

완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계: 정서표현 양가성, 사회적지지 및 관계욕구 충족을 중심으로*

오선우 서수균†

부산대학교 심리학과

본 연구는 완벽주의의 대인관계적 측면인 완벽주의적 자기제시와 외로움의 관련성을 살펴보고, 이들 간의 관계에서 사회적지지, 정서표현 양가성 및 관계욕구 충족의 매개효과를 알아보고자 수행되었다. 이를 위해 부산 소재 남녀 대학생을 대상으로 완벽주의적 자기제시 척도, 정서표현 양가성 척도, 사회적지지 척도, 기본 심리적 욕구 척도, 외로움 척도를 실시하였고, 344명의 자료가 최종분석에 사용되었다. 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계욕구 충족, 외로움 간의 상관을 알아보았고, 매개효과를 살펴보기 위해 구조방정식 검증을 수행했다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째 완벽주의적 자기제시는 외로움과 유의한 정적 상관을 보였고, 정서표현 양가성과는 유의한 정적 상관을, 사회적지지 및 관계욕구 충족과는 유의한 부적 상관을 보였다. 둘째 정서표현 양가성, 사회적지지 및 관계욕구 충족은 완벽주의적 자기제시와 외로움 간을 매개했다. 본 연구는 완벽주의적 자기제시가 외로움에 영향을 미치는 과정을 설명하는 변인인 정서표현 양가성, 사회적지지 및 관계욕구 충족의 매개효과를 밝혔다는 점에서 의의가 있다.

* 주요어: 완벽주의적 자기제시, 외로움, 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계욕구 충족

* 본 연구는 석사학위 논문을 수정 보완한 것이며, BK 21 플러스의 지원을 받아 수행된 연구임 (NRF F16HR31D1802). 이 논문은 부산대학교 기본연구지원사업(2년)에 의하여 연구되었음

† 교신저자(Corresponding Author): 서수균, 부산대 심리학과, 부산시 금정구 부산대학로 63번길 2
Tel: 051-510-2125, Fax: 051-581-1457, E-mail: sgseo@pusan.ac.kr

다른 사람에게 좋은 인상을 남기고자 하는 것은 인간의 자연스러운 동기이다(Leary & Kowalski, 1995). 특히 대학생 시기는 친밀감 형성의 과업이 중요한 초기 성인기에 해당한다. 마음이 맞는 소그룹에서 친밀감을 경험하던 학창시절과는 달리 대학생 시기는 대인관계 범위가 크게 확장되고, 인맥관리의 중요성 또한 커진다. 따라서 대학생들은 타인에게 인정과 승인을 받으려는 사회적 성취욕구가 높고(최상진, 김기범, 2000), 좋은 인상을 제시하려는 동기가 더욱 강할 수 있다. 이런 동기는 자칫 인상관리 혹은 인맥관리에 지나치게 치중한 나머지 좋기만 한 관계를 맺게 되어 관계의 진솔성이나 깊이가 결여될 수 있다. 이러한 동기가 높은 개인은 군중속의 고독처럼 많은 좋은 관계 속에서도 외로움을 경험하기 쉽다.

자연스러운 인상관리를 넘어서서 극단적으로 자기 자신을 완벽하게 제시하려고 하는 성향을 완벽주의적 자기제시(perfectionistic self-presentation)라고 한다. 완벽주의적 자기제시 성향을 가진 사람들은 자신의 전반적인 인상에 대해서 지나치게 염려하면서 다른 사람들 앞에서 자신을 강하고 유능하게 보이고자 하며, 남들이 자신의 결함을 알게 되는 상황을 회피하려고 한다(Frost, Hewitt, & Singer, 1995; Hobden & Pliner, 1995).

완벽주의적 자기제시는 기존의 특성적 완벽주의와 분명하게 구분되는 성격 특성이다. 기존의 특성적 완벽주의자들은 자신의 일에서 완벽을 추구하지만, 완벽주의적 자기제시자들은 완벽한 수행을 추구하기보다 남들에게 자신을 완벽하게 제시하려고 노력한다. 즉 기존의 특성적 완벽주의가 ‘완벽하고자 하는 욕구(need to be perfect)’를 의미한다면, 완벽주의적 자기제시는 ‘남에게 완벽하게 보이고자 하는 욕구(need to appear perfect)’를 의미한다(Hewitt et al., 2003). Hewitt 등(2003)은 완벽한 수행을 추구하는 기존의 특성적 완벽주의자들과 다른 사람들 앞에서 의도적으로 완벽하게 보이고자 하면서 자신의 불완전한 모습을 행동적으로든 언어적으로든 드러내거나 인정하지 않으려고 하는 완벽주의자들 간에는 분명한 차이가 있다고 하였다.

대인관계에서 친밀감이 발달하는 데 필요한 구성요소들에 대해서 설명하고 있는 Reis와 Shaver(1988)의 친밀감 대인관계 과정 모델(the interpersonal process model of intimacy)에서는 자신의 경험과 감정을 다른 사람에게 알리는 자기표현을 많이 하고, 자기표현에 대해서 상대방이 공감반응을 보일수록 친밀감이 증가한다고 본다. 하지만 완벽주의적인 성향을 가진 사람들은 타인으로부터 완벽하지 않다는 평을 듣고 거부당할까봐 두려워서 사소한 비판에도 방어적으로 반응하고, 자신의 사고와 정서를 타인과 공유하지 않으려는 노출공포를 보인다(Burns, 1980). 이러한 억압적인 성격구조는 타인과의 인간적인 접촉이나 친밀한 관계형성을 어렵게 한다(Shearer & Davidhizar, 1994). 이런 특성을 가진 완벽주의적 자기제시 성향을 가진 개인은 친밀한 관계를 원하면서도 이를 형성하지 못할 수 있다. 자신이 바라는 사회적 대인관계와 실제로 성취되는 관계의 질 및 양상이 불일치함을 인식할 때, 개인은 부정적인 반응인 외로움을 경험한다(Peplau & Perlman, 1982).

완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계: 정서표현 양가성, 사회적지지 및 관계육구 충족을 중심으로

우리나라 대학 신입생들은 최근 3개월 동안 85.4%가 외로움, 불안, 우울/무기력, 불안, 자살충동 중 한 개 이상의 부정적 정서를 경험하는데, 그 중 외로움은 72.4%로 부정적 정서 경험 중 가장 높은 비율을 보였다(금명자, 남향자, 2010). 한국 사람들은 가족과 친구 관계 영역이 중심인 관계경험 영역에서 행복과 불행의 많은 부분을 경험하는데(유나영, 정여진, 김비아, 정영숙, 신현정, 2015), 대학생들은 특히 관계로 인한 불행을 더 자주 경험한다. 선행연구에서 대학생들의 행복과 불행에 가장 큰 영향을 미치는 부분이 대인관계에 대한 지각에서 비롯되는 것으로 나타났다(한기혜, 박영신, 김의철, 2008). 이를 통해 외로움이 대학생들에게 미치는 영향이 큼을 알 수 있다.

외로움 발생의 선행조건에는 상황적 특징과 성격적 특징이 있는데(Peplau, Bikson, Rook, & Goodchilds, 1982), 본 연구에서는 성격적 특징인 완벽주의적 자기제시 성향에 주목하여 완벽주의적 자기제시 성향을 가진 사람들이 외로움을 느끼게 되는 과정을 살펴보고자 한다. 그 과정에 기여하는 심리적 변인으로 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계육구 충족에 주목하였다.

정서적인 자기개방은 친밀감 형성의 핵심적인 요인이다(Reis & Shaver, 1988). 하지만 정서표현 욕구를 통제하면서 정서표현에 어려움을 느끼는 사람들이 있다. 이처럼 정서표현을 하고 싶은 욕구가 있으면서도, 이를 억제하면서 내적으로 갈등하는 것을 정서표현 양가성(ambivalence over emotional expressiveness)이라고 한다(King & Emmons, 1990). 완벽주의적 자기제시자는 정서표현을 하면 자신의 완벽성에 흠이 되거나, 부정적인 감정표현으로 인해 다른 사람에게 거부당할지도 모른다고 생각해서 정서표현을 하고 싶으면서도 억제할 가능성이 높다(백수현, 2012). 선행연구에 따르면, 완벽주의적 자기제시자는 정서표현이 적고 정서표현을 억제한다(Hewitt et al., 2003).

사회적 관계를 통해서 얻을 수 있는 모든 긍정적인 자원을 사회적지지라고 한다. 완벽주의적 자기제시자들은 불완전해 보이는 자신의 모습이 행동적으로든 언어적으로든 드러나는 것을 피하려고 노력하는데(하정희, 2011), 이러한 사회적 태도는 사회적지지를 제공받을 기회를 차단시켜 완벽주의적 자기제시자들의 사회적 지지체계를 약하게 한다. 정서표현 양가성 또한 정서와 관련된 정보의 상호교환을 어렵게 하므로 타인으로부터 얻을 수 있는 정서적인 지원을 제한시킨다(Emmons & Colby, 1995). 선행연구에 따르면 정서표현 양가성이 높은 사람은 타인의 공감이나 사회적지지를 덜 받는다고 지각한다(Emmons & Colby, 1995). 따라서 완벽주의적 자기제시자들이 보이는 정서표현 양가성은 이들의 사회적지지 기반을 약하게 할 수 있다. 사회적지지가 약한 개인은 상대적으로 외로움을 경험하기 쉽다. 선행연구에 따르면 사회적지지는 외로움과 부적상관을 보였다(오운경, 2012).

하지만 외로움은 자기개방을 못하거나, 사회적지지를 제공받지 못하는 모든 사람이 필연적으로 경험하는 정서가 아니다. 개인은 관계육구가 충족되지 않을 때 외로움을 느끼므로

(Shearer & Davidhizar, 1994), 외로움은 개인의 관계욕구 충족의 좌절에서 비롯되는 것이라고 볼 수 있다. Ryan과 Deci(2002)는 기본적인 관계욕구의 충족은 개인의 성장에 필수 조건이며, 개인 내적인 안녕감과 사회성 발달을 촉진한다고 하면서 관계욕구 충족의 중요성을 강조했다(Ryan & Deci, 2002).

완벽주의적 자기제시 성향을 가진 사람들이 보이는 방어적인 태도는 그들의 불완전함은 가려주지만, 낮은 개방으로 인해 주변의 사람들은 완벽해 보이는 그들이 실은 외로울 수 있다는 것을 인식하지 못한다. 이는 완벽주의적 자기제시 성향을 가진 사람들이 외로움을 경험하게 되는 중요한 패턴일 수 있다. 본 연구에서는 완벽주의적 자기제시자들이 높은 정서표현 양가성으로 인해 대인관계 장면에서 자기개방에 어려움을 느껴 사회적지지가 제한되고, 관계욕구 충족이 좌절되어 외로움을 많이 느낄 것이라 가정하였다. 이에 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계욕구 충족, 외로움의 관계를 탐색적으로 살펴보고자 한다.

방 법

연구대상

본 연구의 대상자는 부산 지역에 위치한 4년제 대학교의 재학생들이다. 학생들에게 연구 참여 동의서를 배포한 후 웹을 통해 설문에 참여하도록 하였다. 총 389명이 연구 참여에 동의하였고, 356명이 웹 설문 응답을 완료했다. SPSS 19.0로 데이터탐색을 실시하여 모든 척도에서 이상값으로 나타난 12부를 제외하고, 총 344부를 최종 분석에 사용하였다. 참가자들의 평균연령은 21.42세(SD=2.28)이고, 남성은 146명(42.4%), 여성은 198명(57.6%)이었다. 학년 분포는 1학년이 143명(37.2%)으로 가장 많았고, 2학년(123명, 22.6%), 4학년(48명, 14.5%), 3학년(30명, 17.2%) 순이었다.

측정도구

완벽주의적 자기제시 척도(the Perfectionistic Self-presentation Scale)

본 연구에서는 완벽주의적 자기제시를 측정하기 위해서 Hewitt 등(2003)이 개발한 완벽주의적 자기제시 척도를 하정희(2010b)가 번안한 척도와 사회적 바람직성 척도(최보라, 2007), 자기은폐 척도(장진이, 2000)를 바탕으로 하정희(2011)가 한국의 실정에 맞게 개발 및 타당화한 한국판 완벽주의적 자기제시척도(PSPS-K)를 사용하였다. 본 척도는 총 19문항이며 1점부터 7점까지의 7점 Likert 형식이다. 하위척도는 '완벽주의적 자기노력(PSP)', '불완전함 은폐-행동적(NDP)', '불완전함 은폐-언어적(NDC)'으로 구성되어있다. 본 연구에서 완벽주의적 자기

완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계: 정서표현 양가성, 사회적지지 및 관계육구 충족을 중심으로

제시 척도의 하위영역별 신뢰도는 .89, .80, .82, 전체 신뢰도는 .88로 나타났다.

정서표현 양가성 척도(the Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire)

정서표현 양가성 척도는 King과 Emmons(1990)가 개발한 정서표현에 대한 양가성 질문지(Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire: AEQ) 28문항을 최해연과 민경환(2005)이 한국의 문화적 맥락을 고려하여 타당화한 한국판 정서표현 양가성 척도(AEQ-K)를 사용하였다. 한국판 정서표현 양가성 척도는 총 21문항으로, 2가지 하위요인으로 구성되어 있으며, 1점부터 5점까지의 Likert식 5점 척도를 사용하였다. 자기-방어적 양가성은 정서표현에 대한 불능감이나 정서표현의 부정적인 결과에 대한 자기방어적인 동기를 반영한다. 관계-관여적 양가성은 정서표현을 통제함으로써 신중함을 기하여 사회적인 관계를 보호하려는 동기를 반영한다. 본 연구의 정서표현 양가성 척도의 하위영역별 신뢰도는 .88, .78, 전체 신뢰도는 .89이었다.

사회적지지 척도(the Social Support Scale)

박지원(1985)이 개발한 사회적지지 척도를 사용하였다. 이 척도는 정서적지지(7문항), 평가적지지(6문항), 정보적지지(6문항), 물질적지지(6문항)의 네 가지 하위요인으로 구성되어 있고, 총 25문항이다. 특정 사회적 지원에 치우쳐서 평정할 것을 우려하여, 사회적 지원을 부모와 주변사람으로 나누어 두 번 평정하도록 한 후 평균값을 분석에 사용하였다. 척도는 5점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 사회적 지지를 더 많이 받는다고 지각하고 있는 것을 의미한다. 본 연구에서 사회적지지 척도의 신뢰도는 .97로 나타났다.

기본심리적 욕구 척도(the Basic Psychological Needs Scale)

Deci와 Ryan(www.psych.rochester.deu/SDT/)의 기본 심리적 욕구 척도(Basic Psychological Need Scale: BPNS)를 이명희와 김아영(2008)이 번안하고 타당화한 척도를 사용하였다. 기본 심리적 욕구 척도는 총 18 문항으로 자율성(6문항), 유능성(6문항), 관계성(6문항)의 세 가지 하위요인으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 관계육구의 충족 정도를 측정하기 위하여 관계성 하위요인 6문항만을 사용하였다. 1점에서 6점까지의 6점 Likert 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 관계육구 충족이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 관계성 하위요인의 신뢰도는 .87로 나타났다.

외로움 척도(the UCLA Loneliness Scale)

Russell, Peplau, Ferguson(1978)이 만든 UCLA 외로움 척도를 Russell, Peplau, Cutrona

(1980)가 개정하고 김교현과 김지환(1989)이 우리 실정에 맞게 번역하여 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 대인관계에 대한 주관적 경험을 묻는 20개의 문항으로 구성되어 있으며, 단일차원이다. 0점부터 3점까지의 4점 Likert척도이며, 응답자의 반응 편차를 줄이기 위해 자신의 사회적 관계에 대한 긍정 문항 10문항, 부정문항 10문항으로 구성되어 있다. 역채점은 1, 4, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20번 문항이다. 본 연구에서 외로움 척도의 신뢰도는 .92로 나타났다.

절차

본 연구의 자료 수집은 부산 소재대학교의 전공 및 교양 교과목 강의 참여자를 대상으로 진행되었다. 설문은 웹 페이지를 통해 온라인 형식으로 작성하도록 하였다. 강사와 강의 참여자들에게 협조를 요청하고 동의를 구한 다음, 웹을 통한 설문조사 참여방법 및 설문 참여 시 주의사항에 대해 안내 한 후에 강의 참여자들에게 연구참여동의서를 작성하도록 하였다. 연구참여에 동의한 389명 중 356명이 온라인 설문을 작성하였다.

자료분석

결과분석을 위해 수집된 자료를 SPSS 19.0와 AMOS 18.0을 사용하여 분석하였다. 구체적인 분석방법 및 절차는 다음과 같다. 첫째, 연구대상자의 일반적인 특성과 주요 변인들의 기술통계 분석 및 척도 신뢰도 분석을 실시하였다. 둘째, 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계육구 충족, 외로움의 관계를 확인하기 위해 Pearson 단순 상관분석을 실시하였다. 셋째, 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계육구 충족 및 외로움의 경로를 AMOS를 이용한 구조방정식 모형 분석을 통해 검증하였다.

결 과

상관분석

표 1에 측정변인들 간의 상관계수와 각 변인의 평균, 표준편차를 제시하였다.

측정변인들 간의 상관관계를 살펴보면, 완벽주의적 자기제시는 외로움과 유의한 정적 상관이 있고, 관계육구 충족과는 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다, $r=.34, p<.01$; $r=-.29, p<.05$. 사회적 지지는 완벽주의적 자기제시와 유의한 부적 상관을 보였고, 외로움과는 부적 상관을 관계육구 충족과는 정적 상관을 보였다, $r=-.68, p<.01$; $r=.66, p<.01$. 정서표현 양가성은 완벽주의적 자기제시와 유의한 정적 상관을 보였고, 외로움과는 정적 상관을 관계육구 충족

<표 1> 주요 변인의 상관관계 분석

| 변인 | M | SD | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---------------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|---|
| 1. 완벽주의적 자기제시 | 78.97 | 16.88 | - | | | | |
| 2. 정서표현 양가성 | 68.90 | 13.29 | .51** | - | | | |
| 3. 사회적 지지 | 99.29 | 14.26 | -.30** | -.27** | - | | |
| 4. 관계육구 충족 | 27.83 | 4.69 | -.29** | -.30** | .66** | - | |
| 5. 외로움 | 38.91 | 10.19 | .34* | .42** | -.68** | -.76** | - |

* $p < .05$, ** $p < .01$

과는 부적 상관을 보였다, $r = .42, p < .01$; $r = -.30, p < .01$.

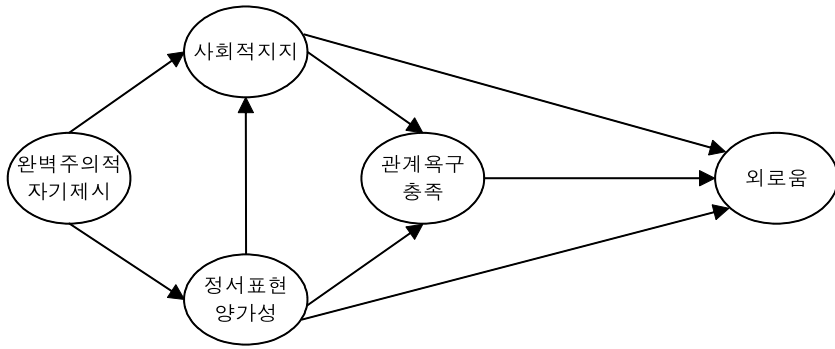
측정모형 검증

구조모형 검증을 실시하기 전에 측정모형 검증을 통해 연구모형에 존재하는 모든 잠재변인과 측정변인의 단일 차원성을 평가하였다. 측정모형은 5개의 잠재변인과 14개의 측정변인으로 구성되어 있다. 단일요인으로 구성된 외로움과 관계성 척도는 요인분석을 통해 측정변인을 구성하였다. 측정변인의 모든 요인부하량은 $p < .001$ 수준에서 유의하였다. 측정모형 검증 결과 적합도는 $TLI = .928$, $CFI = .947$ 로 좋은 적합도를 보였고, 모형의 간명성을 고려하는 $RMSEA$ 는 .085로 보통인 적합도를 보였다. 즉 측정변인들은 잠재변인을 잘 측정하고 있으며, 각 잠재변인의 지표들은 단일 요인 모델에 의해 수용 가능한 적합도를 보였다.

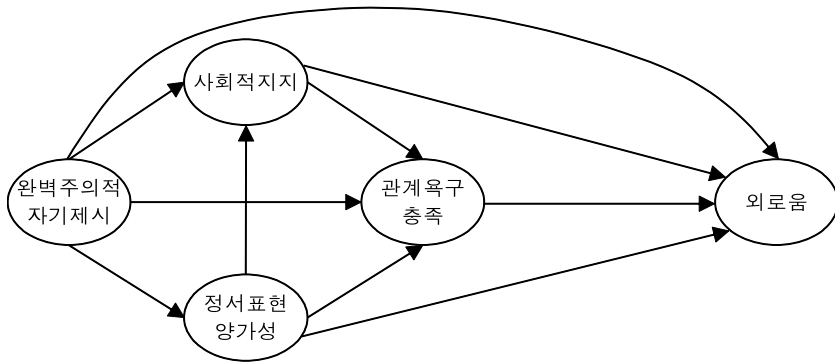
구조모형 검증

본 연구에서는 선행연구에 근거하여 완벽주의적 자기제시적인 특성이 정서표현 양가성(백수현, 2012)의 관계를 가정하고, 이론적 배경을 근거로 완벽주의적 자기제시가 사회적지지, 외로움에 영향을 미칠 것이라 가정했다(하정희, 2011). 선행연구를 바탕으로 사회적지지는 관계육구 충족을 어렵게 하고, 외로움을 경험하게 함을 가정했다(오윤경, 2012). 정서표현 양가성 또한 사회적 지지를 받을 기회를 제한하여 관계육구 충족을 어렵게 하고 외로움을 많이 경험하게 함을 가정했다(이유정, 2011). 하지만 완벽주의적 자기제시가 관계육구 충족과 외로움에 직접적인 영향을 미치는지는 선행연구에서 확인된 바가 없다. 따라서 본 연구에서는 연구모형과 경쟁모형을 설정하여 두 모형을 비교하고자 한다. 연구모형에서는 완벽주의적 자기제시와 관계육구 충족, 완벽주의적 자기제시와 외로움 사이에서 사회적지지와 정서표현 양가성이 완전매개 할 것을 가정하였다. 연구모형은 그림 1과 같다. 경쟁모형은 완벽주의적 자기제시와

관계육구 충족, 완벽주의적 자기제시와 외로움 사이에서 사회적지지와 정서표현 양가성이 부분매개 할 것을 가정하였다. 경쟁모형은 그림 2와 같다.



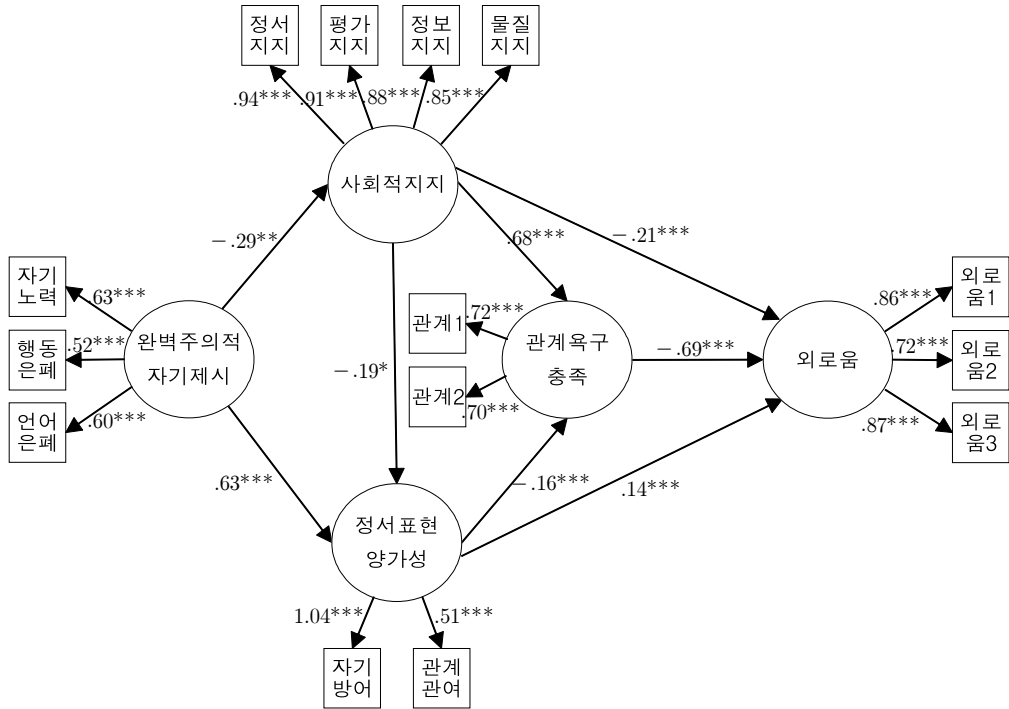
[그림 1] 연구모형



[그림 2] 경쟁모형

연구모형과 경쟁모형의 적합도는 표 2에 제시되어 있다. 연구모형의 적합도는 TLI=.931, CFI=.948로 모두 .90 이상으로 양호하였다. 연구모형의 RMSEA 값은 .083으로 보통의 적합도를 보였다. 경쟁모형의 적합도는 TLI=.928, CFI=.947로 모두 .90 이상으로 양호하였으며, RMSEA 값은 .085로 보통의 적합도를 보였다. 두 모형의 적합도가 유사한 수준으로 나타났기 때문에, χ^2 차이 검증을 통해 모형을 비교하였다. 표 2에 제시된 바와 같이, 연구모형과 경쟁모형의 자유도 차이는 2이다. 유의수준 .05에서 연구모형과 경쟁모형이 차이가 없다는 영가설을 기각하기 위해서는 자유도 2가 5.99이상의 χ^2 차이를 가져와야 한다. 두 모형 간의 χ^2 차이는 .77으로 통계적으로 유의하지 않았다. 두 모형 간의 차이가 유의하지 않은 경우 보다 간단한 모형을 선택하는 것이 바람직하다. 따라서 연구모형을 최종모형으로 선택하였다.

완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계: 정서표현 양가성, 사회적지지 및 관계육구 충족을 중심으로



[그림 3] 표준화된 구조모형(연구모형)

그림 3에 최종모형으로 선택된 연구모형이 제시되어 있다. 최종모형에서 경로계수들의 표준화 추정치를 살펴보면, 완벽주의적 자기제시에서 사회적지지로 가는 경로($\beta = -.29, p < .01$), 완벽주의적 자기제시에서 정서표현 양가성으로 가는 경로($\beta = .63, p < .001$), 사회적 지지에서 관계 육구 충족으로 가는 경로($\beta = .68, p < .001$), 사회적지지에서 외로움으로 가는 경로($\beta = -.21, p < .001$), 정서표현 양가성에서 사회적지지로 가는 경로($\beta = -.19, p < .05$), 정서표현 양가성에서 관계육구 충족으로 가는 경로($\beta = -.16, p < .001$), 정서표현 양가성에서 외로움으로 가는 경로($\beta = .14, p < .001$), 관계육구 충족에서 외로움으로 가는 경로가 유의한 것으로 나타났다($\beta = -.69, p < .001$). 이러한 결과를 통해 완벽주의적 자기제시가 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계육구 충족의 매개를 통해 외로움에 영향을 미침을 알 수 있다. 구체적으로 살펴보면 정서표현 양가성은 완벽주의적 자기제시와 사회적지지 간을 부분 매개 하고, 완벽주의적 자기제시와 관계육구 충족, 완벽주의적 자기제시와 외로움 간을 완전매개한다. 사회적지지는 정서표현 양가성과 관계육구 충족, 정서표현 양가성과 외로움 간을 부분매개하고, 완벽주의적 자기제시와 관계육구 충족, 완벽주의적 자기제시와 외로움 간을 완전매개한다. 관계육구 충족은 사회적지지와 외로움, 정서표현 양가성과 외로움 간을 부분매개 한다.

매개효과 검증

<표 2> 외로움에 대한 각 변인들의 직접효과와 간접효과

| 경로 | 직접효과 (95% 신뢰구간) | 간접효과 (95% 신뢰구간) | 총 효과 |
|-----------------------|--------------------------|--------------------------|---------|
| 완벽주의적 자기제시 → 사회적지지 | -.29** (-.492~-.075) | -.12*** (-.276~-.014) | -.41*** |
| 완벽주의적 자기제시 → 정서표현 양가성 | .63*** (.437~.817) | | .63*** |
| 사회적지지 → 관계육구 충족 | .68*** (.581~.765) | | .68*** |
| 사회적지지 → 외로움 | -.21*** (-.331~-.066) | -.47*** (-.624~-.359) | -.68*** |
| 정서표현 양가성 → 사회적지지 | -.19* (-.366~.014) | | -.19* |
| 정서표현 양가성 → 관계육구 충족 | -.16** (-.274~-.072) | -.13*** (-.249~-.009) | -.29 |
| 정서표현 양가성 → 외로움 | .14*** (.065~.231) | .24*** (.094~.381) | -.38*** |

표 2에 완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계에서 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계육구 충족의 직접효과, 간접효과를 제시하였다. 추가적으로 완벽주의적 자기제시와 외로움 간에 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계육구 충족의 매개 효과가 유의한지 검증하기 위해 Bootstrap 검증법을 수행하였다. 검증결과 정서표현 양가성에서 사회적 지지로 가는 직접경로와 정서표현 양가성이 사회적지지를 거쳐 관계육구 충족으로 가는 간접경로를 제외한 모든 경로의 신뢰구간이 0을 포함하지 않으므로, 유의도 수준 5%에서 유의한 것으로 나타났다. 정서표현 양가성이 사회적 지지로 가는 직접경로는 90% 신뢰구간(-.341~-0.028)이 0을 포함하지 않으므로 유의도 수준 10%에서 유의한 것으로 나타났다. 정서표현 양가성이 사회적 지지를 거쳐 관계육구 충족으로 가는 간접경로도 90% 신뢰구간(-.230~-0.020)이 0을 포함하지 않으므로 유의도 수준 10%에서 유의한 것으로 나타났다.

논 의

본 연구에서는 Reis와 Shaver(1988)의 친밀감 대인관계 과정 모델에 근거하여, 완벽주의적 자기제시 성향이 높을수록 정서표현을 억제하면서 내적으로 갈등하는 정서표현 양가성이 높

완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계: 정서표현 양가성, 사회적지지 및 관계육구 충족을 중심으로

아저 주변사람들에게 사회적지지를 요청하지 못할 뿐만 아니라 주변사람으로부터 사회적으로 지지받지 못한다고 생각하여 관계육구가 충족되지 못하고, 이로 인해 외로움이 발생하게 될 것이라는 가설적 모형을 설정하고 완벽주의적 자기제시 성향과 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계육구 충족 및 외로움 간의 관계를 구조방정식 모형분석을 통해 검증하였다. 이를 위해 부산지역 대학교에 재학 중인 대학생을 대상으로 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 사회적지지, 기본심리육구 충족, 외로움 척도를 실시하였다. 총 344명의 자료를 분석하였으며, 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 완벽주의적 자기제시와 외로움의 관련성을 살펴본 결과, 완벽주의적 자기제시는 외로움과 유의한 정적상관을 보였고, 관계육구 충족과는 유의한 부적 상관을 보였다. 이는 완벽주의적 자기제시 성향이 높을수록 외로움을 많이 느끼고, 관계육구 충족의 정도가 적다는 것을 의미한다. 정서표현 양가성은 예측변인인 완벽주의적 자기제시와 유의한 정적 상관을 보였는데, 이는 백수현(2012)의 선행연구 결과와 일치한다. 완벽주의적 자기제시와 종속변인인 외로움은 유의한 정적 상관을 보였고, 사회적 지지와 관계육구 충족과는 유의한 부적 상관을 보였다. 사회적지지는 정서표현 양가성과는 유의한 부적 상관을 보였는데, 이는 오윤경(2012)의 연구결과와 일치한다. 사회적 지지와 관계육구 충족이 유의한 정적상관을 보인 것은 소연주(2015)의 연구결과와 일치한다.

둘째, 정서표현 양가성은 완벽주의적 자기제시와 사회적지지, 완벽주의적 자기제시와 관계육구 충족, 완벽주의적 자기제시의 외로움 간을 유의하게 매개하였다. 이는 완벽주의적 자기제시가 정서표현 양가성과 유의한 관계가 있었던 연구나(백수현, 2012) 정서표현 양가성이 사회적지지와(오윤경, 2012), 외로움에 영향을 미쳤던 연구들과 일치하는 결과이다(이유정, 2011; 정지혜, 2013). 본 연구에서는 각 변인간의 매개효과만을 확인하기보다 변인간의 구조적인 관계를 설정하여 완벽주의적 자기제시를 가진 사람들이 외로움에 이르게 되는 경로를 밝혔다는 점에서 기존 연구들과 차이가 있다. 구조모형 검증을 통한 변인 간 경로에 따르면 완벽주의적 자기제시는 정서표현 양가성에 정적인 영향을 미치고, 정서표현 양가성은 사회적 지지에 부적인 영향을 미쳐 개인의 관계육구 충족을 어렵게 하여 외로움을 경험하게 함이 밝혀졌다. 이는 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들이 대인관계에서 정서표현을 하고 싶으면서도 이를 억제하면서 갈등하는 정서표현 양가성이 높아 자기개방이 어렵고, 이러한 태도는 타인의 공감반응인 사회적 지지의 기회를 스스로 제한하게 되어 결과적으로 관계육구의 불충족, 외로움과 같은 고립감을 경험하게 됨을 의미한다. 이러한 결과는 Reis와 Shaver(1988)의 친밀감 대인관계 과정 모델을 지지한다.

셋째, 사회적지지는 완벽주의적 자기제시와 관계육구 충족, 완벽주의적 자기제시와 외로움 간을 유의하게 매개하였다. 이는 완벽주의적인 특성이 사회적지지와 유의한 관계가 있었던 연구와(하정희, 장유진, 2011) 사회적 지지가 외로움에 영향을 미쳤던 연구와 일치된 결과이

다(오윤경, 2012). 구조모형 검증결과 완벽주의적 자기제시 성향은 사회적지지와 관계육구 충족에 순차적으로 부적인 영향을 미쳐, 외로움을 경험하게 함이 밝혀졌다. 이는 타인으로부터 얻는 사회적 지지의 정도가 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 개인의 관계육구의 충족과 외로움에 영향을 미침을 의미한다. 이러한 결과는 Reis와 Shaver(1988)의 친밀감 대인관계 과정 모델에서 말하는 타인으로부터 얻는 공감적인 반응이 친밀감에 중요한 요소임을 지지하는 결과이다.

넷째, 관계육구 충족은 정서표현 양가성과 외로움, 사회적지지와 외로움 간을 유의하게 완전매개하였다. 이는 기본심리적육구충족 여부가 정서표현양가성과 대인관계문제 사이에서 매개역할을 함을 밝힌 정경아(2015) 연구와 일맥상통한다. 또한 사회적지지와 기본심리육구 및 삶이 만족도 간의 관계를 검증한 문은식(2015)의 연구와도 일맥상통한다. 구조모형 검증결과 완벽주의적 자기제시가 외로움에 미치는 영향에서 관계육구 충족이 부분매개 할 것을 가정한 경쟁모형 보다, 관계육구 충족의 완전매개를 가정한 연구모형이 더 적합도가 높았다. 이는 개인이 경험하는 정서표현 양가성과 사회적 지지의 부족 여부 보다는 개인이 지각하는 관계육구 충족의 여부가 외로움에 결정적인 역할을 함을 시사한다.

본 연구의 의의 및 시사점은 다음과 같다.

첫째, 완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계를 확인하였다. 완벽주의적 자기제시와 우울, 사회불안의 관계에 대한 연구는 다수 진행되었지만, 완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계를 본 연구는 없었다. 따라서 본 연구는 완벽주의적 자기제시자들이 대인관계에서 겪을 수 있는 심리적 경험으로 외로움이라는 새로운 변인을 탐색하였다는 점에서 의의가 있다.

둘째, 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들이 외로움을 겪게 되는 심리적 과정에서 중요한 역할을 하는 대인관계 특성을 탐색적으로 살펴보고, 그 경로를 밝혔다는 점에서 의의가 있다. 연구 결과는 대인관계에서 지나치게 완벽하게 보이고자 하여 다른 사람의 평가에 예민하고 민감한 특성인 완벽주의적 자기제시가 내적인 갈등인 정서표현 양가성과, 제한된 사회적지지, 낮은 관계육구 충족의 경로를 통해 외로움을 초래함을 보여주고 있다. 이는 정서표현에 대한 내적 갈등인 정서표현 양가성이 정서개방을 방해하여 타인의 공감반응이나 사회적 지원을 제공받을 기회를 제한하게 된다는 Reis와 Shaver(1988)의 친밀감 대인관계 과정을 지지하는 결과이다. 이러한 과정으로 인해 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 개인은 깊이 있는 대인관계를 발전시키지 못해 외로움을 경험하게 된다. 따라서 완벽주의적 자기제시 성향과 외로움의 관계에 친밀감 대인관계 과정 모델이 적용될 수 있음을 알 수 있다.

셋째, 본 연구 결과는 외로움을 겪는 사람들에 대한 전문적 개입에 있어서 정서표현 방식이나 대처기술을 훈련시키는 것이 필요함을 시사하고 있다. 상담자는 이러한 개입을 통해 내담자가 대인관계 장면에서 다른 사람에게 적절한 수준으로 정서표현을 하고, 다른 사람들로 부터 지지를 제공받는 경험을 할 수 있도록 격려할 필요가 있다. 이러한 과정을 통해 내담자

완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계: 정서표현 양가성, 사회적지지 및 관계육구 충족을 중심으로

가 다른 사람으로부터 지지받고 있음을 확인할 수 있다면, 내담자는 관계육구가 충족되어 외로움으로부터 벗어날 수 있을 것이다.

본 연구 결과가 외로움이 유발되는 심리적 과정을 이해하는데 중요한 시사점들을 주고 있지만 몇 가지 제한점을 가지고 있다.

첫째, 본 연구는 부산지역의 대학생들을 대상으로 실시되었다. 때문에 다양한 연령, 다양한 지역의 사람들에게 일반화시키기에 어려움이 있다. 추후에는 다양한 연령을 대상으로 다양한 지역에서 연구 할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 완벽주의적 자기제시 성향이 성별에 따라 차이가 있는지를 살펴보지 않았다. 국내에서는 완벽주의적 자기제시에 대한 연구가 아직 시작단계에 있으므로 추후 연구에서는 완벽주의적 자기제시 성향의 남녀 간 차이를 검증해 볼 필요가 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서는 자기보고식 설문을 통해 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 사회적지지, 관계육구 충족, 외로움의 정도를 알아보았다. 때문에 참가자들이 사회적으로 바람직하다고 생각되는 방향으로 응답했을 가능성이 있다. 추후 연구에서는 이러한 개념들을 보다 객관적으로 측정할 수 있는 방법들이 보완되어야 할 것이다.

넷째, 본 연구에서는 완벽주의적 자기제시가 외로움에 영향을 미치는 과정을 정서표현 양가성과 사회적지지, 관계육구 충족을 중심으로 살펴보았으나, 완벽주의적 자기제시 성향을 가진 사람들이 가지고 있는 다른 특성들과 외로움의 관계도 살펴볼 필요가 있을 것이다.

참고문헌

- 금명자, 남향자 (2010). 전국 대학신입생의 대학생활 기대 및 정신건강. *인간이해*, 31(1), 15-127.
- 김교헌, 김지환 (1989). 한국판UCLA 고독척도. *學生生活研究*, 16, 13-30.
- 문은식 (2015). 예비유아교사가 지각한 부모의 자율성 지지, 친구의 사회적지지, 기본심리육구 및 삶의 만족도의 관계. *한국교육심리학회*, 29(4), 737-756.
- 박지원 (1985). 사회적지지 척도 개발을 위한 일 연구. 연세대학교대학원 박사학위논문.
- 배병렬 (2009). (Amos 17.0)구조방정식 모델링: 원리와 실제. 서울: 청람출판사.
- 백수현 (2012). 완벽주의적 자기제시와 사회적 불안과의 관계에서 정서자각 및 정서표현 양가성의 매개효과. 전북대학교대학원 석사학위논문.
- 소연주 (2015). 방과 후 학교스포츠클럽에 참여하는 학생의 사회적 지지가 기본심리육구만족과 심리적 행복감에 미치는 영향. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 오윤경 (2012). SNS중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지의 관계. 한국상담대학원 대학교 대학원 석사학위논문.

- 유나영, 정여진, 김비아, 정영숙, 신현정 (2015). 한국인의 행복개념 탐색연구. *한국민족문화*, 44, 197-230.
- 이명희, 김아영 (2008). 자기결정성이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(4), 157-174.
- 이유정 (2011). 내면화된 수치심이 외로움에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 장진이 (2000). 자기은폐와 정서 표현 성향, 지각된 사회적 지지 그리고 도움 추구 태도간의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 정경아 (2015). 정서표현 양가성이 대인관계문제에 미치는 영향: 기본 심리적 욕구 만족의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 정지혜 (2013). 거절민감성과 외로움의 관계에서 정서표현양가성의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 최보라 (2007). 사회적 바람직성 척도 타당화. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최상진, 김기범 (1998). 체면의 심리적 구조. *한국 심리학회 학술대회 자료집*, 1, 559-577.
- 최혜연, 민경환 (2005). 정서표현에 대한 부정적 신념의 구조와 기능. *한국심리학회지: 일반*, 24(1), 239-257.
- 하정희 (2010a). 완벽주의적 자기제시와 전문적 도움추구태도와의 관계 -자아존중감의 조절효과-. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(2), 265-280.
- 하정희 (2010b). 한국판 완벽주의적 자기제시 척도(PSPS)의 타당화 연구. *한국심리학회지: 일반*, 29(2), 221-239.
- 하정희 (2011). 한국판 완벽주의적 자기제시 척도(PSPS-K)의 개발과 타당화. *상담학연구*, 12(4), 1211-1230.
- 하정희, 장유진 (2011). 대학생들의 완벽주의 성향과 주관적 행복감 및 사회적지지제공의 관계: 사회적지지수혜의 매개 효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 23(2), 427-449.
- 한기혜, 박영신, 김의철 (2008). 구두발표: 대학생의 행복과 불행에 대한 토착심리분석. *연차학술발표대회 논문집*, 2008, 24-25.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, November, 34-52.
- Emmons, R. A., & Colby, P. M. (1995). Emotional conflict and well-being: Relation to perceived availability, daily utilization, and observer reports of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 947-959.
- Frost, G. L., Hewitt, P. L., & Singer, A. (1995). Perfectionism and parental authority

- styles. *Individual Psychology*, 51, 50-60.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1303-1325.
- Hobden, K., & Pliner, P. (1995). Self-handicapping and dimensions of perfectionism: Self-presentation vs. Self-protection. *Journal of Research in Personality*, 29, 461-474.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 864-877.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995). The self-presentation model of social phobia. In R. G. Heimberg, Mo. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneider (Eds.), *Social Phobia: Diagnosis, assesment and treatment*. New York: Guilford Press.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy* (pp. 1-18). New York: Wiley-interscience.
- Peplau, L. A., Bikson, T. A., Rook, K. S., & Goodchilds, J. D. (1982). Being old and living alone. *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy* (pp. 327-347). New York: Wiley.
- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. Duck (Ed.), *Handbook of Personal Relationships* (pp. 367-389). Chichester, England: Wiley.
- Russell, D. W., Peplau, L. A., & Cutrona, D. E. (1980). There vised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480.
- Russell, D. W., Peplau, L. A., & Fergusson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2002). Overview of Self-determination theory: An Organismic Dialectical Perspective. *Handbook of Self-Determination Research* (pp.3-33). The University of Rochester Press.
- Shearer, R., & Davidhizar, R. (1994). It can be never be the way it was: Helping elderly women adjust to change and loss. *Home Health Care Nurse*, 12(4), 60-65.

The Effect of Perfectionistic Self-presentation on Loneliness: Focusing on Social Support, Ambivalence over Emotional Expressiveness and Satisfaction of Need for Relatedness

Seon-Woo Oh Su-Gyun Seo
Pusan National University

The purpose of this research is to verify mediating effect of Ambivalence over Emotional Expressiveness, Social Support, Satisfaction of Need for Relatedness to establish a specific relationship between Perfectionistic Self-presentation and Loneliness. The Perfectionistic Self Presentation Scale-K, Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire-K, Social Support Scale, Basic Psychological Need Scale-K, UCLA loneliness Scale-K were implemented. A total of 344 people's Data were analyzed. The structure equation model analysis with AMOS was performed in order to verify of mediating effect. The major findings of this study can be summarized as follows. First, Perfectionistic Self-presentation was positively associated with Ambivalence over Emotional Expressiveness and Social Support. Second, Ambivalence over Emotional Expressiveness had an effect on Social Support, Need for Relatedness and Loneliness and Loneliness. Third, Social Support influenced Satisfaction of Need for Relatedness and Loneliness. Fourth, Satisfaction of Need for Relatedness significantly influenced Loneliness. Results suggest that the mediation roles of Ambivalence over Emotional Expressiveness, Social Support and Satisfaction of Need for Relatedness are important in the relation of Perfectionistic Self-presentation and Loneliness. Given these results, in order to promote intimacy relationship among people with perfectionistic self-presentation, it is necessary to enhance social support and to reduce ambivalence over emotional expressiveness.

Key words: Perfectionistic Self-presentation, Social support, Ambivalence over Emotional Expressiveness, Loneliness, Satisfaction of Need for Relatedness