

학생들에게 학업은 삶의 중요한 목적이며 과정이다. 학령기에 있는 학생들은 아침에 학교에 등교하는 것을 시작으로 학업 생활이 하루의 주된 비중을 차지하며, 필요에 따라 보충적인 학습과 다양한 과제를 수행하게 된다. 학업이 학생에게 주요한 내용인 만큼 대부분의 학생들은 자신의 주요 과업인 학업에서 성과를 내지 못하면 자신의 가치를 낮게 지각하고, 효능감도 낮아지는 등 다양한 부적응적 심리적 상태를 겪게 된다(Lemyre, Hall, & Roberts, 2007; Yang & Farn, 2005). 이와 같은 환경에서 학생들에게 학업은 잘 해야 하는 과업으로 인식이 되는 것이 사실이며, 지금까지의 많은 연구들에서 이러한 과중한 학업적 부담은 학생의 학업소진을 초래한다고 보았다(신효정 외, 2011). 학업소진은 과도한 학업적 요구로 인해 정서적으로 지치고, 공부를 멀리하고 싶어지며, 학생으로서 무능함을 느끼게 되는 증상을 일컫는다(Schaufeli, Martinez, Marques-Pinto, Salanova, & Bakker, 2002; Shin, Puig, Lee, Lee, & Lee, 2011). 학생을 학업소진으로 이끄는 요인들로는 과도한 학업량, 학업에 대한 환경적 압박, 부모의 기대 등의 변인들이 설명되어왔다(문경숙, 2008; 정의숙, 김갑숙, 2008; 조성연, 2007). 이렇게 학업소진을 유발하는 부적응적인 변인으로 다양한 변인들이 존재하지만, 학생의 학업소진을 줄이고 예방하기 위한 적응적 변인들로 학업적 동기, 대처방식, 완벽주의와 같은 개인적인 요인들도 연구되어 왔다(신효정 외, 2012; 이숙정, 유지연, 2008; Brazeau, 2010; Zhang, Gan, & Cham, 2007). 학업소진과 관련된 개인적인 변인들 중 완벽주의는 소진과 같은 심리적인 증상에 부적응적인 영향을 미치는 것으로 연구되어온 변인이지만(Appleton, Hall & Hill, 2009;

Zhang, Gan, & Chan, 2007), 최근 완벽주의는 부적응적인 측면과 적응적인 측면의 두 가지 측면으로 초점화 되어 완벽주의의 적응적인 측면도 비중 있게 연구되어 오고 있다. 그렇다면 적응적 완벽주의는 학생들의 학업소진을 감소시키는 데 긍정적인 영향을 미치며, 부적응적 완벽주의는 학생들의 학업소진을 감소시키는 데 부정적인 영향을 미친다고 할 수 있는가? 특히 완벽주의와 학업소진의 연구들은 학생들 중에서도 의학계열의 학생, 운동계열의 학생, 그리고 특정 계열이 아닌 일반적인 학업을 수행하고 있는 학생들을 대상으로 연구되어 왔다(Lemyre, Hall, & Roberts, 2007; Stoeber & Childs, 2010; Yu, Chae, Chang, 2016). 선행연구들에서는 이러한 전공계열에서 학생들의 심리사회적인 특징을 제시하고 있는데, 의학계열은 생명과 직결된 학문으로 수련과정에서 강박적일 정도로 완벽한 학업특성 그리고 운동계열은 기록 및 성취중심, 훈련환경 등이 완벽주의가 소진에 영향력 있는 관계를 나타낸다고 보고 있다(견영기, 조성명, 황현국, 이강욱, 2010; Appleton & Hill, 2012; Raedeke & Smith, 2001). 따라서, 전공계열에 따른 심리사회적인 특징을 기반으로 완벽주의와 학업소진의 관계가 연구되고 있는데, 이들을 대상으로 한 완벽주의와 학업소진의 관계는 일관되게 나타나는가를 확인할 필요가 있다. 본 연구에서는 최근 지지되고 있는 완벽주의의 다차원적인 요인에 따라 학업소진에 미치는 영향이 어떻게 다르게 나타나고 있는지, 각각의 학업적 영역에서 완벽주의의 요인과 학업소진의 관련성이 어떻게 다르게 나타날 수 있는지 확인해 보고자 한다. 즉, 완벽주의를 적응적인 완벽주의와 부적응적인 완벽주의로 나누어 완벽주의와 학업소진의 다차원적인 관계성과 기존까지

연구되어 온 학생들의 다양한 계열에서 완벽주의와 학업소진의 관계성이 어떻게 다르게 나타나고 있는지를 메타분석을 통해 체계적인 검토를 해 보고자 한다.

학업소진

소진 연구는 초기에 산업 및 조직 분야인 근로직과 서비스직 등의 직업적 영역에서 시작되어, 최근 10여년 동안 의료, 스포츠, 교육 등 다양한 전문직으로 분야가 확장되었다. 교사소진과 학업소진은 교육 분야에 속하는 소진 영역으로, 학생을 대상으로 한 학업소진은 의학계열, 운동계열, 일반계열의 세 가지 학업분야에서 학생을 대상으로 연구되어 오고 있다. 학업소진은 지속적인 학업스트레스와 과중한 학업요구로 정서적 피로감과 탈진, 학업에 대한 냉소적 태도, 학업에 대한 무능감이 주요 증상으로 정의된다(Schaufeli, et al., 2002; Shin, et al., 2011). 소진 증상은 학업적 요구가 많으나 학생이 통제할 수 없거나(Demand-Control model, DCM; Karasek, 1990), 학업적 요구는 많지만 그에 상응하는 보상이 불균형 할 때(Effort-Reward Imbalance model, ERI; Siegrist, 2002), 그리고 학생이 가진 자원이 만성화된 스트레스로 인해 손실되기만 하고 새로운 자원으로 보충되지 않아 자원부족과 결핍으로(Conservation Resources Model, CRM; Hobfoll, 1989)인해 나타날 수 있으며, 우울, 불안, 신체화 증상과 같은 심각한 심리 정서적 부적응을 초래할 수 있다고 보고 있다(Donders, Roskes, van der Gulden, 2007; Swider & Zimmerman, 2010; Boersma & Lindblom, 2009). 이러한 이론을 바탕으로 중고등학생과 대학생을 대상으로 한 일반계열 학업소진, 대학생들 대상으로 한

의학계열 학업소진, 중고등학생부터 대학생까지를 포함한 운동계열 학업소진 등 다양한 전공계열에서 소진연구가 진행되어왔다(견영기, 조성명, 황현국, 이강욱, 2010; 신호정 등 2012; Appleton & Hill, 2012; Raedeke & Smith, 2001). 먼저, 일반계열 학생의 학업소진에 영향을 미치는 요인들의 연구들에서 통제감, 대처방식, 완벽주의가 개인적 요인으로 연구되었고, 환경적 요인들로 부모 또래지지, 교사와 관계 등이 연구되어왔으며, 더 나아가 다차원적인 학업소진을 종단적으로 연구하면서 학업소진을 이끄는 초기 학업소진의 징후를 찾고 소진악화를 예방하기 위한 초기 대응이 구별되어야 한다는 연구들이 진행되었다(Leiter & Maslach, 1988; Taris, Le Blanc, Schaufeli, & Schreurs, 2005). 일반계열의 학생 외에도 다른 학업소진의 대상 영역으로 의학계열에서 의대생들의 소진이 있다. 의대생들은 6년의 긴 기간 동안 많은 의학 지식과 기술을 습득해야 하고 잦은 시험과 유급제도로 학업 성적에 대한 과중한 요구가 다른 학생들에 비해 상당히 크기 때문에 학업소진의 증상이 나타난다고 보고있다(이수현, 전우택, 양은배, 2012; 이금호 외, 2012). 특히 의학계열의 학생들은 다른 전공계열인 운동이나 일반계열의 학업소진의 평균 정도와 비교해 볼 때, 소진이 높게 나타나고 있어 최근 의학계열에서도 학업소진 연구가 지속되고 있다(이수현, 이동엽, 2013; Saipanish, 2003). 마지막으로 다른 전공계열인 운동계열에서 학생들의 학업소진이 있다. 운동계열에서 학업소진의 개념은 일반적 소진의 개념과 다소 차이가 있다고 보면서, 무능감(reduced accomplishment)을 달성하지 못한 목표로 인해 운동 기술과 능력 저하를 지각하는 것, 정서적 탈진(emotional and physical

exhaustion)을 훈련과 경쟁의 과도한 요구로 인한 탈진, 그리고 운동 가치저하(sport devaluation)를 운동 수행능력에 대한 관심이 없어지는 것으로 보았다(Raedeke & Smith, 2004). 운동계열에서 Gould(1996)는 소진은 동기가 없어지는 것이라고도 볼 수 있다고 제시하였는데, 운동선수들이 성취의 관점에서 중요한 목표를 달성하는 데 지속적인 실패로 인한 심리적인 타격에 대해 자신을 보호할 자원이 거의 없어지고, 순수한 운동에 대한 관심이 떨어져, 자신의 잠재성의 문제라고 인식이 깊어져 도전은 점점 더 어려워지고, 결국 성공에 대한 장애가 된다고 보았다. 의학계열, 운동계열, 일반계열 학업 분야의 세 가지 영역에서 학업 소진의 정의를 볼 때, 일반계열과 의학계열 학생들은 학업소진의 정의가 내용적인 관점에서 유사했고, 운동계열 학생들은 그들의 과업이 운동이므로 학업소진의 내용이 운동과 관련된 신체 정서 인식과 관련되어 정의되는 것으로 정리할 수 있다.

다차원적 완벽주의

학업소진과 관련하여 연구된 완벽주의의 개념은 학업에 대해 학생 스스로가 자신에 대한 높은 기대와 엄격한 평가 기준, 사회적으로 승인받고자 하는 욕구 등을 가지는 것으로 완벽에 대한 비합리적인 신념을 갖는 것으로 정의된다(Blatt, 1995; Burns & Fedewa, 2005; Flett, Hewitt, & DeRosa, 1996; Stoeber, et al., 2008). 초기 완벽주의 연구에서는 역기능적 태도 척도(Dysfunctional Attitudes Scale: DAS, 1979) 중 10개의 문항을 사용하여 완벽주의를 단일 차원으로 측정하였으며, 완벽주의의 역기능적 측면에 초점을 두었다. 따라서 초기 완벽주의

는 우울한 증상이나 자살 등 심리적 부적응의 원인이 된다고 논의 되어왔다(Blatt, 1995; Burns & Fedewa, 2005; Flett, Hewitt, & DeRosa, 1996). 그러나 1990년에 들어서면서부터는 몇몇 학자들에 의해 완벽주의의 다차원적인 측면(Multidimensional Perfectionism)이 조명되면서 부적응적 완벽주의뿐만 아니라 적응적 완벽주의에 대한 연구도 이루어지게 되었다(Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990; Hewitt & Flett, 1991a). Hewitt과 Flett(1991)은 완벽주의를 자기지향 완벽주의, 사회부과된 완벽주의, 타인지향 완벽주의로 완벽주의를 다차원적인 개념으로 구분하였으며, 자기지향 완벽주의는 매우 높게 자기에게 부과된 비현실적인 기준과 강한 자기 검토, 그리고 자기결점이나 실패를 비판적으로 평가하는 것으로 보았다. 많은 부분 자기지향 완벽주의는 효능감과 같은 적응적인 측면과 관련되지만, 다른 한편으로 자기비판과 같은 부적응적인 측면과도 정적으로 관련이 된다(Flett, Hewitt, & Mittelstaedt, 1991; Frost, Benton, & Dowrick, 1990;). 사회부과된 완벽주의는 외적으로 부과된 신념으로 중요한 타인이 비현실적이고 과도한 기대를 가지고 있을 때 개인이 인정받고 수용되기 위해 이 기준을 충족시키려고 하는 것이다. 그러므로 자기지향 완벽주의는 성취 스트레스와 주로 관련이 있지만, 사회부과는 대인관계적 측면과 성취 스트레스 모두와 관련이 있다고 하였다(Hewitt & Flett, 1993). 또한 Frost, Marten, Lahart and Rosenblate(1990)은 실수에 대한 염려, 높은 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화 등 여섯 개의 하위개념으로 다차원적인 완벽주의를 분류하고 설명하였다. 특히 높은 개인적 기준, 조직화는 높은 성취 추구하고 관련이 있었고,

실수에 대한 염려, 높은 부모기준, 수행의심은 우울과 같은 심리적 장애 관련이 있었다. Frost, Heimberg, Holt, Mattia, and Neubauer (1993)는 Frost et al(1990)과 Hewitt과 Flett (1989)의 다차원적 완벽주의 척도를 비교하면서 요인분석을 통해 부적응적 평가 염려와 적응적 성취 추구라는 두 가지 주요한 요인을 분석해 냈다. 이들은 실수에 대한 염려와 사회부과된 완벽주의는 병리적인 요인과 관련이 있다고 하였으며, 사회부과된 완벽주의는 실수에 대한 염려, 높은 부모 기대, 부모비판이 포함된다고 보았다. 이러한 발견은 완벽주의가 정상적 적응적 기능과 심리적 장애와 같은 부적응적 기능과 모두 관련된 복잡한 현상임을 보여준다. 이와 유사한 분류로 또 다른 연구자들은 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의의 두 차원으로 완벽주의를 정의하였고(Rice & Dellwo, 2002; Wong, AEsaln, & Rice, 2007) 이 두 차원에 해당되지 않는 사람들은 완벽주의가 아닌 사람으로 분류하였다. 최근 연구에서도 완벽주의 추구하고 완벽주의 염려의 두 차원으로 완벽주의를 설명하기도 하는데, 완벽주의 추구는 매우 높은 개인적 수행기준을 정해놓고 완벽을 추구하는 개념이며, 완벽주의 염려는 기대와 수행 사이에 불일치한 감정, 부적응적 사회적 평가에 대한 두려움, 실수에 대한 염려와 관련된 측면으로 불완전성에 대한 부적응적 반응을 말한다(Gorwals, Stoeber, Dunn, & stoll, 2012).

지금까지의 완벽주의에 대한 다차원적인 척도는 하위요인이 2개부터 6개로 분류되어, 여러 연구자들에 의해 반복적으로 연구되면서 유사한 하위요인들이 유목화 되어왔다. 완벽주의의 하위요인별로 유사한 결과를 얻어낸 하위요인들로 정리하면, 적응적인 완벽주의는

높은 개인적 기준, 조직화, 완벽주의 추구로, 부적응적 완벽주의는 실수에 대한 염려, 높은 부모 기대, 부모비판, 수행에 대한 의심, 완벽주의 염려, 사회부과된 완벽주의로 구분할 수 있다. 완벽주의는 스트레스가 유지되는 과정에 중요한 역할을 하는데, 특히 부적응적 완벽주의는 흑백논리적 사고로 이분법적으로 환경을 지각하게 하거나, 과거실패에 대해 반추하게 하고, 강력한 자기 합리화를 하게 함으로써 경직된 자기평가를 하게한다. 결과적으로 부적응적 정서 경험을 유발하게 하고 비생산적인 회피대처전략이 사용된다. 이러한 패턴으로 부적응적 완벽주의는 주로 소진, 불안, 우울 등 부적응적인 변인에 정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀져왔다(Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubauer, 1993; Terry-Short, Owens, Slade, & Dewey, 1995; Zhang, Gan, & Cham, 2007). 반면, 적응적 완벽주의는 스스로에 대해 설정한 높은 기준 자체가 내적 동기로 작용하기 때문에 어려움을 인내하는 경향이 있고, 일을 완벽하게 성취하려는 태도를 보여 안정적이며, 심리적으로 적응적인 변인들과 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(박진희, 1997; 홍혜영, 1995). 이에 본 연구에서는 다차원적 완벽주의 모델의 원리를 기초로 하여 하위요인을 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의로 구분한 개념을 적용하고자 한다.

다차원적 완벽주의와 학업소진의 관계

학업은 학령기에 해당되는 시기인 학생들이 해야 하는 주요한 과업으로 지각된다. 탈진, 냉소, 무능감의 요인들로 구성된 학업소진은 학생들에게 정서적으로 부적응적인 결과를 초래할 수 있고 동기 등 학업적 수행을 떨어뜨

리거나 학업을 중도포기 하는 심각성을 초래할 수 있다(신효정 등, 2011). 이러한 이유로 선행연구에서는 학업소진에 개입하고 예방하기 위해 학업소진의 개인적인 변인들과 관련된 성격 요인들을 연구해 왔으며, 그 중 하나로 완벽주의적 성향이 고려되었다(조한익, 이현아, 2009, 2010; Chang et al., 2015). 앞서 정리한 바와 같이 다차원적으로 완벽주의를 분류한 선행연구들을 볼 때, 적응적 완벽주의는 완벽주의 추구, 자기지향적 완벽주의, 높은 개인적 기준, 조직화 등과 구성 개념적 맥을 같이 하며, 부적응적 완벽주의는 완벽주의 실수에 대한 염려, 사회부과된 완벽주의, 부모의 비판, 부모의 기대, 수행에 대한 의심 등과 구성 개념적 맥을 같이 한다. 많은 연구들에서 완벽주의의 이러한 두 가지 차원이 심리적 기능, 우울, 스트레스, 소진과 관계되는 중요한 선행변인이 된다고 보았다(Chang, Watkins, & Banks, 2004; Enns, Cox, & Clara, 2002; Enns, Cox, Sareen, & Freeman, 2001; Klibert, Langhinrichsen-Rohling, & Saito, 2005). 초기 완벽주의 연구에서는 높은 기준에 도달하지 못하는 것이 극심한 스트레스를 가중시키고 탈진을 이끈다고 하였다(Magnusson, Nias, & White, 1996). 또한 자기지향 완벽주의는 완벽을 추구하기 위한 높은 자기기준과 동기를 가지기 때문에 자기 처벌적 태도와 지각된 실패감을 크게 느껴 우울과 심각한 스트레스에 취약한 것으로 밝혀졌다(Flett et al., 1995; Hewitt & Flett, 1993; Hewitt et al., 1996). 그러나 최근 다른 연구들은 자기지향 완벽주의를 적응적 요소로 정의하면서(e.g. Cox et al., 2002; Dunkley, Blankstein, Halsall, Williams, & Winkworth, 2000; Enns, Cox, & Clara, 2002; Frost et al., 1993), 자기지향 완벽주의는 자기통제감이나 성취동기

등 적응적 개념들과 관련되어 적응적인 심리적 적응에 영향을 미친다고 보았으며, Chang, Lee, Byeon, & Lee(2015)의 연구에서도 자기지향 완벽주의와 학업소진의 관계에서 부적적인 관련성이 있음이 증명되었다. 즉, 자기지향 완벽주의가 내적 동기로 작용하여 안정적으로 일을 완벽하게 성취하려는 태도를 고수하기 때문에 적응적인 변인들과 정적인 영향을 미치는 것으로 나타난다고 설명하며(박진희, 1997; 홍혜영, 1995), 같은 맥락으로 적응적 완벽주의는 학업성취, 열의와 정적으로 관련이 있으며(Enns, Cox, Sareen, & Freeman, 2001), 학업적 효능감에도 정적인 영향을 준다는 것과 관련이 있다(Ahn & Kim, 2006). 이와 반대로, 다른 연구에서는 높은 개인의 기준은 탈진과 유의한 관련성이 없거나, 오히려 높은 개인의 기준이 소진을 증가시킨다는 결과가 있다(White & Schweitzer, 2000). 즉, 자신에 대한 높은 기준을 달성하지 못하게 되면 무능감을 느껴 결국 더 큰 정신적 피로를 느끼게 된다고 보는 선행연구도 있어, 여전히 적응적 완벽주의와 학업소진과의 관련성은 혼재된 결과로 이루어져 있음을 확인할 수 있다. 한편, 완벽주의 중에서도 사회부과된 완벽주의와 학업소진은 정적인 관련성이 있는 것으로 나타났으며(장은비, 변은지, 성현모, 이상민, 2016), 하위요인 별로 사회적으로 부과된 완벽주의는 탈진과 냉소와 정적인 관련이 있으며, 실수에 대한 염려나 수행에 대한 의심 또한 만성화된 탈진 증상을 점차적으로 증진시킨다고 하였다(Mitchelson & Burns, 1998). Çam, Deniz, and Kurnaz(2014)의 연구에서는 완벽주의와 정서적 탈진, 냉소가 밀접한 관련이 있다고 하였다. 이러한 결과들을 정리해 보면, 부적응적 완벽주의는 소진의 하위요인들과 정적인 관련성이 있는 반면에

적응적 완벽주의는 소진의 하위요인들과 부적 관련성이 있거나 유의한 관련성이 없는 것으로 볼 수 있다. 결국, 부적응적 완벽주의는 소진에 직접적으로 영향을 미칠 수 있음을 예측해 볼 수 있고, 적응적 완벽주의는 소진에 직접적인 영향보다는 촉진적인 변인이나 조절 변인으로 개입됨도 예측해 볼 수 있다.

완벽주의와 학업소진의 조절변인

본 연구에서는 완벽주의와 학업소진의 관계에서 조절변인으로 전공계열별 대상자들의 특성을 분류하였다. 흥미롭게도 학업분야에서 학업소진과 완벽주의의 관계는 주로 의학과열 학생, 운동계열 학생, 일반계열 학생들 사이에서 소진에 대한 연구가 수행되어 왔다. 이러한 연구들은 의학과열과 운동계열 학생들이 학업에 임하는 심리 사회적 특징이 다르게 나타나고 있음을 설명하면서 학업적인 스트레스가 과중되어 가면서 각각의 전공계열 학생들에 따라 완벽주의와 학업소진의 관계가 다를 수 있음을 추측해 볼 수 있게 한다. 전공계열에 따라서 다양하게 완벽주의와 학업소진의 관련성이 차이가 있음을 보여준 한 선행연구는 의대생이 일반대학생보다 적응적 완벽주의(개인적 기준, 조직화, 자기 지향)의 수준이 높고, 부적응적 완벽주의(수행에 대한 의심) 수준은 낮다고 하였다(Enns, et al., 2001). 특히, 의학과열 학생들의 경우는 일반계열 학생들과 달리 중 고등학교 시절부터 학교에서 최상위권을 차지하며 자신의 학업적 성취감을 꾸준히 경험했던 학생들로 이들은 의대생이 되면서 모두 비슷한 학업성취수준을 가진 학생들 간에 새로운 경쟁을 하게 된다. 그리고 환경적으로 의대생들은 사람의 생명과 직결된 학문을 수행

하게 되면서 세심하고 완벽히 숙련해야 하는 강박적이고 완벽주의적인 학업적 특성이 지속적으로 요구된다(견영기, 조성명, 황현국, 이강욱, 2010). 즉, 의대생들은 과중한 학업적 요구와 경쟁, 휴식 및 잠의 부족, 의사자격시험준비, 환자를 돌보는 것에 대한 책임 등이 과중하게 부과되는 특징이 있다(Chang, & Rand, 2000; Yu & Chae, 2016). 이러한 의대생들의 학업과 관련된 과중함을 반영한 심리사회적인 특징을 토대로 학업소진과 완벽주의적 성향에 대한 선행연구들이 진행되어 왔다. 의대생의 완벽주의와 소진의 관련성에 대한 선행연구들에서는 적응적 완벽주의는 소진을 감소시키고, 부적응적 완벽주의는 소진을 증가시키는 것으로 나타났다(Yu & Chae, 2016). 그러나, 일부 연구들에서는 적응적 완벽주의와 소진의 관계가 반대의 결과를 보였는데, 이는 의대생들은 정확하고 세심하고 높은 수준의 능력이 일반적으로 요구되기 때문에 과제를 완성하는데 과도하게 높은 수준의 기준을 가진 학생은 추가적으로 자기 부과된 압력을 가질 수 있다고 본 결과였다(Humphris & Kaney, 1998). 즉, 의대생의 경우 적응적 완벽주의를 가질지라도 학업소진이 될 수 있음을 추측해 볼 수 있다. 이를 뒷받침하는 선행연구로서 적응적 완벽주의가 의대생들이 평균적으로 높았지만, 적응적 완벽주의와 신경증의 관련성이 높음을 제시함으로써 의대생이 적응적 완벽주의를 가지고 있더라도 성취와 관련된 과도한 스트레스와는 정적인 관련이 있을 수 있음을 알 수 있다(Enns, Cox, Sareen, & Freeman, 2001). 반면, 일관되게 의대생에 있어서도 부적응적 완벽주의(수행에 대한 의심, 실수에 대한 염려, 부모비난, 사회부과 완벽주의)는 정서적 탈진, 냉소, 무능감과 같은 부적응적 정서 경험과 정적인

관련이 있었다(견영기, 조성명, 황현국, 이강욱, 2010).

한편, 운동계열의 학생들의 경우, 이들의 성취는 다른 학생들과의 경쟁뿐만 아니라 자신의 기록과의 경쟁이며, 오랜 기간 자신을 단련하고 숙련시켜야 하는 과중한 훈련시간이 필요한 환경에 있게 된다. 따라서 운동계열 학생들의 학습소진은 훈련과 경쟁 속에서 도전적 목표를 위해 지속적인 노력과 헌신을 하면서 나타나는 신체 정서적 탈진의 상태라고 보았다(Lemyre, Hall, & Roberts, 2008). 즉, 운동계열 학생들은 환경적 맥락에서 성취 추구에 대한 요구는 지속적으로 증가하나 성취가 수용 가능한 기준에 미치지 못하는 것으로 지각될 때 결국 소진이 발달한다. 특히 운동선수의 성취 추구의 결과는 자기 가치에 대한 위협으로 평가되기 때문에, 운동선수가 경험하는 성취는 높은 동기를 갖게 하고 운동에 대한 관심과 투자를 하게 한다(Gould, 1996). 하지만 이들의 불만족스런 성취는 일련의 부적응적 인지 및 부적응적 정서반응을 가져온다. 이렇게 반복적인 성취 불만족으로 유발된 소진은 신체적 심리적으로 관심을 떨어뜨리고, 자기 가치감을 타당화하기 위한 노력이 약화되고, 동기의 변화를 가져오게 된다(Lemyre, 2005). 선행연구들은 운동선수 소진의 결정적인 동기적 요소로 완벽주의를 꼽으며, 완벽주의를 높은 성취지향 운동선수의 주요 특징으로 고려해왔다(Appleton & Hill, 2012; Raedke & Smith, 2001). 따라서 운동계열 학생들은 자신의 수행이 최대로 발휘될 수 있도록 단련기간이나 경쟁을 위해 자신에 대한 동기부여와 심리적인 단련이 중요하다고 할 수 있다. 즉, 운동선수들은 스스로 과중한 훈련기간 동안에 자신에 적합한 기준을 세우고, 특징적으로 자

신이 가진 불안을 인지적으로 조절하고, 주변의 코치와 부모로부터 격려 등을 받으면서 자신의 인지 정서 행동을 조절해야 하는 것이 중요해 보인다. 초기 운동계열에서 완벽주의는 높은 스트레스 수준과 관련되며 운동선수 소진에 기여하는 개인적인 요인으로 간주되었다. 하지만 최근 운동 분야에서도 완벽주의의 부적응적 효과가 일관되지 않는 것을 밝히면서 다차원적 완벽주의에 관심을 가지게 되었다. Gould et al.(2002)는 올림픽 챔피언들을 인터뷰했는데, 완벽주의가 그들의 성취에 기여했다는 결론을 얻으면서, 적응적 완벽주의는 기준이 융통적이며, 실패를 피하기보다는 건강하게 성취를 추구하고, 미래의 성공에 대해 더 낙관적이라고 보았다. 또한 성공에 대한 욕구가 강하며 미래 성공에 대한 디딤돌로서 실수를 받아들인다. 한편 부적응적 완벽주의는 실패와 부적응적 결과들을 예방하기 위해 높은 수준의 목표를 정하며, 부적응적 완벽주의는 무시해도 될 실수에 대해 더 반추하기 쉽고, 이런 운동선수들은 승리해도 자부심을 경험하기 어려워 소진에 취약하다고 하였다(Harris et al. 2008; Stoeber, 2007). 이러한 선행 연구들에서 운동 심리학자들은 완벽주의가 인지과정을 완벽하게 되려고 하는 욕구를 포함한 자동적 사고라고 보았다. 이에 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의는 다른 인지과정과 정서 상태와 관련되어 있음을 제시하였다(Slade & Owens, 1998). 즉, 완벽주의자들은 자기 가치감을 달성할 수 없는 목표와 연결하여 초점을 둔다. 운동선수들에게 있어서도 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의는 서로 다른 유형으로, 적응적 완벽주의는 소진과 부적응적으로 부적응적 완벽주의는 소진과 정적으로 관련있는 것으로 나타난다고 보았다(Chen et

al, 2008; Hill et al, 2008). 특히, 운동계열은 통제적이고 엄격한 분위기에서 오랜시간 지속되는 훈련을 받아야 하는 심리사회적 환경이 탈진을 유발한다는 원리로 강박적인 태도를 이끌어내고, 결국 경직된 사고, 부정적 정서반응으로 이려져 탈진으로 연결된다고 보았다 (Curran et al., 2011; Penniment & Egan, 2011). 특히 운동선수들은 동기적인 요인이 중요하므로 적응적 완벽주의가 소진을 줄이는 데 중요한 변인으로 보여지며, 자기가치감을 떨어뜨리는 부적응적 완벽주의는 소진의 무능감과 강한 관련이 있을 것으로 예측된다.

완벽주의와 소진의 관계를 정리해 보면, 완벽주의를 전체의 개념으로 보며, 완벽주의 자체가 학업소진에 부적응적인 영향을 준다는 연구가 있으며, 다른 한편으로 완벽주의를 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의 즉, 다차원적인 개념으로 구분하여 적응적 완벽주의는 학업소진을 감소시키는 데 적응적인 영향을 주며, 부적응적 완벽주의는 학업소진을 감소시키는데 부적응적인 영향을 미친다는 연구들이 있다. 그러나 적응적 완벽주의와 학업소진의 관계는 그 결과가 혼재되어 있는 것으로 나타난다. 즉, 적응적인 완벽주의와 학업소진의 관계에서 의학계열 학생들은 적응적 완벽주의가 학업소진을 줄이는 데 적응적인 영향을 미친다는 것으로 일관된 결과를 보이지 않았고, 의학계열 학생들은 주변의 기대가 높은 환경적 특징으로 사회부과된 완벽주의와 학업소진과 관련된 특성을 비중 있게 연구하고 있었다. 운동계열 학생들은 학업적 동기가 중요한 요인으로 작용하는 완벽주의와 소진의 관계를 주로 연구해 오며, 적응적 완벽주의가 소진을 줄이는 데 적응적인 영향력이 있었으며, 일반학생들 또한 적응적 완벽주의는 적응

적인 영향을 미치나 부적응적 완벽주의가 학업소진에 부적응적인 영향을 미친다는 관계를 알아본 연구들에 비중을 두고 있음을 알 수 있었다. 한편, 선행연구들에서 다차원적인 척도로 학업소진보고 있으며, 학업소진을 종단적으로 연구하면서 학업소진이 시작되는 초기 발달적 요인을 찾는 연구들이 진행되고, 소진을 예방하기 위한 초기 대응이 구별되어야 함을 밝혀왔음에도 불구하고(Noh, Shin, & Lee, 2013; Leiter & Maslach, 1988; Taris, Le Blanc, Schaufeli, & Schreurs, 2005), 완벽주의와 학업소진의 하위 요인별 관련성에 대한 연구는 미비한 상태이다. 이에 본 연구에서는 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의를 나누어 다차원적 완벽주의와 학업소진과의 관계를 메타분석으로 검토하고, 전공계열을 일반, 의학, 운동계열로 나누어 조절변인으로 검증해보고자 한다. 이러한 연구결과는 전공계열 별로 완벽주의에 대한 이해를 달리하며, 학생들의 학업소진에 대한 선행요인으로서 완벽주의에 대한 차별적인 개입의 방향을 제언하는 데 기여할 수 있을 것이다.

방 법

문헌검색 및 연구물 선택 준거

본 메타연구를 수행하기 위해 2007년 1월부터 2017년 1월까지의 국내외 학술지와 학위논문을 검색하였다. 문헌 검색을 위해, 해외문헌은 PsychINFO, MEDLINE, Eric, EBSCO, Google Scholar 등의 전자검색 도구를 사용하였으며, 국내 논문은 RISS, KISS 등을 사용하였다. 문헌검색의 주제어로는 Perfectionism,

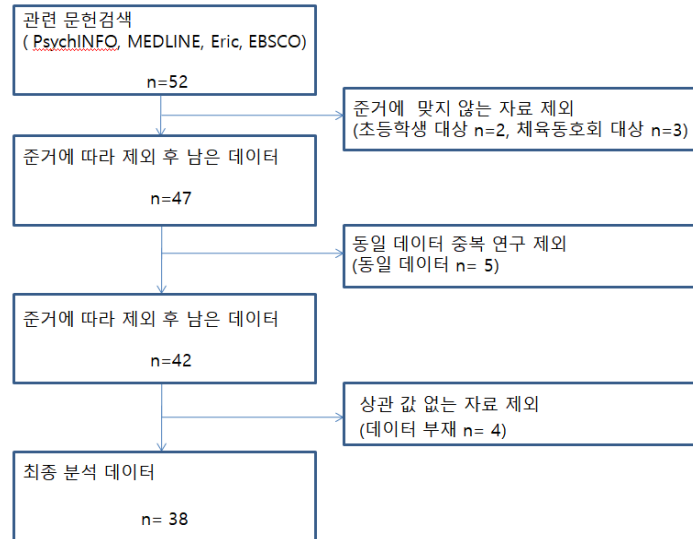


그림 1. 문헌선택 흐름도

FMPS(Frost Multidimensional Perfectionism Scale), HMPS(Flett Multidimensional Perfectionism Scale), MPSS(Multiple Perfectionism Scale for Sport), MPS-H(Multidimensional Perfectionism Scale), MIPS(Multidimensional Inventory of Perfectionism in Sport), Academic Burnout, ABQ(Athlete Burnout Questionnaire), MBI-SS(Maschlash Burnout Inventory-Student Survey), 완벽주의, 학업소진, 의과대학생, 스포츠, 운동 등의 조합이 사용되었다. 연구대상 논문 수집 과정은 PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses)에서 제시된 가이드라인에 준거하여 그림 1의 과정을 거쳤다.

자료 수집을 위해 3명의 연구원이 참여하였으며, 수집된 연구들은 다음과 같은 준거를 기준으로 분석자료를 선정하였다. 첫째, 본 메타 연구는 완벽주의와 학업소진에 대한 관련성을 체계적으로 검토하는 데 목적이 있으므로 중고등학생과 대학생까지로 연구대상의 연령범위를 제한하였다. 둘째, 효과크기 산출을

위해 완벽주의와 학업소진의 상관 계수가 제시된 연구들로 제한하여 효과크기를 산출할 수 있는 논문들을 포함하였다. 셋째, 학위논문과 학술지 논문을 모두 포함하되 논문과 학술지가 중복되거나, 다른 제목의 논문이더라도 같은 대상으로 중복된 연구가 수행된 경우 분석에서 제외하였다.

2007년 1월에서 2017년 1월 사이에 관련 주제로 검색된 문헌 총 52편 중, 준거에 맞지 않는 자료를 제외하고 최종 분석 대상으로 선정되었다. 먼저 초등학생 대상의 논문 2편과 체육동호회대상 논문 3편을 제외하였고, 동일 데이터를 사용한 중복 연구 5편을 제외하였다. 그리고, 상관값이 없는 논문 4편을 제외하여 총 12편을 배제하고, 최종적으로 총 38편의 논문이 분석에 선정되었다.

자료의 입력과 분석

본 연구를 위해 수집된 논문 38편을 일정한

양식과 틀에 따라 정리하였다. 코딩표에는 논문ID 번호, 완벽주의 척도와 하위 요인, 소진 척도와 하위요인, Pearson 상관계수 (r), 유의도 값(p), 일반계열/의학계열/운동계열 구분, 논문 저자명, 연도, 학술지 명 등으로 구성하였다. 메타분석은 코딩된 각 연구의 상관계수를 기초로 Comprehensive Meta Analysis 2.0 소프트웨어(Borenstein, Hedges, Higgins, & Rothstein, 2005)를 사용하여 분석하였다. 메타분석에 포함된 연구에서 보고된 상관값 r 을 사용하여 효과크기를 산출하였다. 효과크기는 표준화된 형태이므로 연구 간의 비교가 가능하며 표본 크기에 독립적이다. 또한 크기와 함께 방향에 대한 정보를 포함하고 있다는 장점이 있다. 본 연구에서 효과크기를 산출하기 위해 먼저 개별 연구에서 보고된 상관값 r 을 Cohen's d 로 변환하였다. 하지만 표본크기가 작은 경우 d 값의 추정치가 편파되는 문제점이 있으므로 Hedges' g 를 사용하여 효과크기를 교정하였다. 효과크기는 0.2는 작은 효과크기, 0.5는 중간효과 크기, 0.8은 큰 효과크기로 해석할 수 있다 (Cohen, 1988). 계열별 각기 다른 효과크기를 확인하기 위하여 전공을 조절변수로 하여 조절효과 분석을 이질성 지수(Q , I^2)로 확인하였다. 사후검증을 위하여 일대일 Z검증을 실시하고, 일중 오류를 통제하기 위해서 Z검증 기준값인 α 를 하위집단의 수로 나누어준 조정된 α 값을 적용하였다(Borenstein, Hedges, Higgins, & Rothstein, 2009). 메타분석에 포함된 연구 중에 표본의 크기가 큰 연구는 통계적 유의성이 있다고 보여지기 쉬우며 표본의 크기가 작을 경우 효과크기가 매우 커 통계적 유의성이 있는 경우만 출판이 될 가능성이 높게 되는 출판편의가 생기기 쉽다. 따라서 본 연구에서는 시각적으로 출판편의 가능성을 알아보기 위해

funnel plot을 실행하였으며, 안정성계수(fail-safe N)을 검사하여 출판편의 여부를 확인하였다. 효과 크기 차이의 이질성을 확인을 위해 Q 통계량을 사용하여 고정 또는 랜덤효과 모델을 선택하여 변수를 균질 또는 이질로 구분하였고, 이질성의 정도를 확인하기 위해 I^2 지표를 사용하였다.

결 과

학업소진과 다차원적 완벽주의

학업소진과 그 하위요인의 적응적 완벽주의, 그리고 부적응적 완벽주의와의 관련성을 분석한 결과는 표 1에 제시되어 있다. 첫째, 적응적 완벽주의, 부적응적 완벽주의와 소진 전체 상관의 효과크기 제시, 둘째, 적응적 완벽주의, 부적응적 완벽주의와 소진 하위요인 간의 상관의 효과크기 제시, 마지막으로 전체 효과크기 출판오류 확인을 위한 funnel plot 등의 검토결과를 제시하였다.

메타분석 결과, 학업소진 전체와 적응적 완벽주의는 부적상관관계($g = -.34, p < .001$)를, 부적응적 완벽주의와는 정적 상관관계를 맺고 있음이 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($g = .44, p < .001$). 먼저 적응적 완벽주의와 학업소진의 하위 요인을 살펴보면, 무능감($g = -.47, p < .001$)와 냉소($g = -.43, p < .001$)순으로 높은 정도의 부적상관관계를 맺고 있었다. 반면 정서적 탈진은 적응적 완벽주의와 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다($g = -.13, p > .05$). 부적응적 완벽주의와 학업소진의 하위요인을 살펴보면, 정서적 탈진($g = .48, p < .001$) 무능감($g = .36, p < .001$), 그리고

표 1. 완벽주의와 소진관련 변인들과의 메타분석

			Estimated Effect Size		Heterogeneity		Publication Bias
	<i>k</i>	<i>n</i>	Hedges's <i>g</i>	95% CI	<i>Q_T</i>	<i>I²</i> (%)	Fail-Safe <i>N</i>
적응적 완벽주의							
학업소진 전체	13	3,276	-.34***	[-.48 ~ -.20]	45.73***	73.76	255
정서적 탈진	17	4,009	-.13	[-.31 ~ .04]	115.95***	86.20	53
냉소	15	3,495	-.43***	[-.62 ~ -.25]	92.43***	84.85	492
무능감	14	3,056	-.47***	[-.74 ~ -.21]	152.20***	91.46	572
부적응적 완벽주의							
학업소진 전체	20	4,685	.44***	[.33 ~ .55]	64.01***	70.32	1,053
정서적 탈진	15	2,891	.48***	[.31 ~ .63]	55.28***	74.68	497
냉소	16	3,211	.33***	[.17 ~ .49]	68.77***	78.19	283
무능감	15	2,891	.36***	[.18 ~ .54]	73.09***	80.85	256

주. *k* = 효과크기수, *Q_T* = 동질성 검정 통계량, *I²* = 효과크기의 이질성(%), Hedges's *g* : 교정된 효과크기

냉소($g = .33, p < .001$)순으로 모두 정적상관 관계를 맺고 있었다.

한편 학업소진과 적응적 완벽주의의 전체효과 크기에 대한 출판오류 분석을 실시한 결과는 그림 2와 같다. 출판오류 분석을 위한 funnel plot의 분포 형태를 보면 완벽한 좌우대

칭은 아니지만 전체적으로 대략적인 대칭 분포의 모습을 지닌 것으로 볼 수 있다. 이를 보다 정밀하게 살피기 위해 Duval과 Tweedie의 trim and fill 분석을 실시한 결과 출판오류로 인해 메타분석에 포함되지 못한 효과크기 사례들을 포함할 경우 무선효과모형에서의

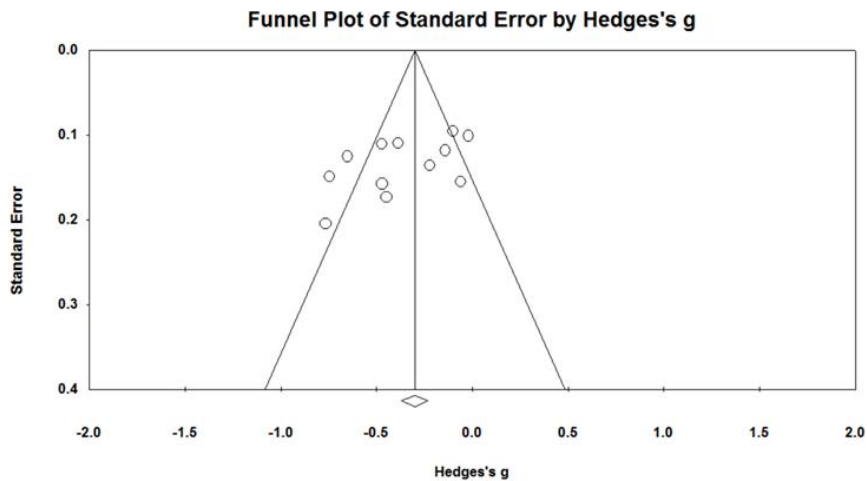


그림 2. 학업소진 전체와 적응적 완벽주의의 효과크기의 출판오류 분석

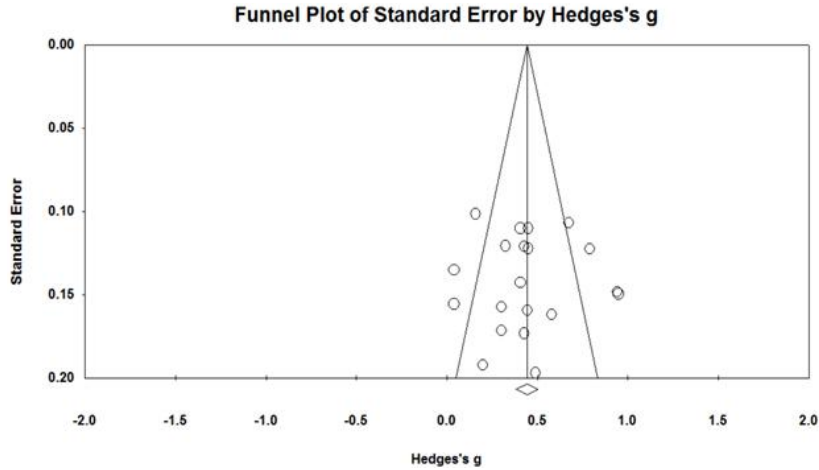


그림 3. 학업소진 전체와 부적응적 완벽주의 효과크기의 출간오류 분석

adjusted value의 효과크기는 -0.335 (95% CI: $-0.475 \sim -0.195$)로 표 1의 분석 결과와 비교할 때 큰 차이가 없음을 알 수 있다. 학업소진과 부적응적 완벽주의의 전체효과크기에 대한 출간오류 분석을 실시한 결과는 그림 3과 같다. 부적응적 완벽주의의 funnel plot 분포 역시 적응적 완벽주의와 마찬가지로 완벽한 좌우대칭은 아니지만 전체적으로 대칭 분포의 모습을 지닌 것으로 볼 수 있다. Duval과 Tweedie의 trim and fill 분석을 실시한 결과 adjusted value의 효과크기는 $.442$ (95% CI: $.332 \sim .553$)로 표 1의 분석 결과와 같음을 알 수 있다.

조절효과 분석

학업소진과 다차원적 완벽주의 간에 관계에서 계열별(일반, 의학, 운동) 조절효과를 분석한 결과는 표 2와 같다. 먼저, 적응적 완벽주의와 학업소진 전체로 볼 때, 적응적 완벽주의와 학업소진간의 효과크기는 운동계열($g = -0.57$), 일반계열($g = -0.34$), 의학계열($g = -0.12$)순으로 나타났다. 세부계열별로 구체적 차이가

있는지 확인하기 위하여 사후검증을 실시한 결과 운동계열과 의학계열간의 효과크기의 차이는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($Q_B = 11.7, df = 2, p = .00, Z_{diff} = -5.8 > -1.4$). 적응적 완벽주의와 학업소진의 하위요인을 살펴볼 때, 적응적 완벽주의와 무능감의 효과크기는 하위집단별로 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났다($Q_B = 9.96, df = 1, p = .00, Z_{diff} = -7.34 > -2.38$). 즉, 일반계열($g = -0.95$)이 운동계열($g = -0.33$)보다 큰 효과크기를 보였다. 하지만 그 외에 적응적 완벽주의와 정서적 탈진, 그리고 냉소에서는 하위집단별로 통계적 유의성은 확인 되지 않았다. 즉, 적응적 완벽주의와 학업소진 전체간의 관계는 계열별로 각기 다른 것으로 나타났으며, 구체적으로는 의학계열과 운동계열간에 각기 다른 정도의 적응적 완벽주의와 학업소진 전체간의 관련성을 보였다. 일반계열과 운동계열간의 두 변인간의 관련성 정도의 차이는 없는 것으로 나타났다지만, 운동계열이 의학계열과 비교하였을 때, 적응적 완벽주의와 학업소진간의 부적인 관계가 더 큰 것으로 나타났다.

표 2. 계열(일반, 운동, 의학)에 따른 효과크기 차이

	<i>k</i>	<i>n</i>	Estimated Effect Size		Heterogeneity		사후검증
			Hedges's <i>g</i>	95% CI	<i>Q_B</i>	<i>I</i> ² (%)	
적응적 완벽주의와 학업소진 전체					11.7***	69.59	sig. (<i>Q_B</i> =11.7, <i>df</i> =2, <i>p</i> =.00), 운동>의학 (<i>Z_{diff}</i> = -5.8 > -1.4)
일반	7	2,203	-.34***	[-.53 ~ -.14]			
운동	3	518	-.57***	[-.76 ~ -.36]			
의학	3	555	-.12	[-.29 ~ .04]			
적응적 완벽주의와 정서적 탈진					.25	86.93	ns. (<i>Q_B</i> =.25, <i>df</i> =1, <i>p</i> =.62)
일반	5	1,859	-.06	[-.40 ~ .27]			
운동	12	2,150	-.17	[-.38 ~ .05]			
의학	-	-	-	-			
적응적 완벽주의와 냉소					.62	85.74	ns. (<i>Q_B</i> =.62, <i>df</i> =1, <i>p</i> =.43)
일반	4	1,665	-.34***	[-.55 ~ -.14]			
운동	11	1,830	-.48***	[-.76 ~ -.20]			
의학	-	-	-	-			
적응적 완벽주의와 무능감					9.96***	86.28	sig. (<i>Q_B</i> =9.96, <i>df</i> =1, <i>p</i> =.00) 일반>운동 (<i>Z_{diff}</i> = -7.34 > -2.38)
일반	3	1,226	-.95***	[-1.22 ~ -.68]			
운동	11	1,830	-.33*	[-.60 ~ -.06]			
의학	-	-	-	-			
부적응적 완벽주의와 학업소진 전체					.70	71.82	ns. (<i>Q_B</i> =.70, <i>df</i> =2, <i>p</i> =.70)
일반	9	2,553	.40***	[.30 ~ .51]			
운동	3	488	.38***	[.20 ~ .56]			
의학	8	1,644	.51***	[.25 ~ .77]			
부적응적 완벽주의와 정서적 탈진					10.13**	70.61	sig. (<i>Q_B</i> =10.13, <i>df</i> =2, <i>p</i> =.01), 의학>운동 (<i>Z_{diff}</i> = 8.68 > 4.17)
일반	2	770	.46	[-.03 ~ .96]			
운동	11	1,587	.40***	[.21 ~ .58]			
의학	2	534	.81***	[.63 ~ .99]			
부적응적 완벽주의와 냉소					19.42***	70.90	sig. (<i>Q_B</i> =19.42, <i>df</i> =2, <i>p</i> =.00), 의학>운동 (<i>Z_{diff}</i> = 7.93 > 2.66) 의학>일반 (<i>Z_{diff}</i> = 7.93 > 3.35)
일반	2	770	.24***	[.10 ~ .39]			
운동	12	1,907	.26**	[.07 ~ .46]			
의학	2	534	.73***	[.55 ~ .91]			
부적응적 완벽주의와 무능감					20.6***	66.42	sig. (<i>Q_B</i> =20.60, <i>df</i> =2, <i>p</i> =.00), 운동>일반 (<i>Z_{diff}</i> = 4.88 > -0.86)
일반	2	770	-.06	[-.20 ~ .08]			
운동	11	1,587	.46***	[.28 ~ .65]			
의학	2	534	.38	[-.04 ~ .80]			

주. *k* = 효과크기수, *Q_T* = 동질성 검정 통계량, *I*² = 효과크기의 이질성(%), Hedges's *g* : 교정된 효과크기, 사후검증: 두 집단 간 비교 결과

다음으로, 부적응적 완벽주의와 학업소진에서의 계열별 조절효과를 살펴보면, 학업소진 전체에서는 계열별 조절효과가 나타나지 않았다. 그러나, 정서적 탈진, 냉소, 그리고 무능감 세 개의 하위 요인에서 모두 유의한 조절효과를 확인할 수 있었다. 부적응적 완벽주의와 정서적 탈진간의 효과크기는 하위그룹별 조절효과가 유의하였고($Q_B = 10.13, df = 2, p = .01$), 의학계열($g = .81$)에서 가장 큰 효과크기를 보였으며 이는 운동계열($g = .40$)과 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($Z_{diff} = 8.68 > 4.17$). 냉소에 있어서는 하위그룹별 조절효과는 유의하였고($Q_B = 19.42, df = 2, p = .00$), 의학계열($g = .73$)과 운동계열($g = .26$)간의 효과크기와 의학계열과 일반계열($g = .24$)간의 효과크기의 차이는 각각 통계적 유의성을 보였다(의학>운동 $Z_{diff} = 7.93 > 2.66$; 의학>일반 $Z_{diff} = 7.93 > 3.35$). 마지막으로 부적응적 완벽주의와 무능감에 있어서는 하위그룹별 조절효과가 나타났으며($Q_B = 20.60, df = 2, p = .00$), 운동계열($g = .46$)에서 가장 큰 효과크기를 보였으며, 일반계열($g = -.06$)의 효과크기와 통계적으로 유의한 차이를 보였다($Z_{diff} = 4.88 > -0.86$). 즉, 부적응적 완벽주의와 학업소진 전체간의 관계는 계열별로 각기 다르지 않았지만, 학업소진의 세 가지 하위요인과 부적응적 완벽주의간의 관계는 계열별로 각기 다른 것으로 나타났다. 부적응적 완벽주의와 정서적 탈진간의 정적인 관련성은 운동계열보다 의학계열에서 더 큰 것으로 나타났으며, 일반계열은 의학계열 및 운동계열과 비교하였을 때, 두 변인간의 부적인 관련성 정도는 모두 유의한 차이를 보이지 않았다. 두 번째, 부적응적 완벽주의와 냉소간의 정적인 관련성은 의학계열이 운동계열 및 일반계열과 비교하였을 때

모두 더 큰 관련성을 가진 것으로 나타났다. 그러나, 일반계열과 운동계열을 비교하였을 때는 두 변인간의 정적인 관련성 정도는 유의한 차이를 보이지 않았다. 세 번째, 부적응적 완벽주의와 무능감 감의 관련성은 일반계열보다 운동계열에서 더 큰 것으로 나타났으며, 운동계열은 의학계열과 비교하였을 때, 두 변인간의 관련성 정도는 유의한 차이를 보이지 않았다.

논 의

본 연구는 학업소진에 영향을 미치는 성격적 요인인 완벽주의와의 관련성을 확인해보기 위하여, 국내·외 논문을 대상으로 메타분석을 실시하였다. 2007년 1월부터 2017년 1월까지 출판된 총 38편의 연구에 사용된 표본 11,545를 메타분석에 사용하였다. 완벽주의의 다차원적 특성을 고려하여 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의로 구분하여 학업소진은 3가지 하위요인(정서적 탈진, 냉소, 무능감)과 각각 어떠한 관계를 보이는지 효과크기를 조사하였다. 학업소진이 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의 간에 보이는 양상이 계열별로 다른지 확인하기 위하여 일반/의학/운동계열을 조절변인으로 하여 효과크기를 분석하였다.

학업소진과 다차원적 완벽주의 성향을 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의로 구분하여 관계를 살펴본 결과는 다음과 같다. 첫째, 적응적 완벽주의는 본 메타분석에 사용된 학업소진 전체 평균정도와는 부적인 상관관계를 보였다. 학업소진의 하위요인별로는 정서적 탈진과 적응적 완벽주의는 유의한 상관관계를

보이지 않았다. 반면, 다른 두 가지 하위요인인 냉소와 무능감은 모두 학업소진과 유의한 부적의 상관관계를 보였으며, 냉소 $g=-.43$, 무능감 $g=-.47$ 로 효과크기 정도는 서로 유사한 것으로 나타났다. 이는, 적응적 완벽주의의 성향은 학업소진의 전반적인 정도 감소에 긍정적인 영향을 보일 수 있으며, 하위요인별로는 냉소와 무능감 감소에 적응적 완벽주의가 긍정적 영향을 보일 수 있다는 것을 나타낸다. 반면, 적응적 완벽주의는 정서적 탈진의 감소에는 유의한 영향을 미치지 않았다. 이는 대학생의 학업관련 정서적 탈진에는 완벽주의 성향 같은 개인적 요인 이외에도 과도한 학업량이나 사회적지지 등의 환경적 요인이 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 예를 들어, 학업소진과 유사한 직무소진과 사회적 지지간의 관계를 메타분석한 Halbesleben(2006)의 연구는 동료나 상사 등 직무 현장에서의 사회적지지는 냉소나 무능감 보다도 상대적으로 정서적 탈진과 더 관련이 있다고 보고하고 있다.

학업소진의 하위요인간의 인과관계를 연구한 연구들 중 가장 주요하게 받아들여지고 있는 Taris와 그의 동료들(2005)의 결과에 따르면, 냉소나 정서적 탈진이 심화되면 무능감의 발달로까지 심화·진행되는 것으로 보고되고 있다(Parker & Salmela-Aro, 2011). 이를 근거로 하면, 적응적 완벽주의가 정서적 탈진을 제외한 냉소와 무능감의 감소에 긍정적인 역할을 할 수 있다는 본 연구 결과는 다음과 같이 적용시켜 볼 수 있다. 즉, 학업소진의 초기 발달 단계인 냉소에서 무능감으로 악화되어 가는 것을 적응적 완벽주의 성향이 보호요인으로 작용할 수 있을 것이다. 그러나, 적응적 완벽주의 성향이 있더라도 정서적 탈진에서 시작되는 학업소진의 심화 현상에는 보호 작용을

한다고 할 수 없다고 할 수 있다. 따라서, 학업소진의 초기 단계라고 할 수 있는 정서적 탈진이 시작되는 것을 막기 위해서는 개인적으로는 적응적 스트레스 대처방법(예. 문제해결중심대처)을 키우거나(유계숙, 신동우, 2013), 환경적으로는 학업생활을 함께 하는 또래친구나 학업 관련한 가족들의 지지를 증대시키는 것이 그 대안이 될 수 있을 것이다(손강숙, 정소미, 2017; Halbesleben, 2006).

둘째, 부적응적 완벽주의는 메타분석에 사용된 학업소진 전반적 정도와는 정적인 상관관계를 보였다. 학업소진의 세 가지 하위요인은 모두 부적응적 완벽주의와 유의한 정적인 상관관계를 보였다. 효과 크기를 비교하여 보면, 정서적 탈진에 대한 부적응적 완벽주의의 효과 크기는 냉소와 무능감 간의 효과크기 보다 상대적으로 더 큰 것으로 나타났다. 이는, 부적응적 완벽주의의 성향은 학업소진의 전반적 상승에 영향을 미칠 수 있으며, 세 하위요인인 정서적 탈진/냉소/무능감 상승과도 관련이 있다는 것을 의미한다. 특히, 부적응적 완벽주의의 성향은 학업소진의 세 가지 양상 중 정서적 탈진에 상대적으로 더 큰 영향을 미칠 수 있다. 정서적 탈진과 완벽주의 성향간의 관계는 완벽주의 성향별(적응적/부적응적)로 대조적으로 나타났다. 즉, 적응적 완벽주의는 정서적 탈진과는 유의한 상관관계를 보이지 않은 반면, 부적응적 완벽주의는 다른 학업소진 요인들과 비교하여 상대적으로 큰 상관관계를 보이고 있다. 이는, 부적응적 완벽주의가 학업소진의 발달에 있어 위험요인이 될 수 있다는 것을 의미한다. 학업소진 연구자나 완벽주의 연구자들은 완벽주의의 이러한 역기능적 측면에 집중하여 학업소진에 완벽주의가 어떤 영향을 미치는지 연구를 진행하였다(Chang, Lee,

Byeon, Seong, & Lee, 2016; Zhang, Gan, & Cham, 2007). 또한, 본 연구에서 사용된 부적응적 완벽주의는 외부와 관련된 완벽주의적 요인(예. 사회부과적 완벽주의, 실수에 대한 염려, 수행 의심, 부모기대, 부모비난, 완벽주의적 염려, 평가염려 완벽주의, 조건적 수용)으로 평가 상황과 관련한 걱정이 수반되기 쉽다. 이러한 완벽주의적 성향은 개인이 소진을 경험케 하는 개인적 특성의 주요한 요소 중의 하나이다(Swider & Zimmerman, 2010). 즉, 직무소진을 비롯한 학업소진은 개인의 특성과 관련이 있기 때문에, 시간이 흘러도 개인의 소진 정도는 거의 변화되지 않고 유지되는 양상을 보인다(Parker & Salmela-Aro, 2011; Seppala, Hakanen, Mauno, Perhoniemi, Tolvanen, & Schaufeli, 2015). 소진은 악화되면 회복되기 어려운 특성을 고려할 필요가 있으며, 이는 개인적 특성으로 간주되는 완벽주의 유형을 파악하여 학업소진이 악화되는 것을 예방하는 것이 중요함을 시사한다.

다음으로, 완벽주의와 학업소진간의 관계는 학생들의 계열(일반/의학/운동)별로 차이가 있을 뿐 아니라, 이러한 차이는 적응적 완벽주의/부적응적 완벽주의에 따라 다른 것으로 나타났다. 첫째, 적응적 완벽주의는 계열분야를 조절변인으로 하였을 때, 통계적 유의성이 확인되었다. 이러한 통계적 유의성이 구체적으로는 계열별로 어떠한 차이를 나타내는지 확인해본 결과 운동계열 학생과 의학교열 학생간의 차이가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 즉, 적응적 완벽주의와 학업소진간의 부적 관계는 의학교열 학생보다 상대적으로 운동계열 학생이 더 큰 것으로 나타났다. 적응적 완벽주의 성향이 학업소진 발달 보호요인으로서 미치는 효과는 운동계열 학생이 가

장 크고, 의학교열 학생과 그 외 일반 계열에서의 집단 차이는 나타나지 않았다. 반면, 부적응적 완벽주의와 학업소진간의 관계는 계열분야를 조절변인으로 하였을 때, 통계적 유의성이 확인되지 않았다. 즉, 부적응적 완벽주의와 학업소진간의 정적인 관계는 계열분야별로는 각각 유의하지만, 그러한 효과크기의 집단간 차이는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 종합하면, 부적응적 완벽주의 성향이 학업소진의 심화에 미치는 영향은 계열별로 차이가 없지만, 적응적 완벽주의 성향이 학업소진 감소에 미치는 영향이 운동계열에서 상대적으로 크게 나타났다. 이러한 대조적인 결과는 운동계열 같은 특정 분야에서 적응적 완벽주의가 학업소진에 대한 보호요인으로서 기능할 수 있는 가능성을 생각해 볼 수 있다. 본 연구에서 사용된 적응적 완벽주의는 대체적으로 자기 자신과 관련된 완벽주의적 요인(예. 개인적 기대, 높은 기대, 자기 지향적 완벽주의, 조직화, 완벽주의적 추구, 적응적 완벽주의)으로서 의학교열이나 일반계열 학생들과 비교하여 운동계열 학생들에게 있어서 개인 내적요인의 개발이 소진의 발달과 관련하여 보다 더 효율적임을 시사한다. 이와 관련하여 운동계열 학생의 완벽주의적 성향은 두드러진 특성이며 경기성과에 부적응적인 영향을 미치지만(Flett & Hewitt, 2005), 개인이 설정한 기준 충족을 특징으로 하는 완벽주의 성향은 운동선수의 적응적 동기를 높여, 결과적으로 경기 성과를 높인다(Stoeber, 2011). 즉, 운동계열의 학생을 대상으로 한 본 연구 역시 선행연구결과와 일관되게 적응적 완벽주의가 소진 감소에 도움을 주는 것으로 나타났다. 따라서 운동계열 학생의 소진을 예방하기 위하여 자기수용(Hill, Hall, Appleton, & Kozub,

2008), 대처전략(Hill, Hall, & Appleton, 2010), 성장추구(Hill, Hall, Appleton, & Murray, 2010), 동기(Jowett, Hill, Hall, & Curran, 2013) 등의 개인내적 요인에 주로 집중하여 이들의 학습소진을 예방하기 위한 프로그램 개발 및 개입 연구가 필요함을 시사한다.

둘째, 학습소진의 하위요인과 완벽주의간의 관계를 계열별로 하위분석을 실시한 결과, 적응적 완벽주의는 운동계열 학생과 일반계열 학생들의 학업적 무능감을 감소시키는데 긍정적인 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 특히, 두 집단(운동/일반)간의 각각의 효과크기는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 적응적 완벽주의가 학생들의 학업적 무능감을 감소시키는 효과는 일반계열 집단에서 상대적으로 큰 것으로 나타났다. 한편, 의학계열 학생의 학업적 냉소와 정서적 탈진의 발달에 부적응적 완벽주의가 다른 계열(일반/운동)과 비교하여 큰 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 운동계열 학생의 학업적 무능감 발달에는 부적응적 완벽주의가 일반 계열과 비교하여 큰 영향을 미치고 있는 것으로 보였다. 이는 주로 자기자신과 관련된 특성을 가진 적응적 완벽주의적 성향을 가진 일반계열의 학생은 상대적으로 적은 학업적 무능감을 경험할 확률이 높다고 할 수 있다. 또한, 타인과 관련된 특성을 보인 부적응적 완벽주의는 의학계열 학생의 학업적 냉소 발달에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 의사가 경험하는 소진 관련 연구와 일치한다. 즉, 의사는 주로 환자와 상호작용하기 때문에, 스트레스의 주요 대상과 거리를 두고 무관심한 태도를 보이는 냉소 단계를 경험하기가 쉽다(Arora, Diwan, & Harris, 2013). 따라서 부적응적 완벽주의 성향이 의학계열 학생들의 학업적 냉소

증가에 미치는 영향을 개입하여 상쇄시키기 위해서는, 사람 간 상호작용과 관련된 대인관계 기술(skill)(Ha, & Longnecker, 2010) 등 문제해결 중심형 개입방법이 보다 효과적일 것으로 기대된다.

본 메타 연구는 다음과 같은 연구적 의의를 가진다고 할 수 있다. 완벽주의의 다차원적 특성에 근거하여 학습소진의 보호요인과 위험요인을 구분하여 확인하여 볼 수 있었다. 나아가, 국·내외 학생이 계열별로 완벽주의적 성향이 학습소진의 발달에 있어 보호요인 혹은 위험요인으로 각각 다르게 작용한다는 것도 또한 확인할 수 있었다. 이는 완벽주의는 다차원적 특성을 가지기 때문에, 부적응적 기능뿐 아니라 순기능적 측면을 동시에 가지고 있다는 기존의 선행연구와도 일치한다(Stoeber, 2011). 뿐만 아니라, 학생들의 학습스트레스를 감소시키는 것을 비롯하여 학생들의 학습소진을 관리해야 하는 학교 관리자, 학교 상담자, 그리고 운동코치 등 관계자가 개입전략을 수립 하고자 할 때, 기초자료로 활용할 수 있다. 예를 들어, 운동코치는 학생들의 소진 발달을 예방하기 위해서 학생들 개인의 내적자원을 찾아서 증진시키는 것에 중점을 두어야 할 것이다. 학생 개개인의 내적자원을 강화시킬 수 있는 다양한 방법 중 하나로서 운동코치의 리더십 유형을 생각해 볼 수 있다. 소진의 선두 연구자인 Schaufeli(2015)는 소진을 감소시키고 조직원의 참여도를 높이기 위하여 팀원들과 긴밀한 관계를 유지하고, 지속적인 자극을 주며, 개개인의 강점을 찾아내어 발달시킬 수 있는 참여형 리더십 유형(engaging leadership style)을 제안하고 있다. 운동코치의 참여형 리더십 유형의 강화를 위해서는 학생이 아닌 운동코치를 대상으로 하는 개입프로그램이 효과

적일 것으로 기대된다. 운동 코치를 대상으로 하는 개입전략의 효과성은 중·고등학교 현장에서 제한적이기는 하지만 반복적으로 그 연구 결과가 보고되고 있다(Cheon, Reeve, & Vansteenkiste, 2017; Reeve, Jang, Carrell, Jeon, & Barch, 2004).

둘째, 통계적으로 엄격한 조절효과 검증 방법을 적용함으로써 계열별로 완벽주의 성향이 학업소진의 위험요인과 보호요인으로서 각각 다른 정도로 나타난다는 것을 확인하였는데 그 의의가 있다. 학업소진과 완벽주의간의 관계를 확인해 본 후, 이러한 관계가 계열별로 차이가 있는지를 확인하기 위하여 조절효과 분석을 실시하였다. 이 때, 계열별로 나타난 학업소진과 완벽주의 간 효과크기 차이가 통계적으로 유의한지 확인해보기 위하여 집단쌍(의학/일반, 일반/운동, 의학/운동)별로 Z검증을 실시하였다. 이러한 방법은 분산분석에서의 사후검증과 유사한 원리로 조절변수만을 투입하여 이질성 지수들만을 확인하는 것은 각 하위 집단 내에서의 효과크기의 유의성을 확인할 수 있으나, 각 하위집단 간 효과크기 ‘차이’의 통계적 유의성은 확인할 수가 없다. 때문에, 사후검증과 유사한 방법으로 효과크기를 비교하고자 하위집단간의 차이값으로 Z분포도 검증을 실시하였다(Borenstein, Hedges, Higgins, & Rothstein, 2009). 즉, 본 연구는 계열별로 변인간의 효과크기 차이를 확인하기 위한 조절효과 분석을 실시할 때, 통계적으로 엄격한 검증 방법을 사용하여 계열별(일반/의학/운동)로 보이는 학업소진과 완벽주의간 관계 차이를 쌍(의학/일반, 일반/운동, 의학/운동)별로 보다 정확하게 비교할 수 있었다. 이와 같이 통계적 엄격성을 적용함으로써 적용적 완벽주의는 학업적 무능감 발달의 보호요인

로서 운동계열보다 일반계열에서 더 큰 효과를 보이는 것을 확인하였다. 그러나, 적용적 완벽주의가 소진의 다른 하위요인인 정서적 탈진과 학업적 냉소감 발달의 보호요인으로서 긍정적인 기능은 하되 그 효과크기는 계열별로 차이가 없는 것을 확인하였다. 또한, 무능감 발달의 위험요인으로서 부적응적 완벽주의는 일반계열보다 운동계열에서 더 큰 효과를 보이는 것을 확인할 수 있었다. 부적응적 완벽주의는 학업적 냉소 발달의 위험요인으로서 의학계열에서 다른 계열(일반/운동)보다 상대적으로 더 큰 영향을 미치고, 정서적 탈진의 위험요인으로서도 의학계열에서 운동계열보다 더 큰 부정적 영향을 미치는 것을 확인하였다.

셋째, 본 연구결과는 완벽주의와 학업소진(academic burnout)과의 관계를 체계적으로 정리한 메타논문으로서의 의의를 가진다. Hill과 Curran(2016)의 메타연구에서는 완벽주의와 직무소진(job burnout)의 관계를 정리하였는데, 그들은 국외에서 영어로 출판된 학술지를 대상으로 하여, 완벽주의의 다차원적 특성으로 완벽주의적 추구(perfectionistic strivings)와 완벽주의적 걱정(perfectionistic concerns)의 두 가지 유형으로만 구분하여 소진과의 관계를 확인하였다. 또한 직무/운동/학업 등 각기 다른 장면에서 나타날 수 있는 소진을 구분하지 않고, 소진과 완벽주의의 양상을 광범위하게 조사하였다는 점에서 본 연구와 그 차이점을 보인다. 학업스트레스가 상대적으로 높은 학령기에 있는 학생들의 학업소진에 영향을 주는 요인을 확인해 보기 위하여 국·내외 연구를 포함하여 개인의 기질적 요인인 완벽주의와의 관계를 살펴보았다는 점에서 본 연구는 차별적 의의를 가진다 할 수 있다.

본 메타 연구가 가지는 의의성에도 불구하고

고, 몇 가지 제한점과 그에 따른 후속연구에 대한 시사점을 다음과 같이 생각해 볼 수 있다. 첫째, 완벽주의 성향과 학업소진 간 관계를 집단 간 비교한 조절효과 분석결과는 집단별로 비슷한 수준의 연구 참여인원을 근간으로 하여야 연구결과의 적용가능성이 넓어질 수 있을 것이다. 그러나, 상대적으로 일반계열의 연구 참여인원과 운동계열과 의학계열의 연구 참여인원은 두 배에서 네 배 가량의 큰 차이를 보였다. 분석에 투입된 연구물 역시 그러하였다. 특히, 수련 기간 내내 막중한 학업량과 잦은 시험에 노출되어 있는 의대생의 학업소진은 부적응적 완벽주의측면에서만 주로 연구되어진 것으로 보인다. 학업소진 관련 연구물들이 집단별로 상대적 차이를 보이는 것은 학업소진의 중요성이 의학계열과 운동계열 집단에 편중되어 지각되고 있음을 반영한다고 볼 수도 있다. 일단 학업소진을 경험한 개인은 지속적으로 경험하기가 쉽고, 환경적 변화에 의해서도 다른 양상을 보이기 때문에(Seppala et al., 2015), 전공별로 충분한 연구가 필요하다. 즉, 장면별(예. 전공)로 고유한 학업 소진양상을 관찰하고 그에 따른 정교한 개입전략 수립을 위해서는 다양한 전공별로 보다 많은 학업소진 관련 연구들이 필요하다.

둘째, 적응적 완벽주의와 학업소진간의 관계에서 조절변인을 투입하였을 때, 이질성 관련 지수가 감소하였지만 통계적 유의성은 변화를 보이고 있지 않다. 즉, 조절변인의 투입으로 데이터의 이질성 정도는 감소하였지만, 전공계열이외에도 다른 요인이 적응적 완벽주의와 학업소진간의 관계에 영향을 미칠 가능성을 시사한다. 또한, 부적응적 완벽주의와 학업소진간의 관계에서 전공계열을 기준으로 세분화하여 살펴보았을 때, 이질성의 정도가 통

계적으로 유의한 수준에서 통계적으로 유의하지 않은 수준으로 급격한 수치의 변화를 보였다. 이는 조절변인으로 투입한 전공계열(일반/의학/운동)이 부적응적 완벽주의와 학업소진간 관계를 보다 명확하게 설명한 것으로 해석할 수 있다. 그러나, 전체 이질성과 집단간 이질성의 비율을 의미하는 f^2 는 근소하게 증가(70.32% → 71.82%)하여, 전공계열별로 비교하였을 때 구체적 효과크기의 차이는 확인되지 않았다. 이러한 제한적인 조절효과 분석결과를 기준으로 보면, 학업소진과 완벽주의의 관계를 명확히 설명하기 위해서는 제 3의 요인이 고려되어야 함을 생각해 볼 수 있다. 소진은 개인적 특성 요인과 환경적 요인의 상호작용에 의해 설명되는 복잡하고 예민한 변인이다(Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001). 이러한 특성을 고려하여 소진과 완벽주의 간의 관계를 설명하기 위해서는 사회적지지, 목표성향(goal-orientation), 동기성향, 시험불안 및 학업과다(장은비 외, 2016; 조한익, 이현아, 2010; Chang et al., 2016; Halbesleben, 2006) 등 제 3의 심리적 변인을 고려하여 연구할 필요는 여전히 남아있다.

셋째, 완벽주의 이론에 따르면 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의는 서로 높은 상관관계를 보인다(Stoeber & Otto, 2006). 이러한 완벽주의 성향들간의 높은 상관관계는 완벽주의적 성향과 다른 변인간의 관계 검증 결과를 불명확하게 할 수 있다(Hill & Curran, 2016; Stoeber & Otto, 2006). 즉, 높은 적응적 완벽주의를 보인다고 해서 낮은 부적응적 완벽주의를 반드시 보인다고는 할 수 없으며, 오히려 부적응적 완벽주의 역시 높게 나타날 수 있다(Stoeber & Otto, 2006). 이를 근거로 할 때, 본 연구에서 확인된 완벽주의 성향과 학업소진간

관계가 고유한 적응적/부적응적 완벽주의 성향에서 기인한 것이라고는 확신 할 수 없기 때문에, 연구 결과의 적용에 있어서 주의를 필요로 한다. 예를 들어, 적응적 완벽주의가 높고 부적응적 완벽주의가 높은 집단과 적응적 완벽주의는 여전히 높지만 부적응적 완벽주의는 낮은 집단으로 세분하여 각 집단들이 보이는 학업소진의 양상은 다르게 나타날 수 있다. 이러한 제한점을 보완하기 위해서는 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의를 기준으로 하여, 두 완벽주의 성향이 모두 높은 경우와 둘 다 낮은 경우 또는 한 가지 완벽주의 성향만 높게 나타나는 집단으로 구분하여 각 집단의 소진 양상을 구체적으로 확인하여 볼 필요가 있다.

넷째, 분석에 사용된 연구물은 중·고등학생과 대학생을 모두 포함하고 있다. 연구 범주를 국내·외 학생이 경험하는 학업소진과 완벽주의 간의 관계로 폭을 좁힘으로써 연구 목적과 그 적용대상을 명확히 하고자 하였다. 동시에, 본 연구 결과를 학업이 큰 부분을 차지하는 중·고등학생에게 구체적으로 적용시키기 위해서는 주의가 필요하다. 학년이 올라갈수록 학급체계가 복잡해지고, 학업의 양이 늘어나기 때문에 이에 따른 학업소진의 경험 정도가 증가하는 양상을 보인다(이상민, 안성희, 2014). 유럽의 학생을 대상으로 한 종단연구에 따르면 중학교-고등학교 전환 시기에 학업소진의 정도는 증가하지만, 대학진학을 목표로 하는 인문계(academic track)와 취업을 목표로 하는 실업계(vocational track)간에도 학업소진의 증가 정도는 차이를 보인다(Salmela Aro, Kiuru, & Nurmi, 2008; Salmela-Aro & Tynkkynen, 2012). 또한, 고등학교에서 대학교로의 환경의 변화를 경험하면서 스트레스 지

각이나 정서적 경험 등의 결과요인 또한 복잡한 양상을 보일 수 있다(Wang, Chow, Hofkens, & Salmela-Aro, 2015). 이러한 점을 고려하면 중·고등학생과 대학생간의 학업소진의 양상을 경험적으로 확인하는 연구결과를 근거로 하여 중·고등학생과 대학생을 대상으로 변인간의 관계 차이를 확인하기 위한 추후의 연구가 필요할 것이다. 더불어서 논문에서 제시된 대학생의 전공별 정보가 충분하지 않기 때문에 일반계열 세부정보를 추가한 추가연구가 필요하다.

마지막으로, 연구대상과 관련하여 본 연구 결과를 한국 학생에게 적용시키는 것 또한 주의가 필요하다. 소진은 개인적 특성은 물론 환경적 요인에 의해서도 영향을 받는다(Maslach et al., 2001), 한국 학생들의 학업스트레스 정도는 외국과 비교하여 더 심각한 것으로 나타나고 있다(PISA, 2015). 이는 엘리트주의와 높은 학력에 대한 강한 열망을 보이는 한국의 교육문화 특성에 기인한 것으로 보인다(봉미미, 김혜연 신지연, 이수현, 이화숙, 2008). 이러한 한국 교육문화 특성으로 인하여 한국 학생의 소진 양상은 외국과는 다른 양상으로 나타날 수 있을 것이다. 그러므로 국적(한국/외국)의 구분 없이 국내·외 연구물들을 함께 검증한 본 메타 연구 결과는 적용에 있어서 한계를 가진다 할 수 있다. 이러한 한계 점을 보완하기 위해서는 한국과 외국 학생을 각기 다른 대상으로 구분 하여 변인 간 관계를 확인하는 연구 또한 필요 할 것이다.

참고문헌

* 표가 있는 것은 메타분석에 포함된 참고문

- 현임.
- *견영기, 조성명, 황현국, & 이강욱 (2010). 일개 의과대학생에서 완벽주의 성향이 학업 성취도에 미치는 영향. *Korean J Med Educ*, 22(3), 205-214.
- 문경숙 (2008). 청소년의 학업스트레스와 정신건강: 자기통제 및 감정조절의 역할. *아동학회지*, 29(5), 285-299.
- 박진희 (1997). 완벽주의적 성향, 자기 효능감, 스트레스에 대한 대처 방식이 직장 남성의 우울에 미치는 영향. 석사학위 논문, 고려대학교.
- 봉미미, 김혜연, 신지연, 이수현, & 이화숙 (2008). 한국 청소년의 학습동기에 영향을 미치는 사회문화적 요인 탐색. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 14(1), 319-348.
- 손강숙, 정소미 (2017). 의과대학생의 학업소진과 심리적 안녕감의 관계: 사회적 지지의 조절효과. *학습자중심교과교육연구*, 17, 177-196.
- *손윤실, & 김정섭 (2016). 고등학생의 학업적 완벽주의와 학업소진의 관계에서 학업적 자기효능감의 조절효과. *교육심리연구*, 30(4), 671-690.
- 신효정, 김보영, 이민영, 노현경, 김근화, & 이상민 (2011). 중학생의 정신건강과 학업소진의 단기종단연구. *한국심리학회지: 학교*, 8(2), 133-152.
- 신효정, 최현주, 이민영, 노현경, 김근화, 장유진 & 이상민 (2012). 스트레스 대처방식이 학업소진에 미치는 영향. *한국심리학회지: 학교*, 9(2), 289-309.
- 염행철, & 조성연 (2007). 청소년의 스트레스와 생태학적 변인과의 관계. *청소년복지연구*, 9(2), 1-21.
- 유계숙, 신동우 (2013). 대학생의 학업·취업 스트레스 대처방식과 학업 스트레스로 인한 소진 및 취업 스트레스 간의 관련성에 관한 연구. *상담학연구*, 14(6), 3849-3869.
- 이금호, 고유경, 강경희, 이해경, 강재구, 허예라 (2011). 의과대학생의 정신건강과 스트레스 대처방식. *Korean J Med Educ*, 24(1), 55-63.
- 이상민, 안성희 (2014). 교육에서의 소진에 관한 이론적 고찰. *Korean Medical Educational Review*, 16(2), 57-66.
- 이수현, 서영석, 김동민 (2007). 상담자 활동 자기효능감 척도 국내 타당화 연구. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 19(3), 655-673.
- 이수현, 양은배, & 전우택. (2012). 일개 의과대학 피어튜터링 프로그램 소개 및 효과 분석. *Korean Medical Educational Review*, 14(2), 86-94.
- 이수현 & 이동엽 (2013). 학업소진척도 (MBI-SS) 타당화 연구-의대생 대상으로. *아시아교육연구*, 14(2), 165-187
- 이숙정 & 유지현 (2008). 대학생의 학업 및 진로 스트레스와 대학생활적응의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과. *교육심리연구*, 22(3), 589-607.
- *이자영, & 최혜라 (2014). 완벽주의와 학업소진 간의 관계: 학업스트레스와 학업지연의 매개효과를 중심으로. *한국산학기술학회논문지*, 15(11), 6556-6564.
- *이현아, 조한익 (2013). 완벽주의와 학업열의 및 학업소진과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 25(3), 575-601.
- *임지형 & 박중길 (2012). 무용 열정과 완벽주의 성향, 탈진 경험과의 관계: 매개 및 조

- 절효과. *한국스포츠심리학회지*, 23(1), 77-93.
- *장은비, 변은지, 성현모, & 이상민 (2016). 사회부와 완벽주의와 학업소진의 관계. *한국심리학회지: 학교*, 13(2), 227-246.
- *정문정, 이상민 & 최현주 (2016). 완벽주의와 학업소진의 관계에서 마음챙김의 매개효과. *청소년상담연구*, 24(1), 1-23.
- 정의숙 & 김갑숙 (2008). 중학생의 학업스트레스와 빛속의 사람그림 반응특성. *한국가정관리학회지*, 26(2), 71-81.
- *조한익 & 이현아 (2009). 완벽주의와 학업소진의 관계에 있어서 내외통제성의 매개효과. *청소년학연구*, 16(11), 1-23.
- 조한익 & 이현아 (2010). 완벽주의와 학업소진 및 학업열의와의 관계에 있어서 성취목표의 매개효과. *청소년학연구*, 17(12), 131-154.
- *채민성 (2015) 치위생과 여대생의 사회부와 완벽주의와 학업소진의 관계: 시험불안의 매개효과. *Journal of Korean Academy of Oral Health*, 39(4), 295-302.
- 홍혜영 (1995). 완벽주의 성향, 자기효능감, 우울과의 관계연구. 석사학위 논문, 이화여자대학교.
- *Abarghuei, A., & Ghavam, E. (2016). The Causal Relationship of the Social Support and Maladaptive Perfectionism with the Academic Burnout Mediated by the Self-Efficacy among Undergraduate Students of Shahid Chamran University. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 7(4 S1), 11-22.
- Aguiar, S. M., Vieira, A. P. G. F., Vieira, K. M. F., Aguiar, S. M., & Nóbrega, J. O. (2009). Prevalence of stress symptoms among medical students. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 58(1), 34-38.
- Ahn, D., & Kim, O. (2006). Perfectionism, achievement goals, and academic efficacy in medical students. *Korean Journal of Medical Education*, 18(2), 141-152.
- *Appleton, P. R., & Hill, A. P. (2012). Perfectionism and athlete burnout in junior elite athletes: The mediating role of motivation regulations. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 6(2), 129-145.
- *Appleton, P. R., Hall, H. K., & Hill, A. P. (2009). Relations between multidimensional perfectionism and burnout in junior-elite male athletes. *Psychology of sport and exercise*, 10(4), 457-465.
- Arora, M., Diwan, A. D., & Harris, I. A. (2013). Burnout in orthopaedic surgeons: a review. *ANZ journal of surgery*, 83(7-8), 512-515.
- Benevides-Pereira, A. M. T., & Gonçalves, M. B. (2009). Emotional disorders during medical training: a longitudinal study. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 33(1), 10-23.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American psychologist*, 50(12), 1003.
- Boersma, K., & Lindblom, K. (2009). Stability and change in burnout profiles over time: A prospective study in the working population. *Work & Stress*, 23(3), 264-283.
- Borenstein, M., Hedges, L. V., Higgins, J., & Rothstein, H. R. (2009). *Introduction to meta-analysis*, Chichester, UK: Wiley.

- Brazeau, C. M. (2010). The surest way to prevent burnout in medical school and beyond. *Annals Academy of Medicine Singapore*, 85(4), 569-570.
- *Çam, Z., Deniz, K. Z., & Kurnaz, A. (2014). School Burnout: Testing a structural equation model based on perceived social support, perfectionism and stress variables. *Eğitim ve Bilim*, 39(173). n/a.
- Carlotto, M. S., Nakamura, A. P., & Câmara, S. G. (2006). Burnout syndrome in college students of health area. *Psico (Porto Alegre)*, 37(1), 57-62.
- Chang, E. C., & Rand, K. L. (2000). Perfectionism as a predictor of subsequent adjustment: Evidence for a specific diathesis-stress mechanism among college students. *Journal of counseling psychology*, 47(1), 129-137
- 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), 93-03.
- *Chang, E., Lee, A., Byeon, E., & Lee, S. M. (2015). Role of motivation in the relation between perfectionism and academic burnout in Korean students. *Personality and Individual Differences*, 82, 221-226.
- *Chang, E., Lee, A., Byeon, E., Seong, H., & Lee, S. M. (2016). The mediating effect of motivational types in the relationship between perfectionism and academic burnout. *Personality and Individual Differences*, 89, 202-210.
- *Chen, L. H., Chen, M. Y., Kee, Y. H., & Tsai, Y. M. (2008). Relation of perfectionism with athletes' burnout: Further examination. *Perceptual and Motor Skills*, 106(3), 811-820.
- *Chen, L. H., Kee, Y. H., & Tsai, Y. M. (2009). An examination of the dual model of perfectionism and adolescent athlete burnout: A short-term longitudinal research. *Social Indicators Research*, 91(2), 189-201.
- Cheon, S. H., Reeve, J., & Vansteenkiste, M. (2017). An intervention to enhance both autonomy support and structure in physical education teachers' classroom motivating style. *Journal of Teaching in Physical Education*.
- Cox, B. J., Enns, M. W., & Clara, I. P. (2002). The multidimensional structure of perfectionism in clinically distressed and college student samples. *Psychological assessment*, 14(3), 365-373.
- *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.
- Curran, T., Appleton, P. R., Hill, A. P., & Hall, H. K. (2011). Passion and burnout in elite junior soccer players: The mediating role of self-determined motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 12, 655-661.
- Donders, N. C. G. M., Roskes, K., & Van der Gulden, J. W. J. (2007). Fatigue, emotional exhaustion and perceived health complaints associated with work-related characteristics in employees with and without chronic diseases. *International archives of occupational and*

- environmental health*, 80(7), 577-587.
- 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, 437-453.
- Enns, M. W., Cox, B. J., Sareen, J., & Freeman, P. (2001). Adaptive and maladaptive perfectionism in medical students: a longitudinal investigation. *Medical education*, 35(11), 1034-1042.
- Enns, M. W., Cox, B. J., & Clara, I. (2002). Adaptive and maladaptive perfectionism: Developmental origins and association with depression proneness. *Personality and Individual Differences*, 33(6), 921-35.
- Fedewa, B. A., Burns, L. R., & Gomez, A. A. (2005). Positive and negative perfectionism and the shame/guilt distinction: Adaptive and maladaptive characteristics. *Personality and individual differences*, 38(7), 1609-1619.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2005). The perils of perfectionism in sports and exercise. *Current directions in psychological science*, 14(1), 14-18.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & De Rosa, T. (1996). Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*, 20(2), 143-150.
- Frost, R. O., Benton, N., & Dowrick, P. W. (1990). Self-evaluation, videotape review, and dysphoria. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(3), 367-374.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and individual differences*, 14(1), 119-126.
- Frost, R. O., & Marten, P. A. (1990). Perfectionism and evaluative threat. *Cognitive Therapy and Research*, 14(6), 559-572.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14(5), 449-468.
- Gould, S. J. (1996). *The mismeasure of man*. WW Norton & Company.
- Gould, D., Greenleaf, C., Chung, Y., & Guinan, D. (2002). A survey of US Atlanta and Nagano Olympians: Variables perceived to influence performance. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 73(2), 175-186.
- *Gotwals, J. K. (2011). Perfectionism and burnout within intercollegiate sport: A person-oriented approach. *The Sport Psychologist*, 25(4), 489-510.
- Gotwals, J. K., Stoeber, J., Dunn, J. G., & Stoll, O. (2012). Are perfectionistic strivings in sport adaptive? A systematic review of confirmatory, contradictory, and mixed evidence. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 53(4), 263-279.
- *Gustafsson, H., Hill, A. P., Stenling, A., & Wagnsson, S. (2015). Profiles of perfectionism, parental climate, and burnout among competitive junior athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 26, 1256-1264.
- Ha, J. F., & Longnecker, N. (2010). Doctor-patient communication: a review. *The Ochsner Journal*, 10(1), 38-43.

- Halbesleben, J. R. (2006). Sources of social support and burnout: a meta-analytic test of the conservation of resources model. *Journal of applied Psychology, 91*(5), 1134-1145.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology, 15*, 27-33.
- Harris, P. W., Pepper, C. M., & Maack, D. J. (2008). The relationship between maladaptive perfectionism and depressive symptoms: The mediating role of rumination. *Personality and Individual Differences, 44*(1), 150-160.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of personality and social psychology, 60*(3), 456-470.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: a test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of abnormal psychology, 102*(1), 58-65.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Ediger, E. (1995). Perfectionism traits and perfectionistic self-presentation in eating disorder attitudes, characteristics, and symptoms. *International Journal of eating disorders, 18*(4), 317-326.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Dyck, D. G. (1989). Self-oriented perfectionism, neuroticism and anxiety. *Personality and Individual Differences, 10*(7), 731-735.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Mittelstaedt, W. M. (1991). Dysphoria and components of self-punitiveness: A re-analysis. *Cognitive Therapy and Research, 15*(3), 201-219.
- *Hill, A. P. (2013). Perfectionism and burnout in junior soccer players: A test of the 2x2 model of dispositional perfectionism. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 35*(1), 18-29.
- *Hill, A. P., & Appleton, P. R. (2011). The predictive ability of the frequency of perfectionistic cognitions, self-oriented perfectionism, and socially prescribed perfectionism in relation to symptoms of burnout in youth rugby players. *Journal of sports sciences, 29*(7), 695-703.
- Hill, A. P., & Curran, T. (2016). Multidimensional perfectionism and burnout: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review, 20*(3), 269-288.
- *Hill, A. P., Hall, H. K., Appleton, P. R., & Kozub, S. A. (2008). Perfectionism and burnout in junior elite soccer players: The mediating influence of unconditional self-acceptance. *Psychology of Sport and Exercise, 9*(5), 630-644.
- *Hill, A. P., Hall, H. K., Appleton, P. R., & Murray, J. J. (2010). Perfectionism and burnout in canoe polo and kayak slalom athletes: The mediating influence of validation and growth-seeking. *The Sport Psychologist, 24*(1), 16-34.
- *Ho, M. S., Appleton, P. R., Cumming, J., & Duda, J. L. (2015). Examining the relationship between perfectionism dimensions and burning out symptoms in deaf and hearing athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology, 9*(2), 156-172.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American psychologist, 44*(3), 513.

- *Holt, J. A. (2015). *Maladaptive Tendencies of Perfectionism and "Impostorism" in Predicting Vulnerability to Burnout: Testing the Moderating Effect of Perceived Social Support* (Doctoral dissertation). St. Cloud State University.
- Humphris, G., & Kaney, S. (1998). The encouragement of perfect health professionals. *Medical education*, 32(5), 452-455.
- Jowett, G. E., Hill, A. P., Hall, H. K., & Curran, T. (2013). Perfectionism and junior athlete burnout: The mediating role of autonomous and controlled motivation. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2(1), 48-61.
- *Jowett, G. E. (2014). *Perfectionism, engagement and burnout in youth sport and dance: A self-determination theory perspective*. University of Leeds.
- *Jowett, G. E., Hill, A. P., Hall, H. K., & Curran, T. (2016). Perfectionism, burnout and engagement in youth sport: The mediating role of basic psychological needs. *Psychology of Sport and Exercise*, 24, 18-26.
- Karasek, R., & Theorell, T. (1992). *Healthy work: stress, productivity, and the reconstruction of working life*. Basic books.
- Klibert, J. J., Langhinrichsen-Rohling, J., & Saito, M. (2005). Adaptive and maladaptive aspects of self-oriented versus socially prescribed perfectionism. *Journal of College Student Development*, 46, 141-56.
- *Kristiansen, E., Abrahamsen, F. E., & Stensrud, T. (2012). Stress-related breathing problems: An issue for elite swimmers. *Journal of Swimming Research*, In print.
- Lee, R., & Ashforth, B. (1993). A further examination of managerial burnout: Toward an integrated model. *Journal of Organizational Behavior*, 14, 3-20.
- Leiter, M. P., & Maslach, C. (1988). The impact of interpersonal environment on burnout and organizational commitment. *Journal of organizational behavior*, 9(4), 297-308.
- Lemyre, P. N. (2005) Determinants of burnout in elite athletes: a multidimensional perspective. Norwegian University of Sport and Physical Education.
- Lemyre, P. N., Hall, H. K., & Roberts, G. C. (2007). A social cognitive approach to burnout in athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science* (in Sports, OnlineEarly Articles).
- *Lemyre, P. N., Hall, H. K., & Roberts, G. C. (2008). A social cognitive approach to burnout in elite athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 18(2), 221-234.
- *Luo, Y., Wang, Z., Zhang, H., Chen, A., & Quan, S. (2016). The effect of perfectionism on school burnout among adolescence: The mediator of self-esteem and coping style. *Personality and Individual Differences*, 88, 202-208.
- *Madigan, D. J., Stoeber, J., & Passfield, L. (2015). Perfectionism and burnout in junior athletes: A three-month longitudinal study. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 37(3), 305-315.
- Magnusson, A. E., Nias, D. K. B., & White, P. D. (1996). Is perfectionism associated with fatigue?. *Journal of psychosomatic research*, 41(4), 377-383.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P.

- (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52(1), 397-422.
- Millan, L. R., Azevedo, R. S., Rossi, E., De Marco, O. L. N., Millan, M. P. B., & Arruda, P. C. V. D. (2005). What is behind a student's choice for becoming a doctor?. *Clinics*, 60(2), 143-150.
- Mitchelson, J. K., & Burns, L. R. (1998). Career mothers and perfectionism: Stress at work and at home. *Personality and Individual Differences*, 25(3), 477-485.
- Noh, H., Shin, H., & Lee, S. M. (2013). Developmental process of academic burnout among Korean middle school students. *Learning and Individual Differences*, 28, 82-89.
- Parker, P. D., & Salmela-Aro, K. (2011). Developmental processes in school burnout: A comparison of major developmental models. *Learning and Individual Differences*, 21(2), 244-248.
- Penniment, K. J., & Egan, S. J. (2011). Perfectionism and learning experiences in dance class as risk factors for eating disorders in dancers. *European Eating Disorders Review*, 19(5), 24-36.
- PISA (2015). Students' Well-Being extracted from <http://www.oecd.org/pisa/publications/pisa-2015-results-volume-iii-9789264273856-en.htm>
- Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2004). Coping resources and athlete burnout: An examination of stress mediated and moderation hypotheses. *Journal of sport and exercise psychology*, 26(4), 525-541.
- Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 23, 281-06.
- Reeve, J., Jang, H., Carrell, D., Jeon, S., & Barch, J. (2004). Enhancing students' engagement by increasing teachers' autonomy support. *Motivation and emotion*, 28(2), 147-169.
- Rice, K. G., & Dellwo, J. P. (2002). Perfectionism and self development: Implications for college adjustment. *Journal of counseling & development*, 80(2), 188-196.
- Saipanish, R. (2003). Stress among medical students in a Thai medical school. *Medical teacher*, 25(5), 502-506.
- Salmela-Aro, K., & Tynkkynen, L. (2012). Gendered pathways in school burnout among adolescents. *Journal of adolescence*, 35(4), 929-939.
- Salmela Aro, K., Kiuru, N., & Nurmi, J. E. (2008). The role of educational track in adolescents' school burnout: A longitudinal study. *British Journal of Educational Psychology*, 78(4), 663-689.
- Schaufeli, W. B. (2015). Engaging leadership in the job demands-resources model. *Career Development International*, 20(5), 446-463.
- Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., Maslach, C., & Jackson, S. E. (1996). MBI-General Survey. Palo Alto.
- Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of cross-cultural psychology*, 33(5), 464-481.
- Seppälä, P., Hakonen, J., Mauno, S., Perhoniemi, R., Tolvanen, A., & Schaufeli, W. (2015).

- Stability and change model of job resources and work engagement: A seven-year three-wave follow-up study. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 24(3), 360-375.
- *Shih, S. S. (2012). An examination of academic burnout versus work engagement among Taiwanese adolescents. *The Journal of Educational Research*, 105(4), 286-298.
- Shin, H., Puig, A., Lee, J., Lee, J. H., & Lee, S. M. (2011). Cultural validation of the Maslach Burnout Inventory for Korean students. *Asia Pacific Education Review*, 12(4), 633-639.
- Siegrist, J. (2002). Effort-reward imbalance at work and health. In *Historical and current perspectives on stress and health* (pp. 261-291). Emerald Group Publishing Limited.
- Slade, P. D., & Owens, R. G. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior modification*, 22(3), 372-390.
- Stoeber, J. (2011). The dual nature of perfectionism in sports: Relationships with emotion, motivation, and performance. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 128-145.
- *Stoeber, J., & Childs, J. H. (2010). The assessment of self-oriented and socially prescribed perfectionism: Subscales make a difference. *Journal of personality assessment*, 92(6), 577-585.
- Stoeber, J., & Rambow, A. (2007). Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation, achievement, and well-being. *Personality and individual differences*, 42(7), 1379-1389.
- Stoeber, J., Stoll, O., Salmi, O., & Tiikkaja, J. (2009). Perfectionism and achievement goals in young Finnish ice-hockey players aspiring to make the Under-16 national team. *Journal of Sports Sciences*, 27(1), 85-94.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and social psychology review*, 10(4), 295-319.
- Swider, B. W., & Zimmerman, R. D. (2010). Born to burnout: A meta-analytic path model of personality, job burnout, and work outcomes. *Journal of Vocational Behavior*, 76(3), 487-506.
- Taris, T. W., Le Blanc, P. M., Schaufeli, W. B., & Schreurs, P. J. (2005). Are there causal relationships between the dimensions of the Maslach Burnout Inventory? A review and two longitudinal tests. *Work & Stress*, 19(3), 238-255.
- Tarnowski, M., & Carlotto, M. S. (2007). Burnout Syndrome in students of psychology. *Temas em Psicologia*, 15(2), 173-180.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and individual differences*, 18(5), 663-668.
- Wang, M. T., Chow, A., Hofkens, T., & Salmela-Aro, K. (2015). The trajectories of student emotional engagement and school burnout with academic and psychological development: Findings from Finnish adolescents. *Learning and Instruction*, 36, 57-65.
- *Wang, Y., & Gu, X. (2014). Mediation Effect of

- Academic Self-Efficacy on the Relationship between Perfectionism and Burnout among Undergraduates. *Advanced Psychology*, 4, 906-903.
- White, C., & Schweitzer, R. (2000). The role of personality in the development and perpetuation of chronic fatigue syndrome. *Journal of Psychosomatic Research*, 48(6), 515-524.
- Yang, H. J., & Farn, C. K. (2005). An investigation the factors affecting MIS student burnout in technical-vocational college. *Computers in human behavior*, 21(6), 917-932.
- Yu, J. H., Chae, S. J., & Chang, K. H. (2016). The relationship among self-efficacy, perfectionism and academic burnout in medical school students. *Korean journal of medical education*, 28(1), 49-55.
- *Yu, J. H., & Chae, S. J. (2016). Differences in Academic Burnout and Achievement Goal Orientation by Perfectionism of Medical Students. *Journal of Health Informatics and Statistics*, 41(1), 88-95.
- *Yu, J. H., Chae, S. J., & Chang, K. H. (2016). The relationship among self-efficacy, perfectionism and academic burnout in medical school students. *Korean journal of medical education*, 28(1), 49-55.
- *Zhang, Y., Gan, Y., & Cham, H. (2007). Perfectionism, academic burnout and engagement among Chinese college students: A structural equation modeling analysis. *Personality and Individual Differences*, 43(6), 1529-1540.

원고접수일 : 2017. 10. 19.

수정원고접수일 : 2017. 12. 21.

최종게재결정일 : 2017. 12. 23.

A Meta-analysis on the Relationship between Multidimensional Perfectionism and Academic Burnout

Soohyun Cho

Jihyun Chung

Hyojung Shin

Korea University

Ajou University

A meta analysis was conducted in order to investigate the risk and the protective factor on academic burnout with related to perfectionism. The effect size on the relationship between academic burnout and two types of perfectionism (adaptive-maladaptive) was investigated with 38 published articles ($n = 11,545$). Adaptive perfectionism was showed a negative relationship with emotional exhaustion and inefficacy. Maladaptive perfectionism was showed a positive relationship with three components of burnout. Subsequently, moderator analysis by three majors revealed that general group had the highest effect size on the relationship between adaptive perfectionism and inefficacy. The medical group reported the highest effect size of maladaptive perfectionism on the relationship with emotional exhaustion and cynicism. Thirdly, the athletic group mostly effected on the relationship between maladaptive perfectionism and inefficacy. Lastly, the theoretical and the practical implication were discussed with suggesting the further study.

Key words : *academic burnout, perfectionism, meta-analysis*