

부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 도움요청의 조절효과 검증: 중학생을 대상으로*

명혜원 이상민 양나연 이지혜†

고려대학교

본 연구는 중학생의 부적응적 완벽주의와 도움요청이 학업지연행동에 어떤 영향을 미치는지 알아보고, 부적응적 완벽주의가 학업지연행동에 미치는 영향이 도움요청에 의해 조절되는지 검증하고자 하였다. 경기도 소재 중학교에서 1학년 98명, 2학년 98명, 3학년 99명 총 295명(여 148명, 남 147명)을 대상으로 학업지연행동, 부적응적 완벽주의, 도움요청에 관한 설문을 실시하였다. 본 연구에서는 도움요청이 부적응적 완벽주의와 학업지연행동 간의 관계에서 유의한 조절효과를 보이는지 알아보기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 분석 결과로 첫째, 중학생의 부적응적 완벽주의 성향이 높을수록 학업지연행동을 더 많이 보였으며, 도움요청 수준이 높을수록 학업지연행동을 덜 하는 모습이 나타났다. 둘째, 부적응적 완벽주의가 학업지연행동에 미치는 영향은 도움요청의 수준에 따라 다르게 나타났다. 즉, 도움요청의 조절효과가 유의하였으며 도움요청이 증가할 경우 그렇지 않은 경우에 비해 부적응적 완벽주의가 학업지연행동에 미치는 영향력이 약해지는 결과를 보였다. 이러한 결과는 중학생의 학업지연행동을 낮추기 위해서 도움요청을 향상시킬 수 있는 상담 프로그램이 개발되고 학교현장에서 활발히 활용되어야 할 필요성을 시사한다. 마지막으로, 본 연구의 제한점과 추후 연구에 대해 논의하였다.

* 주요어: 부적응적 완벽주의, 학업지연행동, 도움요청, 조절효과, 중학생

* 본 연구는 명혜원의 고려대학교 석사학위 논문을 바탕으로 작성된 연구임

† 교신저자(Corresponding Author): 이지혜, 고려대학교 BK21+아시아에듀허브사업단,
(02841) 서울시 성북구 안암로 145, Email: last4ever@korea.ac.kr

과거나 지금이나 우리나라 청소년들은 치열한 입시 전쟁을 경험한다. 보다 유망한 상급학교로 진학하기 위한 과열된 경쟁 속에 국내 청소년들은 어린 나이부터 극심한 성취압력과 학업 스트레스를 경험한다. 통계청에 따르면 우리나라 청소년이 고민하는 문제 중 가장 큰 비율을 차지하는 것은 공부(35.3%)로, 학업문제가 청소년들에게 가장 큰 고민인 것으로 나타났다(통계청, 2015). 이와 더불어, 전체 청소년의 약 61.7%는 숙제와 시험으로 인한 스트레스를 겪고, 동일 집단의 57%에 해당하는 청소년들은 성적 때문에 부모님으로부터 스트레스를 받는다고 보고한 것(한국보건사회연구원, 2013)을 보아 우리나라 청소년들은 학업으로 인해 상당한 스트레스를 겪는다고 할 수 있겠다.

대다수의 학생들은 과중한 과제로 인한 스트레스로 과제를 마감해야 하는 순간까지 꾸물거리거나 미루다가 마무리한 경험을 갖고 있을 것이다. 이러한 행동을 지연행동이라 한다. 지연행동과 관련된 연구를 살펴보면, Ellis와 Knaus(1977)는 지연행동을 과제나 활동을 정해진 시간까지 착수 또는 완성하지 못한 행동적 측면에서 정의 하였고, Solomon과 Rothblum(1984)는 주관적인 불편감을 경험할 때까지 불필요하게 과제를 미루는 행동으로 정의하였다. Milgram(1991)은 지연행동은 주어진 과제나 활동을 수행하지 못하고 회피하며 미루는 행동으로 인해 주관적인 불편감을 느끼고, 중요한 것으로 인식된 과제를 계속 미루고, 표준 이하의 행동적 결과물을 만들어내어 감정적 혼란의 상태를 경험하는 것이라고 했다. 앞서 여러 학자들에 의해 언급된 다양한 정의를 종합하면, 학업지연행동은 지연행동 중에서도 특히 학생들의 정서와 학업성취에 부정적인 영향을 주는 자기 패배적이며 학생의 목표지향 행동을 손상시키는 행동으로 볼 수 있다. 앞서 언급된 청소년의 높은 학업 스트레스(한국보건사회연구원, 2013; Beswick, Rothblum, & Mann, 1988)로 비추어 볼 때, 학업지연행동은 청소년의 학업스트레스를 증가시킬 수 있다는 측면에서 개입이 필요하다.

Solomon과 Rothblum(1984)에 의하면 학업지연행동(academic procrastination)은 단순히 공부 습관이나 시간 관리의 문제가 아니라, 인지적, 정서적, 행동적 요인의 복잡한 상호작용의 결과이다. 학업지연행동을 하는 학생들의 대부분은 미루는 행동을 그치지 못하며 정서적 혼란을 겪는다(Ellis & Knaus, 1977). 학업지연행동은 학업 성취를 저해하거나 수업 진도를 따라가지 못하게 방해한다. 그 결과, 학생은 자신의 능력에 대한 부정적인 개념을 갖게 만들고 삶의 만족도를 떨어뜨려 부적응의 문제로 연결될 가능성이 높다. 관련 선행 연구들을 살펴보면, 학업지연행동은 학교생활에서 매우 흔하게 나타나기 때문에 개입이 시급한 영역이고(윤숙경, 1996), 학생의 학업 성취도를 저하시키며(서은희, 박승호, 2007; Beswick et al., 1988), 개인의 적응에 부정적인 영향을 미쳐 심리적인 문제로까지 이어질 수 있게 한다. 홍은순(2011)은 학업지연행동이 빈번하게 나타나는 학생들은 일반적으로 성적이 저조하며, 낮은 자존감, 높은 우울, 불안 및 비합리적 신념 수준 등의 특성을 보이고, 교우관계에서도 부정적인 영향을 받게 된다고 보고하였다. 뿐만 아니라 학업지연행동이 증가할수록 학생이 경험하는 스트

레스의 양도 가중되는 만큼(Tice & Baumeister, 1997) 학업지연행동을 감소시킬 수 있는 변인과 관련된 연구의 필요성이 제기되고 있다.

선행연구를 살펴보면 다양한 성격적인 요인들이 학업지연행동에 영향을 미치는 것으로 보고되었는데(곽유미, 2010; 서은희, 박승호, 2007; 임성문, 2007; 홍은순, 2011), 특히 완벽주의가 학업지연행동의 중요한 원인으로 간주되었다(Burka & Yuen, 1983; Ellis & Knaus, 1977). 특히 중, 고등학교 시기는 학생들이 상급학교로 진학하기 위하여 치열한 입시 경쟁을 겪는 시기이며, 우수한 성적을 얻기 위한 압박을 크게 호소하는 시기로 그 어떤 시기보다 학업적 성취와 완벽함에 대한 부담을 느끼기 쉽다. 과도한 학업적 성취압력은 학생들이 공부에 대한 흥미를 잃게 하기도 하며, 공부를 하지 못하고 미루게 만드는 원인이 된다(추상엽, 임성문, 2008). 이석화(2008)는 완벽주의를 완벽을 향한 높은 동기, 실현하기 어려울 정도로 높은 기준을 유지하려는 태도 및 목표 추구를 향한 강박적 태도를 보이는 성향이라고 명명하였다. 완벽주의는 완벽주의자들이 보이는 끊임없는 노력은 성공을 가능하게 하는 원동력이 되기도 하지만 이들의 완전무결함에 대한 욕구와 높은 기준은 과제를 마무리 짓는 것을 방해하며 성취를 방해하기도 한다(Blatt, 1995). Ellis와 Knaus(1977)는 완벽주의 성향으로 인한 비합리적인 두려움과 자기비판이 지연행동을 일으킨다고 하였다. 또한, 완벽주의 성향이 높은 사람들은 끊임없는 노력으로 과제 수행에 성공하지만, 지나치게 높은 가치 기준과 완벽해지려는 욕구가 방해요소로 작용하여 오히려 지연행동을 일으킬 수 있다고 한다(Blatt, 1995). 이런 연구결과를 토대로, 최근 완벽주의와 학업지연행동 간 관계의 구체적인 탐색을 위해 학업적 자기효능감, 심리적 요인 등의 변인을 통해 두 변인 간의 관계를 구체적으로 탐색한 연구 결과들이 나오고 있다(계수영, 박기환, 엄소용, 2011; 서은희, 2006; 성지영, 임은미, 2012; 전선미, 박주희, 2014; 한영숙, 2011; Burns, Dittmann, Nguyen, & Mitchelson, 2000; Onwuegbuzie, 2000). 즉, 이러한 선행연구를 살펴보면 완벽주의는 학업지연행동과 밀접한 관련이 있음을 확인할 수 있다.

초기의 연구자들은 부적응적인 특성만을 가진 단일 차원의 완벽주의로 지연행동과의 관련성을 설명하였으나 1990년대 이후 다차원적 완벽주의가 논의되면서 학업지연행동과의 관계를 보다 복잡적이고 심층적으로 이해할 수 있게 되었다. 1990년대에 들어 다차원적 완벽주의 척도들이 개발되면서 완벽주의적 성향이 지연행동에 영향을 미친다는 주장이 입증되기 시작했다(이미라, 2004). Frost, Heimberg, Holt, Mattia와 Neubauer(1993)의 '다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: FMPS)'와 Hewitt과 Flett(1991)의 '다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: HMPS)'의 하위 요인을 분석한 결과, 완벽주의는 크게 두 가지 요인으로 구분되었다. 첫째, '긍정적 성취욕구(positive striving need)' 요인으로 FMPS의 개인적 기준과 조직화, 그리고 HMPS의 자기지향 완벽주의와 타인지향 완벽주의로 이루어져 있다. 이 요인은 부정적 정서와 상관없이 완벽주의의 긍정적인 측면을 반영한

다. 둘째, ‘부적응적 평가염려(maladaptive evaluation concern)’ 요인으로 FMPS의 실수에 대한 염려, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심과 HMPS의 사회적으로 부과된 완벽주의로 이루어져 있다. 이러한 맥락에서 완벽주의는 적응적(기능적) 완벽주의와 부적응적(역기능적) 완벽주의로 나눌 수 있다. 선행 연구들을 살펴보면, 자기 지향적 완벽주의와 학업지연 행동 간의 관계는 대체적으로 부적 상관을 나타내고(계수영 외, 2011; 곽유미, 2010; 이지연, 조혜숙, 2011; 한영숙, 2011), 타인지향적 완벽주의와 학업지연행동과의 관계는 유의미한 관계가 없다는 견해가 존재한다(강미정, 2005; 박재우, 1998; 이미라, 2004). 관련된 선행 연구 결과를 정리하면, 사회적으로 부과된 완벽주의와 학업지연행동 간에는 정적상관을 보인다는 결과가 일관적으로 나오고 있다. 이는 부적응적 완벽주의 성향이 높을수록 학업을 미루는 정도가 심해진다는 것을 시사한다. 부적응적 완벽주의(maladaptive perfectionism) 성향이 높은 사람들은 스스로에게 비현실적으로 높은 수행기준을 부여하고 실수에 대한 염려, 행동에 대한 의심, 중요한 타인의 높은 기대에 대한 자각과 그에 부응하지 못했을 때 겪게 될 비난에 대한 두려움 등으로 인해 과제를 회피하고 미루는 모습을 보인다(Burns, 1980; Saddler & Sacks, 1993). 이러한 선행연구에 따라 학업지연행동에 효과적인 상담전략을 계획하기 위해서 부적응적 완벽주의 성향과 학업지연행동과의 관계의 방향 또는 강도에 작용하는 변인을 탐색할 필요성이 제기된다.

최근 학업장면에서는 도움요청이 학업성과를 높이는 데에 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 하나의 효과적인 학습전략으로 주목되고 있다(Karabenick & Newman, 2013). 학업적인 맥락에서의 도움요청(academic help-seeking)이란 학문적인 성취를 목적으로 필요한 지식과 기술적인 부분의 부족한 부분을 보완하고 교정하기 위해 수행하는 계획적인 행동으로 정의된다(Karabenick, 1987). 도움요청 행동은 다음 3개의 하위 개념을 포괄한다(유상석, 조홍식, 이경주, 2010). 첫째, 도구적 도움요청(Instrument help-seeking)으로 혼자서 목표를 성취하거나 과제수행의 질을 향상시키기 위해 필요한 어떤 기술이나 정보를 획득할 목적으로 도움을 요청하는 것을 말한다. 도구적 도움요청은 도움을 제공받은 이후에도 자기 스스로 문제를 해결하거나 수행의 질을 높일 수 있도록 인지전략과 관련된 도움을 구하는 것도 해당된다(Nelson-Le Gall & Glor-Scheib, 1986). 둘째, 실행적 도움요청(executive help-seeking)은 문제를 스스로 해결하고자 하는 노력 없이 다른 사람을 통해 문제를 해결하려는 의도로 도움을 요청하는 것이다. 실행적 도움요청은 도움 제공자가 전적으로 문제를 해결해 주는 것을 전제로 요청되는 도움이다(Nelson-Le Gall & Glor-Scheib, 1986). 셋째, 회피적 도움요청(avoidance of help-seeking)은 도움이 필요하지만 도움을 요청하지 않고, 과제를 건너뛰거나 아무렇게나 수행하는 것을 말한다. 요컨대, 학생들이 문제를 해결하거나 학습목적을 달성하기 위해 도움을 요청하거나 제공받는 행동을 도움요청으로 본다(조준수, 1999). 이러한 맥락에서 학업적 도움요청은 학생들이 수업이나 과제수행 중에 당면할 수 있는 어려움을 극복할 수 있는 수단

이나 전략으로서 그 가치와 효용성을 인정받는다(이희주, 2007; Karabenick & Knapp, 1991). 그럼에도 불구하고 학생들은 도움요청을 꺼리는 경우가 많다. 예를 들어, 어떤 학생들은 도움을 요청하는 것이 자신의 문제를 스스로 해결할 능력이 부족하다는 것을 나타내는 것이라고 걱정할 수 있고, 쓸데없는 시간 낭비라고 여길 수도 있다(이희주, 2007). Tessler와 Schwartz(1972)는 도움을 구하는 행동은 자신이 과거에 실패한 사실을 공적으로 인정하는 것으로 생각하게 되어 자신의 자존심 때문에 도움을 구하려고 하지 않는다고 주장하였다.

도움요청과 학업지연행동 간의 관계를 다룬 선행연구를 살펴보면 다양한 연구결과들이 존재한다. 신명희, 박승호, 서은희(2005)는 도움요청은 학업지연행동과 유의미한 수준에서 부적 상관 관계를 보인다고 했다. 이는 도움요청을 더 할수록 학업지연행동은 감소한다는 것을 시사한다. 이와 유사한 연구결과로, Zusho와 Barnett(2011)은 도움요청이 학업지연행동을 부적으로 유의하게 예측한다는 연구결과를 밝혔다. 학업지연행동과 도움요청의 상관관계가 유의하지 않은 것으로 보고된 해외연구 결과들이 몇몇 존재하지만(Kachgal, Hanse, & Nutter, 2001; Solomon & Rothblum, 1984), 박승호와 서은희(2005)의 국내 연구결과에서는 도움요청과 학업지연행동과의 유의한 관계를 찾아내며 앞에서의 연구결과들(신명희 외, 2005; Zusho & Barnett, 2011)과 일치한 결과를 도출하였다. 이와 같은 연구결과들을 포괄해서 살펴보면, 학생들이 학업과 관련해서 도움을 쉽게 요청할 수 있는 요건을 마련하고, 도움을 요청하는 것에 대한 긍정적인 인식을 높이는 것은 학업지연행동을 감소시키는 데에도 긍정적인 영향을 미칠 것이라고 예상해 볼 수 있다.

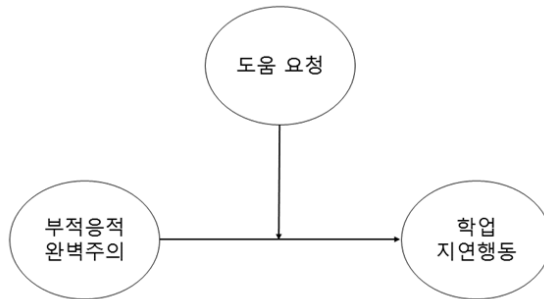
한편, 부적응적 완벽주의와 도움요청과의 관계에 관한 선행연구들은 많지 않은 상황이다. 학생들이 도움을 요청하기 위해서는 자신이 스스로 어려움을 해결하지 못하고 있다는 인정해야 하므로(Karabenick & Knapp, 1991), 부적응적 완벽주의가 높은 사람들은 다른 사람들이 자신을 어떻게 평가할지 걱정하느라 도움을 구하는 것이 어려울 수 있다. 그러나, 실제로 박경진, 조한익(2014)과 Shim, Rubenstein과 Drapeau(2016)의 연구에서는 부적응적 완벽주의가 그 자체로는 도움요청과 유의한 관련이 없거나 약한 연관성을 보이는 것으로 나타났다. 따라서 도움요청은 부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계를 설명하는 매개변인으로 기능하기에는 부적응적 완벽주의와의 관련성이 미미한 편이나, 개입의 측면에서 봤을 때 부적응적 완벽주의가 높은 학생들에게도 촉진할 수 있는 변인이며, 도움요청 행동은 학업지연행동을 줄이는 데에 유의미한 영향력을 미칠 것으로 볼 수 있다.

앞서 언급한 선행연구 결과를 종합하여 보면, 부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계에 개입하기 위한 심리적 변인들과 관련된 연구는 있지만(서은희, 2006; 성지영, 임은미, 2012; 전선미, 박주희, 2014), 상담 장면에서 학생들에게 촉진할 수 있는 행동적 변인을 개입변인으로 본 연구는 부족한 상황이다. 따라서 본 연구에서는 부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 도움요청을 조절변인으로 보고자 한다. 조절변인은 상담개입 시 유용하게 활용할 수

있는 변인으로 예측변인과 준거변인의 관계의 크기나 방향에 영향을 준다(Baron & Kenny, 1986). 정리하자면, 본 연구에서는 준거변인인 부적응적 완벽주의가 예측변인인 학업지연행동에 영향을 끼칠 때 조절변인인 도움요청이 어느 수준만큼 학업지연행동 감소에 영향을 미치는지를 알아보려고 한다. 이러한 맥락에서 부적응적 완벽주의와 학업지연행동 사이에서 도움요청이 유의한 조절 변인이라는 것이 밝혀진다면, 상담장면에서 학생이 부적응적 완벽주의가 높아서 학업을 미루게 될 경우, 내담자의 행동적인 측면인 도움요청을 증가시킴으로써, 즉 학생들이 도움을 쉽게 요청할 수 있는 환경을 마련하여 부적응적 완벽주의가 높은 학생들이 학업지연행동을 경감시키는 효과를 기대할 수 있을 것이다.

따라서 본 연구는 도움요청이 부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 조절효과를 보일 것이라는 그림 1과 같은 모형을 세워 연구를 진행하였다. 즉, 부적응적 완벽주의 성향이 높더라도 도움요청을 많이 하면 학업지연행동을 덜 하게 된다고 예측하였다. 다시 말해, 높은 수준의 부적응적 완벽주의로 인하여 학업지연행동을 하는 학생들이 도움요청을 더 할 수 있도록 조력하는 것이 효과적임을 도움요청의 조절효과 검증을 통해 경험적으로 확인하고자 하였다. 이를 위하여 조영일, 김지현, 한우리, 조유정(2015)과 Hayes와 Matthes(2009)에서 조절효과를 개념화한 모형을 참고하여 통계적 검증절차를 실시하였다. 연구 문제는 다음과 같다.

1. 부적응적 완벽주의, 도움요청, 학업지연행동은 서로 유의한 상관관계가 있을 것이다.
2. 도움요청이 부적응적 완벽주의와 학업지연행동 간의 관계에서 유의한 조절효과가 있을 것이다.



[그림 1] 연구 모형

방 법

연구대상

본 연구는 경기지역에 소재한 중학교에 재학 중인 중학생 295명을 대상으로 실시하였다. 설문은 2015년 10월 약 1주에 걸쳐 각 반별로 실시하였다. 연구자가 각 담임교사에게 연구

부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 도움요청의 조절효과 검증
: 중학생을 대상으로

목적과 설문지에 포함된 문항 및 설문 실시 유의사항에 대해 안내한 후, 담당 교사가 학생들의 동의를 받아 본 질문지를 실시하고, 수거하여 연구자에게 전달하는 방식으로 자료 수집이 진행되었다. 연구에 참여한 학생들은 중학교 1학년 98명(33.2%), 2학년 98명(33.2%), 3학년 99명(33.6%)이며 남학생은 147명(49.8%), 여학생은 148명(50.2%) 이었다.

측정도구

부적응적 완벽주의(Maladaptive Perfectionism)

부적응적 완벽주의를 측정하기 위하여 Frost, Marten, Lahart와 Rosenblate(1990)의 다차원적 완벽주의 척도(Frost Multidimensional Perfectionism Scale: FMPS)를 사용하였다. 본 척도는 실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모기대, 부모비난, 수행에 대한 의심, 조직화를 포함한 총 6개의 하위요인을 측정하는 35개 문항으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 완벽주의를 부적응적 완벽주의와 적응적 완벽주의로 구분한 Frost, Heimberg, Holt, Mattia와 Neubauer(1993)의 연구결과에 따라 정승진(1999)이 번안한 한국판 척도에서 적응적 완벽주의로 분류되는 2개의 하위척도(개인적 기준, 조직화)를 제외하고 부적응적 완벽주의를 측정하는 4개의 하위척도(실수에 대한 염려, 부모기대, 부모비난, 수행에 대한 의심)의 33문항을 사용하여 학생들의 부적응적 완벽주의 성향을 측정하였다. 모든 문항은 5점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=대체로 그렇다)의 범위에 응답하도록 구성되었다. 부적응적 완벽주의의 각 하위요인은 서로 관련성이 높으며 동일한 요인으로 묶이는 것으로 나타났으며(Bieling, Israeli, & Antony, 2004; Cox, Enns, & Clara, 2002) 여러 선행 연구에서 각 하위요인 값의 총 평균을 사용하여 부적응적 완벽주의의 수준을 측정하였다(박경진, 조한익, 2014; 서민정, 손정락, 2015; 이영선, 박성연, 2009). 마찬가지로, 본 연구도 각 하위요인의 평균치에 대한 전체 평균 값을 산출하여 개인의 전반적인 부적응적 완벽주의 성향을 측정하였다. 본 척도는 점수가 높을수록 부적응적 완벽주의 성향이 뚜렷한 것을 의미한다. 본 척도의 예시문항으로는 ‘만약 내가 학교에서 실패하게 된다면 나는 실패자가 되는 것이다(실수에 대한 염려)’, ‘나의 부모님은 나에게 대해서 매우 높은 기대를 하신다(부모기대)’, ‘나의 부모님은 내 실수를 결코 이해하려고 하지 않는다(부모비난)’, ‘나는 내가 하는 간단한 일을 할 때조차도 내가 잘하고 있는지에 대한 확신이 서지 않는다(수행에 대한 의심)’이 있다. Frost 등(1990)의 연구에서는 각 하위 척도별 합치도 계수가 .77~ .93 사이의 값이 나타났으며, 문항 전체에 대한 합치도 계수는 .90으로 나타났었다. 정승진(1999)의 연구에서는 실수에 대한 염려 .83, 부모기대 .78, 부모비난 .66, 수행에 대한 의심 .67로 나타났었다. 본 연구에서는 실수에 대한 염려 .87, 부모기대 .80, 부모비난 .77, 수행에 대한 의심 .65로 나타났으며 전체 신뢰도는 .90로 확인되었다.

도움요청(Academic Help-Seeking)

본 연구에서는 학생들의 도움요청 수준을 측정하기 위하여 양명희(2000)가 제작하고 오금석(2003)이 수정한 자기조절학습 검사지의 도움 구하기 하위요인에 해당하는 11문항을 사용하였다. 자기조절학습 검사지는 인지조절(인지전략 및 메타인지 전략의 사용), 동기조절(숙달 목표지향성, 자아효능감, 성취가치), 행동조절(행동통제, 학업시간관리, 도움구하기)의 3가지 영역으로 구성되어 있다. 이중 도움 구하기 하위요인은 자기조절학습을 성공적으로 하기 위하여 사용하는 전략의 하나로, 공부하면서 어려움을 겪을 때 타인에게 도움을 구하는 정도를 측정하였다 (문항 예시: '내가 이해하지 못하는 것이 있으면 선생님께 여쭙는다'). 문항은 총 11개였으며, 5점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=대체로 그렇다)의 범위에 응답하도록 구성되었다. 본 척도를 사용한 오금석(2003)의 연구에서 Cronbach's α 계수가 .84로 나타났으며, 본 연구에서 나타난 신뢰도는 .88 이다.

학업지연행동(Academic Procrastination)

학생들이 시험기간에 보였던 학업지연행동을 측정하기 위하여 Schouwenburg(1995)의 학업지연상태(Academic Procrastination State Inventory) 척도를 사용하였다. 학업지연상태 척도는 학업지연 행동(13문항), 실패공포(6문항), 동기결핍(4문항)의 세 가지 요인으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 학생들이 실제로 미루는 행동을 보인 정도를 측정하기 위하여 학업지연행동 하위요인에 해당하는 13문항을 사용하였다. 각 문항에는 '나는 정해놓은 공부분량을 하지 않고 미루었다' 등의 지연행동을 측정하는 내용이 포함된다. 본 질문지는 1(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다) 범위의 Likert 척도로 측정되었으며, 2번은 역산문항이다. 본 척도는 점수가 높을수록 학업지연행동을 더 많이 하는 것을 나타낸다. 본 연구에서는 박재우(1998)가 변안한 척도를 사용하였다. 박재우(1998)의 척도를 사용한 배병훈(2007)의 연구에서는 3개의 측정시점에서 학업지연행동의 Cronbach's α 계수를 .85~.91로 보고하였으며, 본 연구에서 산출된 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .90으로 나타났다.

분석방법

본 연구 자료는 SPSS 21.0을 사용하여 분석하였다. 먼저 표본의 인구통계학적 특성을 알아 보기 위한 기술통계를 실시하였고, 사용된 측정도구의 내적합치도(Cronbach's α) 계수를 산출하여 신뢰도를 알아보았다. 그 다음, 변인간의 관계를 알아보려고 상관분석을 실시하였다.

그 다음 도움요청이 부적응적 완벽주의와 학업지연행동 간의 관계에서 유의한 조절효과를 보이는지 알아보기 위하여 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 방식을 따르는 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이때, 종속변인은 학업지연행동으로 설정하고, 모형에 부적응적 완벽주의를 독립

부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 도움요청의 조절효과 검증
: 중학생을 대상으로

변인으로 먼저 투입한 후, 차례로 조절변인인 도움요청과 부적응적 완벽주의와 도움요청간의 상호작용항을 모형에 투입하였다. 각 단계에서 변수가 추가됨에 따라 모형의 설명력이 유의하게 증가하는지 살펴보았다. 본 연구는 개인이 보이는 전반적인 부적응적 완벽주의 성향과 지연행동 간의 관계에서 도움요청의 역할을 살펴보고자 하였기 때문에 완벽주의 각 하위요인 평균값에 대한 전체평균을 산출하여 사용하였다. 다음으로, 위계적 회귀분석을 실시하는 과정에서 Aiken과 West(1991)의 제안에 따라 독립변인과 조절변인, 상호작용항은 평균중심화(mean centering)된 값을 투입하고, 회귀방정식을 구하여 상호작용의 구체적인 패턴을 그래프로 작성하였다. 평균중심화는 부적응적 완벽주의와 도움요청, 그리고 부적응적 완벽주의와 도움요청 간의 상호작용항, 즉 예측변인들 간의 다중공선성을 예방하기 위하여, 관측치에서 평균값을 제한 값을 구하여 모형의 각 단계에 따라 투입하는 것을 의미한다.

그래프는 부적응적 완벽주의와 도움요청의 평균값을 중심으로 $\pm 1SD$ (표준편차) 지점을 직선으로 이어 작성하였다. 더불어 조절변인인 도움요청의 강도(+1SD, 평균, -1SD)에 따라 학업지연행동에 부적응적 완벽주의가 유의미한 영향을 미치는지 살펴보는 단순 회귀선(single slope)의 유의성 검증(Hayes & Matthes, 2009)을 실시하였다.

결 과

주요 변인 간 상관분석 및 기술통계

본 연구의 첫 번째 가설을 검증하기 위해서 측정된 주요 변인들 간의 관련성을 Pearson 상관분석을 통해 알아보았으며, 그 결과는 표 1에 제시하였다. 모든 변인은 왜도의 절대값이 2미만, 첨도의 절대값이 7미만으로 나타나 정규성 가정을 충족하였다(West, Finch & Curran, 1995). 또한 다변량 정규분포의 위반 여부를 살펴보고자 각 변인을 대상으로 Mardina의 다변량 왜도와 첨도의 값을 확인한 결과, 모든 변인의 다변량 왜도와 첨도가 Bentler(2008)의 기준값인 3이내로 정규분포를 위반하지 않았다. 각 변인별 관계를 살펴보면 지연행동은 부적응적 완벽주의와는 정적인 상관을 보였으며($r=.27, p<.001$), 도움요청과는 부적인 상관을 보였다($r=-.35, p<.001$). 한편, 부적응적 완벽주의와 도움요청의 관계는 유의하지 않았다($r=.02, p=.71$).

<표 1> 부적응적 완벽주의, 도움요청, 학업지연행동 간의 상관과 평균(N=295)

변인	1	2	3	M	SD	왜도	첨도
1. 부적응적 완벽주의	-			2.79	.58	.284	0.53
2. 도움요청	.02	-		3.69	.67	-.435	1.11
3. 학업지연행동	.27***	-.35***	-	2.73	.71	.314	1.0

*** $p<.001$

부적응적 완벽주의와 학업지연행동과의 관계에서 도움요청의 조절효과

부적응적 완벽주의가 학업지연행동에 미치는 영향이 도움요청 정도에 따라 차이를 보이는지를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 독립변수와 조절변수간의 다중공선성 발생 가능성을 고려하여 독립변인과 조절변인을 평균중심화(mean centering)하여 분석에 사용하였다. 분석 실시순서는 다음과 같다. 종속변인을 학업지연행동으로 하여 부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 도움요청이 미치는 상호작용 효과를 검증하기 위하여 1단계에서 독립변수인 부적응적 완벽주의의 평균중심화 값을 투입한 후 2단계에서 조절변수인 도움요청의 평균중심화 값을 투입하고, 3단계에서 부적응적 완벽주의의 평균중심화 값과 도움요청의 평균중심화 값을 곱하여 산출한 상호작용항을 투입하여 각각 단계에서 학업지연행동에 대한 설명량의 증분(ΔR^2)과 회귀계수(B)가 유의한지 확인해보았다.

<표 2> 학생의 부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 도움요청의 조절효과(N=295)

모형	투입변수	<i>B</i>	<i>S.E.</i>	β	<i>t</i>	<i>R</i> ²	ΔR^2	ΔF
1	(상수)	2.740	.040		68.256 ^{***}	.263	.069	21.617 ^{***}
	부적응적 완벽주의	.322	.069	.263	4.650 ^{***}			
2	(상수)	2.741	.037		73.338 ^{***}	.443	.127	45.816 ^{***}
	부적응적 완벽주의	.331	.064	.270	5.136 ^{***}			
	도움요청	-.381	.056	-.356	-6.769 ^{***}			
3	(상수)	2.743	.037		73.966 ^{***}	.460	.016	5.724 ^{***}
	부적응적 완벽주의	.360	.065	.294	5.535 ^{***}			
	도움요청	-.421	.058	-.394	-7.225 ^{***}			
	상호작용변수	-.231	.096	-.133	-2.393 [*]			

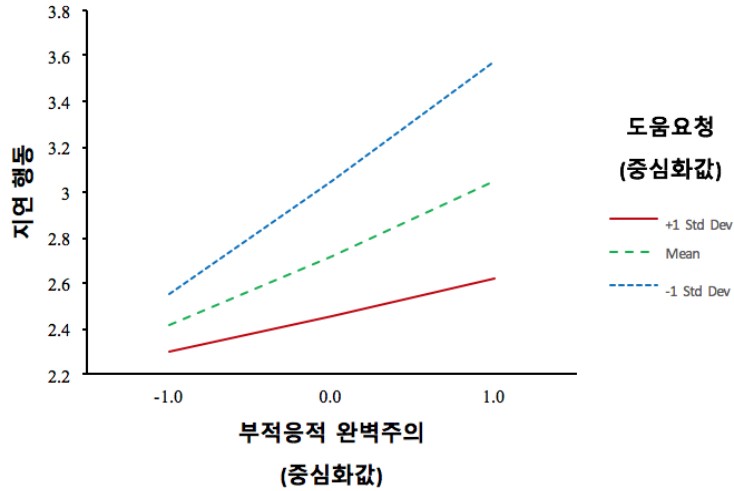
p*<.05, * *p*<.001

표 2를 살펴보면 1단계에서 부적응적 완벽주의는 학업지연행동 전체 변량의 26.3%를 설명하였고($\Delta F= 21.617, p<.001$) 2단계에서 부적응적 완벽주의와 도움요청 각각의 평균중심화 값을 동시에 투입한 결과 전체 설명량은 44.3%로 1단계와 비교했을 때 약 12.7%만큼 설명량이 증가하였다 ($R^2=.443, \Delta R^2=.127, \Delta F= 45.816, p<.001$). 3단계에서 부적응적 완벽주의, 도움요청 각각의 평균중심화 값과 둘을 곱한 상호작용항을 모형에 동시에 투입한 결과 학업지연행동에 대한 전체 설명량은 46.0%로 2단계와 비교했을 때 1.6%만큼 설명량이 증가하였다 ($R^2=.460, \Delta R^2=.016, \Delta F=5.724, p<.001$). 결과적으로 도움요청의 수준에 따라 부적응적 완벽주의가 학업지연행동에 미치는 영향의 크기가 달라진다고 볼 수 있다.

조절효과를 해석하기 위해 부적응적 완벽주의를 중심화한 값을 중심으로 -1SD, 0(중심화

부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 도움요청의 조절효과 검증
: 중학생을 대상으로

값), +1SD의 3개 집단으로 구분하고, 조절변인인 도움요청의 수치도 중심화하여 -1SD, 0(중심화값), +1SD의 3개 수준으로 나누어 회귀선을 유도하였다. 유도한 회귀선을 그림으로 나타낸 결과는 그림 2와 같다.



[그림 2] 부적응적 완벽주의와 학업지연행동 간의 관계에서 도움요청의 조절효과

단순회귀선의 유의성을 Hayes(2013)의 macro를 사용하여 검증한 결과, 표 3과 같이 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 즉 3개 회귀선의 기울기 차이가 모두 통계적으로 유의미하게 나타나 도움요청에 따라 부적응적 완벽주의가 학업지연행동에 미치는 영향을 나타내는 일차 회귀선이 도움요청의 모든 수준(-1SD, 0, +1SD)에서 모두 유의한 것으로 나타났다. 도움요청에 소극적인 경우, 도움요청을 많이 하는 경우에 비해 개인의 부적응적 완벽주의 성향이 학업지연행동에 더 강한 영향을 준다는 것을 시사한다.

<표 3> 도움요청의 조건 값에 따른 단순회귀선 유의성 검증(N=295)

		<i>B</i>	<i>S.E.</i>	<i>t</i>
도움요청	-1SD	0.513	0.0994	5.1593 ^{***}
	평균	0.3595	0.065	5.5323 ^{***}
	+1SD	0.2061	0.0824	2.5013 [*]

^{*} $p < .05$, ^{***} $p < .001$

논 의

본 연구에서는 중학생을 대상으로 부적응적 완벽주의와 도움요청, 학업지연행동 간에 어떠한 관계가 있는지 알아보고, 부적응적 완벽주의가 학업지연행동 간의 관계에서 도움요청의 조절효과를 검증하였다. 본 연구에서 얻은 결과들을 중심으로 시사점을 논의하고자 한다.

첫 번째 연구문제를 검증하기 위해 부적응적 완벽주의와 도움요청, 학업지연행동 간의 관계를 분석한 결과, 부적응적 완벽주의와 학업지연행동 간에 정적인 상관을 보였다. 즉, 부적응적 완벽주의가 높아질수록 학업지연행동이 증가하는 경향을 보였다. 부적응적 완벽주의는 사회적으로 부과된 완벽주의와 맥락을 같이 하는데(남궁혜정, 2002), 연구 결과는 사회부과적 완벽주의가 학업지연행동을 높이는 요인(박보람, 양난미, 2012; 추상엽, 임성문, 2008; 한영숙, 김선옥, 2012)이라는 선행연구들을 지지하는 결과이다. 이러한 결과는 중요한 타인으로부터 비현실적인 기준에 도달하도록 압력이 가해진다고 여기고, 그 기준에 맞추어야 한다고 생각하는 심리적 부담감에 기인한 것으로 보인다. 또한 이들은 주어진 과제를 수행하는데 실패를 할 것이라는 두려움을 느껴 회피하는 행동을 보인다. 이를 고려한다면, 교사나 부모는 학생에게 과도한 수준의 과제 또는 학업 부담감을 주지 않도록 유의해야 할 것이다. 도움요청과 학업지연행동과는 부적의 상관을 보였는데 도움요청은 학업지연행동과 유의미한 수준에서 부적 상관의 관계를 보인다(신명희 외, 2005)는 연구를 지지하는 결과가 나왔다. 본 연구의 결과, 도움요청을 많이 하는 학생은 학업지연행동의 수준이 낮다고 볼 수 있다. 이러한 학생들은 과제를 수행할 때, 교사 혹은 과제에서 느끼는 부담감과 부적응적 완벽주의로 인한 실패에 대한 두려움을 부모, 친구, 매체를 통한 도움으로 해결하며 학업을 덜 미루며 때맞춰 완수하는 것으로 보인다.

두 번째 연구문제를 검증하기 위해 부적응적 완벽주의와 학업지연행동 간의 관계에서 도움요청의 조절효과를 검증한 결과, 부적응적 완벽주의와 학업지연행동 간의 관계에서 도움요청의 조절효과는 유의한 것으로 검증되었다. 도움요청의 수준에 따라 부적응적 완벽주의가 학업지연행동에 미치는 영향의 크기가 다르게 나타났다. 도움요청을 덜 하는 집단은 더 하는 집단에 비해 부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관련성이 높았다. 즉, 도움요청을 잘 하지 못하는 학생들의 학업지연행동은 부적응적 완벽주의 성향에 의해 크게 영향을 받는다고 볼 수 있겠다. 한편, 본 결과는 부적응적 완벽주의의 성향이 높더라도 도움요청을 잘 하는 학생들은 그렇지 않은 학생들에 비해 학업지연행동 수준이 덜하다는 것을 시사한다. 도움을 더 자주 요청하면 부적응적 완벽주의 성향이 있더라도 과제를 미루며 회피하게 되는 행동은 덜 하게 되는 것으로 보인다. 이는 도움을 구하는 과정에서 학생은 자신의 부족함을 인정하며 높은 수행기준에 대한 타협을 하거나 과제 해결역량이 높아져 자신이 세운 높은 기준 또는 타인의 기대에 실제로 부응할 가능성이 높아지기 때문인 것으로 보인다. 실수에 대한 염려나

자기 행동에 관한 의심에 대해서도 타인의 검증을 통해 보다 해소할 수 있게 되기 때문에 지연행동이 덜 나타나는 것을 시사한다. 이러한 측면에서 다소 기질적이며 안정적인 특성을 보이는 부적응적 완벽주의 성향(Hewitt & Flett, 1991; Stober & Otto, 2006)보다는 교사 차원에서 학생들을 독려하며 높일 수 있는 도움요청이 보다 유용한 개입방법이 될 것이다.

본 연구를 통해 얻어진 결론은 다음과 같다. 도움요청은 학업지연행동의 수준을 감소시키면서 부적응적 완벽주의가 학업지연행동을 미치는 영향을 약화시키는 조절효과를 나타냈다. 이는 도움요청이 학업지연행동을 감소시킬 수 있는 중요한 변인임을 알 수 있다. 또한, 이러한 결과는 학생이 부적응적 완벽주의 성향을 보이더라도 도움요청을 강화하는 개입을 통해 학업지연행동을 감소시킬 수 있다는 것을 시사한다.

본 연구 결과는 학교현장에서 교사가 학생의 학습수행에 중요한 역할을 할 수 있다는 것을 시사한다. 교사는 교실 맥락 또는 상담 장면에서 학생들이 도움을 보다 쉽게 청할 수 있는 지지적인 태도 및 환경을 구축할 수 있도록 노력해야 한다. 과거 연구에서 연구자들은 학생들이 자신의 무능함을 들킬까 두려워 교사에게 도움을 구하는 것을 회피하게 된다고 하였다 (Butler & Neuman, 1995). 그러나 학생들은 교사가 본인을 좋아한다고 지각할 때 쉽게 도움을 요청하게 된다(Newman & Schwager, 1993). 이와 함께 교사가 적극적으로 개입했을 때 학생이 도움을 요청할 수 있는 기회도 많아지며, 도움을 청하기가 보다 용이해진다고 하였다 (Marchand & Skinner, 2007). 교사는 도움을 요청하는 것이 자신의 무능력을 나타내는 것이 아니며, 쓸데없는 시간 낭비가 아니라는 것을 학생들에게 인지시키는 것이 중요하다. 도움을 구하는 것은 자신의 실패를 인정하는 것이 아니라 과제를 잘 수행할 수 있도록 하는 수단으로 볼 수 있도록 권장하여야 할 것이다. 또한 도움 없이 스스로 문제를 해결하려다가 좌절감을 겪거나 비효과적인 방법으로 공부하는 것보다는 오히려 도움을 구하는 것이 스스로의 실력을 높이는 전략이라는 것을 학생들에게 강조할 필요가 있을 것이다(이희주, 2007). 또한 교사의 도움 뿐 아니라 또래간 도움을 구하고, 함께 협동하여 학업능력을 촉진 시킬 수 있도록 학교 차원에서 멘토링 프로그램을 운영하거나 학생들이 자율적으로 스터디 모임을 만들어 서로 필요할 때 도움을 주고받을 수 있도록 권장하는 학습 분위기를 형성하는 것이 필요하다고 할 수 있겠다.

요약해보면, 본 연구는 중학생들의 학업지연행동을 방지하거나 감소시키기 위해 때 행동적 차원에서 어떤 개입이 필요할지에 대한 방향성을 제공하였다. 본 연구의 제한점과 향후 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 경기지역에 소재하고 있는 중학교 한 곳을 대상으로 연구를 진행하였기 때문에 일반화의 문제가 생길 수 있다. 따라서 추후연구에서는 타 지역의 학생 집단, 다른 연령의 집단 등 다양한 집단을 대상으로 한 연구가 지속적으로 이루어져야 할 것이다. 둘째, 본 연구는 자기 보고식 질문지를 이용하였다. 이러한 방법은 응답자의 편향이 반영될 수 있다. 특히, 학업지연행동을 하는 학생들이 왜곡된 반응을 보일 가능성

이 높다. 추후 연구에서는 교사와 부모가 평정하여 객관적으로 학업지연행동을 측정할 수 있는 도구의 개발 및 연구가 필요할 것이다. 셋째, 본 연구에서 나타난 도움요청의 상담 개입적 중요성을 검증하고 일반화하기 위해 실제 실험연구를 실시하여 도움요청의 각 수준에 따라 부적응적 완벽주의를 보이는 학생들이 지연행동을 얼마나 하는지 검증해 보는 것이 필요하다. 또한, 상담자들이 어떻게 학생들의 도움요청을 촉진시킬 수 있을지에 대한 방안 또한 후속 연구에서 모색해야 할 것이다.

참고 문헌

- 강미정 (2005). 완벽주의가 지연행동에 미치는 영향: 자아존중감을 매개변인으로. 충북대학교 대학원 석사학위논문.
- 계수영, 박기환, 엄소용 (2011). 대학생의 완벽주의와 성취목표지향성이 학업지연행동에 미치는 영향. 인지행동치료, 11(2), 95-111.
- 곽유미 (2010). 대학생의 완벽주의와 학업적 지연행동의 관계: 우울의 매개효과. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 남궁혜정 (2002). 성취 추구적 완벽주의 및 실패 회피적 완벽주의와 부적응간의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 박경진, 조한익 (2014). 대학생의 완벽주의와 도움추구태도와의 관계에서 정서표현억제의 매개효과. 인간이해, 35(1), 19-34.
- 박보람, 양난미 (2012). 대학생의 사회적으로 부과된 완벽주의와 학업적 지연행동의 관계. 한국심리학회지: 일반, 31(2), 541-561.
- 박승호, 서은희 (2005). 여자 대학생들의 학업적 지연행동의 실태 및 원인분석. 교육학연구, 43(2), 115-134.
- 박재우 (1998). 과제의 자아위협도가 완벽주의가 과제지연행동에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 배병훈 (2007). 자기결정성과 학업 꾸물거림이 학업스트레스에 미치는 영향: 다변량 잠재 성장모형을 이용한 종단분석. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 서민정, 손정락 (2015). 합리적 정서 행동치료가 대학생들의 부적응적 완벽주의, 신체불만족 및 신체상의 암묵적 태도에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 20(3), 547-566.
- 서은희 (2006). 타인 지향적 완벽주의와 학업적 지연행동의 관계에서 심리적 요인들의 매개효과. 미래교육연구, 19(2), 24-41.
- 서은희, 박승호 (2007). 의지통제와 학업적 지연행동의 관계. 교육심리연구, 21(2), 423-436.
- 성지영, 임은미 (2012). 완벽주의와 학업 지연행동의 관계에서 의지통제의 매개효과. 교육문제

부적응적 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 도움요청의 조절효과 검증
: 중학생을 대상으로

연구, 18(1), 51-69.

- 신명희, 박승호, 서은희 (2005). 자기조절학습과 지연행동과의 관계. *교육학연구*, 43(4), 277-292.
- 양명희 (2000). 자기조절학습의 모형 탐색과 타당화 연구. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 오금석 (2003). 초등학생의 자기조절학습, 학습양식, 학업성취도간의 관계 분석. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 유상석, 조홍식, 이경주 (2010). 체육교사의 학업지지 행동이 학생들의 도움요청 행동에 미치는 영향. *한국체육과학회지*, 19(3), 829-843.
- 윤숙경 (1996). 완벽성향과 자기개념에 따른 대학생의 지연 특성의 차이. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이미라 (2004). 완벽주의 성향과 학업동기관련문제가 지연행동에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이석화 (2008). 완벽주의와 학업적 자기효능감이 초등학생의 학업지연행동에 미치는 영향. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이영선, 박성연 (2009). 남녀 청소년의 부적응적, 적응적 완벽주의와 걱정간의 관계: 문제해결 자신감의 중재적 역할. *인간발달연구*, 16(3), 113-129.
- 이지연, 조혜숙 (2011). 초등학생의 부적응적 완벽주의와 학업적 지연행동의 관계에서 실패공포의 매개효과검증. *청소년시설환경*, 9(4), 35-48.
- 이희주 (2007). 자기효능감 및 교실맥락, 도움회피 태도가 초등학생의 도움요청행동에 미치는 영향. *아동학회지*, 28(5), 1-12.
- 임성문 (2007). 감각추구, 실패공포, 완벽주의와 대학생의 만성적 지연행동 간의 관계: 자기효능감의 매개효과. *한국청소년연구*, 18(3), 323-356.
- 조영일, 김지현, 한우리, 조유정 (2015). 임상 연구에서 조절효과 및 매개효과의 비교 및 통합: 개념 정의 및 통계 모형. *한국심리학회지: 임상*, 34(4), 1113-1131.
- 조준수 (1999). 교실상황 지각과 성취목표지향성이 학습관련 도움요청 행동에 미치는 영향. 전북대학교 대학원 박사학위논문.
- 정승진 (1999). 완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담 프로그램 개발. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 전선미, 박주희 (2014). 고등학생의 완벽주의가 학업 지연행동에 미치는 영향과 학업적 자기효능감의 조절효과. *청소년학연구*, 21(8), 589-612.
- 추상엽, 임성문 (2008). 부모의 성취압력과 학업성취 간의 관계: 부모의 교육지원행동, 학업적 자기효능감의 매개효과와 학업적 지연행동의 조절효과. *청소년학연구*, 15(17), 347-368.
- 통계청 (2015). 2015년 청소년통계 참고자료. 세종: 통계청.
- 한국보건사회연구원 (2013). 2013년 아동종합실태조사 정책보고서. 세종: 한국보건사회연구원.

- 한영숙 (2011). 완벽주의, 자기효능감, 실패공포가 학업지연행동에 미치는 영향. *청소년학연구*, 18(4), 277-299.
- 한영숙, 김선옥 (2012). 완벽주의, 자기통제력, 실패공포가 학업지연행동에 미치는 영향. *청소년학연구*, 19(4), 203-224.
- 홍은순 (2011). 고등학생의 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Bentler, P. M. (2008). *EQS program manual*. Encino, CA: Multivariate Software, Inc.
- Beswick, G., Rothblum, E. D., & Mann, L. (1988). Psychological antecedents of student procrastination. *Australian Psychologist*, 23(2), 207-217.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and individual differences*, 36(6), 1373-1385.
- Blatt, S. (1995). The destructiveness of Perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50, 1003 - 1020
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (1983). *Procrastination*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 14(6), 34-52.
- Burns, L. R., Dittmann, K., Nguyen, N. L., & Mitchelson, J. K. (2000). Academic procrastination, perfectionism, and control: Associations with vigilant and avoidant coping. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 35-46.
- Butler, R., & Neuman, O. (1995). Effects of task and ego achievement goals on help-seeking behaviors and attitudes. *Journal of Educational Psychology*, 87(2), 261-271.
- 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.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. New York, NY: Institute for Rational Living.
- 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., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*(5), 449-468.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York, NY: Guilford Press.
- Hayes, A. F., & Matthes, J. (2009). Computational procedures for probing interactions in OLS and logistic regression: SPSS and SAS implementations. *Behavior Research Methods, 41*(3), 924-936.
- Hewitt, P., & Flett, G. (1991). Perfectionism in the self and social context: conceptualisation, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 456 - 470.
- Kachgal, M. M., Hanse, L. S., & Nutter, K. J. (2001). Academic procrastination prevention/intervention: strategies and recommendations. *Journal of Developmental Education, 25*, 14-24.
- Karabenick, S. A. (1987). *Cognitive Learning Strategies: Their Relation to Perceive Need and Help-Seeking Behavior*. Paper presented at the 95th Annual Convention of the American psychological Association, 28 Aug-1 Sept, New York, NY, USA. Retrieved from <http://eric.ed.gov/?id=ED292010>.
- Karabenick, S. A., & Newman, R. S. (Eds.). (2013). *Help seeking in academic settings: Goals, groups, and contexts*. London: Routledge.
- Karabenick, S. A., & Knapp, J. R. (1991). Relationship of academic help seeking to the use of learning strategies and other instrumental achievement behavior in college students. *Journal of Educational Psychology, 83*(2), 221-230.
- Marchand, G., & Skinner, E. A. (2007). Motivational dynamics of children's academic help-seeking and concealment. *Journal of Educational Psychology, 99*(1), 65-82.
- Milgram, N. (1991). Procrastination. In R. Dulbecco (Ed.), *Encyclopedia of human biology* (Vol.6, pp. 149-155). New York: Academic Press.
- Nelson-Le Gall, S., & Glor-Scheib, S. (1986). Academic help-seeking and peer relations in school. *Contemporary Educational Psychology, 11*(2), 187-193.
- Newman, R. S., & Schwager, M. T. (1993). Student perceptions of the teacher and classmates in relation to reported help seeking in math class. *Elementary School Journal, 94*, 3-17.
- Onwuegbuzie, A. J. (2000, April). *I'll Begin My Statistics Assignment Tomorrow: The Relationship between Statistics Anxiety and Academic Procrastination*. Paper presented

- at the Annual Meeting of the American Educational Research Association, New Orleans, LA. Abstract retrieved from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED442872.pdf>.
- Saddler, C. D., & Sacks, L. A. (1993). Multidimensional perfectionism and academic procrastination: Relationships with depression in university students. *Psychological Reports, 73*, 863-871.
- Schouwenburg, H. C. (1995). Academic procrastination: Theoretical notions, measurement, and research. In J. R. Ferrari, J. L. Johnson, & W. G. McCown (Eds.), *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York, NY: Plenum Press.
- Shim, S. S., Rubenstein, L. D., & Drapeau, C. W. (2016). When perfectionism is coupled with low achievement: The effects on academic engagement and help seeking in middle school. *Learning & Individual Differences, 45*, 237-244.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology, 31*(4), 503-509.
- Stober, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review, 10*, 295-319.
- Tessler, A., & Schwartz, S. H. (1972). Help seeking, self-esteem, and achievement motivation: An attribution analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 21*, 318-326.
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological Science, 8*(6), 454-458.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables. Problems and remedies. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues and applications* (pp. 56-75). Newbury Park, CA: Sage.
- Zusho, A., & Barnett, P. A. (2011). Personal and contextual determinants of ethnically diverse female high school students' patterns of academic help seeking and help avoidance in English and mathematics. *Contemporary Educational Psychology, 36*, 152-164.

The Moderation Effect of Help-seeking on the Relationship between Maladaptive Perfectionism and Academic Procrastination Behavior of Middle School Students

Myung, Hye Won

Lee, Sang Min

Yang, Na Yeon

Lee, Ji Hae

Korea University

This study aimed to examine the effects of maladaptive perfectionism and help-seeking on academic procrastination behavior among middle school students and to confirm whether help-seeking moderates the relationship between maladaptive perfectionism and academic procrastination behavior. A total of 295 middle school students (148 female, 147 male) in Gyung-gi province consisting of 98 freshmen, 98 sophomores, and 99 juniors, responded to a survey on academic procrastination behavior, maladaptive procrastination, and help-seeking. Hierarchical regression analysis was conducted to verify the moderation effect of help-seeking on the relationship between maladaptive perfectionism and academic procrastination behavior. Results indicated that (1) higher levels of maladaptive perfectionism was related to severe levels of academic procrastination behavior, and more help-seeking was related to less academic procrastination behavior. (2) The effect of maladaptive perfectionism on academic procrastination behavior differed according to help-seeking level. More help-seeking buffered the relationship between maladaptive perfectionism and academic procrastination behavior. These results called for developing and utilizing intervention programs to encourage students to seek help. Lastly, limitations of the study and suggestions for future research are discussed.

Key words: Maladaptive Perfectionism, Academic Procrastination Behavior, Help-seeking, Moderation Effect, Middle School Students

