

대학생들의 완벽주의적 자기제시, 방어유형과 우울감과의 관계*

하 정 희†

한양사이버대학교

본 연구는 완벽주의의 대인관계적 특성을 나타내는 완벽주의적 자기제시의 방어유형을 이해해보고, 방어유형이 완벽주의적 자기제시가 우울감에 이르는 데에 매개 역할을 하는지 살펴보고자 수행되었다. 이를 통해 완벽주의적 자기제시의 부적응적 특성은 물론 완벽주의적 자기제시와 우울감 간의 심리적 과정을 이해해보고자 하였다. 이를 위해 190명의 대학생들로부터 자료를 수집하였다. 연구 결과 첫째, 완벽주의적 자기제시의 하위차원인 ‘완벽주의적 자기노력’과 ‘불완전함 은폐-행동적’, ‘불완전함 은폐-언어적’ 차원은 방어유형의 하위차원인 ‘적응적 방어기제’, ‘미성숙 방어기제’, ‘자기억제적 방어기제’, ‘갈등회피적 방어기제’에 각각 다르게 영향을 미쳤음을 발견하였다. 둘째, 우울감에 대한 ‘불완전함 은폐-행동적’의 영향력이 유의하게 나타났다. 셋째, 방어유형의 하위차원 가운데 ‘미성숙 방어기제’, ‘자기억제적 방어기제’, ‘갈등회피적 방어기제’가 우울감에 크게 영향을 미쳤는데, 특히 ‘미성숙 방어기제’의 영향력이 상대적으로 높게 나타났다. 넷째, 완벽주의적 자기제시와 우울감과의 관계에서 방어유형의 매개효과를 살펴보기 위하여 구조모형을 검증한 결과, 완벽주의적 자기제시 세 개의 하위차원 가운데 ‘불완전함 은폐-행동적’ 차원과 우울감과의 관계에서 ‘자기억제적 방어기제’의 매개효과를 발견할 수 있었다. 본 연구의 결과를 바탕으로 완벽주의적 자기제시에 대한 향후 연구 방향을 제시하였고, 연구의 의의 및 제한점을 기술하였다.

주제어 : 완벽주의적 자기제시, 방어유형, 우울감

* 본 연구는 2011년 한국연구재단(인문연구분야 신진교수지원)에 의한 연구임.

† 교신저자 : 하정희, 한양사이버대학교 상담심리학과, 서울시 성동구 행당동 17
Tel: 02-2290-0364, E-mail : hajung366@hanmail.net

최근 몇몇 학자들이 개인의 성격을 크게 대인관계적 측면(*interpersonal aspects*)을 반영하는 표현적 측면(*expressive aspect*)과 특성적 측면(*trait aspects*)을 반영하는 내용적 측면(*content related aspect*)으로 나눌 수 있다고 제기한 이래 (Buss & Finn, 1987; Paulhus & Martin, 1987), 한 개인의 심리적 문제들을 충분히 이해하기 위해서는 성격의 특성적 측면뿐만 아니라 대인관계적인 측면까지 살펴볼 필요성이 있음이 제기되었다(Wachtel, 1994). 즉, 성격의 특성적 측면과 같은 정적인 측면(*static aspect*)만으로는 심리적 문제들을 충분히 이해하는 데에 한계가 있기 때문에 관계 속에서 볼 수 있는 성격의 대인 관계적 측면을 고려해야 한다는 것이다. 이를 완벽주의에 적용시켜 볼 때, Hewitt 등(2003)은 기존의 특성적 완벽주의만으로는 다양한 심리적 문제들이 발생하고 유지되는 과정을 충분히 이해하기는 역부족이라고 지적하면서 완벽주의의 표현적, 또는 대인관계적 측면인 ‘완벽주의적 자기제시(perfectionistic self-presentation)’에 대한 연구의 필요성을 제기하였다(하정희, 2010).

완벽주의적 자기제시는 완벽주의 성격의 일부로서 완벽주의적인 행동의 대인관계적인 표현을 포함하는 것이라 할 수 있다. Hewitt 등(2003)은 완벽주의 성격의 측면 가운데 특성적 완벽주의가 완벽주의와 관련된 개인의 성격과 태도에 초점을 둔 것이라면(예: 높은 자기 기준), 성격의 또 다른 측면인 완벽주의적 자기제시는 자신들이 타인에게 완벽하게 보이기 위해 어떻게 행동하는가와 같은 표현적 욕구에 관심을 둔다고(예: 자기 증진적 행동) 설명하였다. 즉, 완벽주의적 자기제시는 남들에게 완벽하게 보이고자 하는 욕구를 의미하는 것으로 타인에게 완벽하게 지각된다고 생각하는

행동은 촉진하고 불완전하게 지각된다고 생각되는 행동은 은폐하려는 특성이 있다. 실로, 어떤 완벽주의자들은 공적인 상황에서 완벽한 모습을 보여주고자 자기 제시적인 노력을 통해 인상 관리에 힘쓴다. 다시 말해서, 이들은 결점 없이 보일 수 있는 이미지를 전달하기 위해 이상적인 자신을 보여주고자 하는 것이다. 따라서 이는 극단적이며 타인에게 자기를 기만적으로 제시하는 것이라고도 할 수 있다. 이렇듯 완벽주의적 자기제시가 다른 사람들에게 보이는 모습과 관련된 것이기 때문에 자칫 개인의 인상관리와 관련한 ‘대처방식’의 하나로 이해되기 쉽다. 그러나 완벽주의적 자기제시는 특성적 완벽주의와 마찬가지로 개인의 안정적인 기질적 특성으로, 어떤 사람들은 타인들에게 완벽하게 보이는 데에 더 많은 관심이 있고 또 어떤 사람들은 자신의 불완전함을 감추려고 하는 데에 집중하는 등 분명한 개인차가 존재한다(Hewitt et al., 2003).

이러한 성격적 특성으로서의 완벽주의적 자기제시는 다양한 개인내적인 문제를 포함하여 대인간 문제들과도 관련되어져왔다(Hewitt et al, 2003; 2007). 먼저, 개인내적인 문제들과 관련하여, 완벽주의적 자기제시 요인들은 불안, 자아존중감, 우울감, 섭식장애, 성격장애, 제한된 정서 등과 각각 다르게 관련성을 나타내었으며(Flett, Madorsky, Hewitt, & Heisel, 2002; Hewitt et al, 2003; 2007; Hewitt, Habke, Lee-Baggley, Sherry, & Flett, 2008; Humphrey, 1992, 하정희, 2011, 재인용), 특성적 완벽주의로만 설명하기 어려운 사회 불안과 우울감, 다양한 심리적 어려움 등을 설명해주었다(Hewitt et al, 2003). 한편, 완벽주의적 자기제시의 대인간 문제들의 몇몇을 살펴보면, 완벽주의 경향성이 높은 사람들은 대인간에 관계 맺는 능력이

부족하면서도 칭찬이나 보살핌, 존경, 소속감을 얻고 싶어 하며, 이러한 관계에서의 결함은 이들의 자존감을 낮아지게 만든다. 또한 이들은 타인에게 완벽하게 보이고 인정받기 위해 노력하기 때문에 오히려 상대방이 자신을 싫어할까 두려워하여 자신을 과도하게 보호하는 등 지나치게 통제적으로 행동하게 되며, 결과적으로 대인관계에서 부정적인 결과를 초래하게 된다(Leary et al., 1995). 이렇듯 완벽주의적 자기제시는 광범위한 부적응과 관련됨을 살펴볼 수 있는데 이들 부적응 가운데 특히 우울감은 완벽주의(Frost et al., 1990; Flett, Hewitt, Blankstein, & Mosher, 1991; Hewitt & Flett, 1993; Shahar, Blatt, Zuroff, Pilkonis, 2003)를 비롯하여 완벽주의적 자기제시와 밀접하게 관련되어 연구된 변인이다(하정희, 2010; Hewitt et al., 2003; Walter, 2007). 즉, 심리적 고통을 겪고 있는 개인은 방어적인 자기제시 방식을 선택하는데, 이러한 자기제시 방식은 타인과 교류시 자신을 있는 그대로 제시하지 못하여 타인들의 부정적인 평가를 유발하고 자신의 우울감을 가속화시키는 것으로 보고되었다(Joiner, 2001; Larson & Chastain, 1990; Sheffer, Penn, & Cassisi, 2001).

완벽주의적 자기제시와 우울감 간의 관련성에 대하여 완벽주의적 자기제시의 하위요인 별로 보다 세부적으로 살펴보면, ‘완벽주의적 자기노력(Perfectionistic Self Promotion, PSP)’, ‘불완전함 은폐노력-행동적(Nondisplay of Imperfection, NDP)’, ‘불완전함 은폐 노력-언어적(Nondisclosure of Imperfection, NDC)’이 모두 우울감과 관련되었는데, 특히 ‘불완전함 은폐 노력-행동적’과 ‘불완전함 은폐 노력-언어적’이 우울감과 더 큰 관련성을 나타내었음을 발견할 수 있었다(Hewitt et al, 2003). 비슷한 맥락

으로 하정희(2011)의 연구에서 ‘완벽주의적 자기노력’은 우울감과 관련성을 나타내지 않았으며, ‘불완전함 은폐노력-행동적’은 우울감과 높은 관련성을 나타낸 반면에 ‘불완전함 은폐 노력-언어적’ 차원은 우울감과 매우 약한 관련성을 나타내었다. 완벽주의적 자기제시가 우울감과 이론적으로 분명히 밀접한 관련성이 있음에도 불구하고 이들 선행연구들에서 나타난 결과들은 완벽주의적 자기제시 하위차원 별로 우울감과 큰 관련성을 갖거나 혹은 전혀 관계가 없던지 약간의 관련성을 갖는 등 연구에 따라 다소 다른 결과들을 보여주고 있다. 이를 통해 볼 때, 완벽주의적 자기제시와 우울감 간의 관계를 매개하는 제 3의 변인이 존재할 가능성을 제기해볼 수 있으며 본 연구에서는 이를 ‘자아방어기제’로 상정하였다. 특히 자아방어기제의 종류는 개인의 성격이나(Vaillant, 1976) 행동도식의 유형과 내용에 따라 달라진다고 보는데(조성호, 2001), 완벽주의적 자기제시는 다차원적 개념이 포함된 성격특성이므로 이러한 성격특성이 개인 내부의 방어기제를 각각 다르게 작동시키고 내부의 다양한 방어기제가 우울감에 이르게 되는 것이라고 가정할 수 있다. 그러나 지금까지는 특성적 차원의 완벽주의를 비롯하여 완벽주의적 자기제시 차원의 부적응적 측면에 대해 주로 관심을 가졌을 뿐 완벽주의의 성격적인 특성으로 인해 이들이 각각 어떠한 내적 방어기제를 작동시켜서 우울감과 같은 부적응에 이르게 되었는지 그 과정을 살펴본 연구가 없었다. 이에 본 연구에서는 완벽주의적 자기제시의 하위차원 각각이 자아방어기제와 어떻게 관련이 되어 우울감에 이르게 되는지 그 과정을 살펴보고자 하였다.

방어(defense)란 불안을 유발하는 추동이나

불쾌한 정동으로부터 자아를 보호하기 위해 사용하는 정상적인 조작으로(Willick, 1995, 김정옥, 2003, 재인용) 자아가 동원하는 다양한 정신적 대처라 할 수 있다. 방어는 직접적인 자기보고는 불가능하지만 방어기제로 인해 파생된 행동들을 평가함으로써 측정할 수 있다(Bond, Garder, Christin & Siegal, 1983). 개별 방어기제들은 몇 개의 군으로 위계화할 수 있으며 이러한 방어유형은 개별 방어기제에 대한 평가보다 임상적으로 의의가 있다고 알려져 있다(Vaillant, 1971). 조성호(1999)에 따르면 방어유형은 미성숙한 방어유형, 적응적 방어유형, 자기억제적 방어유형, 갈등회피적 방어유형의 네 가지로 나눌 수 있다. 이 가운데 첫째, 미성숙한 방어유형에는 행동화, 투사, 분리, 공상, 수동-공격, 소비 등의 여섯 개의 방어기제가 포함된다. 이들은 모두 충동이나 욕구의 부적절한 처리와 관련된 것으로, 가령 충동이나 욕구를 충동적으로 표출하거나 상대 방에 대한 극단적 평가를 내리고서 책임을 전가하거나 공상을 통해 충동을 해결하는 등 심리적 성숙과는 거리가 먼 방어유형이라 할 수 있다. 둘째, 적응적 방어유형에는 유머, 전능, 승화, 부정의 방어기제들이 포함된다. 이것은 성숙한 방어를 포함하는 것으로 특히 유머와 승화가 여기에 가장 잘 부합되는 방어기제라 할 수 있다. 전능이나 부정은 현실과 동떨어진 경우라면 병리적인 부분이지만 이것이 원만한 현실적응과 관련된 것이라면 심리적 안정감을 가져다준다는 측면에서 적응적 방어유형이라 할 수 있다. 셋째, 자기억제적 방어유형은 억제, 반동형성, 철회, 취소의 방어기제로 형성되는데 이들은 모두 내적인 심리적 갈등이나 충동을 솔직하게 표출하기보다는 감추고 드러내지 않으려고 하는 특성이 있다. 넷

째, 갈등회피적 방어유형에는 체념과 격리의 방어기제가 포함되는데, 이들은 모두 부정적 감정이나 좌절 또는 갈등을 회피함으로써 자기를 보호하려는 공통점을 지니므로 적응적일 수 없다.

이러한 방어는 주로 심리적인 갈등에서 비롯되는 것으로 정상적인 적응과 성격발달의 부분이 될 수도 있고 병리적인 증상이나 성격특성과 관련될 수도 있다. 즉, 방어의 방식이 성숙할수록 심리사회적 성숙도가 커지고(Vaillant, Bond, & Vaillant, 1986) 심리증상의 정도(Perry, 1993)나 심리적 고통이 줄어들 수 있다(Perry & Hoglend, 1998). 이렇듯 방어는 개인의 적응방식은 물론 심리증상과 밀접한 관련성이 있으며, 이 가운데에서도 우울과 밀접한 관련이 있다고 알려져 있다(계은주, 2001; Bloch, Shear, & Markowitz, 1993; Kernberg, 1975). 방어의 목적을 위해 사용되는 구체적인 방식은 개인마다 차이를 나타낼 수 있는데, 가령 어떤 이들은 자신의 결점을 단순히 부인하는 방식을 사용하며 다른 어떤 이들은 결점을 승화하기도 한다. 또 어떤 이들은 정신적 갈등을 행동화하는 반면 어떤 사람들은 갈등 상황에서 유머로 대처하는데, 이와 같은 방어의 방식에 있어서의 개인차가 적응에 있어서의 개인차를 직접적으로 결정하는 것이라 할 수 있다(조성호, 2001).

이와 같은 맥락에서 완벽주의적 자기제시는 개인의 성격과 자아방어기제와의 연관성을 살펴보는 것이 의미가 있을 것이다. 특히 자아방어기제가 성숙단계에 따라 변화할지라도 유사한 성질을 지닌 자아방어기제의 범주 내에서 변화하는 것이기 때문에(Vaillant, 1976), 개인의 성격유형에 따라 자아방어기제가 어떠한 특성을 나타내는지 살펴보는 것이 중요하

다고 할 수 있다. Horney(1950)는 완벽주의자들의 방어기제가 그들의 불완전함으로 인해 야기되는 내적인 갈등을 외현화하기 위한 신경증적인 대처 방식으로 설명한 바 있다. 대인관계에서 자신의 불완전함을 은폐하고 완벽함을 제시하고자 하는 완벽주의적 자기제시 역시 하위차원 별로 불안이나 공포증과도 관련성을 나타내는 결과를 볼 때(Hewitt et al., 2003), 완벽주의적 자기제시가 자아를 위협하는 갈등과 관련된 신경증적 불안에 대해 어떤 면에서는 적응적일 수도 있으나 대체로 부적응적 방식으로 대처할 것으로 보인다.

완벽주의적 자기제시의 하위차원 별로 자아 방어기제와의 관련성을 살펴볼 때, 먼저, 완벽주의적 자기제시의 하위차원인 ‘완벽주의적 자기노력’은 자신의 완벽함을 공적으로 분명하게 나타내고자 하는 욕구이다. 이러한 경향이 강한 사람들은 항상 유능하고 도덕적이며 사회적으로 능력이 있는 성공한 모습으로 타인과 상호작용하길 바라며, 타인과의 관계에서 자신의 완벽하고 긍정적인 부분을 부각시키고 부정적으로 생각되는 측면은 은폐하려고 한다. 이러한 시도는 자신의 불완전함을 부인하거나 감추고 남들로부터 호의적인 평판이나 존경 및 인정을 받기 위한다는 측면에서는 미성숙한 방어기제 및 자기억제적 방어유형, 갈등회피적 방어유형과 관련지어 볼 수도 있으나, 자신에 대한 자긍심이나 자신감을 반영하는 것으로 볼 수 있으므로 ‘전능’, ‘부정’과 같은 적응적 방어기제와도 관련된다고 가정할 수 있다. 선행연구를 통해 볼 때도 ‘완벽주의적 자기노력’ 차원은 불안과 유의한 관련성을 나타내지 않았고(Hewitt et al., 2003) 자아존중감 및 행복감과도 유의한 관련성을 나타내지 않았으며, 자기검색과는 유의한 정적 관련성

을 나타낸 것으로 볼 때 ‘완벽주의적 자기노력’ 차원은 부적응적 특성뿐만 아니라 적응적 특성과도 관련된다고 볼 수 있다. 이는 완벽주의적 자기제시 측면에 긍정적인 특성과 부정적인 특성이 공존함을 제기한 선행연구들(Arkin, 1981; Jones, E. E & Pittman, 1982; Schlenker & Weigold, 1992)과도 맥을 같이 하는 것이다. 따라서 ‘완벽주의적 자기노력’은 ‘적응적 방어기제’는 물론 부적응적 방어기제인 ‘미성숙한 방어기제’, ‘자기억제적 방어기제’, ‘갈등회피적 방어기제’ 모두에 관련될 것이라 가정할 수 있다.

다음으로 완벽주의적 자기제시의 하위차원인 ‘불완전함 은폐-행동적’은 자신의 불완전함을 나타내는 실수 등이 공적인 상황에서 행동으로 드러나는 것을 회피하고자 하는 특성을 반영한다. Horney(1950)는 ‘불완전함 은폐-행동적’ 측면이 높은 사람들은 실수하는 것을 두려워하고 비판에 예민해져 있으므로 남들이 반대할 가능성을 줄이고자 불완전한 상황을 과도하게 피하는 것이라고 설명하였는데, 이들에게는 타인에게 완벽한 인상을 제시할 수 있는 효능감이 부족할 것이라 가정할 수 있다. 특히나 ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 차원은 ‘사회적으로 부과된 완벽주의’와 가장 높은 상관을 나타낸 차원인 점을 감안할 때(하정희, 2011; Hewitt et al., 2003), 이들은 사회적으로 부과된 완벽주의 특성이 큰 사람들의 부적응적인 특성을 공유할 것으로 보인다. 즉, 사회적으로 부과된 완벽주의는 전형적으로 ‘투사’나 ‘분리’와 같은 미성숙한 방어기제를 사용하는 경계선 성격장애와 관련되는 것으로 나타났다(Arntz et al., 2003; Sammallahti & Allberg, 1995), Blatt(1995)도 사회적으로 부과된 완벽주의가 ‘투사’나 ‘외재화’와 같은 방어기제를 사

용하여 자아를 보호한다고 설명하였다. 또한 사회적으로 부과된 완벽주의가 부적응적인 방어기제에 영향을 미치게 되어 정신병리에 영향을 미친다는 연구를 통해 부적응적 방어기제의 매개역할을 보여주기도 하였다(Blankstein & Dunkley, 2002; Dunkly & Balankstein, 2000; Dunkly et al, 2003). 따라서 사회적으로 부과된 완벽주의와 밀접한 관련성을 갖는 ‘불완전함은폐노력-행동적’ 차원은 미성숙한 방어유형과 정적으로 관련될 것이며, 적응적 방어유형과는 부적적으로 관련될 것으로 볼 수 있다. 또한, 이 차원은 공적인 상황에서 자신의 불완전함이 드러나는 것에 대해 과도하게 두려워하여 자기를 은폐하려는 특성이 있다. 이러한 특성은 내적인 심리적 갈등이나 충동을 감추고 드러내지 않는다는 면에서 ‘자기억제적 방어유형’과 관련된다고 볼 수 있으며, 자신의 부정적 감정이나 좌절 또는 갈등을 회피하여 자기를 보호하고자 하는 ‘갈등회피적 방어유형’과도 관련될 것이라 예측할 수 있다.

마지막으로 완벽주의적 자기제시의 하위차원인 ‘불완전함 은폐-언어적’ 차원은 자신의 불완전함을 나타내는 실수나 결함들을 남들 앞에서 인정하거나 말하지 않는 것을 의미한다. 특히 완벽주의자들은 대인관계 내에서 타인에게 거부당하는 것에 대한 두려움 때문에 타인에게 자신의 실수를 인정하려 하지 않고 걱정을 말로 표현하려 하지 않는 특성이 있다(Weisinger & Lobsenz, 1981; 하정희, 2010, 재인용). 이와 비슷하게 Flett, Hewit과 DeRosa(1996)도 부정적인 평가를 염려하는 완벽주의자들이 사회적 상황에서 좀처럼 말로 표현하려 하지 않는다고 설명하였다. 따라서 ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 수준이 높은 개인들은 그들이 지각한 결점을 인정해야하거나 의논해야 할 상

황을 최대한 피하고 불완전함을 함구하려는 특성이 강할 것이다. 이와 같은 특성은 자신의 욕구를 스스로 포기하며 심리적 갈등을 차단해버리는 ‘체념’, 그리고 심리적 갈등이나 부정적 감정을 의식적으로 차단하는 ‘격리’를 포함하는 ‘갈등회피적 방어유형’과 밀접하게 관련된다고 할 수 있다. 또한, ‘갈등회피적 방어유형’과 ‘미성숙한 방어유형’, ‘자기억제적 방어유형’은 서로 어느 정도 관련성을 나타내므로(조성호, 1999) ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 차원은 ‘미성숙 방어유형’ 및 ‘자기억제적 방어유형’, ‘갈등회피적 방어유형’과 정적 관련성을 나타낼 것이며 성숙한 방어를 나타내는 ‘적응적 방어유형’과는 부적 관련성을 나타낼 것이라 가정할 수 있다.

이와 같은 변인들 간의 관련성에 근거하여, 본 연구에서는 완벽주의적 자기제시와 자아방어기제, 우울감과의 관계를 경험적으로 검증해보고자 다음과 같은 연구모형을 가정하였다. 즉, 위에서 기술한 바와 같이, 완벽주의적 자기제시가 우울감에 직접 영향을 미치기도 하지만 동시에 완벽주의적 자기제시가 자아방어기제에 영향을 미치고 자아방어기제가 우울감에 영향을 미침으로서 자아방어기제가 완벽주의적 자기제시와 우울감 간의 관계에서 매개역할을 할 것이라는 가정이다. 본 연구는 완벽주의적 자기제시, 자아방어기제, 우울감과의 관련성을 알아보는 탐색적 연구라고 할 수 있다. 이를 위해 완벽주의적 자기제시와 자아방어기제 및 우울감과의 관련성을 살펴볼 것이며, 경로모형을 통한 모형들 간의 비교를 통하여 완벽주의적 자기제시가 우울감에 미치는 영향에 있어서 자아방어기제의 역할을 확인하고자 하는 데에 그 목적이 있다.

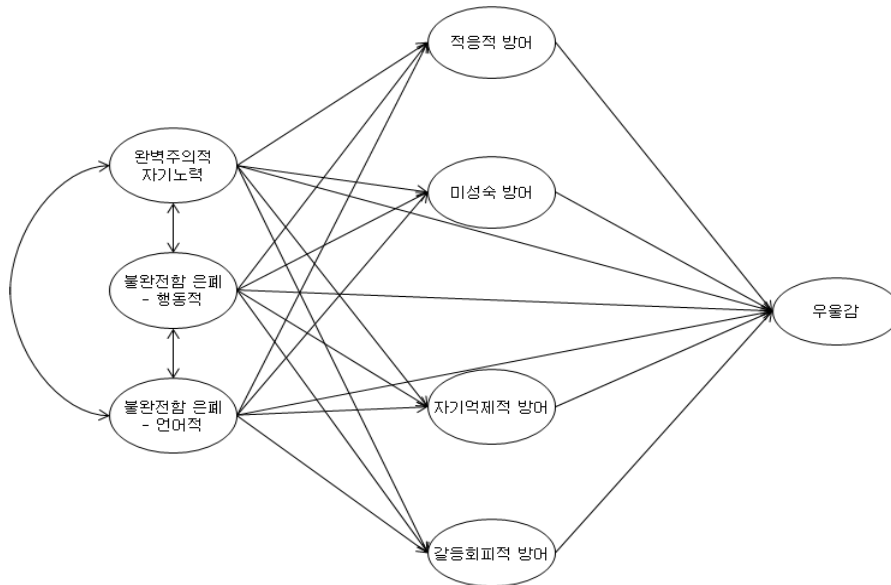


그림 1. 연구모형

방 법

연구대상과 절차

서울에 위치한 4년제 A, B 대학에서 교양강좌를 수강중인 학부생 1학년부터 4학년까지의 241명을 대상으로 하여 2010년 9월에 설문조사를 실시하였다. 실시 이전에 그 과목을 강의하는 강사와 강의를 듣는 참여자들에게 협조를 요청하고 동의를 구한 후 설문 조사 시 주의사항에 대한 안내 교육을 하였다. 아울러 설문에 대한 응답은 연구 이외의 용도에 사용하지 않을 것임을 주지시켰다. 응답시간은 학생들이 정확하게 응답하도록 충분한 시간(약 30분)을 주었으며, 응답한 질문지는 이들이 응답을 마친 후 강사의 지시 하에 한 번에 수거하였다. 설문지는 총 234부가 회수되었으며, 이중 불성실하게 응답한 설문지 14부를 제외하였으며, 지나치게 우울감이 낮은(우울평균

하위 15% 이하, $m \leq 1.35$) 설문 30부를 제외하였다. 최종적으로 190부(남: 68명, 평균연령: 21세(SD=2.56); 여: 122명, 평균연령: 23세(SD=3.80))를 대상으로 하여 분석하였다.

측정도구

완벽주의적 자기제시 척도

Hewitt 등(2003)이 개발한 완벽주의적 자기제시 척도를 바탕으로 하여 하정희(2011)가 한국판으로 개발한 척도(PSPS-K)를 사용하였다. 이 척도는 총 19개의 문항으로 이루어져 있으며 ‘완벽주의적 자기노력(PSP)’(8문항), ‘불완전함 은폐 노력-행동적(NDP)’(5문항), ‘불완전함 은폐 노력-언어적(NDC)’(6문항)의 하위차원으로 이루어져 있다. ‘완벽주의적 자기노력’의 문항의 예를 들어 보면, ‘나는 늘 완벽한 모습을 보이려고 노력한다.’, ‘내가 지닌 실제 능력보다 더 유능하게 보이고 싶다.’ 등이 포함되

어 있으며, ‘불완전함 은폐노력-행동적’은 ‘실수를 감추기 위해서라면 무슨 일이든 할 것이다.’, ‘다른 사람들 앞에서 웃음거리가 된다면 끔찍할 것이다.’ 등이, ‘불완전함 은폐노력-언어적’은 ‘다른 사람들이 나를 완벽하지 않다고 말해도 괜찮다.’, ‘나는 늘 내 문제를 다른 사람에게 비밀로 한다.’ 등의 문항들이 포함되어 있다. 척도는 7점 Likert형 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 7 = 매우 그렇다)로 평정되며 점수가 높을수록 완벽주의적 자기제시의 수준이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서는 완벽주의적 자기제시의 총합이 아닌 각각의 하위차원들을 분석에서 사용하였으며, 하위차원의 완벽주의적 자기제시 변인 모두 두 개의 측정변수로 무선헌당 하여 이를 분석에서 사용하였다. 하정희 연구에서의 신뢰도계수(Cronbach α)는 ‘완벽주의적 자기노력(PSP)’, ‘불완전함 은폐 노력-행동적(NDP)’, ‘불완전함 은폐 노력-언어적’ 차원 각각 .88, .75, .75로 나타났고 본 연구에서는 각각 .90, .72, .79로 나타났다.

한국판 방어유형 질문지

Bond, Garder, Christen 및 Siegal(1983) 등이 개발한 Defense Style Questionnaire(DSQ)를 조성호(1999)가 수정하여 완성한 자기보고식 방어유형 척도를 사용하였다. 이는 16개의 방어기제를 측정하는 65개 문항으로 구성되어 있으며 7점 Likert형 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 7 = 매우 그렇다)로 평정하게 되어 있다. 이 척도의 하위차원들은 적응적 방어기제, 미성숙 방어기제, 자기억제적 방어기제, 갈등회피적 방어기제로 구분되며, 각 차원의 점수가 크다는 것은 각각의 방어기제의 특성이 많이 드러난다는 것을 의미한다. 적응적 방어기제의 문항의 예를 들어보면, ‘재치 넘치는 유머로 심각한

한 분위기를 부드럽게 만드는 재주가 있다는 말을 종종 듣는다’ 등이, 미성숙 방어기제에는 ‘만나기 싫은 사람과의 약속에는 웬지 모르게 종종 늦게 된다’ 등과 같은 문항이 포함되고, 자기억제적 방어기제에는 ‘강한 감정을 느낄 수 있는 상황에서도 별다른 감정을 느끼지 못하는 때가 종종 있다’ 등이 포함되며, 갈등회피적 방어기제에는 ‘주위 사람들에게 내 사정을 아무리 호소해 봐도 아무런 소용이 없을 것 같다’ 등의 문항이 포함된다. 본 연구에서는 적응적 방어기제, 미성숙 방어기제, 자기억제적 방어기제, 갈등회피적 방어기제 모두 두 개의 측정변수로 무선헌당 하여 이를 분석에서 사용하였다. 조성호 연구에서의 이들에 대한 신뢰도계수(Cronbach α)는 평균 .74(범위: .64~.82)였고, 이지연(2008)의 연구에서는 각각 .78, .79, .74, .73으로 나타났다. 본 연구에서의 신뢰도 계수는 각각 .81, .79, .72, .73으로 나타났다.

우울감 척도

본 연구에서는 우울감을 측정하기 위해 본 연구에서는 전경구와 이민규(1992)가 변안한 한국판 CES-D를 사용하였다. CES-D는 일반인들이 경험하는 우울증상을 보다 용이하게 측정하기 위해 개발된 것으로서, 긍정적인 문항이 4개, 부정적인 문항이 16개, 총 20문항으로 구성되어 있으며 4점 Likert형 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 4 = 매우 그렇다)로 평정하게 되어 있다. 우울감에 포함되는 문항의 예로, ‘별로 먹고 싶지 않았다’, ‘평소에는 성가시지 않던 일이 성가시게 느껴졌다’ 등의 문항을 들 수 있다. 점수의 합이 높을수록 더욱 더 우울하다는 것을 의미한다. 본 연구에서는 우울감 척도를 두 개의 측정변수로 무선헌당 하

여 이를 분석에서 사용하였다. 전검구와 이민규(1992) 연구에서의 신뢰도계수(Cronbach α)는 .89로 나타났고 본 연구에서 나타난 우울감 척도의 신뢰도계수(Cronbach α)는 .88로 나타났다.

자료분석

SPSS를 이용하여 먼저 전체변인들의 왜도와 첨도를 확인하였다. 그 결과 왜도의 절대값이 3.0을 넘는 측정변수가 나타나지 않았고, 첨도 또한 7.0을 넘는 측정변수도 없는 것으로 나타났다. 따라서 모든 측정변수가 정규분포를 이루고 있음을 알 수 있었다. 이에 전체변인들의 평균 및 표준편차, 변인들 간의 상관을 구하였다. 다음으로 다른 변인들과의 관련성을 통제된 후에 완벽주의적 자기제시와 우울감과의 관계, 자아방어기제와 우울감과의 관계에 살펴보고자 중다회귀분석을 실시하였는데, 독립변인의 수가 많지 않았기 때문에 선택한 모든 독립변수를 동시에 투입하는 enter 방식을 선택하였다. 마지막으로 완벽주의적 자기제시와 우울감과의 관계에서 자아방어기제가 어떻게 매개역할을 하는지 살펴보고자 AMOS 7.0을 사용하여 경로 모형 분석을 실시하였다. 경로모형의 적합도를 판단하기 위해서는 절대적 적합지수로서 χ^2/p 와 RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation)를 절대적 적합지수의 지표로 사용하였고, 기초모형에 대한 제안모형의 부합도 평가를 위하여 비표준 적합지수 TLI와 비교적합도 CFI를 사용하였다. 구조방정식에서 χ^2 의 값이 통계적으로 유의미하지 않으면 매우 적합한 모형이지만, χ^2 의 값은 표본 수에 민감하기 때문에 χ^2 값이 통계적으로 유의미하더라도 TLI와 CFI가 .90

이상이고 모형의 간명성을 고려하는 RMSEA가 .08보다 작으면 모형을 양호한 것으로 해석한다(MacCallum et al., 2001). 마지막으로 연구모형의 부분매개모형에서 간접효과와 유의수준을 확인하기 위해 부트스트랩(bootstrap) 방식을 사용하여 유의도를 측정하였고, 95%의 신뢰구간을 설정하였다.

결 과

완벽주의적 자기제시, 자아방어기제, 우울간의 상관분석 및 평균과 표준편차

표 1에서 보는 바와 같이 완벽주의적 자기제시의 하위변인인 ‘완벽주의적 자기노력’ 차원은 자아방어기제 가운데 적응적 방어, 미성숙 방어, 자기억제적 방어와 유의한 정적 상관을 나타내었으며 우울감과는 관련성을 나타내지 않았다. 완벽주의적 자기제시의 하위변인인 ‘불완전함 은폐-행동적’ 차원은 자아방어기제 가운데 적응적 방어와는 대체로 유의한 부적 상관을, 미성숙 방어, 자기억제적 방어, 갈등회피적 방어와는 유의한 정적 상관을 보여주었고, 우울감과도 유의한 정적상관을 나타내었다. 완벽주의적 자기제시의 하위변인인 ‘불완전함 은폐-언어적’ 차원은 자아방어기제 가운데 갈등회피적 방어와 유의한 정적 상관을 나타내었고, 미성숙방어와 자기억제방어와는 부분적으로 관련성을 나타내었으며 우울과는 관련성을 나타내지 않았다. 다음으로 자아방어기제와 우울감의 상관을 살펴보면, 적응적 방어는 우울감과 부분적으로 약간의 부적 관련성을 나타내었고, 미성숙 방어 및 자기억제적 방어, 갈등회피 방어는 우울감과 유의한

표 1. 완벽주의적 자기제시, 자아방어기제, 우울감간의 상관 분석 및 평균과 표준편차 (N = 190)

| 변인 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | |
|------------|-------------|------|--------|--------|--------|------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|
| 완벽주의적 자기제시 | 1. 완벽_노력1 | - | .79*** | .41*** | .31*** | .15* | .35*** | .19** | .24** | .20** | .33*** | .16* | .16* | .08 | .07 | .11 | .13 |
| | 2. 완벽_노력2 | | - | .41*** | .22** | .18* | .33*** | .27*** | .29*** | .24** | .30*** | .18* | .16* | .10 | .08 | .13 | .10 |
| | 3. 은폐_행동1 | | | - | .58*** | .17* | .32*** | -.11 | -.01 | .14 | .25** | .21** | .19* | .10 | .07 | .26*** | .21*** |
| | 4. 은폐_행동2 | | | | - | .14 | .23** | -.28*** | -.16* | -.10 | .26*** | .23** | .05 | .03 | .06 | .37*** | .23*** |
| | 5. 은폐_언어1 | | | | | - | .61*** | -.10 | -.10 | -.03 | -.01 | .13 | .09 | .17* | .24** | .08 | .07 |
| | 6. 은폐_언어2 | | | | | | - | -.02 | .01 | .05 | .15* | .21** | .06 | .21** | .16* | .10 | .14 |
| 자아방어기제 | 7. 적응적방어1 | | | | | | - | .65*** | .05 | -.03 | -.07 | -.13 | -.07 | -.16* | -.26*** | -.11 | |
| | 8. 적응적방어2 | | | | | | | - | .15* | .17* | -.03 | -.01 | .01 | -.13 | -.03 | .07 | |
| | 9. 미성숙방어1 | | | | | | | | - | .61*** | .22** | .29*** | .39*** | .26*** | .30*** | .44*** | |
| | 10. 미성숙방어2 | | | | | | | | | - | .37*** | .47*** | .50*** | .33 | .40*** | .51*** | |
| | 11. 자기억제방어1 | | | | | | | | | | - | .31*** | .47*** | .33*** | .29*** | .31*** | |
| | 12. 자기억제방어2 | | | | | | | | | | | - | .37*** | .36*** | .30*** | .34*** | |
| | 13. 갈등회피방어1 | | | | | | | | | | | | - | .29*** | .35*** | .47*** | |
| | 14. 갈등회피방어2 | | | | | | | | | | | | | - | .21** | .23** | |
| 15. 우울감1 | | | | | | | | | | | | | | | - | .77*** | |
| 16. 우울감2 | | | | | | | | | | | | | | | | | - |
| 평균 | 4.14 | 4.18 | 5.09 | 5.21 | 4.16 | 3.80 | 3.90 | 3.73 | 3.53 | 3.42 | 3.88 | 4.02 | 2.86 | 3.51 | 2.21 | 2.05 | |
| 표준편차 | 1.05 | .92 | 1.02 | .98 | 1.10 | 1.00 | .91 | .85 | .66 | .70 | .83 | .77 | .96 | .97 | .52 | .46 | |
| 왜도 | -.29 | -.03 | -.27 | -.40 | -.13 | .29 | .18 | .29 | .43 | .01 | -.30 | .32 | .48 | .23 | .56 | .70 | |
| 첨도 | .62 | .71 | -.06 | -.11 | -.09 | .61 | 1.00 | .31 | 1.01 | -.01 | .54 | .56 | .53 | -.09 | -.46 | .13 | |
| VIF | 3.03 | 3.12 | 1.86 | 2.05 | 1.79 | 1.94 | 1.42 | 1.11 | 1.75 | 2.54 | 1.49 | 1.54 | 1.84 | 1.39 | 2.91 | 3.15 | |

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

표 2. 우울감에 대한 완벽주의적 자기제시 하위변인 별 중다회귀분석

| 종속 변인 | 독립 변인 | 비표준화 회귀계수 | | 표준화 회귀계수 | t | R ² | F |
|-------|-------------|-----------|-----------|----------|-------|----------------|-------|
| | | B | Std.Error | Beta | | | |
| 우울감 | 완벽주의적 자기노력 | .00 | .01 | -.00 | -.01 | | |
| | 불완전함 은폐-행동적 | .03 | .01 | .32 | 4.17* | .11* | 7.39* |
| | 불완전함 은폐-언어적 | .00 | .01 | .03 | .03 | | |

* $p < .001$

정적 상관을 나타내었음을 발견할 수 있었다.

완벽주의적 자기제시와 우울감과의 관계

완벽주의적 자기제시 하위 차원별로 우울감에 미치는 효과를 살펴보고자 enter방식으로 중다회귀분석을 실시하였고 그 결과를 표 2에 제시하였다. 표 2에 제시된 것처럼 우울감에 대한 완벽주의적 자기제시의 설명력이 유의하게 나타났다($F=7.46, df(3, 186), p<.001$). 즉, 우울감은 ‘불완전함 은폐-행동적’ 차원($t=4.17, p<.001$)의 영향력이 유의하게 나타났으며, 그 외에 우울감에 대한 ‘완벽주의적 자기노력’이나 ‘불완전함 은폐-언어적’ 차원의 영향력은 유의하게 나타나지 않았다($t=-.01, n.s.; t=.42, n.s.$).

자아방어기제와 우울감과의 관계

표 1에서 자아방어기제는 우울감과 모두 관련성을 나타내었음을 발견할 수 있었다. 이에 자아방어기제 각 차원별로 우울감에 미치는 효과를 살펴보고자 enter방식으로 중다회귀분석을 실시하였고 그 결과를 표 3에 제시하였다. 표 3에 제시된 것처럼 우울감에 대한 자

아방어기제의 설명력이 유의하게 나타났다($F=21.20, df(4, 185), p<.001$). 이를 구체적으로 살펴보면, 우울감은 미성숙 방어기제($t=4.24, p<.001$)의 영향력이 가장 크게 나타났으며, 그 외에 자기억제적 방어기제와 갈등회피적 방어기제의 영향력도 유의하게 나타났음을 발견할 수 있었다($t=2.53, p<.05; t=2.09, p<.05$).

완벽주의적 자기제시와 우울감과의 관계에서 자아방어기제의 매개효과

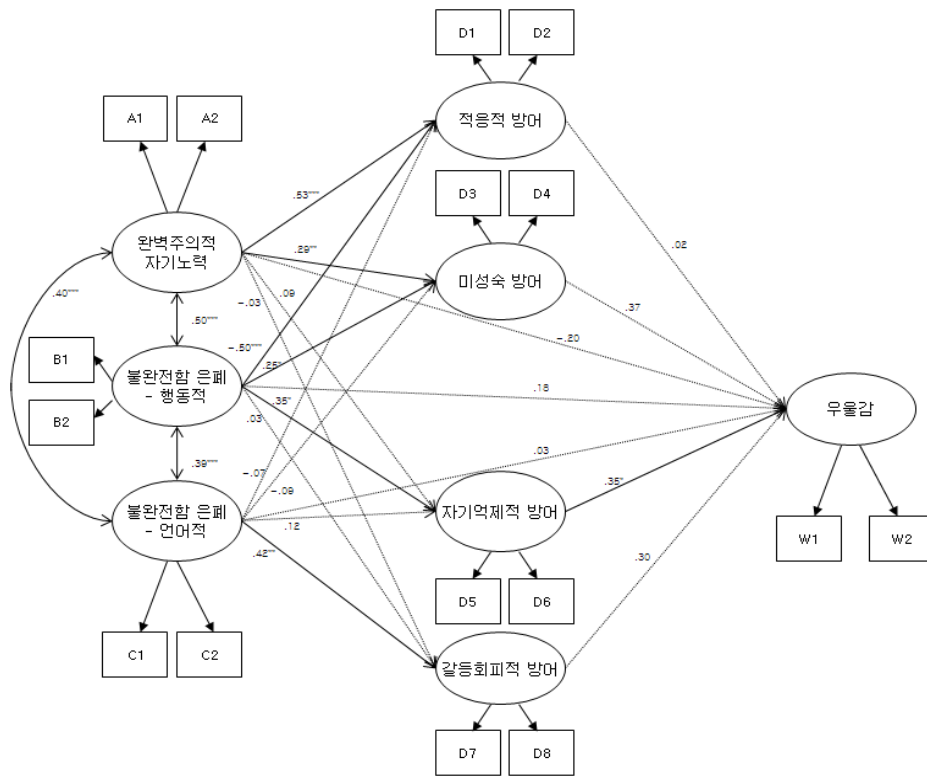
다음으로 완벽주의적 자기제시와 우울감 간의 관계에서 자아방어기제인 적응적 방어, 미성숙 방어, 자기억제적 방어, 갈등회피적 방어가 매개역할을 하는지 살펴보는 연구모형을 검증한 결과, 자료에 적합한 것으로 나타났다($\chi^2(N = 190) = 137.67; df = 77; p < .001; CFI = .94; TLI = .91; RMSEA = .065, 90\% \text{ 신뢰구간 } [.04, .08]$).

그림 2를 통해 보면, ‘완벽주의적 자기노력’ 차원은 적응적 방어와 미성숙 방에 유의한 영향을 미치지만($.53, p < .001; .29, p < .01$) 이들 방어기제들이 우울감에 유의한 영향을 주지는 않음을 볼 수 있다($.08, n.s.; .37, n.s.$).

표 3. 우울감에 대한 자아방어기제 하위변인 별 중다회귀분석

| 종속변인 | 독립 변인 | 비표준화 회귀계수 | | 표준화 회귀계수 | t | R ² | F |
|------|----------|-----------|-----------|----------|---------|----------------|----------|
| | | B | Std.Error | Beta | | | |
| 우울감 | 적응적방어 | -.07 | .04 | -.11 | -1.78 | .31*** | 21.18*** |
| | 미성숙방어 | .22 | .05 | .32 | 4.24*** | | |
| | 자기억제적 방어 | .14 | .05 | .19 | 2.53* | | |
| | 갈등회피적 방어 | .08 | .04 | .16 | 2.09* | | |

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



* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

모형의 계수는 표준화경로 계수임

그림 2. 완벽주의적 자기제시와 우울감과의 관계에서 자아방어기제의 매개효과

다음으로 ‘불완전함 은폐-행동적’ 차원은 적응적 방어와 미성숙 방어, 자기 억제적 방어에 유의한 영향을 미치며($-.50, p < .001$; $.25, p < .05$; $.35, p < .05$), 자기억제적 방어는 우울감에 유의한 영향을 미치지만($.35, p < .05$) 적응적 방어와 미성숙방어는 위와 같이 우울감에 유의한 영향을 미치지 않았음을 볼 수 있었다. 마지막으로 ‘불완전함 은폐-언어적’ 차원은 갈등 회피적 방어에 유의하게 영향을 미쳤으나($.42, p < .001$), 갈등 회피적 방어는 우울감에 유의한 영향을 미치지 않았음을 발견할 수 있었다($.30, n.s.$). 따라서 완벽주의적 자기제시의 ‘불완전함 은폐-행동적’ 차원만이 우울감과의

관계에서 자기억제적 방어의 매개효과를 나타냄을 확인할 수 있었으며, 이를 부트스트래핑 검증으로 살펴본 결과 유의한 결과를 얻을 수 있었다($B = .13, p < .05$; 95% 신뢰구간 [.035, .232]).

논 의

본 연구는 완벽주의의 대인관계적 특성을 나타내는 완벽주의적 자기제시의 방어유형에 대한 특성을 이해해보고, 이것이 완벽주의적 자기제시가 우울감에 이르는 데에 매개 역할

을 하는지 살펴봄으로서 완벽주의적 자기제시의 부적응적 특성은 물론 그 심리적 과정을 이해해보고자 수행되었다. 이에 대한 결과 및 논의를 제시하면 다음과 같다.

첫째, 완벽주의적 자기제시와 방어유형과의 관련성을 살펴본 결과, 완벽주의적 자기노력 차원은 미성숙 방어뿐만 아니라 적응적 방어에도 유의한 정적 관련성을 나타냈다. 이 같은 결과는 타인에게 호의적인 평판을 듣기 위해 자신의 완벽함을 공격적으로 보여주고자 하는 것 자체에 부적응적인 특성도 존재하지만 적응적인 특성 또한 존재함을 시사해준다 (Arkin, 1981; Jones, E. E & Pittman, 1982; Schlenker & Weigold, 1992). 이들은 항상 유능하고 도덕적이며 사회적으로 능력이 있는 성공한 모습으로 타인과 상호작용하길 바라는 특성이 있다. 자신이 실제로 완벽하며 전지전능한 사람이라고 여기면서 현실을 부인하고 전혀 수용하지 않는다면 이것은 병리적인 자기기만에 불과할 것이다. 그러나 이들이 자신의 현실보다 더 그럴듯한 모습을 제시한다 하더라도 이것이 현실에 기반을 둔 것이고 자신의 욕구나 충동을 일시적으로 부정함으로 인해 개인의 원만한 적응에 도움을 주는 것이라면 적응적인 방어기제라 할 수 있다. 또한, 이들은 동시에 ‘행동화’, ‘투사’, ‘분리’, ‘공상’, ‘수동공격’, ‘소비’와 같은 미성숙한 방어기제도 사용하는 것으로 나타났다. 완벽주의적 자기노력 차원은 자신의 완벽함을 드러내고 싶은 욕구가 강한 측면이기 때문에, Horney(1950)이 제시하였듯 자신의 불완전함을 발견한 순간 스스로 위협을 느끼게 된다. 이러한 위협이 자기비난으로 이어지면서 ‘투사’나 ‘분리’와 같은 미성숙한 방어기제를 사용할 수도 있는 것이다. 따라서 완벽주의적 자기노력 차원

은 적응적 방어와 미성숙한 방어기제 모두와 밀접하게 관련됨을 이해해야 할 것이다.

한편, 자신이 지각하고 있는 불완전함을 공식적인 상황에서 행동으로 드러내지 않고 회피하고자 하는 특성을 가진 불완전함 은폐-행동적 차원은 적응적 방어기제와 부적응적으로 관련되며 미성숙한 방어기제, 자기억제적 방어기제와는 정적으로 관련되는 것으로 나타났다. 불완전함 은폐노력-행동적 차원이 사회적으로 부과된 완벽주의와 특히 높은 관련성을 나타낸 것을 통해 볼 때(하정희, 2011; Hewitt et al., 2003), 이들은 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 높은 사람들이 갖는 신경증적 성향과 유사한 특성을 나타낼 가능성이 높다. 사회적으로 부과된 완벽주의는 타인에 대한 적대감을 포함하여 타인에 대한 편집증적 경향성을 크게 나타내기 때문에 전형적으로 ‘투사’, ‘분리’, ‘망상’의 방어기제를 사용하는 것으로 알려져 있다(Arntz et al., 2003; Hewitt, Flett, & Donovan, 1994; Sammallahti & Allberg, 1995). 불완전함 은폐노력-행동적 차원 역시 자신의 실수를 두려워하고 타인의 비판에 매우 예민해져 있기 때문에 남들이 반대할 가능성을 줄이고자 노력한다(Horney, 1950). 또한 타인에게 아주 완벽한 인상을 제시할 수 있다는 효능감도 부족하기 때문에(Hewitt et al., 2003) 자신의 내적인 갈등이나 충동을 솔직하게 표출하기 보다는 가급적 자신의 단점을 숨기고자 노력함으로써 ‘억제’, ‘반동형성’, ‘철수’, ‘취소’와 같은 방어기제를 사용할 수 있다. 이와 같이 자신을 숨기면서 완벽하지 않은 모습을 보여주지 않는 특성은 매우 억압적인 성격병리를 가진 사람들이 대인관계에서 친밀감과 관련하여 겪는 문제와도 유사한 것이라 할 수 있는데(Sherry et al., 2007), 바로 이 점들이 위에서

설명한 타인에 대한 편집증적 경향성으로 인한 결과와 유사할 것이라 가정할 수 있다.

다음으로, 자신의 불완전함을 말로 드러내지 않음으로서 부정적이거나 불완전해 보이는 자신의 측면들을 숨기는 특성은 갈등회피적 방어기제인 ‘체념’ 및 ‘격리’와 정적 관련성이 큰 것으로 나타났다. ‘체념’은 그 누구도 자신을 진정으로 이해할 수 없기 때문에 관계 욕구를 스스로 차단하는 것이며, ‘격리’는 갈등이나 부정적 감정을 의식적으로 차단함으로써 자신을 보호하는 것이다. 이러한 방어기제들의 특성은 자신들이 결점을 인정해야 하거나 의논해야 할 상황을 최대한 피하며 자신에게 불리한 상황을 함구하려 하는 불완전함 은폐-언어적 차원 성향의 사람들의 특성과 유사하다고 할 수 있다. 이들은 타인에게 어떻게 제시되는지 혹은 자신이 타인에게 수용되는지 아닌지에만 의존할 뿐 스스로의 안정적이고 통합된 정체감이 부족하여(Blatt & Blass, 1992) 자신의 있는 그대로의 모습을 함구하고 숨기는 것이다.

둘째, 완벽주의적 자기제시가 우울감에 미치는 영향을 살펴본 결과, 완벽주의적 자기제시의 불완전함 은폐-행동적 차원이 우울감에 유의한 영향을 미쳤고, 완벽주의적 자기노력 차원과 불완전함 은폐-언어적 차원은 우울감과 유의한 관련성을 나타내지 않았다. 완벽주의적 자기제시의 하위요인 가운데 불완전함 은폐-행동적 차원이 우울감과 가장 높은 관련성을 나타낸다는 결과는 성인과 대학생에 대상으로 살펴본 하정희(2011)의 선행연구에서도 입증된 바 있다. 이들은 타인의 부정적인 평가를 두려워하기 때문에(Weisinger & Lobsenz, 1981) 자신의 실수를 공식적으로 숨기고 실수와 관련된 상황을 회피하고자 하는 것이다.

이들은 타인이 자신에게 부과한 완벽주의를 충족시키고자 노력하며, 이러한 비현실적인 기대와 기준이 자신에게 과중하고 통제할 수 없다고 느끼기 때문에 우울해지는 것이다(하정희, 2010, 재인용). 반면에 완벽주의적 자기노력 측면이 강한 사람들은 공적인 상황에서 자신의 완벽함을 보여주고자 하는 욕구가 강하기 때문에 사회적으로 능력 있는 모습으로 보이고자 노력하여 우울감과 같은 부적응적 특성과는 관련성이 드러나지 않은 것이라 할 수 있다. 한편, 불완전함 은폐-언어적 차원이 높은 사람들은 타인에게 거부당하는 것에 대한 두려움 때문에 타인에게 자신의 실수를 인정하려 하지 않고 걱정을 말로 표현하려 하지 않는 특성이 있다(Weisinger & Lobsenz, 1981). 완벽주의적 자기제시와 전문적 도움요청 간의 관계를 살펴본 연구에서도 불완전함 은폐-언어적 차원이 높은 사람들이 자기문제를 개방하는 정도가 매우 낮았다는 것을 고려하여(하정희, 2010), 불완전함 은폐-언어적 차원과 우울감 간 관련성이 나타나지 않은 것을 이해해 볼 필요가 있을 것이다.

셋째, 자아방어기제가 우울감에 미치는 영향을 살펴본 결과, 자아방어기제 모두가 우울감에 영향을 미쳤으며 그 설명력 또한 높게 나타났다. 특히 우울감에 가장 큰 영향을 미치는 자아방어기제는 미성숙방어인 것으로 나타났다. 그 다음으로 갈등회피적 방어, 적응적 방어, 자기억제적 방어의 순으로 나타났다. 이러한 결과를 통하여 자아방어기제가 우울감과 밀접한 관련성이 있으며 특히 미성숙한 방어 유형이 우울감에 가장 큰 영향을 준다는 것을 이해할 수 있다. 이는 방어라는 것이 개인의 정신 병리와 체계적으로 관련되며(Vallant, 1975, 1976, 조성호, 2001, 재인용) 부적응적 방

어기제 가운데 특히 미성숙한 방어기제가 우울감과 밀접한 관련성을 나타낸다는 선행연구와도 맥을 같이 하는 것이라 할 수 있다(Kwon & Lemon, 2000; Watson, 2002). 여기서 더 나아가 정상인을 대상으로 할 경우에도 이들이 미성숙한 방어기제를 사용할 경우에는 우울감 경향성이 더 커질 수 있음이 발견됨에 따라 이를 위해 한 개인이 우세하게 사용하는 방어유형의 특성에 대해서 보다 세부적으로 이해해 나가야 할 것이다.

넷째, 완벽주의적 자기제시와 우울감과의 관계에서 자아방어기제가 매개역할을 하는지 살펴본 결과, 완벽주의적 자기제시의 하위변인 가운데 불완전함 은폐노력-행동적 차원만이 우울감과의 관계에서 자기억제적 방어의 매개효과를 나타내었음을 발견하였다. 이와 같은 결과는 불완전함 은폐노력-행동적 차원이 큰 사람들이 적응적 방어를 덜 사용하고 미성숙 방어 및 자기억제적 방어를 더 많이 사용하기 쉽지만, 이 가운데 자기억제적 방어를 많이 사용할수록 우울감을 더 크게 느낄 수 있다는 것을 의미한다. 이 차원이 높은 사람들은 자신의 불완전함이 겉으로 드러나는 것에 대해 두려워하고 비판에도 예민하여 불완전한 상황을 과도하게 회피한다(Horney, 1950). 즉, 이들은 매우 높은 기준을 설정하여 스스로 그 기준을 완벽하게 해내도록 기대할 뿐만 아니라, 의미 있는 타인들이 자신에게 매우 높은 기준을 부과하고 있다고 강하게 지각한다. 이로 인해 이들은 타인에게 자신의 완벽한 인상을 제시할만한 자신감이 떨어지게 되고 비판에 예민해짐으로서 스스로 지각하기에 완전하지 않은 상황을 행동적으로 피하게 되는 것이라 할 수 있다(하정희, 2010). 이러한 결과를 초래하기까지 그 과정 속에서 이들이

대처한 방식들은 대개 충동이나 욕구를 충동적으로 표출하거나, 상대방에 대한 극단적 평가를 내리거나, 간접적이고 우회적인 방식으로 문제를 해소하는 등의 미성숙한 방어기제와 관련되는 것들이다. 또한 이들은 내적인 갈등이나 충동을 감추고 드러내려 하지 않기 때문에 ‘철수’, ‘억제’, ‘반동형성’ 등과 같은 자기억제적 방어기제를 사용하여 자신을 보호하려 한다. 자기의 솔직한 욕구나 충동을 은폐함으로써 자신을 일시적으로 보호할 수는 있으나 이는 우울감과 곧바로 관련된다는 측면에서 부정적이라 할 수 있다. 조성호(2001)는 타인과 고립 또는 단절된 사람들은 적응적이지 못한 방어를 더 많이 사용한다고 설명하였다. 불완전함 은폐-행동적 차원이 높은 사람들은 자신의 일부분만을 타인과 공유하며 은폐하기 때문에 타인과의 교류가 단절된 사람이며, 이들은 진솔한 소통에 어려움을 겪기 때문에 우울감을 경험할 가능성이 클 수밖에 없다는 것이다.

한편, 자기억제적 방어기제를 제외한 나머지 방어기제인 적응적 방어, 미성숙 방어 및 갈등회피적 방어는 완벽주의적 자기제시와 우울감과의 관계에서 매개효과를 나타내지 않았다. 이들 방어기제들은 완벽주의적 자기제시의 하위변인들과 각각 관련성을 보였고, 적응적 방어기제를 제외한 나머지 방어기제들 역시 우울감과 유의한 관련성을 나타낸 바 있다. 그러나 구조모형으로 검증한 결과, 적응적 방어뿐만 아니라 미성숙방어 및 갈등회피적 방어 역시 우울감과 유의한 관련성이 나타나지 않음으로서 결과적으로 이들의 매개효과가 성립되지 않았다. 이 같은 결과는 우울감을 예측하는 데 있어서 미성숙방어와 갈등회피적 방어가 그 자체로 중요한 변인이지만, 이들과

완벽주의적 자기제시를 전체적으로 함께 고려할 경우에는 우울감에 대한 미성숙방어와 갈등회피적 방어기제의 영향력이 상대적으로 약해질 수 있음을 의미한다. 이에 완벽주의적 자기노력이나 불완전함 은폐-행동적 차원의 성향이 큰 사람들이 남들에게 보여지는 자신의 모습에 과도하게 집착하여 ‘행동화’나 ‘투사’, ‘공상’과 같은 방어기제로 충동이나 욕구를 해소하려 한다면 이것이 또 다른 부적응적 결과를 야기할 수도 있으나 이 과정을 통해 우울감에 이르지 않을 수 있는 것이다. 또한, 자신의 불완전함을 은폐하고자 완벽하지 않은 자기의 모습을 감추고 합구하려는 성향이 강한 사람들은 ‘체념’과 ‘격리’의 방어기제를 통해 타인이 자신에게 부과한 완벽주의를 충족시키려 노력한다. 이들은 타인이 자신에게 부과한다고 생각하는 비현실적 기대와 기준을 스스로 통제할 수 없다고 느끼며 부적응을 경험할 수는 있지만, 이들이 ‘체념’과 ‘격리’의 방어기제를 사용함으로써 결과적으로 우울감을 느끼는 것은 아님을 이해해야 할 것이다.

본 연구를 통해 완벽주의적 자기제시와 우울감과의 관련성을 확인하고 더 나아가 이들 간의 과정을 자아방어기제의 각 영역을 통해 살펴볼 수 있었다는 데에 중요한 의의가 있다. 이를 통해 대인관계에서 자신을 완벽하게 보이려는 성향이 강한 사람들의 부적응을 이해함에 있어서 단순히 성격으로 인한 부적응적 결과로 설명하는 것에서 더 나아가 이들이 부적응을 겪는 원인 및 과정에 대해 보다 다양하고 세부적인 측면에서 파악해 나갈 수 있을 것이라 여겨진다. 특히 최근 들어 개인의 완벽함을 추구하는 사회의 분위기로 인해 완벽하다는 것이 어느 특정한 극소수의 성향이라기보다는 성취적, 대인관계적 측면에서 누구

라도 가질 수 있는 특성으로 이해할 수 있게 됨에 따라(하정희, 2011) 완벽주의 특성의 과정을 밝히는 연구는 실제 치료 장면이나 교육적 장면에서도 많은 시사점을 줄 수 있을 것으로 보인다. 가령, 상담 장면에서 완벽주의적 자기제시 성향을 나타내는 사람들이 우울감을 호소한다면 이들의 성격특성으로 인해 대인관계에서 완벽하지 않은 모습을 보여주기 어려워하여 자신의 내면을 가린 채로 피상적으로만 타인과 소통하는지를 확인해야 할 것이다. 이들이 자신의 불완전한 행동을 은폐함으로써 사회적으로 바람직한 자아를 형성하고 이를 통해 불확실한 자아감을 더욱 더 긍정적으로 지각할 수 있지만(Sherry et al., 2007), 이들이 실제로 대처하는 억제, 반동형성, 철수, 취소와 같은 방식들은 결과적으로 심리적 성숙과는 관계가 먼 것이며 이로 인해 개인의 우울감을 야기시킬 수 있다. 이에 대인관계에서 완벽해지고자 자신의 행동을 은폐하고자 하는 특성이 있는 사람들의 스트레스 대처방식이나 충동 표현양식 등을 점검하면 이들의 특성과 관련된 방어기제들을 확인할 수 있을 것이다. 특히 방어기제는 상황에 따라 계속 변하는 융통성 있는 대처기제라기 보다는 비교적 안정된 기제이기 때문에(Bond et al., 1983) 대인관계에서 어려움을 겪는 개인의 패턴이 일관성 있게 드러날 것이다. Akkerman, Lewin과 Carr(1999), Kneepkens와 Oakley(1996)는 더욱 더 성숙한 방어기제를 통해 미성숙한 방어기제를 변화시킴에 따라 우울감을 회복시킬 수 있다고 하였다. 방어가 행해지는 기제 그 자체를 직접적으로 변화시키는 것은 어렵지만, 방어로 인해 외현적으로 파생된 행동들을 자각하는 것은 가능하기 때문에(Bond, 1983) 개인의 방어기제를 파악하고 이해함으로써 상담적

개입이 이루어질 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 시사점을 제시하면 첫째, 이 연구는 대학생 집단으로 이루어진 연구이므로 결과의 일반화에 있어서 한계가 존재한다. 또한, 이들은 특정 환자집단이 아닌 일반 대학생 집단이기 때문에 이들의 우울감은 평균 정도의 점수라 할 수 있다. 정상인을 대상으로 하여 우울증의 특성을 살펴보았다는 점에서 의의도 있으나, 다른 한편으로는 이러한 집단을 대상으로 우울감에 이르는 경로를 살펴보았기 때문에 우울감에 영향 미치는 특성이나 과정이 실제 우울감을 크게 느끼는 집단과 다를 가능성이 존재한다. 이는 우울증을 살펴본 본 연구에서 중요한 제한점일 수 있으며, 추후에는 우울증 수준이 높은 집단을 대상으로 하여 이러한 방어기제 및 완벽주의적 특성을 함께 살펴볼 필요가 있겠다. 둘째, 선행연구를 통해 미성숙한 방어유형을 비롯하여 자기억제적 방어유형, 갈등회피적 방어유형이 모두 ‘내현적 자기애’와 밀접한 관련성을 나타낸 것을 발견할 수 있었다(강연우, 2004). 물론, 완벽주의적 자기제시가 완벽주의의 특성적 차원 및 자기애적 특성과 관련되면서도 분명 구분이 되는 개념이라고 한 바 있지만(Flett & Hewitt, 2002) 추후 연구를 통해 이들 간의 분명한 차이점을 계속적으로 발견해나간다면 완벽주의적 자기제시의 특성을 명확히 하는 데에 도움이 될 것으로 보인다.

참고문헌

강연우 (2004). 자기애와 방어유형. *경희대학교 수원캠퍼스 학생생활연구*, 9, 83-98.

계은주 (2001). 특성불안과 우울수준에 따른 자아 방어기제 사용. *석사학위논문, 이화여자 대학교*.

김정욱 (2003). 방어기제 성숙도 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 15(4), 747-763.

이지연 (2008). 내면화된 수치심과 방어유형, 정서표현의 관계. *상담학연구*, 9(2), 353-373.

전경구, 이민규 (1992). 한국판 CES-D개발연구 1. *한국심리학회지: 임상*, 11(1), 65-76.

조성호 (1999). 한국판 방어유형질문지 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 11(1), 115-137.

조성호 (2001). 초기 부적응 도식과 방어유형 및 대인관계 특성과의 관계. *한국심리학회지: 일반*, 13(3), 39-54.

하정희 (2010). 완벽주의적 자기제시와 전문적 도움추구태도와의 관계: 자아존중감의 조절효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(2), 265-280.

하정희 (2010). 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), 1069-1088.

Akkerman, K., Lewin, T., & Carr, V. (1999). Long-term changes among patients recovering from major depression. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 187, 80-87.

Arntz, A., van den Hoorn, M., Cornelis, J., Verheul, R., van den Bosch, W., & deBie, A. (2003). Reliability and validity of the Borderline Personality Disorder Severity Index.

- Journal of Personality Disorders*, 17, 45-49.
- Arkin, R. M. (1981). Self-presentation styles. In J. T. Tedeschi (Eds.), *Impression management theory and social psychological theory* (pp.311-333). New York: Academic Press.
- Blankstein, K. R., & Dunkley, D. M. (2002). Evaluative concerns, self critical, and personal standards perfectionism: A structural equation modeling strategy. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp.285-315). Washington, DC: American Psychological Association.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism. Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50, 1003-1020.
- Blatt, S., & Blass, R. (1992). Relatedness and self-definition. In J. Barron, M. Eagle, & D. Wolitsky (Eds.), *The interface of psychoanalysis and psychology* (pp.399-428). Washington, DC: American Psychological Association.
- Bloch, A. L., Shear, M. K., Markowitz, J. C., Leon, A. C., & Perry, J. C. (1993). An empirical study of defense mechanism in dysthymia. *American Journal of Psychiatry*, 150(8), 1194-1198.
- Bond, M. (1992). An empirical study of defensive style: The defense style questionnaire. In G. E. Vaillant (Eds.), *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers* (pp.127-158). Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Bond, M., Gardner, S. T., Christian, J., & Siegel, J. J. (1983). Empirical study of self-rated defense style. *Archives of General Psychiatry*, 40, 333-338.
- Buss, A. H., & Finn, S. E. (1987). Classification of personality trait. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(2), 432-444.
- Dunkley, D. M., & Blankstein, K. R. (2000). Self-critical perfectionism, coping, hassles, and current distress: A structural equation modeling approach. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 713-730.
- Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Blankstein, K. R. (2003). Self-critical perfectionism and daily affect: Dispositional and situational influences on stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 234-252.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism: Theory and research*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Mosher, S. W. (1991). Perfectionism, self-actualization and personal adjustment. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6(5), 147-160.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & DeRosa, T. (1996). Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individuals*, 20, 143-150.
- Flett, G. L., Madorsky, D., Hewitt, P. L., & Heisel, M. J. (2002). Perfectionism cognitions, rumination, and psychological distress. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 20, 31-45.
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R., (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1993). Dimensions

- of perfectionism, daily stress, and depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(1), 58-65.
- Hewitt, P. I., & Flett, G. L., & Donovan, W. (1994). Borderline personality disorder: An investigation with the Multidimensional Perfectionism Scale. *European Journal of Psychological Assessment*, 10, 28-33.
- Hewitt, P. I., & Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., 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.
- Hewitt, P. I., Flynn, C. A., Mikhail, S., Sherry, S. B., & Flett, G. I. (2007). *Evaluation of brief psychodynamic/interpersonal group therapy for perfectionism*. Manuscript in preparation.
- Hewitt, P. I., Habke, M., Lee-Bagley, D. L., Sherry, S. B., & Flett, G. L. (2008). The impact of perfectionistic self-presentation on the cognitive, affective, and physiological experience of a clinical interview. *Psychiatry*, 71(2), 93-122.
- Horney, K. (1950). *Neurosis and human growth*. New York: Norton.
- Humphrey, N. (1992). *A History of the Mind*. London: Chatto & Windus.
- Joiner, T. E. (2001). Defensiveness predicts peer rejection of depressed children. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 929-938.
- Jones, E. E., & Pitman, T. S. (1982). Toward a general theory of strategic self presentation. In J. Suls (Eds.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. 1, pp.231-262). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Kernberg, O. F. (1975). *Borderline conditions and pathological narcissism*. New York: Jason Aronson.
- Kneepkens, R. G., & Oakley, L. D. (1996). Rapid improvement in the defensive style of depressed women and men. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 184, 358-361.
- Kwon, P., & Lemon, K. E. (2000). Attributional style and defense mechanisms: A synthesis of cognitive and psychodynamic factors in depression. *Journal of Clinical Psychology*, 56, 723-735.
- Larson, D. G., & Chastain, R. L. (1990). Self-concealment: conceptualization, measurement, and health implications. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 439-455.
- Leary, M. R., & Tambor, E. S., Terdal, S. K., & Dawns, D. L. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 518-530.
- MacCallum, R., Widaman, K., Preacher, K., & Hong, sehee. (2001). Sample size in factor analysis: The role of model error. *Multivariate Behavioral Research*, 36, 611-637.
- Paulhus, D. L., & Martin, C. L. (1987). The structure of personality capabilities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 354-365.
- Perry, J. C. (1993). Longitudinal studies of personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 7, 63-85.
- Perry, J. C., & Høglend, P. (1998). Convergent and discriminant validity of overall defensive

- functioning. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 186(9), 529-535.
- Sammallahti, P., & Aalberg, V. (1995). Defense style in personality disorders. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 183, 516-521.
- Schlenker, B. R., & Weigold, M. F. (1992). Interpersonal process involving impression regulation and management. *Annual Review of Psychology*, 43, 133-168.
- Sheffer, C. E., Penn, D. L., & Cassisi, J. E. (2001). The effects of impression management demands on heart rate, self-reported social anxiety, and social competence in undergraduate males. *Journal of Anxiety Disorders*, 15, 171-182.
- Shahar, G., Blatt, S. J., Zuroff, D. C., & Pilkonis, P. A. (2003). Role of perfectionism and personality disorder features in response to brief treatment for depression. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 71(3), 629-633.
- Sherry, S. B., Hewitt, P. L., Flett, G. L., Lee-Baggeley, D. L., & Hall, P. A. (2007). Trait perfectionism and perfectionistic self-presentation in personality pathology. *Personality and Individual Differences*, 42, 477-490.
- Vaillant, G. E. (1971). Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanism. *Achieves of General Psychiatry*, 24, 107-118.
- Vaillant, G. E. (1975). Natural history of male psychological health: Empirical dimensions of mental health. *Archives of General Psychiatry*, 32, 420-426.
- Vaillant, G. E. (1976). Natural history of male psychological health, V: The relation of choice of ego mechanisms of defense to adult adjustments. *Archives of General Psychiatry*, 33, 535-545.
- Vaillant, G. E., Bond, M., & Vaillant, C. O. (1986). An empirically validated hierarchy of defense mechanisms. *Achieves of General Psychiatry*, 43, 786-794.
- Wachtel, P. L. (1994). Cyclical processes in personality and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 51-54.
- Walter, R. C. (2007). Self focus, perfectionism, and memory for emotion in social anxiety. Unpublished master's thesis, The Catholic U America, USA.
- Watson, D. C. (2002). Predicting psychiatric symptomatology with the Defense Style Questionnaire-40. *International Journal of Stress Management*, 9, 275-287.
- Weisinger, H., & Lobsenz, N. (1981). *Nobody's perfect*. New York: Warner Books.
- Willick, S. (1995). The defense. In B. Moore & B. Fine (Eds.), *Psychoanalysis the major concepts*. New Haven and London: Yale University Press.
- 원 고 접 수 일 : 2011. 8. 30
수정원고접수일 : 2011. 10. 16
게 재 결 정 일 : 2011. 11. 24

Mediation Effect of Defense Styles on the Relation between Perfectionistic Self Presentation and Depression

Jung Hee Ha

Hanyang Cyber University

The current study examined the effects of perfectionistic self presentation on defense styles and the mediating role of defense styles on the relations between perfectionistic self presentation and depression. A total of 190 college students were recruited for this study. The results were as follows: 1) Three factors of perfectionistic self presentation(i.e., Perfectionistic Self Promotion(PSP), Nondisplay of Imperfection(NDP), & Nondisplay of Imperfection(NDC)) showed different effects on sub-factors of defense style. 2) NDP also showed a significant effect on depression. 3) Immature defense, conflict-avoidant defense, & self-inhibitory defense out of defense styles influenced depression significantly. In particular, immature defense explained the level of depression more than other defense styles. 4) Three factors of perfectionistic self presentation influenced sub-factors of defense style differently, and, in turn, those sub-factors of defense style showed effect on depression. Limitation of the current study and directions for future research and counseling practice are discussed.

Key words : perfectionistic self presentation, defense style, depression