

완벽주의와 학업소진간의 관계: 학업스트레스와 학업지연의 매개효과를 중심으로

이자영¹, 최혜라^{2*}

¹서울사이버대학교 군경상담학과, ²서울사이버대학교 상담심리학과

Relationship between perfectionism and academic burnout: Focus on the mediating effect of academic stress and academic procrastination

Jayoung Lee¹, Hyera Choi^{2*}

¹Department of Military and Police Counseling, Seoul Cyber University

²Department of Counseling Psychology, Seoul Cyber University

요약 본 연구의 목적은 사이버 대학교 재학생을 대상으로 사회부과적 완벽주의와 학업소진, 학업스트레스, 학업지연 간의 관계를 알아보고, 사회부과적 완벽주의와 학업소진의 관계에 대한 학업스트레스와 학업지연의 매개 역할에 대해 검증하는 것이다. 283명의 사이버대학 재학생으로부터 자료를 수집하였고, 이 자료에 대해 상관과 구조방정식 모형을 분석하였다. 그 결과 사회부과적 완벽주의는 학업스트레스 및 학업소진과 정적상관을 보였고, 학업스트레스는 학업지연 및, 학업소진과 정적상관을 나타냈다. 또한 학업지연과 학업소진간의 상관도 유의미하였다. 구조모형 분석결과 사회부과적 완벽주의는 학업스트레스를 통해 학업소진을 증가시키거나 학업스트레스를 통해 학업지연을 증가시킴으로써 학업소진을 야기하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 사회적 완벽주의 경향이 높은 사람들이 학업소진이 되지 않기 위해 무엇보다 학업스트레스의 수준을 낮추고, 학업지연을 하지 않게 하는 것이 중요하다는 것을 시사한다.

Abstract This study analyzed the relationship of socially prescribed perfectionism, academic burnout, academic stress, and academic procrastination. In addition, this study examined whether academic stress/procrastination has a mediating effect on the relationship between socially prescribed perfectionism and academic burnout. Data was collected from 283 cyber university students and analyzed using the correlation and structural equation model. The results showed that, socially prescribed perfectionism was positively correlated with academic stress and burnout, academic stress was correlated with academic procrastination and burnout, and academic procrastination was also correlated with academic burnout. Using the result of structural equation model analysis, socially prescribed perfectionism was found to enhance academic burnout through academic stress, or increase academic procrastination through academic stress, then resulted in academic burnout. This result suggested that to prevent academic burnout in a socially prescribed perfectionist, it is essential to lower their level of academic stress and prevent them from procrastination.

Key Words : academic burnout, academic procrastination, academic stress, socially prescribed perfectionism.

1. 서론

유엔은 2020년이 되면 인간의 평균 수명이 80세가 넘

는 국가가 31개국에 이를 것이라고 주장하면서 인생 100세(homo hundred) 시대를 정의하였다. 우리나라 역시 2013년을 기준으로 65세 이상 노인인구가 12.2%로 100세

*Corresponding Author : Hyera Choi(Seoul Cyber Univ.)

Tel: +82-2-944-5034 email: chera@iscu.ac.kr

Received September 29, 2014

Revised (1st October 28, 2014, 2nd November 5, 2014)

Accepted November 6, 2014

시대를 준비해야 한다는 의견이 지배적이다[1]. 100세 시대를 성공적으로 준비하기 위한 주요 방안의 하나는 평생교육이라 할 수 있다. 평생교육은 과거 초, 중, 고등학교를 거쳐 대학교를 졸업하는 것을 교육의 완성으로 본 것과 달리, 성인 및 노년에 이르기까지 교육과 배움이 지속된다는 것으로, 100세 시대의 도래를 감안한다면 그 중요성도 더욱 강조되어야 한다. 평생교육에 있어서 커다란 축을 담당하고 있는 것이 사이버대학이라 할 수 있다. 사이버대학은 상대적으로 낮은 등록금, 시간과 공간 활용의 편리성 등의 장점, 그리고 자기개발과 같은 재교육에 대한 관심 증가, 정년 이후의 삶을 계획하는 것에 대한 요구 증가 등의 변화와 맞물려 급속히 발전하였다[2]. 즉, 사이버대학은 2001년 원격 대학으로 출범해 2007년 고등교육법 개정으로 정규 학위수여기관이 된 이후, 학생 수가 급격하게 증가하였고 2013년을 기준으로 4년제 사이버대학생의 수가 100,000명 이상에 이르고 있다. 그러나 이렇게 학생 수가 급증하는 이면에는 높은 중도탈락률이라는 문제점이 있다. 2013년 사이버대학생의 중도탈락률은 약 16%에 이르며, 이러한 경향은 수년간 지속되고 있다[3].

이처럼 많은 사이버대학생들이 중도 탈락하는 원인으로는 교수 또는 동료와의 상호작용 부족, 지속적인 몰입에 대한 어려움, 시간관리 능력 부족, 학습에 대한 동기 및 자신감의 부족, 사이버대학의 사회적 인지도에 대한 불안감 등이 지적되었다[2,4]. 특히 일과 학업의 병행, 면대면의 교류가 결여되고 직접적인 소통이 어려운 학습 환경 등은 사이버대학생들로 하여금 학업에 대한 요구를 과도하게 지각하게 하고, 이는 단순히 학업능력이나 성과를 저해하는 것에 그치는 것이 아니라, 학업소진과 같은 심리적 문제를 경험하게 할 가능성도 있다. 학업소진이란 지속적인 학업에 대한 스트레스나 과도한 학업적 요구로 인해 나타나는, 학업에 대해 지치고, 무능력감을 느끼는 것과 관련된 심리적 징후를 의미한다[5]. 원래 소진이라는 개념은 교사, 상담자, 간호사 등과 같이 사람을 대상으로 서비스 하는 전문가들이 과도한 업무 요구, 적절하지 못한 보상 등에 의해 신체적, 정서적, 정신적 고갈 상태에 이르는 것을 의미하였다[6]. 그러나 최근 들어 학생 역시 정기적인 출석이 요구되고, 구조화된 과제를 수행해야 하며, 시험 등을 통해 평가를 받아야하기 때문에, 학업도 일종의 직무로 간주할 수 있고, 학업소진을 경험할 수 있다는 주장이 있어왔다[5,7].

실제로 학업소진은 중고등학생 뿐만 아니라 초등학생이나 사이버대학생에게서도 중요한 문제 중 하나로 보고되고 있다. 전해진과 김영갑[8]이 서비스업에 종사하는 사이버대학생들을 대상으로 학업소진과 학업성취도 및 학업지속의향에 미치는 영향에 대해 연구한 결과, 학업소진 중 학업에 대한 무능력감과 냉담함이 학업성취도 및 학업지속의향에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 김혜숙[9]의 연구와 김영갑과 전해진[10]의 연구에서도 학업소진은 학교생활에 대한 불만족 및 학업을 지속하고 싶지 않다는 의향과 높은 관계가 있는 것으로 보고되었다. 그 외에 외국의 대학생들을 대상으로 한 연구들에서도 학업소진이 우울과 같은 심리적 부적응 문제뿐만 아니라 잦은 결석과 학업중단을 야기하는 주요 요인으로 보고되었다[11,12]. 위와 같은 국내외 연구들을 종합해 보았을 때, 사이버대학생들의 학업소진이 학업지속 여부나 우울과 같은 심리적 문제에 중요한 영향을 미치며, 따라서 사이버대학생들의 학업소진이 심각해지는 것을 예방하기 위해 학업소진이 야기되는 과정에 대한 연구를 진행할 필요가 있는 것으로 판단되었다.

학업소진을 일으키는 개인적 특성 요인 중 주요 요인으로 완벽주의를 들 수 있다. 완벽주의란 주어진 상황이 요구하는 수준보다 더 높은 수준을 자신 또는 타인에게 요구하는 것을 의미한다[13]. 이렇게 과도한 수준의 것을 요구 또는 기대하는 특성으로 인해 완벽주의는 학업소진과 높은 관련이 있는 것으로 알려져 있다. 구체적으로 이현아와 조한익[14]은 고등학생 439명을 대상으로 연구한 결과, 완벽주의는 학업목표과정이라는 것을 통해 학업소진을 예측한다고 하였으며, 특히 부정적 완벽주의는 그 자체로도 학업소진을 예측한다고 보고하였다. 다른 연구들에서도 완벽주의가 높을수록 실수를 염려하고, 부모의 비난에 대해 걱정하며, 평가에 대해 염려하는 특징이 나타나고 이로 인해 학업소진이 야기된다는 결과가 나타나서[15,16] 완벽주의는 직, 간접적으로 학업소진을 예측하는 요인이라 볼 수 있다.

한편 완벽주의에 대한 연구 초기에는 완벽주의라는 성향이 단일 차원으로 간주되었으나 1990년대 초부터 몇몇 연구자들에 의해 다차원적인 특성이라는 주장이 대두되었다[17-19]. 이에 근거하여 Hewitt와 Flett[18]은 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale, HMPS)를 개발하였으며, 이 척도의 하위요인은 자기지향적 완벽주의(Self-oriented perfectionism), 타인

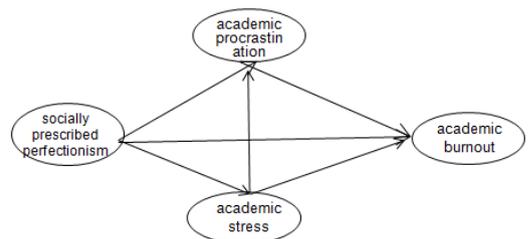
지향적 완벽주의(Other-oriented perfectionism) 그리고 사회부과적 완벽주의(Socially prescribed perfectionism)로 구분되었다. 그 중 사회부과적 완벽주의는 타인이 자기 자신에게 완벽할 것을 기대한다고 믿는 경향으로 타인에게 부정적인 평가받는 것을 두려워하고 인정받고 싶어 하는 특성을 이룬다. 이러한 특성으로 인해 사회부과적 완벽주의는 완벽주의의 세 하위 요인 중 가장 부적응적이고 병리적인 측면이라 알려졌으며, 스트레스, 우울, 불안 등 과도 유의미한 관련이 있는 것으로 보고되고 있다[20,21]. 이현아와 조한익[14]의 연구에서 긍정적 완벽주의와 부정적 완벽주의가 학업소진에 다른 경로를 통해 영향을 미쳤다는 결과를 고려하면, 완벽주의는 하위요인에 따라 학업소진에 차별적인 영향을 줄 것으로 예상되며, 특히 사회부과적 완벽주의는 가장 큰 영향을 줄 가능성이 있다. 따라서 본 연구에서는 완벽주의 중, 사회부과적 완벽주의에 초점을 맞춰, 완벽주의가 학업소진에 미치는 영향을 알아볼 것이다.

또한, 본 연구에서는 사회부과적 완벽주의와 학업소진 간의 관계를 매개하는 변인으로 학업스트레스와 학업지연을 선정하였다. 학업스트레스는 학업소진과 관련된 대부분의 연구에서 일관되게 학업소진의 주된 원인으로 보고되었으며[15, 22], 학업스트레스와 맥락을 같이 하는 직무스트레스나 일상생활스트레스는 사회부과적 완벽주의와 유의미한 관계가 있다고 보고되었다[23]. 따라서 학업스트레스는 사회부과적 완벽주의와 학업소진 간의 관계를 매개할 것으로 예상된다. 한편, 학업지연은 학업을 수행할 때 시간을 적절하게 계획 또는 관리하지 못함으로써 결과적으로 학업을 제대로 수행하지 못하는 것으로 학생들은 그 과정에서 과도한 불안과 스트레스를 경험한다[24]. 학업지연과 사회부과적 완벽주의의 관련성에 대해서도 다양한 연구들이 수행되었다. 추상엽과 임성문[25]에 따르면 사회부과적 완벽주의는 학업지연과 유의미한 정적 상관관계를 보였으며, 수행회피목표는 사회부과적 완벽주의와 학업지연 간의 관계를 완전 매개하는 것으로 나타났다. 박보람과 양남미[26]의 연구에서도 사회부과적 완벽주의가 학업지연에 미치는 영향에 성취목표와 자기구실 만들기가 완전 매개 역할을 하는 것으로 나타났다. 또한 학업지연과 학업소진 간의 관계에 대해 아직까지는 직접적인 보고나 연구가 이뤄지지 않았으나, 학업지연이 낮은 학업 성취, 학업 중단 등을 초래하여 학업을 방해할 뿐만 아니라, 좌절이나 불안, 우울과 같은 심

리적 문제도 증가시킨다는 점을 고려한다면[27,28], 학업소진에도 영향을 미칠 가능성이 있다.

이상의 여러 연구들과 논점 들을 검토한 결과, 사이버대학생을 포함한 학생집단에 있어서 학업소진을 예방할 수 있는 방안을 찾는 것이 중요하다 생각되었으며, 가장 부적응적인 측면이 있는 사회부과적 완벽주의가 학업소진과 관련하여 특히 주요한 역할을 할 것이라 예상하였다. 또한 사회부과적 완벽주의와 학업소진 간의 관계에 있어서 학업스트레스 및 학업지연과 같은 부적인 학업변인이 일정한 역할을 담당할 것이라 예상하였다. 따라서 본 연구에서는 사회부과적 완벽주의와 학업소진간의 관계를 심층적으로 이해하기 위해 학업스트레스와 학업지연이라는 매개변인을 추가하여 구조적 관계를 살펴보고자 하였다. 현재까지 완벽주의와 학업소진 간의 관계에 대한 연구 들은 보고되었으나 사회부과적 완벽주의를 세분한 연구는 미비한 것으로 판단되는 바, 학업소진이라는 개념을 이해하는 데 중요한 시사점을 제공할 것으로 보인다. 또한 사회부과적 완벽주의 및 학업소진과 관련이 높은 학업스트레스와 학업지연이라는 두 매개변인을 추가함으로써 사회부과적 완벽주의가 높은 사람들에게서 학업소진이 발생하는 과정을 보다 심층적으로 이해하고자 하였다. 이러한 연구를 수행하기 위한 연구 모형은 Fig. 1과 같으며, 연구 가설은 다음과 같다.

- 가설 1. 사회부과적 완벽주의, 학업스트레스, 학업지연, 학업소진은 서로 간에 유의미한 관련이 있을 것이다.
- 가설 2. 사회부과적 완벽주의에서 학업스트레스, 학업지연 그리고 학업소진으로 가는 경로는 유의미할 것이다.
- 가설 3. 사회부과적 완벽주의에서 학업스트레스와 학업지연을 거쳐 학업소진으로 가는 간접경로는 유의미할 것이다.



[Fig. 1] The research model on the relationship among socially prescribed perfectionism, academic stress, academic procrastination, and academic burnout

2. 연구방법

2.1 연구대상

서울에 있는 A 사이버대학 재학생 286명이 설문에 참여하였고 이중 불성실한 답변을 한 3명을 제외하여 최종 283명을 분석 대상으로 했다.

2.2 측정도구

2.2.1 사회부과적 완벽주의 척도

Hewitt와 Flett[18]이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Multi-dimensional Perfectionism Scale, MPS)를 한기연[29]이 번안하고 전명임[30]이 수정 보완하였으며, 본 연구에서는 이 중 하위 척도인 사회부과적 완벽주의 척도를 발췌하여 사용하였다. Likert식 5점 척도 문항으로 구성되어 있고 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)으로 채점되며 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높은 것이다. 다차원적 완벽주의 척도 총 45문항 중, 사회부과적 완벽주의 해당 문항수는 15문항이며 Hewitt와 Flett[18]이 보고한 신뢰도와, 본 연구에서 측정된 신뢰도는 각각 .87과 .79이다.

2.2.2 학업스트레스 척도

학업스트레스를 측정하기 위하여 박성희[31]가 구성하고, 김재엽 등[32]이 수정, 보완한 척도를 사용하였다. 총 10문항의 척도로 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)으로 채점되는 Likert식 척도이다. 본 연구에서 보고된 신뢰도는 .88이다.

2.2.3 학업지연 척도

학업지연의 측정을 위해서 Aitken[33]의 학업지연척도(Procrastination Inventory)를 한국 대학생에 맞게 번역한 한국판[34]을 사용하였다. 총 19문항으로 구성되어 있고 1점부터 5점에 이르는 Likert식 척도이며, 본 연구에서 보고된 신뢰도는 .88이다.

2.2.4 학업소진 척도

학업소진의 정도를 측정하기 위해서는 Schaufeli 등[5]이 개발한 학업소진척도(Maslach Burnout Inventory-Student Survey, MBI-SS)를 한국 학생에 맞게 번역한 한국판[35]을 사용하였다. 전체 척도는 탈진, 냉소, 학업 효능감의 3가지 하위요인으로 구성되어 있

며, 각각의 요인이 5문항, 4문항, 6문항을 포함하여 총 15문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서 보고된 신뢰도는 .88이다.

2.3 자료분석

본 연구의 자료 분석을 위해 PASW/SPSS 17.0와 Amos 7.0이 사용되었다. 각 변인들 간의 관계를 살펴보기 위해 단순상관분석을 실시하였으며, 본 연구에서 가정한 연구 모형을 검증하기 위해 구조방정식을 실시하였다. 모형 검증을 할 때 X^2/df 가 3이하이면 좋은 모형으로 간주되나, X^2/df 의 경우 표집의 크기나 측정변인의 수에 민감한 경우가 있어 다른 적합도 지수들(CFI, TLI, RMSEA)이 함께 사용되었다[36]. 공분석구조분석의 계수 추정방법으로는 최대우도법(Maximum Likelihood Method)을 사용하였다. 연구 모형의 CFI, TLI 지수가 .90 이상이면 모형의 적합도가 양호한 것이며, RMSEA는 값이 .08이하이면 양호한 적합도 지수로 볼 수 있다[37]. 이에 근거하여 연구 모형을 검증하였다.

3. 연구결과

3.1 변인들 간의 상관관계

본 연구에서는 사회부과적 완벽주의, 학업스트레스, 학업지연 그리고 학업소진간의 상관관계를 알아보았다. 그 결과 Table 1에 나타난 것처럼 사회부과적 완벽주의는 학업스트레스와 학업소진 간에 통계적으로 유의미한 상관관계를 나타냈다($r=.33, p<.01$; $r=.22, p<.01$). 그러나 사회부과적 완벽주의는 학업지연과는 통계적으로 유의미한 상관을 나타내지 않았다($r=.10, n.s.$). 또한 학업스트레스는 학업지연과 학업소진과 통계적으로 유의미한 정적 상관관계를 나타냈으며($r=.14, p<.05$; $r=.52, p<.01$), 학업지연 역시 학업소진과 통계적으로 유의미한 정적 상관관계를 나타냈다($r=.35, p<.01$). 즉 사회부과적 완벽주의가 높을수록 학업스트레스와 학업소진은 증가하는 것으로 나타났으며, 학업스트레스가 높을수록 학업지연과 학업소진 역시 증가하는 것으로 나타났다. 그리고 학업지연이 높아질수록 학업소진이 증가하는 것으로 나타났다.

[Table 1] Correlations among socially prescribed perfectionism, academic stress, academic procrastination, and academic burnout

Variables	1	2	3	4
1	-			
2	.33**	-		
3	.10	.14*	-	
4	.22**	.52**	.35**	-

1.socially prescribed perfectionism, 2.academic stress, 3.academic procrastination, 4.academic burnout
* $p < .05$, ** $p < .01$

3.2 측정 모형 분석 결과

본 연구에서는 측정된 변인들의 타당성을 검증하기 위해 측정모형 검증을 실시하였다. 본 연구에서 사용된 총 4개(사회부과적 완벽주의, 학업스트레스, 학업지연, 학업소진)의 변인 중 사회부과적완벽주의, 학업스트레스, 학업지연 변인은 하위요인이 부재하기 때문에, 탐색적 요인분석을 통해 3-4개의 관측변수를 도출하여 검증하였다. 측정모형을 검증하는 방법에는 다양한 방법이 있으나 이학식과 임지훈[38]에 따르면 연구에서 사용되는 측정 변수가 많지 않고, 문항을 제거하기를 바라지 않는 경우에는 전체 측정 모형에 대한 확인적 요인분석을 하는 것이 바람직하다고 하였다. 따라서 본 연구에서는 전체 측정 모형에 대한 확인적 요인분석을 통해 측정 변인들의 타당성을 검증하였다.

타당성 검증 결과 $X^2(N=352, df=59)$ 은 $200.50(p<.001)$ 로 통계적으로 적합하지 않은 것으로 나타났다. 그러나 X^2 은 표본의 크기에 민감하기 때문에 다른 적합도 지수인 CFI, TLI, RMSEA를 확인하였다[39]. 그 결과, CFI는 .923, TLI는 .900으로 나타났으며, RMSEA는 .079로 나타났다. 이와 같은 결과는 좋은 적합도 기준인 CFI, TLI .90 이상 그리고 RMSEA .08이하에 충족되는 것으로 본 연구의 측정된 변인들은 타당한 것으로 확인되었으며, 이에 구조모형을 검증하였다[37].

3.3 구조 모형 검증

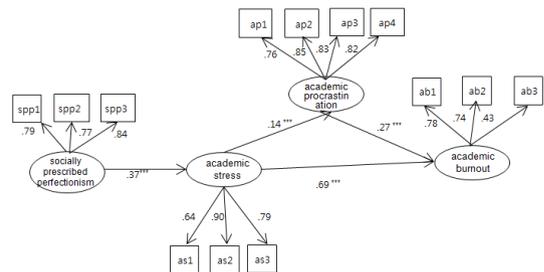
사회부과적 완벽주의와 학업소진간의 관계에서 학업스트레스와 학업지연 간의 역할을 살펴보았다. 그 결과 Table 2에서 보는 것과 같이 사회부과적 완벽주의와 학업소진 간의 관계에서 학업스트레스와 학업소진이 직접 매개와 간접매개를 한다는 본 연구의 가설은 지지되지

않은 것으로 나타났다. 즉 $X^2(N=283, df=59)$ 은 $200.49(p<.001)$ 로 나타났으며, CFI와 TLI 그리고 RMSEA는 각각 .923, .898 그리고 .092 로 나타났다. CFI에서는 .90 이상으로 좋은 적합도를 보였으나 X^2/df 뿐만 아니라 TLI와 RMSEA는 .90 이상 또는 .08 이하라는 좋은 모형의 기준에 미치지 못하는 것으로 나타났다. 또한 사회부과적 완벽주의와 학업지연 그리고 사회부과적 완벽주의와 학업소진으로 가는 경로계수는 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타났다($\beta=.05, n.s.$; $\beta=.01, n.s.$). 즉 사회부과적 완벽주의에서 학업지연으로 가는 직접 경로와 사회부과적 완벽주의에서 학업소진으로 가는 직접 경로는 통계적으로 유의미하지 않았다. 따라서 연구 모형에서 통계적으로 유의미하지 않은 경로를 삭제하였다.

[Table 2] Goodness-of-Fit Indices for Models

Model	X^2	df	CFI	TLI	RMSEA
Hypothesized Model	200.49	59	.923	.898	.092
Modification (final) Model	200.88	61	.924	.903	.078

통계적으로 유의미하지 않은 경로를 제거한 수정된 모형은 Fig. 2와 같다. 수정된 모형은 $X^2(N=283, df=61)$ 이 $200.49(p<.001)$ 이었으며, CFI와 TLI는 각각 .924, .903이었다. 또한, RMSEA는 .078로 표집의 크기에 민감한 X^2/df 을 제외하고는 모두 타당한 모형의 기준에 충족하였다. 이 같은 결과는 수정 전 모형(연구 모형)에 비해 간명한 모형으로 나타났으며, Table 3에서 보는 것과 같



[Fig. 2] The adjusted model on relationship among socially prescribed perfectionism, academic stress, academic procrastination, and academic burnout

이 변인들 간의 경로계수 또한 모두 통계적으로 유의미하였다. 즉 사회부과적 완벽주의에서 학업스트레스로 가는 경로와 학업소진으로 가는 경로($\beta=.37, p<.001$), 학업스트레스에서 학업지연과 학업소진으로 가는 경로 ($\beta=.14, p<.05$; $\beta=.27, p<.001$) 그리고 학업지연에서 학업소진으로 가는 경로 ($\beta=.69, p<.001$)가 통계적으로 유의미하였다.

[Table 3] Verification of significance of the estimates for the adjusted model

Path	Unstandardized Coefficient	Standardized Coefficient	S.E.	C.R.
socially prescribed perfectionism →academic stress	.33***	.37	.06	5.36
academic stress →academic procrastination	.17*	.14	.08	2.10
academic stress →academic burnout	1.635***	.27	.37	4.44
academic procrastination→ academic burnout	5.162***	.69	.54	9.60

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

수정된 모형의 총효과, 직접효과, 간접효과를 알아보기 위하여 부트스트래핑(Bootstrapping) 방법을 사용하였으며, 그 결과는 Table 4에 제시하였다. Table 4에서 제시된 것과 같이 수정된 연구 모형의 직접, 간접경로는 통계적으로 유의미한 것 나타났다.

[Table 4] Indirect effects of academic stress and academic procrastination on relationship between socially prescribed perfectionism and academic burnout

Independent Variables	Dependent Variables	Direct Effects	Indirect Effects	Total Effects
	academic stress	.37**		.37**
socially prescribed perfectionism	academic procrastination		.05*	.05*
	academic burnout		.27***	.27***
academic stress	academic procrastination	.14*		.14***
	academic burnout	.69**	.04**	.73**
academic procrastination	academic burnout	.27**		.27**

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

4. 논의 및 결론

본 연구에서는 사이버 대학생들의 학업 수행에 있어서 학업 소진이 중요한 부적 요인으로 작용함을 인식하고, 특히 사회부과적 완벽주의가 학업 소진에 미치는 영향을 알아보고자 하였다. 아울러 사회부과적 완벽주의 및 학업소진과 밀접한 관련이 있는 것으로 보고되어 온 학업스트레스와 학업지연 변인을 도입하여 사회부과적 완벽주의와 학업 소진간의 관계에서 이들 변인이 매개역할을 하는가를 확인 하고자 하였다.

상관분석 결과 사회부와 완벽주의와 학업스트레스, 그리고 학업소진 간에 유의미한 상관이 나타났고, 학업스트레스는 학업 지연 및 학업 소진과 유의미한 상관을 보였으며 학업지연과 학업소진 간의 상관 역시 유의미하였다. 즉 사회부와 완벽주의가 높을수록 학업지연과 학업소진이 심화되고, 학업스트레스가 높을수록 학업지연과 학업소진이 심해지며, 학업지연이 심할수록 학업소진도 역시 높아지는 것으로 나타난 것이다. 다차원으로 구분한 완벽주의 중에서, 특히 타인의 기대 및 부정적 평가에 대해 두려워하는 특성과 관련된 사회부과적 완벽주의가 높을수록 학업의 지연이나 학업으로 인한 소진 등이 발생할 가능성이 높아지는 것이다. 또한 학업 스트레스 및, 학업 지연, 학업 소진 등의 학업과 관련된 부적응적 경험 및 결과들 간의 관계도 밀접한 것으로 나타났다. 이는 기존 연구들이[25,26] 사회부과적 완벽주의와 학업지연 관계만을 초점을 둔 것에서 더 나아가 학업스트레스와 학업소진과의 관계까지 그 대상을 확장했다는 점에서 그 의의가 있다.

이러한 상관관계의 확인을 바탕으로 사회부과적 완벽주의와 학업소진의 관계에 대해 학업스트레스와 학업소진 변인이 매개하는 역할을 하는지를 모형 검증해보았다. 분석결과를 요약하면 첫째, 사회부과적 완벽주의에서 학업소진으로의 직접경로는 통계적으로 유의미하지 않았다. 즉 사회부과적 완벽주의는 학업스트레스를 통해 또는 학업스트레스를 기반으로 한 학업지연을 통해 학업소진에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 사회부과적 완벽주의, 즉 타인의 기대나 평가에 맞추어 완벽을 추구하는 성향만으로 학업소진이 초래된다고보다는 사회부과적 완벽주의가 높은 성향이 학업스트레스나 학업지연을 초래할 때 학업소진으로 이어진다는 것을 의미한다. 따라서 사회부과적 완벽주의 그 자체를 문제시하기 보다

는 사회부과적 완벽주의 성향이 많은 사람들이 학업스트레스나 학업지연을 줄일 수 있도록 예방할 필요가 있는 것으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 선행연구들의 결과와 일관되게 주관적으로 경험하는 학업스트레스의 조절 및 완충을 위한 노력이 학업으로 인해 경험할 수 있는 부적응적인 행동(학업지연)이나 정서반응(학업소진)을 방지하는 데 중요할 것임을 시사하는 것이다[22,40]. 둘째, 학업지연에서 학업소진으로의 직접경로 역시 유의미하였다. 학습활동의 강도나 양 이외에 학습활동을 회피하는 행동이나 정해진 기한을 벗어나는 것에 의해 학업소진을 경험할 가능성이 있는 것이다.

종합해보면, 다차원의 완벽주의 중에서도 특히, 타인의 기대나 평가에 맞추고자하는 사회부과적 완벽주의 성향이 있는 사람이 학업스트레스를 통해 학업소진을 경험하거나 학업스트레스를 통해 학업지연이 심화되는 방식으로 학업소진을 경험하게 하는 것으로 나타났다. 또한, 학업 스트레스는 학업지연이나 학업소진을 초래할 수 있고, 학업지연행동 역시 학업소진을 불러올 수 있는 것으로 나타났다. 완벽하게 수행하려 노력하는 성향인 완벽주의는, 그 본래의 의도에는 역설적이게도 학업스트레스나 학업지연을 악화시키고 학업소진에까지 이르게 하는 것이며, 그 중에서도 특히 완벽의 기준을 타인에게 두는 사회부과적 완벽주의가 학업을 저해하는 요인으로 작용할 수 있다는 것이다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 우선 본 연구에서는 다차원적 요인으로서의 완벽주의 중에서 학업에 가장 부정적인 영향을 주는 것으로 밝혀진 사회부과적 완벽주의에 초점을 맞춰 연구를 수행하였다. 사회부과적 완벽주의 외에 자기지향적 완벽주의와 타인지향적 완벽주의를 포함시켜, 비교분석하는 것도 각 차원의 완벽주의가 학업에 미칠 수 있는 영향을 알아보는 데 있어서 의미가 있을 것으로 생각된다. 또한 완벽주의, 학업스트레스, 학업지연 등이 학업소진을 초래하여 학업에 부정적인 영향을 끼칠 수 있음을 확인하기는 하였으나, 이들은 모두 학습자의 주관적 경험이나 보고에 한정되므로, 실제 성취도나 평가 점수 등의 평가치를 도입하여 객관적인 학업 성취수준을 종속변인으로 평가하는 것도 의미가 있을 것으로 생각된다.

References

- [1] "The well-being 100 years old by Myeong Yoon, Park" ASIA N Available from: From: <http://kor.theasian.asia/archives/114534>,(accessed Aug., 22, 2014)
- [2] K. Bang. "Married women's Experiences Majoring in Counseling Psychology at Cyber Universities", The Journal of Korean Education, VOL, 40, No. 3, pp. 1-26, 2013.
- [3] Korean Educational Development Institute, 2013 Education Statistical Year book, 2013.
- [4] Y. Levy, "Comparing dropouts and persistence in e-learning courses", Computers and Education, Vol. 48, No. 2, pp. 185-204, 2007.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.compedu.2004.12.004>
- [5] W. B. Schaufeli, I. M. Martez, A. Marques-Pinto, M. Salanova, & A. B. Bakker, "Burnout and engagement in university students: A cross-national study", Journal of Cross-Cultural Psychology, Vol.33, pp. 464-481, 2002.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- [6] T. M. Skovholt . The resilient practitioner. Boston, MA: Allyn & Bacon. 2001.
- [7] M. A. Kim, S. M., Lee, H. J. Shin, Y. M. Park, & J. Y. Lee, "The relationship between academic demand and academic burnout: the role of control". The Korean Journal of School Psychology, Vol.7, No.1, pp. 91-106. 2010.
- [8] H-J. Chun & Y-G. Kim, "The effects of academic burnout on academic achievement and learning persistence among students in cyber university, ", Tourism and leisure research, Vol.23, No.8, pp 475-491, 2011.
- [9] H-S. Kim. "Structural model to explain student's satisfaction and academic achievement - Analysis on relationship between the physical/process environment in school, burnout experience and self-regulation", Korean journal of youth studies, Vol.12, No.4, pp. 105-121, 2005.
- [10] Y-G. Kim, & H-J. Chun. "The impact of academic burnout and environmental characteristics of department on academic satisfaction and learning persistence among hospitality and tourism management students in cyber university", Journal of Foodservice Management Society of Korea, Vol. 15, No. 2, pp. 77-95, 2012.
- [11] S. T. Meier, & R. R. Schmeck, "The burnout college student: A descriptive profil,," Journal of College Student Personnel, Vol.26 pp. 63-69, 1985.
- [12] L. Ramist, "College student attrition and retention".

- Findings(ETS) Vol.6 pp. 1-4, 1981.
- [13] S. J. Jeong, "Study of the Development of Cognitive-Behavioral Group Counseling Program for Reducing the Perfectionism", Doctoral dissertation, Yonsei University, 1999.
- [14] H-A. Lee, & H-I. Jo. "The relation among perfectionism academic engagement and academic burnout: the mediating effects of motives and goal processes", *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol. 25, No. 3, pp. 575-601, 2013.
- [15] H-I. Jo, & H-A. Lee. "The mediating effects of achievement goals on the relationship among perfectionism, academic burnout and academic engagement", *Korean journal of youth studies*, Vol.17, No.12, pp. 131-154, 2010.
- [16] Y. Zhang, Y. Gan, & H. Chan, "Perfectionism, academic burnout and engagement among Chinese college students: A structural equation modeling analysis," *Personality and Individual Differences*, Vol.43, pp. 1529-1940, 2007.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2007.04.010>
- [17] D. M. Dunkley, & D. C. Zuroff, & K. R. Blakstein, "Specific perfectionism components versus self-criticism in predicting maladjustment", *Personality and Individual Differences*, Vol.40, No.4, pp. 665-676, 2006.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2005.08.008>
- [18] P. L. Hewitt, & G. L. Flett, "Perfectionism in the self and social context: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology" *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 60, pp 456-470, 1991.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- [19] K. G. Rice, & J. S. Ashby, "An efficient method for classifying perfectionists". *Journal of Counseling Psychology*, Vol.54, No.1, pp. 72-85, pp.2007.
- [20] P. J. Dean, & I. M. Range, & W. C. Goggin, "The Escape Theory of Suicide in College Students: Testing a Model that Includes Perfectionism". *Suicide and Life-Threatening Behavior*, Vol. 26, No.2, pp.181-186, 1996.
- [21] R. O. Frost, & P. A. Marten, & C. Lahart, & R. Rosenblate, "The dimensions of perfectionism". *Cognitive Therapy and Research*, Vol.14, No.5, pp. 449-468, 1990.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/BF01172967>
- [22] M. I. J, & H-K. Lee, "The relations between multidimensional perfectionism, depression, and subjective well-being: the mediating effects of social connectedness", *Journal of Human Understanding and Counseling*, Vol.32, No.1, pp. 67-83, 2011.
- [23] S. M. Lee, M. A. Kim, H. J. Shin, Y. M. Park, & J. Y. Lee, "The relationship between academic demand and academic burnout: the role of control". *The Korean Journal of School Psychology*, Vol.7, No.1, pp. 91-106, 2010.
- [24] S. M. Lee, & N. M., Yang, "The effect of academic procrastination-focusing on stress and academic self-efficacy as a mediator", *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol.23, No.3, pp. 717-738, 2011.
- [25] C. Senecal, R. Koestner, & R. Vallerand, "Self-regulated and academic procrastination". *The Journal of Social Psychology*, Vol.135, pp. 607-619, 1995.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/00224545.1995.9712234>
- [26] S. Y. Choo, & S. M. Lim, "The relationship between socially prescribed perfectionism and academic procrastination: The mediating effect of performance-avoidance goal and the moderating effects of cognitive strategies and meta-cognitive strategies". *Korean Journal of Youth Studies*, Vol.6, No.1, pp. 467-490, 2009.
- [27] B. R. Park, & N. M. Yang, "The relationship between socially prescribed perfectionism and academic procrastination of university students: the mediating effect of performance-avoidance achievement goal orientation and self-handicapping strategy", *Korean Journal of Psychology: General*, Vol. 31, No. 2, pp. 541-561, 2012.
- [28] J. B. Burka, & L. M. Yeun, *Procrastination: Why you do it, what to do about it*. Addison-Wesley, 1983.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/01587919.2012.723165>
- [29] K. B. Klingsieck, S. Fries, C. Horz, & M. Hofer, "Procrastination in a distance university setting". *Distance Education*, Vol.33, No.3, pp. 295-310, 2012.
- [30] G. Y. Han, "Multi-dimensional Perfectionism: the relationship among concept, measurement, and maladjustment" Doctoral dissertation, Korea University, 1993.
- [31] M. Y. Jeon, "The mediating effects of social connectedness on the relationships between multidimensional perfectionism and depression, subjective well-being", Master's thesis, Catholic University of Korea , 2009.
- [32] S. H. Park, "Study on the differences of children's mental health by academic stress level and stress coping styles", Master's thesis, Seoul National

University of Education, 2009.

- [32] J. Y. Kim, & K. Y. Lee, "A study on the influence of school violence on the adolescent's suicidal ideation", Korean Journal of Youth Studies, Vol.17, No.5, pp. 121-149, 2010.
- [33] M. E. Aitken, "A personality profile of the college students procrastinator" Doctoral dissertation. University of Pittsburgh, 1982.
- [34] J. W. Park, "The effect of self-threat of task and perfectionism on procrastination behavior", Master's thesis, Korea University, 1998.
- [35] J. Lee, A. Puig, Y. Kim, H. Shin,, & S. M. Lee, "Academic burnout profiles in Korean adolescents. Stress and Health, Vol.26, No.5, pp.404-416, 2010.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1002/smi.1312>
- [36] R. P. Bagozzi, & Y. Yi, "On the Evaluation of Structural Equation Models", Journal of the Academy of Marketing Science, Vol.16, pp. 74-94, 1998.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/BF02723327>
- [37] P. M. Bentler, "On the fit of models to covariance". Psychological Bulletin, Vol.88, pp. 588-606, 1992.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.88.3.588>
- [38] H. S. Lee, & J. H. Lim, Structural Equation Modeling and Amos 6.0. Seoul: BeobMunSA, 2007.
- [39] F. F. Chen, "Sensitivity of goodness of fit indices to lack of measurement invariance". Structural Equation Modeling, Vol.14, pp. 464-504, 2007.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/10705510701301834>
- [40] H-J. Shin, & K. Yu, "Connectedness as a Mediator of the Relationship between Academic Stress and Academic Burnout", The Korean Journal of Youth Studies, Vol.21, No.1, pp. 367-393, 2014.

최혜라(Hyera Choi)

[정회원]



- 2009년 2월 : 서울대학교 사회과학대학원 심리학과 박사수료 (임상 및 상담심리학)
- 2011년 1월 ~ 현재 : 서울사이버대학교 상담심리학과 교수

<관심분야>

상담심리, 교육, 임상심리

이자영(Jayoung Lee)

[정회원]



- 2010년 8월 : 고려대학교 교육학과 (교육학박사)
- 2011년 1월 ~ 현재 : 서울사이버대학교 군경상담학과 교수

<관심분야>

군경상담, 청소년상담, 성인교육