L. and G. L. Flett. 1991. Perfectionism and Stress Processes in Psychopathology. Flett, G. L. and P. L. Hewitt. Eds. *Perfectionism: Theory, Research and Practice*. Washington, DC: American Psychological Association Press.
- Kohut, H. 1971. *The Analysis of the Self*. New York: International Universities Press.
- Kohut, H. 1977. *The Restoration of the Self*. New York: International Universities Press.
- Norman, R., F. Davis, I. R. Nicholson, L. Cortese, and A. K. Malla. 1998. The Relationship of Two Aspects of Perfection with Symptomms in a Psychiatric Outpatients Population. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 17: 50-68.
- 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.
- Raskin, R. and C. S. Hall. 1981. The Narcissistic Personality Inventory: Alternate form Reliability and Further Evidence of Construct Validity. *Journal of Personality Assessment*. 45: 159-162.
- Rheume, J., M. H. Freeston, and Ladouceur. 1995. *Functional and Dysfunction Perfectionism: Construct Validity of a New Instrument*. Copenhagen: Paper Presented at the 1st Annual World Congress of Behavioral Cognitive Therapy.
- Rice, K., J. Ashby, and R. Slaney 1998. Self-esteem as a Mediator between Perfectionism and Depression: A Structural Equations Analysis. *Journal of Counseling Psychology*. 45: 304-314.
- Rice, K. G. and J. P. Dellwo. 2002. Perfectionism and Self-Development: Implications for Colledge Adjustment. *Journal of counseling & development*. 80(2): 188-196.
- Rice, K. G., A. E. Kubal, and K. J. Preusser. 2004. Perfectionism and Children's Self-concept:

- Further Validation of the Adaptive/Maladaptive Perfectionism. *Psychology in the Schools*. 41(3): 279-290.
- Robbins, S. B. and M. Patton. 1985. Self-psychology and Career Development: Construction of the Superiority and Goal Instability Scales. *Journal of Counseling Psychology*. 32: 221-231.
- Rosenberg, M. 1965. *Society and the Adolescent Self-image*. Princeton, NJ; Princeton University Press.
- Rothstein, A. 1984. *The Narcissistic Pursuit of Perfection*. 2nd. New York: International Universities Press.
- Slaney, R. B., J. S. Ashby, and J. Trippi. 1995. Perfectionism: Its Measurement and Career Relevance. *Journal of Career Assessment*. 3: 279-297.
- Slaney, R. B. and D. G. Johnson. 1992. *The Almost Perfect Scales*. Unpublished manuscript: The Pennsylvania State University.
- Slyter, S. L. 1989. *Kohut's Psychology of the Self: Measures of Healthy and Defensive Narcissism*. College Park: Doctoral Dissertation, University of Maryland.
- Sorotzkin, B. 1985. The Quest for Perfection: Avoiding Guilt or Avoiding Shame? *Psychotherapy*. 22: 564-571.
- Tangney, J. P., R. L. Dearing, P. E. Wagner, and R. Gramzow. 2000. *The Test of Self-Conscious Affect-3(TOSCA-3)*. Fairfax, VA: George Mason University.
- Trumpeter, N., P. J. Watson, and B. J. O'Leary. 2006. Factors within Multidimensional Perfectionism Scales: Complexity of Relationships with Self-esteem, Narcissism, Self-control, and Self-criticism. *Personality and Individual Differences*. 41: 849-860.
- Watson, P. J., S. P. Varnell, and R. J. Morris. 1999. Self-reported Narcissism and Perfectionism: An Ego-psychological Perspective and the Continuum Hypothesis. *Imagination, Cognition, and Personality*. 19(1): 59-69.

박월미: 연세대학교와 충북대학교에서 사회학과 심리학 석사학위를 받고 한국상담심리학회 상담심리사로서 현재 행복마중상담소 소장으로 재직 중이다(maria-98@hanmail.net).