

## 완벽주의 유형 분류와 예측 요인 탐색: 잠재프로파일 분석과 머신러닝을 활용하여

최 윤 호

가톨릭대학교 심리학과  
박사수료

신 용 섭

University of Colorado Boulder  
Department of Computer Science  
박사과정

정 남 윤<sup>†</sup>

가톨릭대학교 심리학과  
교수

본 연구에서는 완벽주의 유형이 분류되는 양상을 규명하고, 유형 간 심리적 특성 차이를 확인하며, 각 유형을 예측하는 요인을 부모요인, 개인요인, 환경요인의 관점에서 통합적으로 탐색하였다. 이를 위해 성인 385명을 대상으로 완벽 성향, 부모 양육 행동, 기질, 지각된 능력주의, 행복, 열등감 척도를 실시하고, 잠재프로파일 분석과 머신러닝 분석을 수행하였다. 분석 결과, 완벽주의 유형은 적응적 완벽주의, 부적응적 완벽주의, 비완벽주의, 완벽압력 유형으로 구분되었다. 심리적 특성 비교에서는 부적응적 완벽주의, 완벽압력 유형이 적응적 완벽주의, 비완벽주의 유형보다 행복 수준은 낮고 열등감 수준은 높은 것으로 나타났다. 머신러닝 분석 결과, 적응적 완벽주의 유형은 높은 애정, 낮은 비밀관성, 높은 의도적 통제, 낮은 행동억제, 낮은 부정정서에 의해 예측되었다. 부적응적 완벽주의 유형은 높은 감독, 높은 과잉간섭, 높은 부정정서, 높은 지각된 능력주의가 주요 예측요인으로 나타났다. 비완벽주의 유형은 낮은 과잉기대, 낮은 부정정서, 낮은 지각된 능력주의와 관련된 것으로 나타났다. 완벽압력 유형은 높은 학대, 높은 방치, 낮은 사회적 민감성, 높은 부정정서가 주요 요인으로 작용하였다. 각 유형의 발달에 대한 가설적 추론을 제시하였고, 본 연구의 의의와 한계점을 논의하였다.

주요어 : 완벽주의, 잠재프로파일 분석, 머신러닝, 예측요인, 결정요인

<sup>†</sup> 교신저자 : 정남윤, 가톨릭대학교 심리학과, 경기도 부천시 지봉로 43

Tel : 02-2164-4469, E-mail : [woon@catholic.ac.kr](mailto:woon@catholic.ac.kr)



Copyright ©2025, The Korean Counseling Psychological Association  
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

‘완벽을 좇는다면 결코 만족할 수 없을 것이다’(Tolstoy, 1877/2014, p. 686). 사람들은 이미 오래전부터 완벽함에 매달리는 것이 바람직하지 않다는 사실을 알고 있었다. 그러나 모순적으로 현대인들의 완벽주의 수준은 지난 30여 년 동안 지속적으로 증가해왔다(Curran & Hill, 2019). 이러한 현상은 경쟁적인 현대 사회에 적응하기 위해 완벽을 추구하고 내면화한 결과일 수 있다. 아직도 사회경제적인 불평등은 심화되고 있기 때문에(Ipsos MORI, 2023), 완벽주의를 추구하는 경향은 지속될 가능성이 높다. 따라서 우리는 완벽주의의 다양한 측면을 이해함으로써 이 시대를 살아가는 사람들의 동기와 고충을 이해해볼 필요가 있다.

완벽주의는 학자에 따라 조금씩 다르게 정의되어 왔지만(김윤희, 서수균, 2008), 일반적으로 지나치게 높은 기준을 설정하고, 그 기준에 미치지 못했을 때 자기를 가혹하게 비난하는 경향을 포함하는 개념이다(Flett & Hewitt, 2002; Frost et al., 1990; Stoeber & Otto, 2006). 완벽주의는 초기에 정신병리나 부적응과 관련된 특성으로 개념화되었으나(Burns, 1980; Ellis, 1958; Hollender, 1965; Horney, 1951), 이후 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale)들이 개발되며 완벽주의의 다양한 측면에 대한 이해가 이루어졌다(Frost et al., 1990; Hewitt & Flett, 1991a).

Frost 등(1990)의 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)는 ‘개인적 기준’, ‘실수에 대한 염려’, ‘수행에 대한 의심’, ‘부모의 기대’, ‘부모의 비난’, ‘조직화’의 여섯 하위척도로 구성되어 있으며, 완벽주의를 개인과 부모의 특성을 중심으로 이해한다. Hewitt과 Flett(1991a)의 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)는 ‘자기지향 완벽주의’, ‘타인지향 완벽주의’, ‘사회부과 완벽주의’

의 세 하위척도로 구성되어 있으며, 완벽주의의 관계적 측면에 주목한다. 이러한 도구의 발전에 힘입어, 완벽주의의 적응성과 부적응성을 구분하여 살펴보려는 연구 흐름이 나타났다(Frost et al., 1993; Rice et al., 1998; Stumpf & Parker, 2000).

완벽주의의 양면성에 관한 연구들은 주로 차원적 접근법에 기초해 이루어졌다. 이 접근에서는 기존 완벽주의 척도들을 요인분석하여, 적응적 차원과 부적응적 차원으로 재구성한 척도를 활용한다. 이렇게 분류된 차원은 연구자에 따라 ‘긍정적 성취욕구와 부적응적 평가 염려’(Frost et al., 1993), ‘적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의’(Chang et al., 2004), ‘개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의’(Dunkley et al., 2000) 등으로 일부 차이를 보이나, 이를 바탕으로 다양한 연구가 이루어지며 완벽주의의 두 얼굴에 대한 이해가 확장되었다. 그러나 완벽주의의 적응적 차원과 부적응적 차원을 구분하는 방식이 연구자마다 다르다는 점에서, 연구 결과의 일관성을 확보하기 어렵다는 한계도 함께 지적되어 왔다(Stoeber & Otto, 2006).

일각에서는 완벽주의를 보다 통합적으로 이해하기 위해 사람중심 접근법(person-centered approach)을 활용하였다(Dickinson & Ashby, 2005; Rice & Slaney, 2002). 사람중심 접근법이란, 개인이 지닌 다양한 심리적 특성들(예, 완벽주의 하위척도 별 점수)이 유사한 피험자들을 하나의 하위유형으로 묶고, 이렇게 도출된 각 하위유형의 특성을 분석하는 방법이다(Howard & Hoffman, 2018). 이 접근은 완벽주의를 구성하는 여러 하위 척도 중 일부만을 사용하는 차원적 접근법과 달리, 한 개인이

지닌 다양한 완벽주의의 특성을 통합적으로 고려한다는 점에서 강점을 지닌다. 한 사람이 완벽주의의 여러 특성을 동시에 지닐 수 있고, 이들 간 상호작용이 일어날 수 있음을 고려할 때, 사람중심 접근은 실제 및 임상 장면에서 관찰되는 완벽주의의 복잡한 양상을 이해하는 데 보다 적절한 접근일 수 있다.

사람중심 접근법을 활용한 기존 연구에서는 주로 FMPS, HMPS, 그리고 Slaney 등(2001)의 완벽 성향 척도 개정판(Almost Perfectionism Scale-Revised [APS-R])이 사용되었다. 이 중 FMPS는 국내외에서 가장 빈번하게 활용되는 척도로, 유형 분류 연구에서는 일반적으로 세 가지 유형(예, 적응적 완벽주의, 부적응적 완벽주의, 비완벽주의)이 도출되었다(김현희, 김창대, 2011; 박현주, 정대용, 2010; Parker, 1997). HMPS는 하위 차원 중 자기지향적 완벽주의 차원에 긍정성과 부정성이 혼재되어 있는 것으로 간주됨에 따라(김현희, 김창대, 2011), 단독으로 사용되기보다는 다른 척도와 병행하여 사용되는 경우가 많았다(이아람, 이정운, 2015; Smith et al., 2016).

APS-R의 경우 기존의 다차원적 완벽주의 척도들이 완벽주의의 본질적인 정의를 충분히 반영하지 못한다는 점을 들어, 완벽주의의 핵심 속성을 직접적으로 측정하기 위한 목적으로 개발되었다. 이 척도는 ‘높은 기준(High Standards [HS])’, ‘불일치(Discrepancy [Disc])’, ‘정돈(Order)’의 세 하위척도로 구성되어 있으며, 자신에게 설정한 높은 성취 기준(높은 기준)과, 그 기준에 도달하지 못했을 때 경험하는 괴리감과 자기불만족(불일치)을 측정하는 데 초점을 둔다. 이 중 ‘높은 기준’은 성취에 대한 내적 동기라는 적응성을, ‘불일치’는 이상적 자기와 실제 자기의 괴리라는 부적응성을

반영하기도 한다. 즉, APS-R은 완벽주의의 양면적 속성을 이론적으로 구분하여 동시에 측정할 수 있는 구조를 갖추었으며, 하위척도의 수도 간결하여 사람중심 접근에 적합한 도구로 볼 수 있다. 실제로 APS-R을 활용한 하위 유형 분류 연구들은 유형의 수와 특성에서 일관된 결과를 보여주며, 그 타당성을 뒷받침하고 있다(Dickinson & Ashby, 2005; Gilman et al., 2005; Martin & Ashby, 2004).

APS-R을 활용한 기존 연구들에서는 완벽주의의 적응성과 부적응성을 구분하는데 적절하지 않다고 지적된 ‘정돈’ 하위척도는 제외하고(Rice & Ashby, 2007), ‘높은기준(HS)’과 ‘불일치(Disc)’만을 활용해 완벽주의 유형을 분류해 왔다. 이 두 하위척도를 사용한 대다수의 연구에서는 적응적 완벽주의(HS 점수는 높고 Disc 점수는 낮은 유형), 부적응적 완벽주의(HS와 Disc 점수 모두 높은 유형), 비완벽주의(HS와 Disc 점수 모두 낮은 유형)라는 세 유형이 일관되게 도출되었다. 또한 유형별로 우울, 불안, 자존감, 삶의 만족 등의 특성을 비교했을 때, 적응적 완벽주의, 비완벽주의, 부적응적 완벽주의 순으로 심리적 적응 수준이 구분되었다(Methikalam et al., 2015; Rice & Ashby, 2007; Rice & Slaney, 2002; Wang, 2010; Wang et al., 2009).

한편 일부 연구들에서는 이와 다른 흥미로운 결과가 보고되기도 했다. 높은기준 점수는 비교적 낮지만, 불일치 점수는 비교적 높은 제4의 유형이 새롭게 도출된 것이다(최윤호, 정남운, 2020; Nakano, 2009; Sironic & Reeve, 2012; Wang, 2012; Wang et al., 2007). 내적인 기준이 높지 않음에도 수행에 대한 불만족감을 경험하는 이 유형은, 연구자들에 따라 다양한 명칭으로 불려왔다. Wang 등(2007, 2012)

이 대만인을 대상으로 한 연구에서는 이 유형을 ‘낮은 기준/높은 불일치(Low Standards/High-Discrepancy)’로 명명하였고, Nakano(2009)가 일본인을 대상으로 진행한 연구에서는 ‘정상적 완벽주의자(Normal Perfectionists)’라는 명칭을 사용하였다. Sironic과 Reeve(2012)가 호주인을 대상으로 한 연구에서는 이를 ‘낮은 기준 부적응적 완벽주의자(Low Standards Maladaptive Perfectionists [LSMP])’로 지칭하였으며, 최윤희와 정남운(2020)이 한국인을 대상으로 한 연구에서는 ‘부정적 자기평가(Negative Self-evaluation)’유형으로 명명하였다.

Wang 등(2007)은 이 유형이 개인지향 성취 동기 점수는 상대적으로 낮은 반면, 사회지향 성취동기 점수는 상대적으로 높다는 점을 근거로, 이들이 외부의 인정에 동기화되는 집단주의적 특성을 지닌 유형일 가능성을 제시하였다. Nakano(2012)는 일본 문화에서 집단의 기대를 충족하는 것을 중요하게 여긴다는 점을 고려하여, 정상적 완벽주의자들의 높은 불일치 점수가 개인적 기준이 아니라 부모, 교사, 또래 등 외부에서 부과된 기대를 충족하지 못한 결과일 수 있다고 보았다. 아울러 최윤희와 정남운(2020)은 높은기준, 불일치 척도를 사용한 유형 분류 결과와 높은기준, 불일치, 사회부과 완벽주의 척도를 사용한 유형 분류 결과가 사실상 동일한 양상을 나타낸다는 점을 근거로, 외부로부터 부과된 성취 압력이 해당 유형의 형성에 핵심적인 요인일 수 있다는 해석을 제시하였다. Sironic과 Reeve(2012)는 해당 유형에 대한 별도의 설명을 제시하지 않았다. 종합하면, 다섯 연구 중 네 연구가 동양 문화권에서 이루어졌으며, 이들 연구자들은 공통적으로 이 유형을 집단주의 문화의 특성과 연결지어 이해하고자 했다.

이와 같은 결과들은 동양 문화권의 완벽주의가 기존의 3유형 체계가 아닌 4유형 체계를 따를 가능성을 시사한다. 그러나 이러한 가능성이 학문적 논의로 확장되기 위해서는 몇 가지 검토가 이루어질 필요가 있다.

우선, 4유형이 도출된 연구들에서 주로 사용한 군집분석은 군집 수 결정 기준이 통계적으로 엄밀하지 않고, 분석자의 주관에 결과에 개입될 여지가 크다는 점에서 방법론적 한계를 지닌다(Howard & Hoffman, 2018). 이러한 한계는 3유형 분류 연구들에도 동일하게 적용될 수 있으나, 4유형 모델이 기존 모델에 대한 대안으로 제시되기 위해서는 기존 모델과의 비교 속에서 통계적 타당성이 충분히 입증되어야 할 것이다.

또한, 앞선 연구들에서 새로운 유형의 의미와 특성을 밝히려는 시도는 있었으나, 해당 유형에 대한 통합적인 이해는 여전히 부족하다. Flett과 Hewitt(2002)은 어떤 성격 구성개념의 본질을 이해하기 위해서는 그것의 발달에 기여하는 다양한 요인과 과정을 탐색할 필요가 있다고 주장하였다. 이러한 관점에서, 새로운 유형에 대한 개념적 틀을 구축하고 후속 연구의 기반을 마련하려면, 해당 유형의 형성에 영향을 미치는 다양한 예측요인이 포괄적으로 규명될 필요가 있을 것이다. 이는 비단 새롭게 도출된 유형뿐 아니라, 기존 완벽주의 유형의 개념적 타당성을 강화하는데에도 중요한 과제라 할 수 있다. 그러나 사람중심 접근법에 기반해 완벽주의 유형의 예측요인을 규명한 연구는 찾기 어렵고, 차원적 접근에 기반하여 완벽주의의 예측요인을 탐색한 일부 연구들(Craddock et al., 2009; Hibbard & Walton, 2014) 역시 다양한 영역의 요인을 통합적으로 고려하지는 못했다. 비록 Walton 등(2020)이 양

육, 성격, 문화 차원에 속하는 12개의 독립변인을 다중회귀분석하여 완벽주의의 예측요인을 규명했으나, 전통적인 통계법들의 경우 독립변인의 수가 많아질수록 통계적 추론의 정확도가 감소한다는 점에서(Bzdok et al., 2018), 방법론적인 아쉬움이 존재한다.

요컨대 완벽주의 유형에 대한 보다 정교한 이해는, 완벽주의 유형 분류의 통계적 타당성을 확보하면서도, 다양한 영역의 예측요인을 통합적으로 고려할 수 있는 방법론적 접근을 통해 촉진될 수 있을 것이다.

유형 분류의 통계적 타당성을 확보하기 위한 방법으로는 잠재프로파일 분석을 활용해 볼 수 있다. 이 분석은 모델 기반 분석법으로, 엄격한 통계적 기준(예, 부트스트랩 우도비 검정, 베이지안 정보 기준 등)을 바탕으로 유형의 수를 결정할 수 있다는 점에서, 기존 군집 분석의 주관성과 편향 문제를 보완할 수 있다(Howard & Hoffman, 2018).

완벽주의 유형의 예측요인을 통합적으로 탐색하기 위한 방법으로는 머신러닝을 적용해 볼 수 있다. 머신러닝 분석에서는 주어진 데이터를 한 번만 분석하는 것이 아니라, 복원 추출을 통해 수백 개의 가상 표본 집단을 생성하고, 이를 반복적으로 분석하는 방식을 사용한다. 예를 들어 전체 표본에서 데이터를 무작위로 복원 추출하여 여러 개의 표본 집단을 만든 뒤, 각 집단에서 특정 변수가 결과를 얼마나 잘 예측하는지를 수치로 평가한다. 이 과정에서 각 변수가 결과 예측에 얼마나 기여했는지를 기준으로 변수 중요도를 산출하고 순위를 매기며, 이러한 순위 정보를 여러 표본에 걸쳐 종합하여 최종 변수 중요도를 결정한다. 이는 마치 여러 번의 투표를 통해 반복적으로 선택된 항목을 더 중요한 것으로 간주

하는 다수결 방식과 유사하다. 이러한 방식 덕분에 머신러닝은 변수의 수가 많고 표본 수가 제한적인 상황에서도 안정적이고 신뢰할 만한 예측 성능을 보이는 분석 기법으로 평가된다(Bzdok et al., 2018).

랜덤포레스트(Random Forest)는 경험적으로 성능을 인정받아 광범위한 분야에서 활용되고 있는 머신러닝 기법이다(유리하, 한경화, 2022; Lorena et al., 2011). 그러나 전통적인 통계 방법과 비교할 때 대부분의 머신러닝 기법이 갖는 한계와 마찬가지로, 랜덤포레스트 역시 변수 중요도가 어떤 기준과 절차를 통해 산출되었는지를 외부에서 명확히 파악하기 어려운 ‘블랙박스’적 특성을 지닌다(Zhang & Wang, 2009). 즉, 변수 중요도는 산출되지만, 그 계산 과정이나 어느 변수까지를 유의하게 해석할 수 있는지에 대한 명확한 기준은 제시되지 않는다. 이러한 해석상의 한계를 보완하기 위해 다른 분석 기법을 함께 활용하여 결과를 교차 검증하는 것이 타당성 확보에 도움이 될 수 있다.

Logistic-Lasso는 로지스틱 회귀분석에 Lasso 제약을 적용하여 예측력이 낮거나 통계적으로 유의하지 않은 변수를 제거하는 기법이다. 그러나 이 방법은 랜덤포레스트처럼 변수 중요도를 제공하지는 않는다. 이에 신웅섭(2024)은 Logistic-Lasso와 머신러닝의 변수중요도 개념을 결합한 ‘유의성 기반 로지스틱 회귀모형 변수중요도(Significance-Based Logistic Regression Variable Importance [SLVI])’를 제안하였다. SLVI는 머신러닝의 변수중요도 산출 방식을 따르면서도, 이를 산출할 때 회귀계수의 유의성을 함께 반영한다. 즉, 머신러닝의 해석적 한계를 보완하는 동시에, 예측력이 낮은 변수를 제거할 수 있는 기법으로 교차검증에 적합하다고

볼 수 있다. 따라서 예측요인을 탐색할 때에는 랜덤포레스트의 높은 예측력과 SLVI의 해석 가능성을 병행 활용하는 교차 분석 전략이 효과적인 접근이 될 수 있다.

이에 따라 본 연구는 세 단계에 걸쳐 수행되었다. 첫째, 잠재프로파일 분석을 통해 완벽주의 유형의 분류 양상을 검토하였다. 둘째, 분류된 유형 간 심리적 특성 차이를 비교하였다. 셋째, 두 가지 머신러닝 기법을 교차 활용하여 각 유형을 예측하는 주요 요인을 도출하였다.

유형 분류를 위한 잠재프로파일 분석의 기준 변인으로는 APS-R의 ‘높은기준’과 ‘불일치’를 사용하였다. APS-R을 선택한 이유는 선행 연구들과의 연속성을 유지함과 동시에, 통계적 타당성을 확보하기 위한 결정이었다. FMPS나 HMPS와 같은 다른 완벽주의 척도는 완벽주의의 다양한 속성을 포함하고 있다는 강점을 지니지만, 척도 내에 부모의 기대나 사회적 요구 등 외부적 요소를 포함하고 있어, 예측요인 분석에서 부모 요인이나 환경 요인과의 설명력이 중복되거나 혼재될 우려가 있었다. 이에 비해 APS-R은 외부적 요소의 영향을 최소화한 ‘높은 기준’과 ‘불일치’라는 내적인 차원에 초점을 두고 있어, 보다 순수한 완벽주의 성향을 측정하는 데 적합하다고 판단하였다.

각 유형의 심리적 특성을 비교하기 위한 변인으로는 행복과 열등감을 활용하였다. 본 연구에서 사용한 행복 척도는 삶의 만족이라는 인지적 변인과 긍정적 정서, 부정적 정서라는 정서적 변인을 종합적으로 고려하고 있어 심리적 적응성을 구분하는데 적합할 것으로 판단하였다. 열등감은 Rice 등(2011)이 새로운 유형에 붙인 ‘부정적 자기평가’라는 명칭의 적합

성을 고찰해 볼 수 있는 변인이며, 사회 비교에 의한 자기평가를 반영하는 변인이기도 하기에, 새로운 유형의 정체성을 규명하는데 시사점을 제공할 수 있을 것으로 보았다.

완벽주의 유형의 예측요인을 선정함에 있어서는 Flett과 Hewitt(2002)이 제안한 완벽주의 발달 모델을 이론적 기반으로 삼았다. 우선 이들은 완벽주의의 형성에 부모 요인이 어떻게 작용하는지를 네 가지 이론적 모델로 설명하였다. 첫째, 사회적 기대 모델(social expectations model)에서는 부모의 조건적 인정과 과도한 기대가 내면화되면서, 아동이 성취 여부에 따라 자신의 가치를 평가하게 된다고 본다. 즉, 아동은 ‘완벽해야만 가치 있다’는 신념을 갖게 되며, 이는 완벽주의 성향의 발달로 이어질 수 있다. 둘째, 불안 양육 모델(anxious rearing model)에서는 실수나 부정적 결과에 민감한 부모가 과도한 걱정과 통제 행동을 보이며 아동에게 불안을 전달하고, 이에 따라 아동은 부정적 결과를 피하기 위한 전략으로 완벽주의를 발달시킨다고 본다. 셋째, 사회적 반응 모델(social reaction model)에서는 아동이 예측 불가능하고 가혹한 환경에 노출되었을 때, 그 환경으로부터 자신을 보호하고 통제감을 확보하려는 적응 전략으로서 완벽주의 성향을 발달시킨다고 본다. 넷째, 사회적 학습 모델(social learning model)에서는 아동이 완벽주의적 태도와 행동을 보이는 부모를 관찰하고 이를 모방하는 과정을 통해, 유사한 완벽주의 성향을 습득하게 된다고 설명한다.

이들은 부모 요인 외에도 환경적 요인과 개인적 요인 또한 완벽주의 발달에 핵심적인 역할을 한다고 보았다. 외부의 기대를 충족시키는 것을 중시하는 사회문화적 압력이나, 완벽주의적 압력에 대한 개인의 반응 양상을 결정

하는 기질적 특성 역시 완벽주의 발달에 영향을 미칠 수 있다는 것이다.

Flett과 Hewitt(2002)은 이러한 다양한 경로를 통합하여 ‘완벽주의 발달에 대한 예비 모델’을 제안하였다. 이 모델은 완벽주의가 부모 요인(예, 양육 방식, 부모의 성격), 개인 요인(예, 기질, 애착 유형), 환경 요인(예, 문화적 압력, 또래의 압력) 간의 복합적인 상호작용 속에서 형성된다고 설명하며, 완벽주의를 보다 입체적으로 이해할 수 있는 이론적 틀을 제공한다.

본 연구는 이러한 이론적 배경에 근거하여 완벽주의 유형을 예측하는 주요 변인을 선별하였다. 특히 변인 간 중복을 최소화하고 해석의 일관성을 높이며, 모형의 설명력을 유지하기 위해 부모 요인, 개인 요인, 환경 요인 각각을 대표할 수 있는 핵심 변인을 선정하고자 하였다. 구체적으로, 부모 요인으로는 ‘양육 방식’을 선택하였다. 이 변인은 부모의 성격, 애정 표현, 기대 수준, 통제 정도, 표현 방식 등 다양한 부모 요인을 포괄할 수 있을 것으로 보았다. 개인 요인으로는 ‘기질’을 선정하였다. 이 변인은 개인의 정서적 민감성, 자극 추구 성향, 위험 회피 성향 등 비교적 안정된 경향성을 대변할 수 있을 것이라 판단했다. 환경 요인의 경우, 이를 직접적으로 측정하는 데에는 현실적인 한계가 존재하기 때문에, 대안적으로 ‘지각된 능력주의’를 선택하였다. 이는 비록 환경 자체를 직접 측정하는 것은 아니지만, 환경적 맥락 속에서 개인이 반복적으로 경험하고 내면화한 사회적 평가 압력을 반영할 수 있다는 점에서, 환경적 영향력을 간접적으로 탐색할 수 있는 지표일 것으로 판단하였다. 이와 같이 선정된 세 가지 변인은 모두 발달 초기부터 완벽주의 형성에 영향을 줄 수 있는 기반 요소들이며, 각 완벽주

의 유형 간의 차이를 설명하는 데에도 의미 있는 예측 변수로 작용할 것으로 기대하였다.

이상의 이론적 배경과 분석 전략을 바탕으로, 본 연구에서는 다음의 세 가지 연구 문제를 설정하였다. 첫째, 완벽주의는 몇 개의 유형으로 분류되는가? 둘째, 완벽주의 유형 간 심리적 특성 차이가 존재하는가? 셋째, 각 완벽주의 유형을 예측하는 요인은 무엇인가?

## 방 법

### 연구대상 및 연구절차

만 18세 이상의 성인 400여 명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였다. 참여자는 대학 커뮤니티, 직장인 커뮤니티, 지역사회 커뮤니티를 통해 모집되었다. 기관 IRB(관리번호: 1040395-202308-14)의 승인하에 참여자들에게 연구 설명문이 제시되었으며, 동의하는 참여자에게만 설문이 제공되었다. 설문 응답에는 약 15분 정도 소요되었고, 참여자 전원에게는 커피 기프트콘을 발송하였다. 설문은 총 401부가 수집되었으며, 불성실하게 응답했다고 판단되는 16부를 제외한 나머지 385부가 최종 분석에 사용되었다. 연구참여자들의 성별은 남성 136명(35.4%), 여성 248명(64.5%), 기타 1명(0.1%)이었고, 평균연령은 만 29.27세( $SD=7.52$ ,  $Range=18\sim62$ )였다.

### 측정 도구

#### 완벽성향 척도 개정판

Slaney 등(2001)의 완벽성향 척도 개정판(Almost Perfectionism Scale-Revised [APS-R])을 박

현주(2009)가 번안하고 타당화한 한국판 완벽 성향 척도 개정판(K-APS-R)을 사용하였다. 하위척도로는 높은기준 7문항(예, 내 자신에게 높은 기대를 가지고 있다), 불일치 12문항(예, 내가 한 일에 대해서 좀처럼 만족할 수 없다), 정돈 4문항이 존재한다. 척도는 7점 리커트 형식으로 측정되며, 점수가 높을수록 해당 성향이 강함을 의미한다. 이 중 정돈 하위척도는 적응적 완벽주의자와 부적응적 완벽주의자 간에 의미 있는 차이가 없다는 연구 결과가 존재하여(Rice & Ashby, 2007), 선행 연구들에서 제외되었기 때문에 본 연구에서도 제외하였다. 높은기준과 불일치의 내적 합치도는 Slaney 등(2001)의 연구에서는 각각 .85, .92로, 박현주(2009)의 연구에서는 .77, .84로, 본 연구에서는 .82, .94로 나타났다.

#### 부모 양육행동

허묘연(2004)이 개발 및 타당화한 부모양육 행동 척도를 사용하였다. 이 척도는 아버지와 어머니의 양육행동을 각각 4점 리커트 형식으로 측정하며, 점수가 높을수록 해당 양육행동이 자주 또는 강하게 나타났음을 의미한다. 하위척도는 총 8개로, 감독 4문항(예, 내가 방과후에 어디에 가는지 알고 계셨다), 합리적 설명 5문항(예, 부모님의 결정을 무조건 따르게 하기보다는 왜 그래야 하는지 설명해주셨다), 비밀관성 4문항(예, 같은 일에 대해서 화를 낼 때도 있고 안 낼 때도 있었다), 과잉기대 6문항(예, 나에게 내 능력 이상의 높은 기대를 가지고 계셨다), 과잉간섭 7문항(예, 나의 사생활에 대해서까지 잔소리하셨다), 학대 6문항(예, 상처가 남을 정도로 심하게 때리셨다), 방치 5문항(예, 나에게 대해 관심이 없어서 칭찬하거나 혼내는 일이 없었다), 애정 6문항(예,

나를 좋아한다는 표현을 하셨다)으로 구성되어있다. 내적 합치도(부모 평균)는 허묘연(2004)의 연구에서는 감독 .78, 합리적 설명 .80, 비밀관성 .69, 과잉기대 .82, 과잉간섭 .83, 학대 .81, 방치 .68, 애정 .83으로, 본 연구에서는 감독 .86, 합리적 설명 .92, 비밀관성 .87, 과잉기대 .93, 과잉간섭 .90, 학대 .93, 방치 .91, 애정 .91로 나타났다.

#### 기질

김수아와 최은실(2021)이 개발 및 타당화한 성인용 기질 척도(ATS)를 사용하였다. 하위척도는 활동성 4문항(예, 뭔가를 할 때 생각과 행동이 빠른 편이다), 행동억제 5문항(예, 새로운 상황에 적응하는 것이 쉽지 않다), 의도적 통제 5문항(예, 하기 싫은 일이라도 해야 한다면 끝까지 완수한다), 부정정서 5문항(예, 사소한 일에도 기분이 나빠진다), 긍정정서 5문항(예, 대부분의 일상이 즐겁다), 사회적 민감성 5문항(예, 다른 사람의 기분을 잘 알아챈다)으로 구성되어있다. 척도는 5점 리커트 형식으로 측정되며, 점수가 높을수록 해당 기질 특성이 두드러짐을 나타낸다. 그러나 척도의 원저자인 김수아(2021)의 연구에서 긍정정서의 과대한 영향력으로 인해 다른 하위척도의 영향력이 통계적으로 과소 추정될 가능성이 제시된 바, 본 연구에서는 통계적 타당성 확보에 주력하여 긍정정서는 분석에서 제외하였다. 내적 합치도는 김수아와 최은실(2021)의 연구에서는 활동성 .80, 행동억제 .87, 의도적 통제 .85, 부정정서 .86, 사회적 민감성 .87로, 본 연구에서는 활동성 .73, 행동억제 .87, 의도적 통제 .74, 부정정서 .88, 사회적 민감성 .85로 나타났다.



### 지각된 능력주의

Roeser 등(1996)의 학교 능력 목표 구조(School Ability Goal Structure) 척도를 변안한 뒤 일부 용어를 수정하여 사용하였다. 이 척도는 5문항(예, 이 사회에서는 뛰어난 능력을 지닌 사람들에게 특혜가 주어진다, 이 사회에서는 소수의 사람들만이 자신의 능력을 인정받는다)의 단일척도로, 5점 리커트 척도로 측정되며, 점수가 높을수록 능력주의적 가치관이 강한 것으로 판단한다. 내적합치도는 Roeser 등(1996)의 연구에서는 .80으로, 본 연구에서는 .73으로 나타났다.

### 행복

서은국과 구재선(2011)이 개발 및 타당화한 단축형 행복 척도(Concise Measure of Subjective Well-Being [COMOSWB])를 사용하였다. 이 척도는 삶의 만족 3문항(예, 나는 내 삶의 개인적 측면에 대해서 만족한다), 긍정적 정서 3문항(예, 행복한), 부정적 정서 3문항(예, 짜증나는)으로 구성되어있다. 척도는 7점 리커트 형식으로 측정되며, 점수가 높을수록 해당 성향이 높음을 의미한다. 최종 행복 점수는 삶의 만족 점수와 긍정적 정서 점수를 합한 값에서 부정적 정서 점수를 뺀 방식으로 산출된다. 내적합치도는 서은국과 구재선(2011)의 연구에서 온라인 조사 기준으로는 삶의 만족 .87, 긍정정서 .85, 부정정서 .83, 면접조사 기준으로는 .89, .86, .82로 보고되었다. 본 연구에서는 삶의 만족 .81, 긍정적 정서 .86, 부정적 정서 .83으로 나타났다.

### 열등감

임기홍(2000)이 개발한 열등감의 원인 척도를 사용하였다. 이 척도에는 신체에 대한 열

등감(예, 얼굴, 체형 등), 성격에 대한 열등감(예, 소심함, 집중력 등), 지적 능력에 대한 열등감(예, 성적, 상식 등), 예체능 능력에 대한 열등감(예, 운동, 노래 등), 가정환경에 대한 열등감(예, 가난, 부모의 직업 등), 사회적 환경에 대한 열등감(예, 학교, 거주지역 등)이 각 1문항씩 포함되어있다. 원 저자는 각 항목을 독립적으로 간주하였지만, 본 연구에서는 여섯 문항이 열등감의 다양한 양상을 반영한다고 판단하여, 이를 통합 점수로 사용하였다. 척도는 5점 리커트 척도로 측정되며, 문항 총점이 높을수록 열등감 수준이 높은 것으로 판단한다. 본 연구에서 내적합치도는 .81로 나타났다.

### 자료분석

모든 분석에는 Windows용 RStudio 버전 2023.12.1.+402(R 버전 4.3.2)를 사용하였으며, 결측치 처리에는 k-최근접 이웃 대체법(k-Nearest Neighbor imputation [kNN])을 활용하였다. kNN 대체법은 전반적인 응답 패턴이 유사한 주변 값들을 참조하여 결측값을 예측하는 기계 학습법의 일종으로, 다른 대체법에 비해 편향이 적다는 장점이 있다(Jonsson & Wohlin, 2004).

이후 분석은 크게 세 단계로 이루어졌다. 첫째, 변인들의 기술통계량과 상관계수를 확인하였다. 둘째, 잠재프로파일 분석을 통해 완벽주의 유형을 분류한 뒤, 분산분석과 사후검정을 실시하여 각 유형이 지닌 심리적 특성 차이를 파악하였다. 셋째, 두 종류의 머신러닝 기법을 사용하여 변수중요도를 산출하고 그 결과를 교차검증함으로써 각 유형의 완벽주의로 분류되는데 중요한 영향을 미친 예측요인

을 산출하였다. 전체 데이터, R 코드, 추가적인 자료는 Open Science Framework에서 확인 가능하다.

\*[https://osf.io/8yzsm/?view\\_only=99b7dee27c1b4cf9b2e46d63736a2ee4](https://osf.io/8yzsm/?view_only=99b7dee27c1b4cf9b2e46d63736a2ee4)

## 결 과

### 상관 및 기술통계

본 연구에서 사용된 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석 결과는 표 1에 제시하였다. 완벽주의의 두 핵심 차원으로 선정한 높은 기준과 불일치 간에는 유의한 정적 상관이 확인되었다( $r=.42, p<.001$ ).

불일치는 과잉간섭( $r=.31, p<.001$ ), 방치( $r=.27, p<.001$ ), 부정정서( $r=.54, p<.001$ ), 지각된 능력주의( $r=.32, p<.001$ ), 열등감( $r=.60, p<.001$ ) 등과는 유의한 정적 상관을, 애정( $r=-.30, p<.001$ ), 활동성( $r=-.26, p<.001$ ), 행복( $r=-.62, p<.001$ ) 등과는 유의한 부적 상관을 보여, 전반적으로 부적응 변인들과 관련된 것으로 나타났다.

높은 기준은 사회적 민감성( $r=.20, p<.001$ ), 의도적 통제( $r=.19, p<.001$ ), 활동성( $r=.15, p<.01$ ) 등과 유의한 정적 상관을 보였다. 열등감과는 정적 상관( $r=.13, p<.05$ )이 나타나긴 했으나, 이는 불일치와 열등감 간의 상관( $r=.60, p<.001$ )과 비교할 때 상대적으로 약한 수준이며, 앞서 불일치와 유의한 상관을 보였던 다른 부적응 변인들(예, 비일관성, 학대, 방치 등)과는 유의한 상관을 보이지 않았다. 이러한 결과는 높은 기준이 불일치와는 기능적으로 구별되는 심리적 특성과 연관되어 있을 가능

성을 시사했다.

### 완벽주의 유형 분류

잠재프로파일분석 결과는 표 2와 같다. 최적의 분류법을 결정하기 위한 기준 지표로 AIC(Akaike Information Criterion), BIC(Bayesian Information Criterion), SABIC(Sample size - Adjusted BIC), Entropy, BLRT(Bootstrapped Likelihood Ratio Test)를 사용하였다. 일반적으로는 이에 더해 LMR(Lo, Mendell, and Rubin likelihood ratio test) 값을 참조하기도 하지만, LMR의 경우 때로 프로파일 개수를 과대추정할 수 있다는 연구 결과가 존재한다(Nylund et al., 2007). 따라서 3유형 분류법과 4유형 분류법 중 타당한 분류법을 규명하는 것이 핵심인 본 연구에서는 편향을 방지하기 위해 LMR은 사용하지 않기로 하였다.

우선 분류의 질을 의미하는 Entropy 값이 0.7을 넘지 않는 1, 2유형 분류법을 제외하고 3, 4, 5유형 분류법을 비교하였다. 값이 작을수록 모형이 적합함을 나타내는 정보지수 중 AIC와 SABIC는 5유형 분류법일 경우 가장 작았고, BIC는 4유형 분류법일 경우 가장 작았다. 다만 정보지수는 일반적으로 잠재프로파일의 수가 많은 더 복잡한 모형일수록 작아지는 경향을 지니고 있어, 정보지수의 감소 폭이 둔화되는 지점(elbow point)을 참고하여 잠재프로파일의 수를 결정하였다(Petras & Masyn, 2010; Nylund-Gibson & Choi, 2018). 그 결과 그림 1과 같이 프로파일 개수가 4개에서 5개로 변화되는 경우 정보지수의 감소 폭이 크게 둔화되었기 때문에, 본 연구에서는 4유형 분류법을 최종 모델로 채택하였다.

분류된 완벽주의 유형 간 특성 차이를 확인

표 1. 연구 변인들의 상관관계, 평균, 표준편차 (N=385)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1. X1	-																	
2. X2	.42***	-																
3. P1	.12*	.04	-															
4. P2	.02	-.25***	.50***	-														
5. P3	.08	.38***	-.29***	-.56***	-													
6. P4	.23	.19***	.06	.01	.30***	-												
7. P5	.13*	.31***	.03	-.28***	.57***	.57***	-											
8. P6	.06	.29***	-.17**	-.32***	.73***	.36***	.57***	-										
9. P7	.02	.27***	-.51***	-.56***	.72***	.20***	.39***	.70***	-									
10. P8	.02	-.30***	.53***	.73***	-.58***	-.10*	-.31***	-.46***	-.70***	-								
11. T1	.20***	-.07	.13**	.16**	-.10*	.11*	-.08	-.12*	-.12*	.19***	-							
12. T2	.19***	-.24***	.16**	.34***	-.30***	.03	-.19***	-.26***	-.31***	.36***	.25***	-						
13. T3	.13**	.54***	-.23***	-.41***	.52***	.09**	.31***	.43***	.48***	-.43***	-.19***	-.39***	-					
14. T4	-.10*	.35***	-.12*	-.28***	.24***	-.07	.10	.18***	.28***	-.34***	-.20***	-.25***	.48***	-				
15. T5	.15**	-.26***	.14**	.35***	-.16**	.13*	-.04	-.05	-.13*	.35***	.28***	.41***	-.36***	-.58***	-			
16. M1	.37***	.32***	-.02	-.09	.11*	.24***	.15**	.01	.07	-.11*	.13*	.03	.18***	.08*	-.06*	-		
17. Y1	-.07	-.61***	.18***	.47***	-.48***	-.06	-.28***	-.39***	-.45***	.51***	.24***	.42***	-.74***	-.48***	.51***	-.20***	-	
18. Y2	.13*	.60***	-.17**	-.43***	.49***	.10	.32***	.44***	.48***	-.46***	-.22***	-.36***	.68***	.48***	-.40***	.18***	-.71***	-
M	4.99	3.78	2.85	2.72	2.08	2.29	2.20	1.53	1.79	2.98	3.86	3.63	2.72	3.01	3.24	3.94	18.6	2.62
SD	1.01	1.32	.60	.64	.67	.75	.61	.63	.67	.58	.75	.72	1.02	.99	.90	.64	9.57	.84
왜도	-.33	.26	-.54	-.48	.39	.03	.22	1.19	.65	-.59	-.50	-.76	.23	-.07	-.23	-.48	-.62	.30
첨도	-.15	-.67	.44	-.07	-.45	-.95	-.40	.32	-.35	.43	-.33	.93	-.88	-.78	-.43	.73	.41	-.59

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

주. X1=높은기준, X2=불일치, P1=감독, P2=협력적 설명, P3=비일관성, P4=과잉기대, P5=과잉간섭, P6=학대, P7=방치, P8=애정, T1=사회적 민감성, T2=의도적 통제, T3=부정 정서, T4=행동 억제, T5=행동 억제, M1=지각된 능력주의, Y1=행복, Y2=일동감

표 2. 잠재프로파일 수에 따른 모형 적합도 지수(R) ( $N=385$ )

Class	정보지수			분류의 질	모형비교검증	
	AIC	BIC	SABIC		BLRT	BLRT p
1-Class model	2409.89	2425.71	2413.01	N/A	N/A	N/A
2-Class model	2346.51	2374.18	2351.97	.60	69.38	<.01
3-Class model	2304.96	2344.49	2312.76	.79	47.55	<.01
4-Class model	2281.05	2332.44	2291.19	.73	29.91	<.01
5-Class model	2278.33	2341.58	2290.81	.73	8.72	<.05

주. \*\*\*  $p < .001$ .

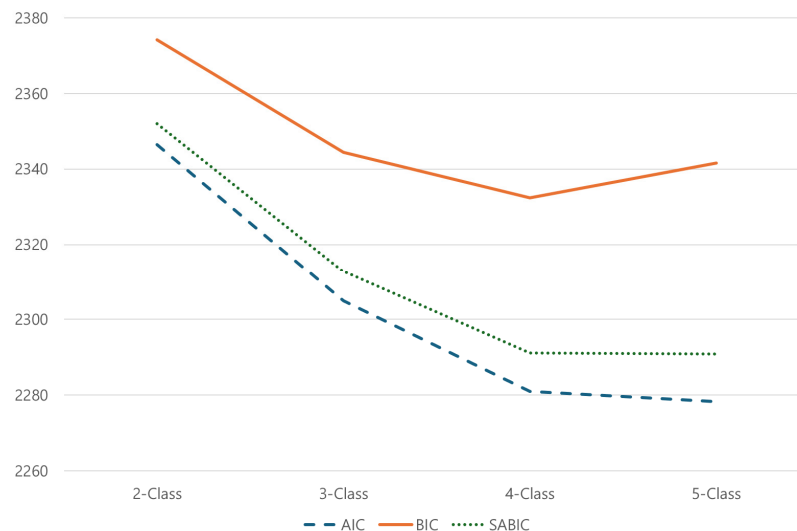


그림 1. 잠재프로파일 개수에 따른 정보지수

하기 위해 분산분석과 사후검정을 실시하였다. 표본의 정규성이 가정되는 경우 ANOVA 분석과 Scheffe 사후검정을 실시하였고, 정규성을 가정할 수 없는 경우 Kruskal-Wallis 분석과 Dunn 사후검정을 활용하였다.

우선 유형의 명칭을 결정하기 위해 높은 기준과 불일치 점수를 비교한 결과, 모든 유형에서 높은 기준과 불일치 점수가 유의하게 구분되었다(표 3). 비교의 직관성을 위해 점

수를 표준화하였고(그림 2), 0점을 기준으로 해당 점수의 높낮이를 구분하였다. 전체의 36%( $n=137$ )가 소속된 유형 1은 기준은 높지만 불일치는 낮은 유형으로, 적응적 완벽주의 유형(Adaptive Perfectionism [AP])으로 명명했다. 전체의 16%( $n=61$ )가 소속된 유형 2는 기준과 불일치가 모두 높은 유형으로, 부적응적 완벽주의 유형(Maladaptive Perfectionism [MP])으로 명명했다. 전체의 12%( $n=47$ )가 소속된 유형 3

표 3. 완벽주의 유형 별 연구 변인의 평균, 표준편차, 분산분석 결과 ( $N=385$ )

	유형1		유형2		유형3		유형4		$F(3,381)$	$\chi^2$	사후검정	
	적응적 완벽주의 (AP; $n=137$ )		부적응적 완벽주의 (MP; $n=61$ )		비 완벽주의 (NP; $n=47$ )		완벽압력 (PP; $n=140$ )					
	$M$	$SD$	$M$	$SD$	$M$	$SD$	$M$	$SD$			Scheffe	Dunn
높은기준	5.23	.65	6.15	.50	3.24	.51	4.83	.70		204.18*		2>1>4>3
불일치	2.74	.56	5.78	.64	2.34	.59	4.42	.51	585.70*		2>4>1>3	
행복	24.39	6.95	10.08	11.32	22.70	6.81	15.28	7.30		130.96*		1,3>4,2
열등감	2.13	.61	3.26	.96	2.04	.66	3.01	.61	67.88*		2,4>1,3	

주. \* $p<.001$ .

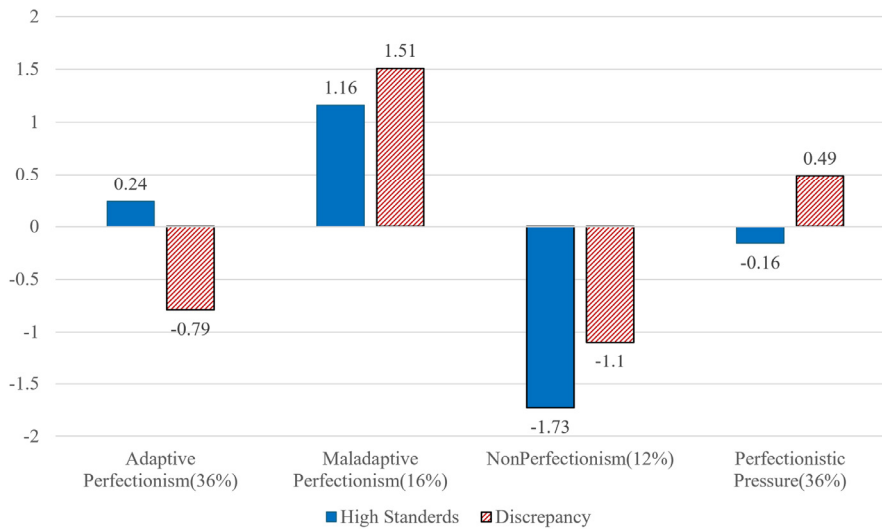


그림 2. 완벽주의 유형 별 높은기준, 불일치 z 점수 그래프

은 기준과 불일치가 모두 낮은 유형으로 비완벽주의(NonPerfectionism [NP]) 유형으로 명명했다. 이들 세 유형의 명칭은 선행 연구에서 통상적으로 사용된 명칭을 준용하였다. 유형 4는 전체의 36%( $n=140$ )가 속하였으며, 기준은 낮으나 불일치는 높은 유형이었다. 이는 일부 동양권 연구에서 특징적으로 나타났던 유형이 재도출된 결과로 이해할 수 있었다. 이 유형

에 대해 기존 연구들에서는 ‘낮은 기준/높은 불일치 유형’, ‘정상적 완벽주의자 유형’, 혹은 ‘부정적 자기평가 유형’으로 명명하였으나, 본 연구에서는 다른 가능성을 탐색하였다. 우선 ‘낮은 기준/높은 불일치’라는 명칭은 직관성이 부족했으며, ‘정상적 완벽주의자’라는 명칭은 정상과 이상을 구획화하는 결과를 낼 수 있다고 판단했다. 한편 ‘부정적 자기평가’라는

명칭을 사용하기에는 이 유형의 불일치 평균은 7점 척도에서 4.42점, 열등감 평균은 5점 척도에서 3.01점으로 중간 수준에 위치해 스스로를 부정적으로 평가한다고 단정하기 어려웠다. 또한 부정적인 명칭을 사용하는 것은 낙인효과로 인한 편향된 시각을 제공할 위험성이 있었다. 이러한 제한점들을 종합적으로 고려하여, 본 연구에서는 이 유형에 새로운 명칭을 부여하고자 하였다. 선행 연구와 본 연구의 후속 분석 결과에 따르면, 이들이 경험하는 불일치감은 자발적으로 설정한 기준에 도달하지 못해서라기보다, 외부의 기대나 사회적 비교로 인해 유발된 심리적 압박을 반영하는 것으로 해석된다. 다시 말해, 이들은 전통적인 의미의 완벽주의자라기보다는 외부의 기준에 부응해야 할 것 같은 심리적 긴장을 경험하는 집단으로 이해해볼 수 있다. 이에 본 연구에서는 이러한 내적 역동을 함축적으로 반영하면서도 중립적인 표현이 될 수 있도록, 이 유형을 ‘완벽압력(Perfectionistic Pressure [PP])’ 유형으로 명명하였다.

완벽주의 유형별 행복 수준은 AP, NP가 PP, MP보다 유의하게 높았고, 열등감 수준은 PP, MP가 AP, NP보다 유의하게 높았다. 따라서 심리적 적응성의 관점에서 완벽주의 유형을 비교하는 경우 AP, NP, PP, MP 순으로 적응적일 것으로 추측해 볼 수 있다.

#### 완벽주의 유형의 예측요인

완벽주의 유형의 예측요인을 탐색하기 위해 랜덤포레스트와 SLVI 분석을 실시하여 각 완벽주의 유형에 대한 변수 중요도(해당 유형으로 분류되는 데 영향을 미친 요인의 상대적 중요도 순위)를 산출하였다. 이후 두 분석 기

법 모두에서 중요도가 높게 나타난 변수, 즉 중요도 순위 상위 5위 이내에 동시에 포함된 변수를 최종 예측요인으로 선정하였다. 다만 SLVI는 예측력이 미약한 요인을 자동으로 제거하는 특성이 있어, 일부 유형(NP)의 경우 예측요인이 3순위까지만 도출되었다.

머신러닝 분석은 특정 요인이 예측에 중요하게 작용한다는 정보는 제공하지만, 그 요인의 방향성, 즉 요인의 점수가 높을수록 해당 유형에 속할 가능성이 증가하는지, 낮을수록 증가하는지를 알려주지는 않는다. 예를 들어, 적응적 완벽주의의 주요 예측요인으로 ‘비일관성’이 도출되었다더라도, 비일관성이 높을수록 적응적 완벽주의 유형에 속할 가능성이 커지는 것인지, 낮을수록 커지는 것인지를 직관적으로 파악하기는 어렵다. 이에 본 연구에서는 주요 예측요인의 방향성을 보다 명확히 파악하기 위해, 각 변수의 유형 간 평균 차이를 확인할 수 있는 분산분석과 사후검정 결과를 제시하였다(표 4). 다시 말해 분산분석은 요인의 예측력을 검증하기 위한 절차가 아니라, 머신러닝 결과 해석의 용이성을 위한 보조적 수단으로써 수행되었다.

이러한 절차를 통해, 적응적 완벽주의를 예측하는 요인은 부모요인(낮은 비일관성, 높은 애정), 개인요인(높은 의도적 통제, 낮은 행동억제, 낮은 부정정서)이 선정되었다. 부적응적 완벽주의를 예측하는 요인은 부모요인(높은 감독, 높은 과잉간섭), 개인요인(높은 부정정서), 환경요인(높은 지각된 능력주의)이 채택되었다. 비완벽주의를 예측하는 요인은 부모요인(낮은 과잉기대), 개인요인(낮은 부정정서), 환경요인(낮은 지각된 능력주의)이 선정되었다. 비완벽주의의 경우 SLVI 분석에서 상대적으로 많은 요인이 소거되었는데, 이는 채택된

표 4. 머신러닝 분석 변수중요도 상위요인 및 최종 채택요인 (N=385)

	적응적 완벽주의 (AP; n=137)			부적응적 완벽주의 (MP; n=61)			비 완벽주의 (NP; n=47)			완벽압력 (PP; n=140)			$\chi^2$	사후검정
	M(SD)	RF	SLVI	M(SD)	RF	SLVI	M(SD)	RF	SLVI	M(SD)	RF	SLVI		
P1	2.87(.60)			2.94(.75)	O <sub>5</sub>	O <sub>3</sub>	2.74(.58)			2.83(.51)			6.00	N/A
P2	2.92(.60)			2.50(.73)			2.71(.67)			2.62(.56)			24.27*	1≥3≥4, 2
P3	1.80(.54)	O <sub>5</sub>	O <sub>3</sub>	2.40(.77)			1.91(.70)			2.27(.61)			51.86*	2, 4>3, 1
P4	2.30(.81)			2.50(.77)			1.83(.69)	O <sub>2</sub>	O <sub>2</sub>	2.34(.64)			22.67*	2, 4, 1>3
P5	2.04(.55)			2.43(.69)	O <sub>3</sub>	O <sub>5</sub>	1.98(.58)			2.32(.59)			26.90*	2, 4>1, 3
P6	1.31(.41)			1.70(.71)			1.31(.47)			1.76(.70)	O <sub>4</sub>	O <sub>4</sub>	46.71*	4, 2>1, 3
P7	1.55(.52)			1.85(.82)			1.60(.55)			2.06(.66)	O <sub>2</sub>	O <sub>1</sub>	42.50*	4≥2≥3, 1
P8	3.22(.52)	O <sub>4</sub>	O <sub>5</sub>	2.75(.78)	O <sub>4</sub>		2.97(.53)			2.86(.48)	O <sub>5</sub>		38.27*	1>3, 4, 2
T1	4.03(.71)			4.05(.91)		O <sub>4</sub>	3.81(.63)			3.63(.70)	O <sub>3</sub>	O <sub>2</sub>	33.13*	2, 1≥3≥4
T2	3.92(.60)	O <sub>3</sub>	O <sub>2</sub>	3.57(.89)			3.51(.79)	O <sub>5</sub>		3.40(.63)		O <sub>5</sub>	48.04*	1>2, 3, 4
T3	2.19(.81)	O <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	3.50(1.12)	O <sub>1</sub>	O <sub>2</sub>	2.10(.79)	O <sub>3</sub>	O <sub>3</sub>	3.12(.82)	O <sub>1</sub>	O <sub>3</sub>	110.90*	2, 4>1, 3
T4	2.61(.95)	O <sub>2</sub>	O <sub>4</sub>	3.30(1.12)			2.94(.99)	O <sub>4</sub>		3.30(.83)			39.54*	4, 2≥3≥1
T5	3.49(.85)			3.03(1.11)			3.23(.76)			3.08(.82)			17.59*	1≥3≥4, 2
M1	3.93(.63)			4.43(.50)	O <sub>2</sub>	O <sub>1</sub>	3.48(.67)	O <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	3.88(.55)			61.54*	2>1, 4>3
채택	비일관성, 애정, 의도적 통제, 행동억제, 부정정서			감독, 과잉간섭, 부정정서, 지각된 능력주의			과잉기대, 부정정서, 지각된 능력주의			학대, 방치, 사회적 민감성, 부정정서				

주. \*p<.001.

주. RF=Random Forest, SLVI= Significance-Based Logistic Regression Variable Importance, P1=감독, P2=합리적 설명, P3=비일관성, P4=과잉기대, P5=과잉 간섭, P6=학대, P7=방치, P8=애정, T1=사회적민감성, T2=의도적 통제, T3=부정정서, T4=행동억제, T5=활동성, M1=지각된 능력주의  
 주. 아래 첨자는 해당 모델에서 요인의 변수중요도 순위를 의미함

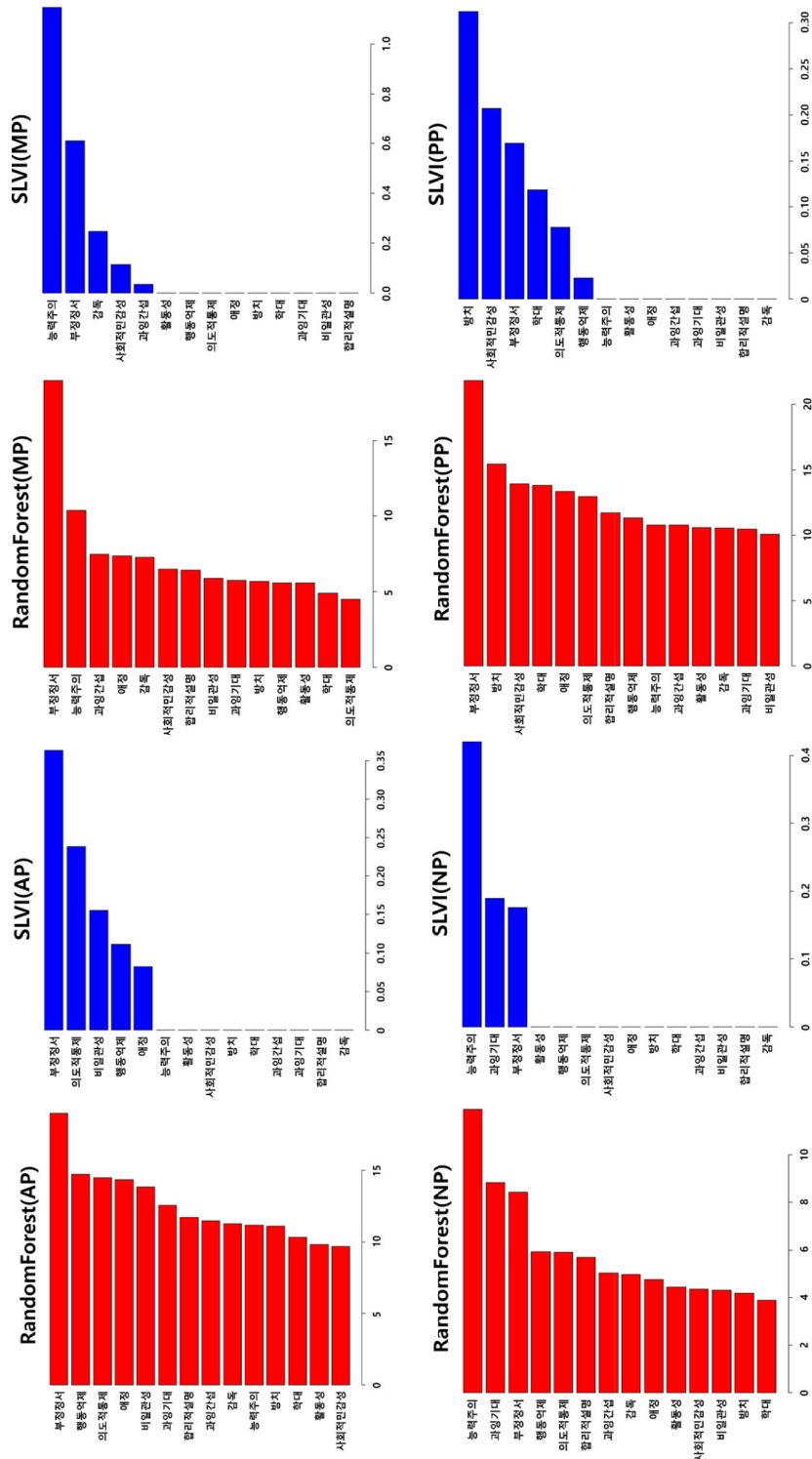


그림 3. 머신러닝 변수 중요도 결과 도표



세 요인이 비완벽주의를 설명하는 강력한 요인일 수 있음을 시사한다. 마지막으로, 완벽압력을 예측하는 요인은 부모요인(높은 학대, 높은 방치), 개인요인(낮은 사회적 민감성, 높은 부정정서)이 선정되었다.

## 논 의

본 연구는 완벽주의 유형이 분류되는 양상을 확인하고, 각 유형을 예측하는 요인을 탐색하는 것을 목적으로 하였다. 잠재프로파일 분석 결과, 완벽주의는 적응적 완벽주의(HS 점수는 높고 Disc 점수는 낮은 유형), 부적응적 완벽주의(HS와 Disc 점수 모두 높은 유형), 비완벽주의(HS와 Disc 점수 모두 낮은 유형), 완벽압력(HS 점수는 낮고 Disc 점수는 높은 유형) 유형으로 분류되었다. 이러한 결과는 완벽주의가 네 유형으로 분류되었던 동양권의 선행 연구들(최윤희, 정남운, 2020; Nakano, 2009; Wang, 2012; Wang et al., 2007)과 일치하며, 4 유형 분류 체계의 타당성을 확인한 것으로 해석될 수 있다.

유형 간 높은 기준, 불일치 점수는 모두 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 높은 기준 점수의 경우 부적응적 완벽주의 유형이 가장 높았고, 적응적 완벽주의 유형이 그 뒤를 이었다. 따라서 이 두 유형은 완벽을 추구하는 경향이 뚜렷할 것으로 예상되었다. 반면 완벽압력 유형과 비완벽주의 유형의 높은 기준 점수는 상대적으로 낮게 나타나, 이 두 유형을 완벽을 추구하는 유형으로 보기에 무리가 있는 것으로 보였다. 불일치 점수의 경우, 부적응적 완벽주의 유형이 가장 높았고, 완벽압력 유형이 뒤를 이었다. 이는 이들 두 유형이

자신의 수행이나 성취에 대해 부적절감을 보다 강하게 경험하고 있을 가능성을 시사한다. 반면, 적응적 완벽주의와 비완벽주의 유형은 불일치 점수가 낮게 나타나, 상대적으로 부적절감을 덜 경험할 것으로 추측되었다. 이러한 결과는 부적응적 완벽주의 유형과 완벽압력 유형의 심리적 적응성이 상대적으로 취약할 수 있음을 암시한다. 실제로 뒤이은 분석에서 이 두 유형은 적응적 완벽주의 유형과 비완벽주의 유형에 비해 행복 점수는 유의하게 낮고, 열등감 점수는 유의하게 높게 나타나 이러한 해석이 뒷받침되었다.

주목할 점은, 완벽압력 유형의 심리적 적응성이 부적응적 완벽주의 유형과 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다는 것이다. 내적 기준이 높지 않음에도 불일치감과 열등감을 경험한다는 것은, 이들이 상대적으로 낮은 기준조차 충족시키지 못한다고 느끼거나, 명확한 내적 기준이 없이 ‘더 잘 해야만 한다’는 압박감 속에 놓여 있음을 시사한다. 이는 곧 이들이 경험하는 불일치감이 외부의 기대나 사회적 비교로부터 비롯된 심리적 부담일 가능성을 암시한다. 본 연구에서 이 유형을 완벽압력 유형으로 명명한 것 또한 이들이 전통적인 의미의 완벽주의자와는 구별되는 역동을 지닌 집단이며, 내면화된 외적 기대가 심리적 긴장의 주요 원천임을 반영하고자 한 시도이다.

완벽주의가 높은 기준과 불일치의 조합으로 네 유형으로 분류된 본 연구의 결과는, ‘완벽주의적 노력(perfectionistic striving)’과 ‘완벽주의적 염려(perfectionistic concerns)’의 조합을 통해 완벽주의를 네 유형으로 나눈 완벽주의의 2×2 모델(Gaudreau & Thompson, 2010)과 이론적 접점을 지닌다. 그간 사람중심 접근에서는 완벽

주의를 주로 세 유형으로 분류해왔고, 2×2 모델에서는 완벽주의를 네 유형으로 분류해온 탓에, 두 접근 간 연구 결과를 통합적으로 이해하는 데 제약이 존재해왔다(Stoeber, 2017). 향후 4유형 분류체계를 바탕으로 한 연구가 활발히 이루어진다면, 두 접근 간의 이론적 간극을 좁히고, 완벽주의에 대한 개념적 지평을 확장할 수 있을 것이다.

완벽주의 유형의 예측요인을 탐색하기 위해 머신러닝 분석을 실시한 결과, 유형별로 3~5개의 요인이 도출되었다. 적응적 완벽주의 유형을 예측하는 요인으로는 부모요인(높은 애정, 낮은 비밀관성), 개인요인(높은 의도적 통제, 낮은 행동억제, 낮은 부정정서)이 선정되었다. 이 중 높은 애정, 낮은 비밀관성, 낮은 부정정서는 심리적 안정감을 획득하고 사회적응을 촉진하는 요인으로 볼 수 있다. 부모의 애정적인 양육은 자녀가 자신과 타인에 대한 긍정적인 이미지를 형성하고, 기본적인 신뢰를 바탕으로 세상과 상호작용하도록 돕는다(Kerns et al., 1996). 특히, 특정한 조건을 만족시키지 못하더라도 사랑받을 수 있다는 사실을 경험하는 것은, 자녀의 마음속에 불안을 감내할 수 있는 여분의 공간이 마련되는 토대가 된다. 또한 부모의 일관된 양육 태도는 심리적 안정감 형성은 물론 사회화에 중요한 요소로(Baumrind, 1975), 기본적인 사회 규칙을 내면화하고 적응행동을 습득하는 밑거름이 될 수 있다. 이와 함께 부정정서가 낮은 기질 또한 일상의 다양한 자극이나 피할 수 없는 좌절 상황에서도 정서적 균형을 유지하게 해주는 보호 요인으로 작용할 수 있다.

적응적 완벽주의의 예측요인 중 낮은 행동억제와 높은 의도적 통제는 개인이 내외적 자원을 획득하고 가치감을 형성하는 데 기여할

수 있는 요인들이다. 행동억제가 사회불안을 예측하는 강력한 요인이라는 점을 고려할 때(Clauss & Blackford, 2012), 행동억제가 낮은 사람일수록 새로운 상황이나 사람을 대하는 데 어려움이 적고, 이를 통해 관계적 자원을 보다 원활히 획득하고 활용할 수 있을 것으로 예상할 수 있다. 또한 자기 통제력이 높은 경우에는 사회적 맥락에서 정서를 조절하고 적절하게 행동함으로써 타인으로부터 긍정적인 평가를 받을 가능성이 높다(Fabes et al., 2003; Hill, 2004). 특히 타인의 평가가 중요한 문화적 맥락에서 이러한 긍정적 평가는 강력한 강화물로 작용할 수 있으며, 인내와 성취는 자아 정체감의 일부이자 이상적인 가치로 내면화될 수 있다. 이러한 특성이 과도하지 않고 적절한 수준에서 유지될 경우, 개인은 이를 발전의 동력으로 활용할 수 있을 것이다. 요약하면, 적응적 완벽주의는 심리적 안정감을 형성할 수 있는 요인들과 함께, 가치감과 포부를 키워나갈 수 있는 요인들이 결합되어 적절한 수준의 완벽을 추구하는 유형으로 발달한 것이라는 가설을 세워볼 수 있다.

부적응적 완벽주의 유형을 예측하는 요인으로는 부모요인(높은 감독, 높은 과잉간섭), 개인요인(높은 부정정서), 환경요인(높은 지각된 능력주의)이 선정되었다. 이들 요인은 모두 불안과의 연결성을 지닌다. 감독하고 간섭하는 양육은 통제적 양육을 시사하는 것으로, 부모 자신의 불안이나 욕구에 따라 자녀를 과도하게 통제할 경우, 자녀는 수행이나 평가에 민감해지고 불안과 두려움을 경험하게 될 가능성이 높다(Barber, 1996). 또한 능력 중심의 차별적인 환경은 개인으로 하여금 자신의 수행을 타인과 지속적으로 비교하게 만들며, 이로 인해 불안이 유발될 수 있다(Li, 2025). 아울러,

부정정서에 취약한 기질 또한 역기능적인 사고와 정서를 유발 및 확산시킴으로써 불안을 심화시키는 요인으로 작용할 수 있다.

이처럼 다양한 불안 요소에 직면한 개인은 불안에 대처하기 위한 전략을 모색하게 되며, 이때 내면화된 부모의 방식에 따라 대처할 가능성이 높다. 완벽주의는 이러한 불안을 통제하는 전략 중 하나로 기능할 수 있다. 완벽하기만 하다면 수행에 대한 불안을 느끼지 않아도 되기 때문이다. 그러나 현실적으로 완벽에 도달하는 것은 불가능하며, 이로 인해 개인은 이상과 현실 사이에 괴리감을 경험하게 된다. 이러한 과정은 부적응적 완벽주의 유형이 매우 높은 기준을 추구하면서 동시에 불일치감을 크게 경험하는 이유를 설명할 수 있다. 요약하자면, 부적응적 완벽주의는 부모의 불안과 사회적 요구에 대한 반응으로 형성된 완벽주의 유형으로 이해해볼 수 있다. 이는 Flett와 Hewitt(2002)이 제안한 완벽주의 발달 모델 중 에서, 부모로부터 내면화된 불안에 대처하기 위해 완벽주의가 발달한다는 ‘불안 양육모델’과, 외부의 기대에 부응하기 위해 완벽주의가 발달한다는 ‘사회적 기대모델’의 설명과도 부합하는 결과로 볼 수 있다.

비완벽주의 유형을 예측하는 요인으로는 부모요인(낮은 과잉기대), 개인요인(낮은 부정정서), 환경요인(낮은 지각된 능력주의)이 선정되었다. 낮은 과잉기대와 낮은 지각된 능력주의는 이들이 성취에 대한 압박이 비교적 적은 환경에서 성장했음을 시사한다. 흥미로운 점은, 이들이 보고한 부모 양육태도 점수가 적응적 완벽주의 유형과 유사하게 합리적이고 온정적인 양육을 반영하고 있다는 점이다. 이는 이들이 무언가를 성취해내지 않더라도 부모로부터 충분히 사랑받고 존중받을 수 있었

다는 의미일 수 있다. 따라서 이들은 스스로에 대한 기준을 높게 설정할 필요도, 수행에 대해 부적절감을 느낄 여지도 적었을 것으로 추측된다. 또한 부정정서에 취약하지 않은 기질 역시 심리적 안정성과 적응성 확보에 기여했을 수 있다. 요약하자면, 비완벽주의 유형은 수행이나 성취에 대한 기대가 크지 않은 환경, 온정적이고 수용적인 부모 양육, 안정적인 정서 특성이 결합되어, 스스로에게 높은 기준을 설정하지 않고 불일치감도 적게 느끼는 방향으로 발달한 유형이라 가정해볼 수 있다.

완벽압력 유형을 예측하는 요인으로는 부모요인(높은 학대, 높은 방치)과 개인요인(낮은 사회적 민감성, 높은 부정정서)이 도출되었다. 이들은 모두 개인이 정체성을 형성하고 내적인 기준을 확립하는 데 지장을 줄 수 있는 요인들이다. 학대와 방치는 거부적 양육과 관련되며, 이러한 환경에서 자란 아동은 자존감 저하, 무능감, 부적절감 등을 경험하면서 자기적절감이 손상될 수 있다(Rohner, 1986). 이로 인해 개인은 자율적인 기준을 세우기보다, 외부의 기준이나 평가에 더 의존하게 될 수 있다. 또한 낮은 사회적 민감성은 타인의 의도를 적절하게 해석하고 조망하는 능력을 저해할 수 있고, 부정정서에 취약한 기질은 일상적 경험을 보다 부정적으로 인식하게 하여 외부의 압력에 더욱 민감해지게 만들 수 있다.

그러나 완벽압력 유형을 부모의 양육방식이나 개인의 기질만으로 설명하기에는 한계가 있다. 이와 유사한 발달 궤적은 서구권에도 관찰될 수 있으나, 완벽압력 유형과 유사한 프로파일은 주로 동양권 연구에서 관찰되었기 때문이다. 이는 해당 유형의 형성 과정에 문화적 요인이 작용했을 가능성을 시사하므로, 보다 포괄적인 이해를 위해 문화적 맥락을 함

게 고려할 필요가 있다. Hofstede(2011)는 서양 문화는 자율성을 중시하는 개인주의적 가치관에 기반하는 반면, 동양 문화는 관계와 위계를 중시하는 집단주의적 가치관을 중심으로 이루어져 있다고 보았다. Markus와 Kitayama(1991)는 집단주의 문화에서는 개인이 타인과의 상호의존적인 관계 속에서 자아개념을 형성한다고 주장하였다. 이러한 문화에서는 타인의 기대나 평가, 그리고 주변 사람들과의 비교 속에서 형성된 사회적 기준이 무의식적으로 내면화되어, 개인의 자기평가와 정체감 형성에 깊이 관여하게 된다. 실제로 아시아인이 서양인보다 높은 인지적 성취를 보이면서도 자아개념이나 자존감을 더 낮게 보고한 여러 연구들(Chen et al., 2006; Mann et al., 1998; Rogers, 1988)은 이와 같은 결과가 단순히 개인적 요인에서 기인한 것이 아니라, 사회적 기준에서 비롯된 외적 압력을 반영한 것일 수 있음을 암시한다. 이러한 맥락에서 완벽압력 유형은 개인의 기준보다는 외적 기준에 대한 압박을 중심으로 형성된 유형으로 추측할 수 있으며, 이는 집단주의적 가치관이 심리적 구조에 반영된 결과로도 이해해 볼 수 있다. 특히 이 유형이 전체 유형 중 가장 높은 비율을 차지했다는 점은, 한국 사회에 완벽에 대한 압박을 경험하는 이들이 광범위하게 존재함을 시사한다.

요약하자면, 완벽압력 유형은 성장 과정에서 외상적 경험과 정서적·관계적 취약성으로 인해 정체감이 불완전한 상태에서, 외적 기준이 강하게 내면화됨으로써 형성된 유형으로 이해해 볼 수 있다. 결국 이들이 충족시키지 못하고 있는 것은 스스로 설정한 기준이 아니라, 내면화된 외적 기준일 가능성이 크다. 이러한 외적 기준의 내면화는 동양 문화권에

서 비교적 보편적인 현상일 것으로 추정되며, 이는 완벽압력 유형뿐 아니라 다른 완벽주의 유형의 형성 과정에도 일정 부분 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 예를 들어, 대부분의 서구권 연구들에서 높은 기준과 불일치 간에 유의한 상관이 나타나지 않은 것과 달리, 본 연구를 포함한 일부 동양권 연구(이승희, 이동혁, 2014; 최운호, 정남운, 2020; Wang et al., 2007, 2009)에서는 두 변수 간 정적 상관이 보고되었다. 이는 동양 문화권에서는 일반적으로 높은 기준에 자신의 성취 열망뿐 아니라 타인의 기대까지 포함되어 있어 그 기준을 충족시키기 어려우며, 이로 인해 불일치감도 더 쉽게 느끼는 것으로 해석해볼 수 있다.

본 연구는 완벽주의 유형의 분류 양상을 규명하고, 각 유형의 예측요인과 발달 궤적을 가설적으로 제시했다는 점에서 의의가 있다. 특히 부정응적 완벽주의 유형이 불안 양육모델과 사회적 기대모델이 결합된 형태일 가능성을 제시하였고, 동양 문화권에서 주로 나타난 제4의 유형(완벽압력 유형)이 불완전한 정체감과 외적 기준의 내면화를 핵심 특성으로 하는 유형일 수 있음을 제안하였다. 이는 기존 서구 중심의 완벽주의 발달 이론을 문화적으로 확장하고, 문화적 맥락이 완벽주의 발현 양상에 미치는 영향을 조망한 것이기도 하다.

이러한 결과는 치료 실무에서도 개입의 방향을 설정하는 데 시사점을 제공할 수 있다. 예를 들어, 부정응적 완벽주의 유형은 부모의 과잉간섭과 감독이라는 불안 양육 요인, 능력주의적인 환경이라는 사회적 기대 요인, 그리고 높은 부정정서와 같은 기질적 특성이 복합적으로 작용하며 형성되었을 가능성이 제시되었다. 이들은 자신의 가치를 외적 성취에 의존해 평가할 가능성이 높으며, 이는 통제력

상실에 대한 불안과 자신을 수용하지 못하는 태도로 이어지기 쉽다. 따라서 치료에서는 내면화된 외부 기준을 재구조화하고, “완벽해야만 인정받는다”는 신념에 의문을 제기하도록 돕는 것이 중요하다. 성과와 무관하게 자신이 수용될 수 있다는 인지적 이해와 정서적 경험을 제공함으로써 안정된 자존감의 기반을 구축하고, 실패나 실수에 대한 불안을 감소시키기 위한 행동 실험을 시도하고 그 결과를 논의해볼 수 있다. 또한 감정을 인식하고 조절하는 방법을 습득하며, 경직된 대처전략을 보다 유연한 방식으로 대체할 수 있도록 조력할 수 있을 것이다.

한편, 완벽압력 유형은 상대적으로 높은 기준을 지니고 있지 않음에도 불구하고, 그 기준조차 충족하지 못하고 있다는 인식과 함께 불일치감, 정체감 혼란 등을 경험할 수 있다. 이들은 성장 과정에서의 외상 경험, 낮은 사회적 민감성과 높은 부정정서와 같은 기질적 취약성의 영향 하에 성장하며, 특히 사회적 기준의 내면화가 이들의 자기평가에 부정적인 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 따라서 개입의 초점은 자기개념의 회복과 정체감 형성에 둘 수 있다. 구체적으로는 조건 없는 수용의 경험을 반복하고, 자신의 감정, 흥미, 강점 등을 탐색하고 표현하는 과정을 통해 타인 중심의 자기평가에서 벗어나 자율적이고 일관된 자기개념을 형성하도록 돕는 것이 중요하다. 아울러 사회기술 훈련을 통해 긍정적인 관계 경험을 이루도록 돕는 것 또한 온전한 자기개념 형성에 도움이 될 수 있다.

요약하자면, 부적응적 완벽주의 유형은 외적 성취 중심의 자기개념과 경직된 대처전략을 재구조화하는 것이 개입의 핵심이며, 완벽압력 유형은 불안정한 정체감을 다루는 데 초

점을 맞출 필요가 있다. 치료자는 각 유형이 지닌 고유한 심리 역동과 발달적 맥락을 충분히 고려하여 내담자에 적합한 개입 전략을 마련해야 할 것이다.

본 연구에는 몇몇 한계점도 존재한다. 첫째, 본 연구에서는 완벽주의 유형의 적응성을 행복과 열등감이라는 심리적 특성에 기반하여 비교하였다. 이는 개인의 내적 경험을 이해하는 데 유용한 접근이지만, 완벽주의 유형의 적응성을 보다 입체적으로 이해하기 위해서는 유형별 실제 성취 수준과 같은 객관적인 지표와의 비교가 병행될 필요가 있다. 이 경우 신뢰성과 타당성을 확보할 수 있는 방법(예, 실험법)을 고려할 필요가 있을 것이다. 둘째, 본 연구에서는 예측요인 중 하나인 기질을 측정함에 있어 통계적 타당성을 고려하여 ‘긍정정서’ 하위척도를 제외하였다. 그러나 긍정정서는 개인의 정서적 회복력 등과 관련된 심리적 특성으로, 완벽주의를 이해하는 데 중요한 정보를 제공할 수 있다. 후속 연구에서는 척도의 개선이나 통계적 보완 방법을 통해 보다 포괄적인 기질 평가가 이루어질 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서는 완벽주의 유형의 발달 과정을 다양한 초기요인을 바탕으로 가설적으로 추정하였다. 그러나 횡단적 자료를 기반으로 한 해석은 인과성을 명확히 규명할 수 없고, 가외 변인의 영향을 통제하기 어렵다는 한계가 있다. 완벽주의의 형성과정을 자세히 이해하기 위해서는 초기의 개인적·환경적 요인뿐만 아니라, 이후의 대처방식이나 방어기제 등 과정 변인이 어떻게 개입하고 상호작용하는지를 종합적으로 고려해야 한다. 따라서 향후 연구에서는 이러한 과정 변인을 포함하여 시간의 흐름에 따른 상호작용과 순환 구조를 추적할 수 있는 종단 연구나, 복합적인 내

면의 의미 구조를 조망할 수 있는 질적 연구가 이루어질 필요가 있을 것이다.

## 참고문헌

- 김수아 (2021). 성인용 기질 척도 개발 및 기질과 심리적 안녕감 간의 관계. 가톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 김수아, 최은실 (2021). 성인용 기질 척도 (ATS) 개발 및 타당화 연구. *인지발달장애학회지*, 12(4), 111-134.
- 김윤희, 서수균 (2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(3), 581-613.
- 김현희, 김창대. (2011). 완벽주의자 하위 유형 분류 연구-평가염려·개인기준 완벽주의자 중심으로. *상담학연구*, 12(1), 373-391.
- 박현주 (2009). Almost perfect 척도의 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 21(1), 131-149.
- 박현주, 정대용. (2010). 완벽주의 하위집단의 특징: 지연행동, 문제해결 평가, 대인관계 문제를 중심으로. *상담학연구*, 11(3), 975-991.
- 서은국, 구재선 (2011). 단축형 행복 척도 (COMOSWB) 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 25(1), 96-114.
- 신웅섭 (2024). 유의성 기반 로지스틱 회귀모형 변수중요도: 위게임 데이터 분석. *한국산학기술학회논문지*, 25(2), 175-182.
- 유리하, 한경화 (2022). 예측모형의 머신러닝 방법론과 통계학적 방법론의 비교: 영상 의학 연구에서의 적용. *대한영상의학회지*, 83(6), 1219-1228.
- 이승희, 이동혁 (2014). 완벽성향 척도 개정판 (APS-R)의 구인타당도. *교사와 교육 (구 교육논집)*, 32(1), 27-40.
- 이아람, 이정윤. (2015). 대학생의 완벽주의 특성에 따른 군집유형. *상담학연구*, 16(3), 215-231.
- 임기홍 (2000). 고등학교 학생들의 열등감과 관련 변인. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 최윤희, 정남운 (2020). 완벽주의 군집유형 분류: 높은 기준이 부여되는 원천을 중심으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 32(1), 523-545.
- 허묘연 (2004). 청소년이 지각한 부모 양육행동 척도의 개발 및 타당화 연구. *청소년상담연구지*, 12(2), 170-189.
- Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development*, 67(6), 3296-3319.
- Baumrind, D. (1975). The contributions of the family to the development of competence in children. *Schizophrenia Bulletin*, 1(14), 12-37.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist script for self-defeat. *Psychology Today*, 14(6), 34-52.
- Bzdok, D., Altman, N., & Krzywinski, M. (2018). Statistics versus machine learning. *Nat Methods*, 15(4), 233-234.
- Chang, E. C., Watkins, A., & Banks, K. H. (2004). How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 93-102.
- Chen, S. X., Chan, W., Bond, M. H., & Stewart,

- S. M. (2006). The effects of self-efficacy and relationship harmony on depression across cultures: Applying level-oriented and structure-oriented analyses. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 37(6), 643-658.
- Clauss, J. A., & Blackford, J. U. (2012). Behavioral inhibition and risk for developing social anxiety disorder: A meta-analytic study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 51(10), 1066-1075.
- Craddock, A. E., Church, W., & Sands, A. (2009). Family of origin characteristics as predictors of perfectionism. *Australian Journal of Psychology*, 61(3), 136-144.
- Curran, T., & Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410-429.
- Dickinson, W. L., & Ashby, J. S. (2005). Multidimensional perfectionism and ego defenses. *Journal of College Student Psychotherapy*, 19(3), 41-54.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., & Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of Counseling Psychology*, 47(4), 437~453.
- Ellis, A. (1958). Rational psychotherapy. *The Journal of General Psychology*, 59(1), 35-49.
- Fabes, R. A., Martin, C. L., Hanish, L. D., Anders, M. C., & Madden-Derdich, D. A. (2003). Early school competence: the roles of sex-segregated play and effortful control. *Developmental Psychology*, 39(5), 848-858.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 89-132). American Psychological Association.
- 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., & Rosenblatt, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Gaudreau, P., & Thompson, A. (2010). Testing a 2× 2 model of dispositional perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 532-537.
- Gilman, R., Ashby, J. S., Sverko, D., Florell, D., & Varjas, K. (2005). The relationship between perfectionism and multidimensional life satisfaction among Croatian and American youth. *Personality and Individual Differences*, 39(1), 155-166.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(1), 98-101.
- Hibbard, D. R., & Walton, G. E. (2014). Exploring the development of perfectionism: The influence of parenting style and gender. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 42(2), 269-278.
- Hill, A. L. (2004). *The development of effortful control: Links with parenting, infant emotion regulation, and social competence in early childhood*. University of Notre Dame.
- Hofstede, G. (2011). Dimensionalizing cultures: The Hofstede model in context. *Online readings*

- in psychology and culture*, 2(1), 8(1-26).
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103.
- Horney, K. (1951). *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization*. Routledge & Kegan Paul.
- Howard, M. C., & Hoffman, M. E. (2018). Variable-centered, person-centered, and person-specific approaches: Where theory meets the method. *Organizational Research Methods*, 21(4), 846-876.
- Ipsos, MORI. (2023). *Global Trends Report*. <https://www.ipsos.com/sites/default/files/2023-Ipsos-Global-Trends-Report.pdf>
- Jonsson, P., & Wohlin, C. (2004). *An evaluation of k-nearest neighbour imputation using Likert data*. Paper presented at the IEEE IEEE 10th International Symposium Proceedings (pp. 108-118). <https://ieeexplore.ieee.org/document/1357895/>
- Kerns, K. A., Klepac, L., & Cole, A. (1996). Peer relationships and preadolescents' perceptions of security in the child-mother relationship. *Developmental Psychology*, 32(3), 457-466.
- Li, L. (2025). The mechanisms of social media-induced anxiety: An S-O-R perspective on FoMO, social comparison, information overload, and meritocracy among university students. *Media and Communication Research*, 6(2), 75-86.
- Lorena, A. C., Jacintho, L. F., Siqueira, M. F., De Giovanni, R., Lohmann, L. G., De Carvalho, A. C., & Yamamoto, M. (2011). Comparing machine learning classifiers in potential distribution modelling. *Expert Systems with Applications*, 38(5), 5268-5275.
- Mann, L., Radford, M., Burnett, P., Ford, S., Bond, M., Leung, K., Nakamura, H., Vaughan, G., & Yang, K.-S. (1998). Cross-cultural differences in self-reported decision-making style and confidence. *International Journal of Psychology*, 33(5), 325-335.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Cultural variation in the self-concept. In J. Strauss & G. R. Goethals (Eds.) *The Self: Interdisciplinary Approaches* (pp. 18~48). Springer.
- Martin, J. L., & Ashby, J. S. (2004). Appraising perfection: The relationship of multidimensional perfectionism and intellectual development in college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 18(4), 61-74.
- Methikalam, B., Wang, K. T., Slaney, R. B., & Yeung, J. G. (2015). Asian values, personal and family perfectionism, and mental health among asian indians in the united states. *Asian American Journal of Psychology*, 6(3), 223-232.
- Nakano, K. (2009). Perfectionism, self-efficacy, and depression: Preliminary analysis of the Japanese version of the almost perfect scale-revised. *Psychological Reports*, 104(3), 896-898.
- Nylund-Gibson, K., & Choi, A. Y. (2018). Ten frequently asked questions about latent class analysis. *Translational Issues in Psychological Science*, 4(4), 440-461.
- Nylund, K. L., Asparouhov, T., & Muthén, B. O. (2007). Deciding on the number of classes in latent class analysis and growth mixture



- modeling: A Monte Carlo simulation study. *Structural Equation Modeling: A multidisciplinary Journal*, 14(4), 535-569.
- Parker, W. D. (1997). An empirical typology of perfectionism in academically talented children. *American Educational Research Journal*, 34(3), 545-562.
- Petras, H., & Masyn, K. (2010). General growth mixture analysis with antecedents and consequences of change. In: A. Piquero & D. Weisburd (Eds.), *Handbook of Quantitative Criminology* (pp. 69~100). Springer.
- Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2007). An efficient method for classifying perfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 72-85.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Gilman, R. (2011). Classifying adolescent perfectionists. *Psychological Assessment*, 23(3), 563-577.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 304-314.
- Rice, K. G., & Slaney, R. B. (2002). Clusters of perfectionists: Two studies of emotional adjustment and academic achievement. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 35(1), 35-48.
- Rogers, A. R. (1988). Does biology constrain culture?. *American Anthropologist*, 90(4), 819-831.
- Roeser, R. W., Midgley, C., & Urdan, T. C. (1996). Perceptions of the school psychological environment and early adolescents' psychological and behavioral functioning in school: The mediating role of goals and belonging. *Journal of Educational Psychology*, 88(3), 408-422.
- Rohner, R. P. (1986). *The warmth dimension: Foundations of parental acceptance-rejection theory*. Sage Publications, Inc.
- Sironic, A., & Reeve, R. A. (2012). More evidence for four perfectionism subgroups. *Personality and Individual Differences*, 53(4), 437-442.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145.
- Smith, M. M., Saklofske, D. H., Yan, G., & Sherry, S. B. (2016). A person centered perspective on multidimensional perfectionism in Canadian and Chinese university students: A multigroup latent profile analysis. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 44(2), 135-151.
- Stoeber, J. (Ed.). (2017). *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications* (pp. 47~48). Routledge.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319.
- Stumpf, H., & Parker, W. D. (2000). A hierarchical structural analysis of perfectionism and its relation to other personality characteristics. *Personality and Individual Differences*, 28(5), 837-852.
- Tolstoy, L. N. (2014) *Anna Karenina* (p. 686) (R. Bartlett, Trans.). Oxford University Press. (Original work published 1877).

- Walton, G. E., Hibbard, D. R., Coughlin, C., & Coyle-Shepherd, D. D. (2020). Parenting, personality, and culture as predictors of perfectionism. *Current Psychology*, 39(2), 681-693.
- Wang, K. T. (2010). The Family Almost Perfect Scale: Development, psychometric properties, and comparing Asian and European Americans. *Asian American Journal of Psychology*, 1(3), 186-199.
- Wang, K. T. (2012). Personal and family perfectionism of Taiwanese college students: Relationships with depression, self-esteem, achievement motivation, and academic grades. *International Journal of Psychology*, 47(4), 305-314.
- Wang, K. T., Slaney, R. B., & Rice, K. G. (2007). Perfectionism in Chinese university students from Taiwan: A study of psychological well-being and achievement motivation. *Personality and Individual Differences*, 42(7), 1279-1290.
- Wang, K. T., Yuen, M., & Slaney, R. B. (2009). Perfectionism, depression, loneliness, and life satisfaction: A study of high school students in Hong Kong. *The Counseling Psychologist*, 37(2), 249-274.
- Zhang, H., & Wang, M. (2009). Search for the smallest random forest. *Statistics and its Interface*, 2(3), 381-388.
- 원 고 접 수 일 : 2025. 04. 03  
수정원고접수일 : 2025. 06. 09  
게재결정일 : 2025. 06. 26

## Classification of Perfectionism Types and Exploration of Predictive Factors: Using Latent Profile Analysis and Machine Learning

Yoon Ho Choi<sup>1)</sup>      Woong Sub Shin<sup>2)</sup>      Nam Woon Chung<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Department of Psychology, The Catholic University of Korea / PhD candidate

<sup>2)</sup>Department of Computer Science, University of Colorado Boulder / PhD student

<sup>3)</sup>Department of Psychology, The Catholic University of Korea / Professor

This study explored the classification of perfectionism types, their psychological characteristics, and predictors across parental, personal, and environmental domains. 385 Korean adults completed self-report measures assessing perfectionism, parenting, temperament, meritocracy, well-being, and inferiority. Latent profile analysis identified four types: adaptive perfectionism, maladaptive perfectionism, non-perfectionism, and perfectionistic pressure. The maladaptive and perfectionistic pressure types showed lower happiness and higher inferiority than the other two types. Machine learning analyses revealed predictors for each type. Adaptive perfectionism was associated with high affection, low inconsistency, high effortful control, low behavioral inhibition, and low negative emotionality. Maladaptive perfectionism was predicted by high monitoring, high intrusiveness, high negative emotionality, and high perceived meritocracy. Non-perfectionism was related to low over-expectations, low negative emotionality, and low perceived meritocracy. Perfectionistic pressure was associated with high abuse, high neglect, low social sensitivity, and high negative emotionality. This study offers theoretical insights into the developmental trajectories of each type of perfectionism.

*Key words* : perfectionism, latent profile analysis, machine learning, predictors, determinants