

성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 대학생의 지연행동에 미치는 영향: 사회부와 완벽주의와 우울의 매개효과*

The Effects of Maternal Parenting Styles Experienced During Childhood on Undergraduate Students' Procrastination: The Mediating Role of Socially Prescribed Perfectionism and Depression

1차원고접수: 2025.04.10. 수정원고접수: 2025.05.28. 최종게재결정: 2025.06.20.

이정현¹ · 이운경²

¹이화여자대학교 아동학과, 석사

²이화여자대학교 아동학과, 조교수

Jeong Hyeon Lee¹

Woon Kyung Lee²

¹Dept. of Child Development & Intervention, Ewha Womans University

²Dept. of Child Development & Intervention, Ewha Womans University

국문초록 본 연구는 대학생이 성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 사회부와 완벽주의와 우울을 매개로 일반적 지연행동에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 이를 위해 만 18세에서 25세 사이의 국내 대학생 263명(남성 131명, 여성 132명)을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 구조방정식 모형 분석을 통해 성장기에 경험한 어머니의 양육태도, 사회부와 완벽주의, 우울이 지연행동에 미치는 경로를 검증하였다. 주요 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 어머니의 돌봄 및 과보호와 지연행동의 관계에서 사회부와 완벽주의의 매개효과는 유의하지 않았다. 둘째, 어머니의 과보호는 우울을 매개로 지연행동에 정적인 영향을 미쳤으며, 돌봄이 우울을 매개로 지연행동에 영향을 미치는 경로는 유의하지 않았다. 셋째, 어머니의 돌봄과 과보호는 사회부와 완벽주의와 우울의 순차적 매개를 통해 지연행동에 간접적으로 정적인 영향을 미쳤다. 본 연구는 대학생의 역기능적 행동 중 상대적으로 연구가 부족한 일반적 지연행동에 주목하였으며, 이에 대한 발달적 기제로서 성장기 어머니의 양육행동이 미치는 영향을 확인했다는 점에서 의의가 있다. 본 연구 결과는 대학생의 지연행동을 이해하고, 예방 및 개입 방안을 마련하는 데 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

주요어 성장기에 경험한 어머니의 양육태도, 대학생, 사회부와 완벽주의, 우울, 지연행동

Abstract This study aims to examine the effects of maternal parenting styles experienced during childhood on undergraduate students' general procrastination, with socially prescribed perfectionism and depression as mediators. A survey was conducted with 263 undergraduate students in South Korea (131 males, 132 females), aged 18-25. Structural equation modeling was used to analyze the pathways from maternal care and overprotection to procrastination through socially prescribed perfectionism and depression. The main findings are as follows. First, maternal care and overprotection did not significantly influence procrastination through socially prescribed perfectionism alone. Second, maternal overprotection had a significant positive indirect effect on procrastination through depression, while the indirect effect of maternal care through depression was not significant. Third, both maternal care and overprotection had significant indirect effects on procrastination through the sequential mediation of socially prescribed perfectionism and depression. This study provides insights into general procrastination in undergraduate students, a dysfunctional behavior that has received relatively little attention when compared to academic procrastination. These results highlight the developmental role of maternal parenting, particularly low care and high overprotection, in shaping perfectionism and depression, which may contribute to procrastination. The findings may offer practical implications for professionals and support groups seeking to understand and intervene in students' procrastination.

Keywords maternal parenting styles experienced during childhood, undergraduate students, socially prescribed perfectionism, depression, procrastination

* 본 논문은 제 1저자의 석사학위논문(2024)의 일부를 수정·보완한 것임.

본 논문은 2024년 한국인간발달학회 춘계학술대회에서 포스터 발표한 연구를 수정·보완한 것임.

Corresponding to 이운경 (Woon Kyung Lee)

이화여자대학교 아동학과, 조교수 (Dept. of Child Development & Intervention, Ewha Womans University) **E-mail.** lwk@ewha.ac.kr

Copyright © 2025 The Korean Association of Human Development. All rights reserved.

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

많은 사람들이 해야 할 일을 앞두고 즉각적으로 행동에 옮기기보다는 미루는 경향을 보이며, 이로 인해 일이 늦어지거나 원하는 만큼의 결과를 얻지 못하는 경험을 한다. 지연행동이란 목표의 시작과 완성을 위해 필요한 행동을 정당한 이유 없이 미루는 것을 의미하는데(임성문, 2006a; Lay, 1986), 미루는 습관이 일상에서 반복적으로 나타나면 이를 만성적인 지연행동으로 볼 수 있다(임성문, 2006b). 지연행동은 다양한 부정적 심리 및 행동적 특성과 깊이 연관되어 있다. 예를 들어, 지연행동을 보이는 개인은 그렇지 않은 경우에 비해 자존감 수준이 유의하게 낮은 것으로 나타났으며, 타인이 자신을 어떻게 인식하는지에 대한 관심을 의미하는 공적 자기 자의식과 다른 사람들과의 사회적 상황에서 과도한 걱정 또는 두려움을 느끼는 사회 불안 수준이 상대적으로 높았다(Ferrari, 1991). 나아가, 지연행동 습관은 단순히 일상적인 과제 수행에 국한되지 않고, 건강관리, 안전, 은퇴 후 노후 준비와 같이 개인의 안녕과 밀접하게 관련된 문제에서도 나타나는 것으로 밝혀졌다(O'Donoghue & Rabin, 1999; Sirois, 2007).

지연행동은 성인 진입기에 위치해 있는 대학생의 발달에 특히 중요한 영향을 미칠 수 있다. 선행 연구에 따르면 대학생의 70%가 해야 할 일을 종종 미룬다고 보고하였으며(Hammer & Ferrari, 2002), 한 국내 기업의 조사에 따르면 조사 대상 대학생의 57.8%가 ‘할 일 미루기’ 습관을 가지고 있는 것으로 보고되었다(잡코리아, 2016). 현재 국내에서 대학생의 지연행동을 다룬 선행 연구들은 주로 학업적 상황에서 나타나는 지연행동에 초점을 맞추고 있다(김현이, 송미경, 2018; 문현정, 김정규, 2019; 신재옥, 홍정순, 2021; 조이슬, 강영신, 2015). 그러나 선행 연구에 따르면 연령이 높아질수록 학업과 같은 특정 영역에 국한된 상황적 지연행동은 줄어드는 경향이 있지만, 이는 실제로 개인의 전반적 지연행동이 줄어드는 것을 의미하지는 않는다. 오

히려 지연행동은 부정적 생활양식으로서 고착되어 만성적이며 성격적인 특성으로 나타날 수 있다(Ferrari, Johnson & McCown, 1995). 즉 지연행동은 특정 영역인 학업에만 국한되는 문제가 아니라, 개인의 전반적인 일상생활에서 부정적 문제를 유발할 수 있는 역기능적 행동 특성이라고 볼 수 있기에(이애경 등, 2021), 대학생들의 지연행동을 이해하기 위한 연구가 필요하다. 이에 본 연구는 학업이라는 특정 영역에 한정된 지연행동이 아닌 대학생의 일상 전반에서 반복적으로 나타나는 성격화된 행동 특성으로서의 지연행동에 주목하며, 발달과정에서 일반적 지연행동에 영향을 미칠 수 있는 다양한 개인적, 환경적 요인들의 구조적 관계를 탐색하는 데 목표를 두고자 한다.

지연행동의 주요한 성격적 특성으로 보고되는 변인 중 하나는 사회부와 완벽주의이다(Flett, Hewitt & Martin, 1995; Hewitt & Flett, 1991). 완벽주의란 자신이 수행하는 일에 대해 매우 높은 기준과 기대를 설정하는 것을 의미한다(Flett & Hewitt, 2002). Hewitt과 Flett(1991)은 완벽주의를 대인관계적 측면에서 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회부와 완벽주의의 세 차원으로 구분하였다. 이 중 사회부와 완벽주의는 개인이 중요한 타인이 설정한 기준과 기대에 반드시 도달해야 한다고 인식하는 것을 의미한다. 이러한 성향을 보이는 사람들은 타인이 자신에게 비현실적으로 높은 기준을 요구하며 엄격한 평가를 내린다고 믿는 경향이 있는데, 이러한 높은 기준을 충족시키지 못할 경우 자신이 거부당할 것이라고 믿고 타인에게 평가받을 상황을 피하기 위해 지연행동을 하는 경향이 있다(김현이, 송미경, 2018; Flett, Blankstein & Hewitt, 1992) 특히, 선행 연구들은 대학생의 사회부와 완벽주의가 학업적 지연행동에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고하고 있다(신재옥, 홍정순, 2021; 조이슬, 강영신, 2015; 추상엽, 임성문, 2009). 지연행동은 학업과 같은 평가 상황뿐만 아니라, 비평가적 맥락에서도 폭넓게 발생할 수 있으며, 이는 자기조절 실패와 같은 개인 내적 요인과 밀접한 관련이 있다(Klingsieck, 2013). 반면, 학업적 지연행동은 성적과 같은 외적 평가와 직결되며, 실패에

대한 두려움, 학업 자기효능감 등 보다 특정한 동기 구조에 의해 영향을 받는다는 점에서 구별된다(Cerino, 2014; Steel & Klingsieck, 2016). 이러한 동기의 차이에도 불구하고 국내에서는 사회부과 완벽주의와 일반적인 지연행동 간의 관계를 탐색한 선행 연구는 학업적 지연행동과의 관계를 다룬 연구에 비해 상대적으로 연구 수행이 적은 실정이다. 하지만 국외연구들을 중심으로 두 변인 간의 관계가 유의한 것으로 보고되고 있다(Carvalho, Ruparelia & Telwala, 2018; Fee & Tangney, 2000; Flett et al., 1992). 사회부과 완벽주의 수준이 높은 대학생들은 타인이 자신에게 과도한 기준을 부여하며, 이를 충족하지 못할 경우 거절에 대한 두려움을 가지는 경향이 있으며, 이에 따라 실패에 대한 두려움 또한 매우 큰 것으로 나타났다(Flett et al., 1992). 또한, 수치심에 취약한 사람들 중 높은 수준의 사회부과 완벽주의를 보일 경우 타인의 높은 기대를 충족시키지 못할 것이라 생각하며 이후 수치심을 느낄 것이라 예견하고, 이로부터 발생하는 불편한 감정을 회피하기 위해 일반적 지연행동을 보이는 경향이 있다고도 보고된다(Fee & Tangney, 2000). 그러나 이처럼 사회부과 완벽주의와 지연행동 간의 관계를 직접적으로 다룬 국내 연구는 많지 않을 뿐만 아니라, 이 관계가 개인의 성장 환경이나 양육경험과 같은 선행요인에 의해 어떻게 형성되는지를 설명하는 연구 역시 부족한 실정이다.

한편 우울은 현대 사회에서 많은 사람들이 경험하는 정서 상태로, 그 중요성이 점점 더 부각되고 있다. 건강보험심사평가원(2022)의 조사에 따르면, 2021년 우울증을 진단받은 환자는 총 93만 3,481명으로, 이는 2017년 대비 35.1% 증가한 수치이다. 특히, 20대 환자의 비율이 모든 연령대 중 가장 높았으며, 이는 5년 전과 비교해 127.1% 증가한 것으로 나타났다. 우울을 경험하는 것은 슬픔이나 외로움, 불안과 같은 특정한 정서 변화를 경험하는 것 외에도 부정적인 자아상을 가지는 것과 관계가 있으며, (Beck & Alford, 2009) 우울은 지연행동의 중요한 심리적 원인 중 하나로 지목되어 왔다(김종진, 홍지영, 2021; 문현정, 김정규, 2019). 구체적으로, 우울한 개인은 결과에 대한 부정적인 예상, 의

지 결여, 동기부족으로 심리적 불편함을 겪을 뿐 아니라, 정서를 조절하기 위한 방법으로 회피를 사용하는 경향이 있어 결과적으로 지연행동을 나타낼 수 있다고 보고되고 있다(문현정, 김정규, 2019; Sirois & Pychyl, 2013). 또한 우울한 개인이 자신의 능력 부족이 드러나는 것을 피하기 위해 의도적으로 핑계를 만들며, 이러한 자기방어적 태도가 지연행동으로 이어질 가능성도 제시되고 있다(송윤희, 2012). 실제로 다수의 경험적 선행 연구들은 대학생의 우울이 지연행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 보고하고 있다(김종진, 홍지영, 2021; 문현정, 김정규, 2019; 송윤희, 2012; Constantin, English, & Mazmanian, 2018). 예를 들어 우울 수준이 높은 대학생일수록 열정과 끈기를 나타내는 그릿(grit)의 수준이 낮아져 지연행동이 증가하는 경향을 보이며(김종진, 홍지영, 2021), 부정적인 생각을 반복적으로 떠올리는 사고의 경향을 보이면서 지연행동에 대한 취약성이 높아지는 것으로 나타났다(Constantin et al., 2018). 이와 같이 본 연구에서는 사회부과 완벽주의와 우울이라는 두 가지 심리적 특성에 주목하였다. 특히 이 두 변인은 정서조절 실패와 자기비난 경향이라는 공통 기제를 통해 지연행동에 영향을 미친다는 점에서 통합적으로 고려할 필요가 있다(Sirois & Giguère, 2018). 따라서 본 연구에서는 이 두 변인을 매개변인으로 설정함으로써, 성장기의 환경적 경험이 성인기의 행동적 특성에 어떻게 작용하는지를 보다 체계적으로 설명하고자 한다. 이상의 논의를 종합해 볼 때, 지연행동은 단순한 과업 회피가 아니라 심리적 특성과 발달적 경험이 맞물려 형성되는 복합적 행동 양상임을 알 수 있다. 특히, 기존 연구들이 지연행동에 영향을 주는 심리적 요인으로서 사회부과 완벽주의와 우울에 주목한 것과 달리, 본 연구는 이러한 심리 특성이 어떻게 형성되는지를 탐색하기 위해 성장기 어머니의 양육태도라는 환경적 요인에 주목하고자 한다. 선행 연구에 따르면, 돌봄 부족과 과보호 같은 양육태도는 지연행동의 발달적 배경이 될 수 있으며, 이는 타인의 기대를 지나치게 의식하여 수동적인 저항 방식으로 나타날 수 있다(Burka & Yuen, 2008; Missildine, 2006). 이러한 관점에 근거해 성장기

어머니의 돌봄과 과보호가 대학생의 지연행동에 미치는 영향을 탐색하고자 한다. 그러나 이 두 변인 간 관계를 다룬 기존 연구는 적을 뿐 아니라, 돌봄과 과보호의 영향에 대해 일관되지 않은 결과를 보이고 있다(김덕주, 권혁철, 2013; 이순이, 2017; Bernstein, 2020; Huang et al., 2022).

대학생의 지연행동에 영향을 줄 것으로 예상되는 두 가지 심리적 특성인 사회부과 완벽주의와 우울의 역할을 주목해 볼 때, 성장기에 경험한 부모의 양육특성이 두 가지 심리적 특성에 영향을 미치는 주요 요인들 중 하나일 가능성을 제기해볼 수 있다. 특히 본 연구는 Parker, Tupling과 Brown(1979)이 애착이론을 토대로 부모-자녀 유대에 영향을 미치는 양육태도의 두 차원으로 제안한 ‘돌봄’과 ‘과보호’가 사회부과 완벽주의 및 우울을 통해 대학생의 지연행동이 영향을 미칠 가능성을 살펴보고자 하는데, 돌봄은 애정적이고 온정적인 양육태도를 반영하고 과보호는 자녀를 지나치게 통제하고 자율성을 제한하는 양육방식을 의미하며, 두 차원은 부모의 핵심적인 양육태도를 구성한다. 특히 Parker 등은 유년기와 청소년기를 인간 발달의 핵심적 시기로 보고, 성장기 동안 반복적으로 경험한 부모의 돌봄과 과보호가 성인기의 심리적 특성에 장기적인 영향을 미치는 ‘누적된 기억의 총합’이라고 간주하며 성장기에 경험한 양육태도가 성인기에 미치는 영향을 강조하였다. 동시에, 본 연구에서는 비록 아버지 양육의 영향력에 대한 관심이 지속적으로 증가하고 있지만, 자녀의 성장 과정에서 어머니가 상대적으로 더 많은 영향을 미치는 경향이 있다는 선행 연구 결과(오동재, 전성일, 장환일, 1993; 윤혜영, 강지현, 2015) 및 어머니가 자녀의 심리적 발달에 주요한 역할을 담당하고 있는 한국사회의 전반적 양육환경 특성(김용훈, 이경숙, 2022)을 반영하여 성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 대학생의 지연행동에 영향을 미치는 경로를 살펴보고자 한다.

먼저 성장기에 경험한 어머니의 양육태도는 대학생 지연행동을 예측하는 요인으로 예상되는 사회부과 완벽주의를 형성하는 데 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(이은희, 1999; Ge, Chen, Hewitt, & Flett, 2023).

완벽주의의 발달과정에 대한 Flett, Hewitt, Oliver, & Macdonald, 2002)의 사회적 반응 모델(social reaction model)은 아동이 부모의 돌봄 부족, 정서적 방임 또는 학대와 같은 부정적인 양육 환경을 경험할 경우, 이에 따른 수치심이나 굴욕감, 학대와 같은 부정적 결과를 피하려는 과정에서 예측 불가능한 상황을 통제하고자 하여 완벽주의 성향이 발달하게 된다고 설명한다. 또한 부모의 인정이나 따뜻한 정서적 지지를 충분히 받지 못한 환경에서 성장하는 경우 부모의 기대에 부응하지 못할 경우 애정이 철회될 수 있다고 믿게 되며, 이러한 두려움 속에서 부모의 인정을 얻기 위해 끊임없이 노력하는 과정에서 사회부과 완벽주의 성향이 나타날 가능성이 있다(Hickinbottom, 1999). 이와 같은 관점과 일관적으로 어머니의 돌봄이 부족할수록 성인 및 대학생 자녀의 사회부과 완벽주의 경향이 강하게 나타났음을 보여주는 경험적 연구들 또한 보고되고 있다(Enns, Cox, & Larsen, 2000; Ge et al., 2023). 반대로 어머니가 지나치게 통제적이고 과보호적인 경향을 보이는 경우에도 자녀의 사회부과 완벽주의 성향이 강화될 수 있다고 보고된다(이은희, 1999; Ge et al., 2023). 즉 부모가 자녀에게 정서적 지지, 자율성, 안정감을 충분히 제공하지 못할 경우, 자녀가 충족되지 못한 욕구를 보상하고자 완벽주의적 행동과 사고방식을 발달시킬 수 있다는 관점이다(Ge et al., 2023). 특히, Flett 등(2002)은 불안양육 모델(anxious rearing model)을 통해 부모의 과보호적 양육태도와 자녀의 완벽주의 간 관계를 설명하였다. 이에 따르면 불안 수준이 높은 부모는 과보호적 양육태도를 보이며 이는 자녀가 실수나 실패를 두려워하게 만들어 미래를 부정적으로 예측하게 하고 미래의 결과를 부정적으로 과장하는 미래 지향성을 촉진시킨다. 결과적으로 자녀는 사회부과 완벽주의를 발달시키게 된다.

이와 동시에 성장기에 경험한 어머니의 양육태도는 대학생 지연행동의 주요 요인으로 보여지는 우울 수준에도 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다. 성장기 동안 부모의 양육 태도는 자녀의 내면에 부모에 대한 표상을 형성하는 데 중요한 영향을 미치며, 부모

가 정서적으로 둔감하거나 과도하게 개입하는 양육 태도를 보였을 경우, 자녀의 정신적 표상 형성이 손상되어 우울감을 경험할 가능성과 연관되는 것으로 보고되었다(Blatt, Wein, Chevron, & Quinlan, 1979). Beck(1967)은 자녀에게 완벽주의적 성향을 요구하거나 지나치게 엄격한 태도를 보이는 부모의 역기능적 양육태도가 자녀가 성장 후 우울을 겪게 되는 주요한 원인 중 하나라고 보았다. 부모가 자녀에게 비판적이고 인정하지 않는 태도를 지속적으로 보일 경우, 아동은 자신의 경험이나 사건을 부정적으로 해석하게 된다. 그들은 그 원인을 외부가 아닌 자신에게서 찾는 성향을 보이는데 이는 아동 자신에 대한 부정적 평가를 강화하게 된다. 성장기 동안 부모로부터 충분한 돌봄을 받지 못한 대학생 자녀는 타인의 평가에 과도하게 민감하게 반응하고, 주변을 지나치게 경계하는 태도를 보이며 자신의 욕구를 억제하게 된다. 이러한 경험은 내현적 자기에 성향을 형성하는 데 영향을 미쳐 소극적이고 자기중심적인 태도를 형성하게 됨으로서 우울감을 경험할 가능성을 높이는 것으로 나타났다(최주영, 진미경, 2019). 또한 성장기 동안 어머니의 과보호를 받으며 성장한 대학생은 비합리적이고 역기능적인 사고방식을 자주 보이는 경향이 있으며, 이는 낮은 자존감으로 이어지고 우울감을 유발하는 것으로 나타났다(한기백, 2014). 또한 성장기 동안 어머니의 과보호 수준이 높을수록 대학생이 경험하는 개인적 고통은 심화되고, 타인의 관점을 이해하는 능력이나 공감 능력 수준이 낮아져 우울을 더 많이 경험한다는 연구 결과도 보고되었다(Fei et al., 2021).

이와 같이 대학생의 사회부와 완벽주의(김현희, 송미경, 2018; Flett et al., 1992)와 우울(김종진, 홍지영, 2021; Constantin et al., 2018)이 지연행동에 미치는 영향 및 어머니의 돌봄과 과보호가 각각 사회부와 완벽주의(이은희, 1999; Ge et al., 2023)와 우울(최주영, 진미경, 2019; Fei et al., 2021)에 미치는 영향에 대한 선행 연구들을 살펴볼 수 있음에도 불구하고, 돌봄이나 과보호와 같이 성장기에 경험한 어머니의 양육태도와 성인기의 지연행동 간 관계에서 사회부와 완벽주의와 우울이 매개적 역할을 하는지 살펴본 연구는 찾아보기

어렵다. 그러나 이와 같은 경험적 선행 연구의 부족에도 불구하고, 이론적 관점에 근거하여 성장기에 경험한 부모의 돌봄과 과보호가 지연행동에 미치는 영향을 제언한 연구들은 양자 간 관계에서 사회부와 완벽주의나 우울과 같은 심리적 특성이 이러한 관계를 매개할 가능성을 제시하며 이를 경험적으로 탐색할 필요성을 보여주고 있다(Burka & Yuen, 2008; Missildine, 2006). 먼저 돌봄과 관련하여서는 애착이론에 근거하여 성장 과정에서 부모로부터 충분한 정서적 친밀감이나 애정을 경험하지 못한 사람은 자신의 욕구가 부모에게 받아들여지지 않을 것이라고 인식하며 가정 내에서 느끼는 정서적 거리감을 본인의 탓으로 돌리고 타인에게 사랑받기 위해 자신의 결함을 숨기려는 완벽주의 성향을 발달시킬 수 있다고 설명된다. 이는 높은 기준을 설정하고 그 기준을 충족하는 데 어려움을 겪는 것으로 이어져 지연행동의 원인이 될 수 있다(Burka & Yuen, 2008). 또한, 과보호와 관련하여 Missildine(2006)은 정신역동적 관점에 근거한 ‘내재과거아(inner child of the past)’의 개념을 통해 부모의 과보호적 양육태도가 자녀의 지연행동에 미치는 영향을 설명하였다. 예를 들어 강압적인 부모 밑에서 자란 자녀는 부모에게 노골적인 반항을 하였을 때 경험할 수 있는 처벌과 같은 강압적 양육태도를 피하기 위해 수동적 저항 형태인 지연행동을 선택한다. 이는 자신의 자율성을 지키기 위한 무의식적이며 수동적인 형태의 반항이며, 이러한 어린 시절을 경험한 개인은 성인이 되어서도 자신의 내면에 남아 있는 어린 시절의 자아로 인해 자기 자신이나 타인의 지시에 대해 과거와 유사한 방식으로 대응하여 지연행동을 반복한다.

이와 같이 이론적, 경험적 선행 연구들을 통해 성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 대학생의 사회부와 완벽주의와 우울을 통해 지연행동에 영향을 미칠 가능성이 예측되는 가운데, 선행 연구들이 사회부와 완벽주의가 우울에 유의한 영향을 미치는 심리적 특성이라는 점을 일관적으로 보고하고 있는 점(성정혜, 김춘경, 2017; 천지원, 이동귀, 2021; Hewitt, Flett, & Ediger, 1996; Smith et al., 2018) 역시 주목해볼 수 있다. 이와 관련

하여 Beck(1983)은 사회적으로 의존적인 성격을 가진 개인이 우울에 취약하다고 설명하였다. 그에 따르면 이들은 타인의 인정과 수용에 민감하게 반응하며 거절이나 관계 단절을 회피하려는 경향이 있어, 대인관계에서의 결핍이나 스트레스 상황에 직면할 경우 자기비난적 사고와 부정적 자기평가를 나타낸다. 이러한 인지적 특성은 죄책감과 무가치감을 심화시켜 우울의 발생 가능성을 높인다. 실제로 사회부과 완벽주의 성향이 높은 대학생은 타인의 기대와 자신의 현실 사이에서 강한 자기불일치를 느끼고 외부 기준에 도달하지 못했다는 인식으로 인해 실패감을 느끼며 우울감을 겪는 경향이 있는 것으로 나타났다(천지원, 이동귀, 2021). 또한, 이들은 타인의 부정적 평가에 대한 과도한 두려움으로 인해 발생하는 부정적 정서를 적절히 조절하지 못하고 우울을 경험하게 된다는 점도 보고되었다(성정혜, 김준경, 2017).

성장기에 경험한 어머니의 양육태도, 대학생의 사회부과 완벽주의, 우울 및 지연행동 간의 구조적 관계를 살펴본 연구는 아직 찾아보기 어려운 실정이나, 일부 변인들 간 관계 또는 유사 변인들 간 관계를 살펴본 선행 연구들을 통해 성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 순차적으로 대학생의 사회부과 완벽주의 및 우울을 통해 지연행동에 영향을 미칠 가능성을 유추해볼 수 있다. 동시에 몇몇 연구들은 일치하지 않는 결과들을 보고하며 네 변인 간의 관계를 지속적으로 탐색할 필요성도 보여준다. 예를 들어 Enns 등(2000)은 성장기에 경험한 어머니의 돌봄이 성인 여성의 사회부과 완벽주

의를 통해 우울에 유의한 영향을 미치며 과보호는 성인 여성의 사회부과 완벽주의를 통해 우울에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 보고하였다. 이와 달리, 이은희(1999)는 성장기에 경험한 어머니의 과보호가 대학생의 사회부과 완벽주의와 우울 모두에 유의한 영향을 미치며, 어머니의 돌봄의 영향력은 유의하지 않다고 보고하였다. 특히 성장기에 경험한 어머니의 돌봄, 심리적 통제와 같은 양육태도가 사회부과 완벽주의를 통해 대학생의 우울에 미치는 영향이 보고되며(김지수, 김은정, 2019; 마은애, 손은정, 2014; Enns et al., 2000) 우울과 지연행동 간의 관련성(김종건, 홍지영, 2021; Constantin et al., 2018)이 보고됨을 고려해볼 때, 성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 사회부과 완벽주의와 우울의 순차적 매개를 통해 대학생의 지연행동에 영향을 미칠 가능성이 있다고 볼 수 있다.

요약하면, 본 연구는 대학생의 부적응 행동 중 하나인 지연행동에 주목하는 가운데, 기존 선행 연구들이 주로 학업적 지연행동을 주목한 것과 달리 일상 전반의 일반적 지연행동에 영향을 미치는 주요 선행 변인을 살펴보고자 한다. 또한 일반적 지연행동과 관련하여 상대적으로 탐색이 부족한 가정환경 변인인 성장기에 경험한 어머니 양육태도의 영향력을 탐색하고자 한다. 이 가운데 사회부과 완벽주의와 우울이라는 심리적 특성의 매개효과를 살핌으로서 성장기의 양육경험이 성인기 지연행동에 영향을 미치는 기제를 구체적으로 살펴보고자 한다.

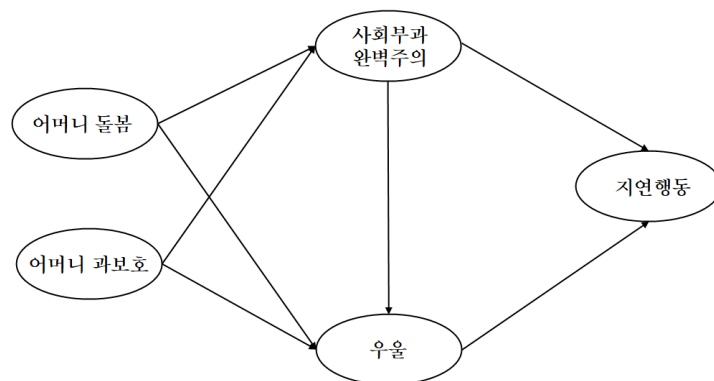


그림 1. 연구모형

2. 연구문제

- 연구문제 1. 성장기에 경험한 어머니의 양육태도(돌봄, 과보호)는 대학생의 사회부와 완벽주의를 통해 지연행동에 간접적 영향을 미치는가?
- 연구문제 2. 성장기에 경험한 어머니의 양육태도(돌봄, 과보호)는 대학생의 우울을 통해 지연행동에 간접적 영향을 미치는가?
- 연구문제 3. 성장기에 경험한 어머니의 양육태도(돌봄, 과보호)는 순차적으로 대학생의 사회부와 완벽주의와 우울을 통해 지연행동에 간접적 영향을 미치는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 성장기에 경험한 어머니의 양육태도를 측정하기 위해 만 16세까지 부모와 함께 거주한 경험이 있는 국내의 만 18 ~ 25세 대학생 263명을 대상으로 자료를 수집하였다. 연구 대상자의 사회인구학적 특성은 다음과 같다. 남학생은 131명(49.8%), 여학생은 132명(50.2%)이었으며, 평균연령은 만 21.7세($SD = .11$)였다. 학년은 2학년 72명(27.4%)과 4학년 72명(27.4%)이 가장 많았으며, 1학년 50명(19.0%), 3학년 40명(15.2%), 휴학 중 26명(9.9%), 기타 학년(5학년 이상) 3명(1.1%)의 순으로 이어졌다. 재학하고 있는 학교의 형태는 4년제 대학교가 234명(89.0%), 2 ~ 3년제 전문대학 29명(11.0%)으로 4년제 대학교를 재학하는 대학생이 훨씬 더 많았다. 대학 소재지는 서울이 81명(30.8%)로 가장 많았고, 수도권이 43명(16.3%), 그 외의 지역이 총 139명(52.9%)이었다.

2. 측정도구

1) 성장기에 경험한 어머니의 양육태도

성장기에 경험한 어머니의 양육태도를 측정하기 위

해 Parker 등(1979)이 개발하고 Gamsa(1987)가 개정한 척도를 송지영(1992)이 번안하고 타당화한 부모-자녀 결합 척도(Parental Bonding Instrument; PBI)를 사용하였다. PBI는 만 16세까지 부모로부터 받은 양육을 회상하여 보고하는 척도로 돌봄(12문항)과 과보호(13문항)의 두 가지 하위요인을 포함하여 총 25문항으로 구성되어 있다. 문항의 예를 살펴보면, 돌봄의 경우 ‘나에게 따뜻하고 다정하게 말해 주었다.’ 등이 있고, 과보호의 경우 ‘내가 하는 것은 무엇이든지 간섭하려 했다.’ 등이 있다. 4점 리커트 척도(‘전혀 그렇지 않았다’ 1점 ~ ‘매우 그렇다’ 4점)로 측정되었으며, 돌봄의 점수가 높을수록 16세까지의 성장 과정에서 경험한 어머니의 양육태도가 애정적이며, 정서적으로 따뜻하였다고 지각하고 있음을 의미하며 과보호의 점수가 높을수록 어머니의 통제적이며, 과보호적, 침입적인 양육태도 수준이 높았다고 지각하고 있음을 의미한다. 각 하위요인별 문항 간 내적합치도(Cronbach's α)는 돌봄 .89, 과보호 .89이었다.

2) 사회부와 완벽주의

사회부와 완벽주의를 측정하기 위해 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 척도를 한기연(1993)이 번안하고 권선주(2018)가 수정한 다차원적 완벽주의 척도(The Hewitt Multidimensional Perfectionism Scale; HMPS)를 사용하였다. 이 척도는 자기 지향적 완벽주의(15문항), 타인 지향적 완벽주의(15문항), 사회적으로 부과된 완벽주의(15문항)의 세 하위요인을 포함하여 총 45문항으로 구성되었으며, 본 연구에서는 사회부와 완벽주의에 포함되는 15문항을 사용하였다. 사회부와 완벽주의 문항의 예로는 ‘남이 내게 기대하는 것을 만족시키기가 어렵다.’ 등이 있다. 7점 Likert 식 척도(‘전혀 그렇지 않다’ 1점 ~ ‘매우 그렇다’ 7점)로 구성되었으며, 점수가 높을 경우 사회부와 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 문항의 내적합치도(Cronbach's α)는 .78이었다.

3) 우울

우울을 측정하기 위해 Radloff(1977)가 개발한 우울 척도(Center for Epidemiologic Study for Depression Scale; CES-D)를 전검구, 최상진과 양병창(2001)이 번안하고 타당화한 통합적 한국판 CES-D를 사용하였다. 이 척도는 우울 정서(8문항), 긍정적 정서(4문항), 대인관계(4문항), 신체적 저하(4문항)의 4개의 하위요인을 포함하며 총 20문항으로 구성되었다. 각 문항은 지난 일주일 동안 문항에 대한 내용을 경험한 빈도에 대해 응답하도록 되어있다. 각 하위요인별 예를 살펴보면, 우울 정서는 ‘평소에는 아무렇지도 않은 일들이 귀찮게 느껴졌다.’, 긍정적 정서는 ‘다른 사람들만큼 능력이 있다고 느꼈다.’, 대인관계는 ‘내 인생은 실패작이라는 생각이 들었다.’, 신체적 저하는 ‘두려움을 느꼈다.’ 등이 있다. 4점 리커트 척도(‘극히 드물게’ 1점 ~ ‘거의 매일’ 4점)로 긍정적 정서에 대한 문항의 경우 역채점하였다. 각 하위요인의 점수가 높을수록 우울 정서, 대인관계, 신체적 저하의 문제를 자주 경험하고, 긍정 정서는 적게 경험하는 것을 의미한다. 문항의 내적합치도(Cronbach's α)는 .86이었으며, 각 하위요인 별 문항 간 내적합치도는 우울 정서 .90, 긍정적 정서 .82, 대인관계 .81, 신체적 저하 .85 이었다.

4) 지연행동

지연행동을 측정하기 위해서 Lay(1986)가 개발하고 임성문(2006c)이 번안한 일반적 지연행동(General Procrastination; GP) 척도를 사용하였다. 다음과 같은 일반적 지연행동에 어려움을 보이는 정도를 측정하는 문항들로 구성되어 있다. 첫째, 일상에서 해야 하는 과업을 조직화하는 것, 둘째, 과업 수행에 필요한 시간을 현실적으로 예상할 수 있는 것, 셋째, 일상에서 매일 수행해야 하는 일들의 우선순위를 설정하는 것 등이다(Lay, 1986). 이 척도는 단일요인으로 총 20문항으로 구성되었으며, 지연행동의 행동적 측면을 측정할 수 있도록 구성되었다. 문항의 예로는 ‘며칠 전에 하려고 했던 과제들을 지금에 와서 하고 있는 경우가 종종 있다.’, 등이 있다. 5점

리커트 척도(‘전혀 그렇지 않다’ 1점 ~ ‘거의 매일’ 4점)로 점수가 높을수록 일상에서 지연행동을 더 많이 함을 의미한다. 문항의 내적합치도(Cronbach's α)는 .89 이었다.

3. 연구절차

본 연구는 E대학교 생명윤리위원회(Institutional Review Board; IRB)의 승인을 받은 후 실시되었다(승인번호: ewha-202309-0007-01). 국내의 리서치 업체를 통해 2023년 9월 11일부터 9월 13일까지 총 3일간 설문조사를 실시하였으며, 업체의 패널 중 만 18 ~ 25세이면서 만 16세까지 부모와 거주한 경험이 있는 대학생에게 공지되었다. 조사를 실시하기 전 연구 참여자에게 연구 참여 설명문을 제시하였으며, 연구 참여 설명문을 확인 후 참여에 동의할 경우에만 설문에 참여하도록 하였다. 총 316명이 응답 완료하였으며, 자료 중 불성실 응답 53개 사례(리커트 척도에서 일정 구간을 한 번으로 응답, 응답 시간이 지나치게 짧은 사례, 그 외 기타 불량 응답)를 제외하여 총 263명의 자료를 최종 분석에 사용하였다.

4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS 26.0과 AMOS 22.0을 이용하여 분석하였다. SPSS 26.0을 사용하여 연구 참여자의 사회인구학적 특성을 파악하기 위해 기술통계를 실시하였고, 연구도구의 신뢰도를 살펴보기 위해 Cronbach's α 값을 산출하였다. 이후 주요 변인들 간의 상관관계를 확인하기 위해 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다. 각 변인들 간의 경로와 유의도를 확인하기 위하여 AMOS 22.0을 활용하여 구조방정식 모형(Structural Equation Modeling; SEM)을 실시하였으며, 간접효과가 유의한지 살펴보기 위해 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 통해 확인하였다. 본 연구의 목적 중 하나는 비록 서로 상관은 있으나 성장기에 경험한 어머니 양육태도의 중요한 두 측면을 구성하는 어머니의 돌봄과 과보호를 구

분하여 대학생의 심리적 특성 및 지연행동에 미치는 영향을 구체적으로 확인하는 것이므로, 분석과정에서 어머니의 돌봄과 과보호를 각각 개별적인 잠재변인으로 투입하였다. 마지막으로 본 연구의 연구모형에는 2개의 매개 변인이 포함되어 있으므로, 개별간접효과를 확인하기 위해 팬텀 변인(phantom variable)을 설정하였다.

III. 결과 및 해석

1. 주요 변인의 기술통계 및 상관분석

본 분석에 앞서 연구자료의 전반적인 경향성을 확인하기 위해 각 변인의 평균과 표준편차, 왜도 및 첨도를 산출하였다(표 1 참조). 각 변인의 왜도 범위는 -0.59 ~ 1.41, 첨도 범위는 -0.32 ~ 1.57로 나타나 왜도 및 첨

도 정규성 기준인 -2 ~ 2(George & Mallery, 2019)의 범위에 포함되어 연구자료의 정규성이 확보되었다. 다음으로 주요 연구변인인 어머니 돌봄, 어머니 과보호, 대학생의 사회부와 완벽주의, 우울, 지연행동 간의 상관관계를 살펴보기 위해 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다. 측정변인인 사회부와 완벽주의 2와 지연행동, 사회부와 완벽주의 2와 지연행동의 측정변인인 지연행동 1, 2, 3과의 상관관계는 유의하지 않게 나타났다. 이를 제외한 모든 연구변인들 간 상관관계는 통계적으로 유의하였다($r_s = -.64 \sim .97, p < .05 \sim .001$).

2. 측정모형 분석

성장기에 경험한 어머니의 양육태도, 대학생의 사회부와 완벽주의, 우울, 지연행동을 측정하는 하위요인들이 각 잠재변인을 잘 측정하는지 알아보기 위해 확인

표 1. 연구변인들 간 상관관계 및 기술통계치

(N = 263)

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1. 어머니 돌봄 1	-																
2. 어머니 돌봄 1	.95***	-															
3. 어머니 돌봄 2	.96***	.83***	-														
4. 어머니 과보호	-.64***	-.57***	-.65***	-													
5. 어머니 과보호 1	-.62***	-.55***	-.64***	.97***	-												
6. 어머니 과보호 2	-.61***	-.55***	-.61***	.97***	.87***	-											
7. 사회부와 완벽주의	-.31***	-.26***	-.33***	.31***	.30***	.29***	-										
8. 사회부와 완벽주의 1	-.32***	-.25***	-.34***	.33***	.32***	.32***	.93***	-									
9. 사회부와 완벽주의 2	-.25***	-.23***	-.25***	.23***	.23***	.22***	.92***	.71***	-								
10. 우울정서	-.30***	-.22***	-.35***	.38***	.38***	.37***	.42***	.40***	.37***	-							
11. 긍정정서	.36***	.36***	.33***	-.28***	-.26***	-.28***	-.30***	-.31***	-.24***	-.33***	-						
12. 대인관계	-.22***	-.14*	-.26***	.23***	.24***	.20**	.35***	.36***	.28***	.69***	-.18**	-					
13. 신체적 저하	-.33***	-.27***	-.35***	.38***	.38***	.36***	.43***	.44***	.36***	.80***	-.42***	.64***	-				
14. 지연행동	-.27***	-.24***	-.26***	.26***	.26***	.25***	.20**	.25***	.12	.29***	-.33***	.27***	.41***	-			
15. 지연행동 1	-.27***	-.25***	-.26***	.28***	.26***	.27***	.21***	.26***	.12	.30***	-.31***	.27***	.40***	.93***	-		
16. 지연행동 2	-.25***	-.23***	-.25***	.26***	.27***	.24***	.21***	.26***	.12	.31***	-.30***	.30***	.41***	.92***	.80***	-	
17. 지연행동 3	-.21***	-.20***	-.20***	.18***	.18**	.17**	.13*	.16**	.80	.19**	-.32***	.18**	.32***	.90***	.78***	.73***	-
M	3.17	3.08	3.26	1.95	1.93	1.96	3.89	3.72	4.09	1.63	2.40	1.48	1.84	2.68	2.61	2.73	2.69
SD	.03	.51	.54	.53	.59	.51	.04	.04	.04	.04	.04	.04	.04	.04	.04	.04	.04
왜도	-.52	-.46	-.47	.35	.37	.33	-.42	-.59	.02	.63	.29	-.29	1.41	.69	-.25	-.08	-.01
첨도	.54	.78	.01	-.19	-.14	-.08	1.10	1.02	.97	.19	-.32	1.57	-.18	-.04	-.15	-.30	-.12

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

적 요인분석을 실시하였다.

본 연구에서는 성장기 동안 경험한 어머니의 양육태도인 돌봄과 과보호가 지연행동에 어떠한 영향을 미치는지를 구체적으로 탐색하기 위해, 이 두 변인을 각각 하나의 잠재변인으로 설정하였다. 우울 변인을 제외한 어머니의 돌봄과 과보호, 사회부와 완벽주의, 지연행동은 모두 하위요인 없이 단일요인으로 구성되어 있으며, 이러한 단일요인 잠재변인은 각 문항이 측정변인으로 작용하게 되어 자유모수의 수가 많아지고, 이로 인해 모수 추정의 정밀도를 확보하기 위해 더 큰 표본이 요구되는 문제가 발생한다(문수백, 2009). 이에 따라 본 연구에서는 어머니의 돌봄, 과보호, 사회부와 완벽주의, 지연행동에 해당하는 문항들을 항목묶기(item parceling)하여 분석에 활용하였다. 항목묶기 방식으로는 배병렬(2021)의 제안을 따라, 모든 문항이 단일한 개념을 측정한다고 간주한 뒤 요인분석을 실시하고, 각 문항의 요인적재치를 기준으로 항목을 균형 있게 나누는 ‘항목 대 개념 균형법(item-to-construct balance)’을 적용하였다. Kishton과 Widaman(1994)은 신뢰도 .60 이상이 확보되고 단일차원성이 충족될 경우, 2개 파сел도 구조모형에 적절히 활용될 수 있다고 명시하였다. 이에 따라 어머니 돌봄과 어머니 과보호, 사회부와 완벽주의는 각기 문항 수가 10개 이상이지만, 문항 간 내용적 동질성과 신뢰도(각 파сел $\alpha \geq .60$)를 고려하여 2개 파

슬로 구성하였다.

확인적 요인분석의 모수추정방법으로는 최대우도법(maximum likelihood method)을 사용하였다. 연구의 측정모형을 분석한 결과, $\chi^2 = 118.01(df = 55, p < .001)$, $\chi^2/df = 2.15$, GFI = .93, TLI = .96, CFI = .97, RMSEA = .07 (95% CI = .05, .08)로 적합도 지수가 적절한 것으로 나타났다. 또한 잠재변인에서 측정 변인으로의 표준화 회귀계수(β)가 .42 ~ .98로 나타나 모두 .30 이상의 값을 보여 적절한 기준을 충족하였으며(Hair, Anderson, Tatham, & Black, 1995), C.R.(critical ratio) 값은 모두 $p < .001$ 수준에서 유의하였다.

3. 구조모형 분석

성장기에 경험한 어머니의 양육태도와 대학생의 사회부와 완벽주의, 우울이 대학생의 지연행동에 미치는 영향을 살펴보기 위해 구조모형을 분석하였다. 구조모형의 적합도 지수는 $\chi^2 = 122.14(df = 57, p < .001)$, $\chi^2/df = 2.14$, GFI = .93, TLI = .96, CFI = .97, RMSEA = .07(95% CI = .05, .08)로 나타나 적합도 기준을 충족하였다.

성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 대학생의 사회부와 완벽주의와 우울을 통해 대학생의 지연행동에 미치는 경로는 다음과 같다(표 2, 그림 2 참조). 첫째, 어머니 돌봄이 대학생의 사회부와 완벽주의에 부적으로 유의

표 2. 구조모형의 모수 추정치

(N = 263)

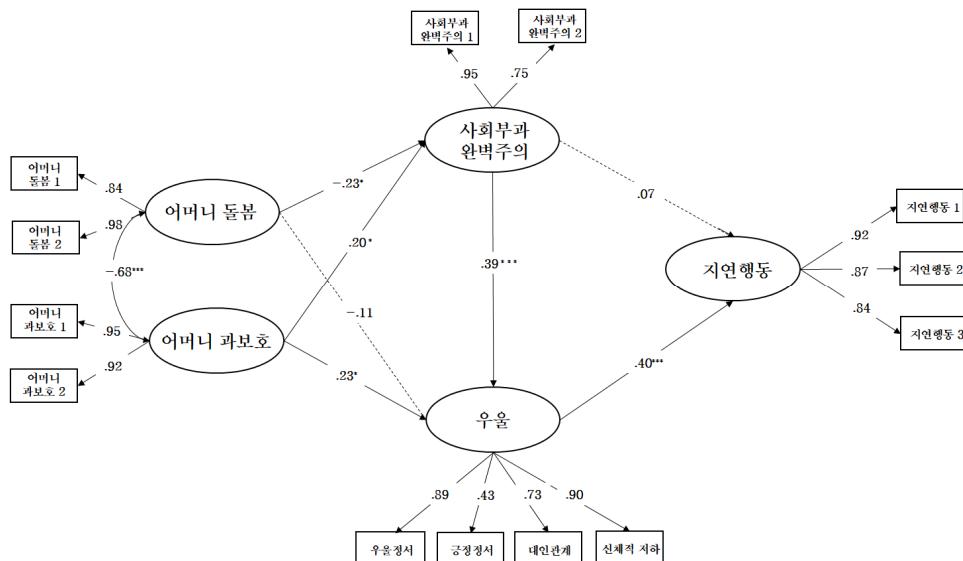
변인 간의 경로	b (95% C.I.)	β (95% C.I.)	S.E.	C.R.
어머니 돌봄 → 사회부와 완벽주의	-.36 (-.69 ~ -.02)	-.23 (-.44 ~ .00)	.14	-2.54*
어머니 과보호 → 사회부와 완벽주의	.25 (-.09 ~ .54)	.20 (-.08 ~ .41)	.11	2.27*
사회부와 완벽주의 → 지연행동	.06 (-.15 ~ .21)	.07 (-.15 ~ .27)	.06	.92
우울 → 지연행동	.40 (.22 ~ .58)	.40 (.22 ~ .56)	.08	5.25***
어머니 돌봄 → 우울	-.15 (-.35 ~ .10)	-.11 (-.25 ~ .06)	.11	-1.33
어머니 과보호 → 우울	.24 (.07 ~ .41)	.23 (.05 ~ .38)	.09	2.75*
사회부와 완벽주의 → 우울	.33 (.19 ~ .49)	.39 (.23 ~ .50)	.06	5.20***

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

한 영향을 미쳤으며($\beta = -.23, p < .05$), 어머니 과보호가 대학생의 사회부와 완벽주의에 미치는 영향은 정적으로 유의하였다($\beta = .20, p < .05$). 대학생의 사회부와 완벽주의가 지연행동에 미치는 영향은 유의하지 않았다($\beta = .07, p = .54$). 즉 어머니 돌봄 수준이 높을수록 대학생의 사회부와 완벽주의 수준은 낮고 어머니 과보호 수준이 높을수록 대학생의 사회부와 완벽주의 수준이 높게 나타났으며, 대학생의 사회부와 완벽주의는 지연행동에 유의한 영향을 미치지 않았다. 둘째, 성장기에 경험한 어머니 돌봄이 우울에 유의한 영향을 미치지 않았으나($\beta = -.11, p = .02$), 어머니 과보호는 우울에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다($\beta = .23, p < .01$). 우울이 지연행동에 미치는 영향은 정적으로 유의하였다($\beta = .40, p < .001$). 즉 어머니의 돌봄은 우울에 유의한 영향을 미치지 않았으나 어머니의 과보호 수준이 높을수록 대학생의 우울 수준이 높았으며, 대학생의 우울 수준이 높을수록 지연행동을 더 많이 하는 것으로 나타났다. 마지막으로, 성장기에 경험한 어머니 돌봄이 대학생의 사회부와 완벽주의에 부적으로 유의한 영향을 미쳤으며($\beta = -.23, p < .05$), 어머니 과보호는 대학생의 사회부와 완벽주의에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다

($\beta = .20, p < .05$). 대학생의 사회부와 완벽주의가 우울에 미치는 영향은 정적으로 유의하였으며($\beta = .39, p < .001$), 대학생의 우울은 지연행동에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다($\beta = .40, p < .001$). 즉 어머니의 돌봄 수준이 높을수록 대학생의 사회부와 완벽주의 수준은 낮았고, 이는 낮은 우울 및 지연행동 수준으로 이어졌다. 또한 어머니 과보호 수준이 높을수록 대학생의 사회부와 완벽주의 수준은 높았고, 이는 높은 우울 및 지연행동 수준으로 이어졌다.

다음으로, 부트스트래핑 방법을 이용해 성장기에 경험한 어머니의 양육효과가 사회부와 완벽주의와 우울을 통해 지연행동에 미치는 간접효과를 살펴보았다(표 3 참조). 성장기에 경험한 어머니 돌봄이 대학생의 사회부와 완벽주의와 우울을 통해 지연행동에 미치는 간접효과는 통계적으로 유의하였다($\beta = -.09, p < .05$). 또한 어머니 과보호가 대학생의 사회부와 완벽주의와 우울을 통해 지연행동에 미치는 간접효과는 통계적으로 유의하였다($\beta = .14, p < .05$). 또한, 대학생의 사회부와 완벽주의가 지연행동에 미치는 간접효과($\beta = .16, p < .01$), 어머니 돌봄이 대학생의 우울에 미치는 간접효과($\beta = -.09, p < .05$)는 유의하였다. 반면, 어머니 과



주. 점선은 유의하지 않은 경로를 나타냄. 제시된 수치는 표준화된 추정치(β)임. 모형의 간접성을 위해 측정변인의 오차항은 그림에서 생략하였음.

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

그림 2. 성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 대학생의 지연행동에 미치는 간접경로

보호가 대학생의 우울에 미치는 간접효과는 유의하지 않았다($\beta = .08, p = .11$). 이어, 외생변수가 내생변수를 설명하는 정도를 나타내는 다중상관자승(Squared Multiple Correlations; SMC)을 살펴보았다. 어머니의 돌봄 및 과보호, 대학생의 사회부와 완벽주의, 우울은 대학생의 지연행동의 19%를 설명하였다. 또한 어머니의 돌봄 및 과보호는 대학생의 사회부와 완벽주의의 16%를 설명하였으며, 어머니의 돌봄 및 과보호와 대학생의 완벽주의는 대학생의 우울의 34%를 설명하였다.

마지막으로, 개별 간접효과 유의성을 확인하기 위해 팬텀변인(phantom variable)을 사용하였다(표 4 참조).

그 결과, 어머니 돌봄($b = -.05, p < .05$)과 과보호($b = .04, p < .05$)가 순차적으로 대학생의 사회부와 완벽주의와 우울을 통해 대학생의 지연행동에 영향을 미치는 경로가 각각 부적, 정적으로 유의하였다. 그리고 어머니 과보호가 대학생의 우울을 통해 지연행동에 영향을 미치는 경로가 정적으로 유의하였다($b = .12, p < .05$).

표 3. 성장기에 경험한 어머니 돌봄과 과보호와 사회부와 완벽주의, 우울이 지연행동에 미치는 직접효과, 간접효과 및 총효과 ($N = 263$)

잠재변인 간 경로	표준화된 경로계수			SMC
	직접효과 (95% C.I.)	간접효과 (95% C.I.)	총효과 (95% C.I.)	
어머니 돌봄 → 지연행동		-.09* (-.21 ~ -.02)	-.09* (-.21 ~ -.02)	
어머니 과보호 → 지연행동		.14* (.02 ~ .24)	.14* (.02 ~ .24)	
사회부와 완벽주의 → 지연행동	.07 (-.15 ~ .27)	.16** (.09 ~ .23)	.22* (.03 ~ .42)	.19
우울 → 지연행동	.40* (.22 ~ .56)		.40* (.22 ~ .56)	
어머니 돌봄 → 사회부와 완벽주의	-.23* (-.44 ~ .00)		-.23* (-.44 ~ .00)	
어머니 과보호 → 사회부와 완벽주의	.20 (-.08 ~ .41)		.20 (-.08 ~ .41)	.16
어머니 돌봄 → 우울	-.11 (-.25 ~ .03)	-.09* (-.19 ~ .00)	-.20* (-.36 ~ -.02)	
어머니 과보호 → 우울	.23* (.05 ~ .35)	.08 (.04 ~ .16)	.31* (.09 ~ .47)	.34
사회부와 완벽주의 → 우울	.39* (.23 ~ .48)		.39* (.23 ~ .50)	

주. 1) 유의도는 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 사용한 결과임.

2) SMC(squared multiple correlations)는 다중상관자승임.

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

표 4. 개별 간접효과의 유의도 ($N = 263$)

경로	b (95% C.I.)	간접효과의 95% CI
어머니 돌봄 → 사회부와 완벽주의 → 지연행동	-.02	-.12 ~ .03
어머니 과보호 → 사회부와 완벽주의 → 지연행동	.02	-.06 ~ .11
어머니 돌봄 → 우울 → 지연행동	-.06	-.17 ~ .03
어머니 과보호 → 우울 → 지연행동	.12*	.02 ~ .21
어머니 돌봄 → 사회부와 완벽주의 → 우울 → 지연행동	-.05*	-.13 ~ -.01
어머니 과보호 → 사회부와 완벽주의 → 우울 → 지연행동	.04*	.00 ~ .11

* $p < .05$.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 만 18 ~ 25세 대학생 263명을 대상으로 만 16세까지의 성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 대학생의 사회부와 완벽주의와 우울을 통해 지연행동에 미치는 간접적인 영향을 살펴보았다. 본 연구의 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 성장기에 경험한 어머니의 양육태도인 돌봄 및 과보호가 대학생의 사회부와 완벽주의를 통해 지연행동에 미치는 간접적 영향은 유의하지 않았다. 각각의 경로를 살펴보면, 대학생이 성장기 동안 어머니 돌봄 수준이 낮았다고 지각할수록 높은 사회부와 완벽주의 수준을 나타냈다. 이러한 결과는 성장기의 어머니 돌봄 수준이 낮을수록 성인 및 대학생 자녀의 사회부와 완벽주의 수준이 높았다는 선행 연구 결과(Enns et al., 2000; Ge et al., 2023)와 유사하다. 또한 성장기에 경험한 부모의 정서적 지원과 돌봄 수준이 높을수록 역기능적 완벽주의 수준이 낮았다는 선행 연구 결과와 맥을 같이한다(정은선, 2008; Turner & Turner, 2011). 한편 성장기에 경험한 어머니 과보호가 대학생의 사회부와 완벽주의에 영향을 미치는 경로는 경로계수를 산출하는 단계에서는 유의했지만, 효과분해를 위해 부트스트래핑을 실시하였을 때는 유의하지 않게 나타났다. 이와 관련하여 신뢰구간에 근거하여 판단하는 부트스트래핑 결과값이 더 신뢰할 만하다는 Muthén(2019)의 제안에 따라 해당 경로가 유의하지 않다고 판단하고 논의해보면 다음과 같다. 본 연구 결과는 어머니 과보호가 대학생의 사회부와 완벽주의에 미치는 영향이 유의하지 않았다고 보고한 선행 연구 결과와 동일하며(장성, 구승신, 이주연, 2013), 어머니의 통제적 양육태도가 청소년기 자녀의 사회부와 완벽주의 형성에 유의한 영향을 미치지 않았다는 결과와도 유사한 맥락이다(Besharat, Azizi, & Poursharifi, 2011). 그러나 이는 아동기 시절 어머니 과보호가 타인의 인정에 강박적으로 의존하고 완벽한 수행에 대한 평가를 중시하는 여대생의 역기능적 신념에 유의한 영향을 미쳤다고 보고한 선행 연구

결과와는 상반된다(한기백, 2014). 이와 같은 일치하지 않는 결과와 관련하여, 성장기에 경험한 어머니의 돌봄과 과보호가 대학생의 사회부와 완벽주의에 미치는 영향을 다룬 국내 연구가 아직 충분하지 않다는 점을 고려할 필요가 있다. 돌봄과 과보호는 각각 안정적인 애착 형성과 자율성 발달에 밀접하게 관련된 핵심 양육요소로 강조되어 온 점을 고려하여(Ainsworth, Bell, & Stayton, 1975), 이전 발달단계에 경험한 어머니의 돌봄과 과보호가 이후 성인기 발달에 미치는 영향을 지속적으로 탐색할 필요가 제기된다. 또한 선행 연구에서 성장기에 경험한 어머니 과보호가 유능성 좌절을 통해 완벽주의적 제시 및 인지에 간접적 영향을 미치고(Casale, Fioravanti, & Ghinassi, 2023) 부모의 과보호가 비판적 태도를 완전매개하여 청년기 자녀의 부적응적 완벽주의를 촉진한다고 보고한 것(Edmaier, Meier, & Pruessner, 2022), 대학생 자녀의 성별에 따라 어머니 과보호가 사회부와 완벽주의에 미치는 영향이 다르게 나타났다고 보고한 것(이은희, 1999; Ge et al., 2023) 등을 고려하여, 성장기에 경험한 어머니 과보호가 대학생의 사회부와 완벽주의에 영향을 미치는 경로에서 매개, 조절 변인의 역할 역시 고려할 필요도 있어 보인다.

다음으로, 대학생의 사회부와 완벽주의가 지연행동에 미치는 직접적 영향은 유의하지 않았으며, 이로 인해 성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 대학생의 지연행동에 미치는 영향에서 사회부와 완벽주의의 매개효과도 유의하지 않았다. 본 연구에서 대학생의 사회부와 완벽주의는 우울을 통해 지연행동에 정적인 간접효과를 보였지만, 지연행동에 미치는 직접효과는 유의하지 않았다. 즉 본 연구 결과는 대학생의 사회부와 완벽주의가 지연행동에 직접적으로 작용하기보다는, 우울이라는 심리적 특성을 매개로 간접적인 영향을 미친다는 점을 시사한다. 이는 대학생의 사회부와 완벽주의가 학업적 지연행동에 직접적으로 영향을 미치지 않지만, 자기통제력 저하와 실패에 대한 두려움(탁선영, 김연수, 2023) 또는 학습 무기력(이신희, 김연수, 2022)과 같은 매개 변인을 통해서서는 유의한 영향을 보였다고 보고한 선행 연구의 결과와 맥을 같이한다. 따라서

이러한 연구 결과들은 대학생의 사회부와 완벽주의와 지연행동 간 관계를 이해함에 있어 부정적 정서나 부적응적 행동 특성과 같은 매개 요인에 주목할 필요성을 시사한다. 또한 사회부와 완벽주의와 지연행동 간의 관계는 전체 집단에서는 유의하지 않았지만, 수치심이 높은 대학생 집단에서는 두 변인 간 관계가 유의하게 나타났다는 선행 연구(Fee & Tangney, 2000)를 고려할 때, 향후 연구에서는 두 변인 간의 관계에 영향을 미치는 조절 변인의 역할도 함께 탐색할 필요가 있겠다.

둘째, 성장기에 경험한 어머니의 양육태도 중 돌봄이 대학생의 우울을 통해 지연행동에 미치는 간접적 영향은 유의하지 않았으나, 과보호는 대학생의 우울에 정적으로 유의한 영향을 미쳐 지연행동 수준을 높이는 것으로 나타났다. 특히 여러 선행 연구에서는 어머니의 돌봄과 과보호가 모두 대학생의 우울에 유의한 영향을 미친다고 보고하고 있으나(최주영, 진미경, 2019; Matheson et al., 2005; Yoshizumi, Murase, Murakami, & Takai, 2007), 본 연구에서는 어머니의 과보호만이 우울에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이러한 결과는 다음과 같이 해석해볼 수 있다. 먼저 어머니의 과보호는 자녀의 독립성과 자율성을 침해하는 양육 방식으로, 과도한 간섭, 신체적 접촉, 연령에 맞지 않는 보호 등을 포함한다(Levy, 1939). 한국 사회에서는 어머니의 과보호가 자녀의 성공을 위한 정당한 노력으로 받아들여지는 경향이 있지만 이는 대학생의 자율성 발달을 방해할 수 있다는 점(황예텔, 이경순, 2019), 그리고 성인 진입기에 있는 대학생은 심리적 독립과 정체성 확립이라는 발달 과업을 수행해야 하므로, 성장기 어머니의 과보호는 불안, 죄책감, 낮은 자아개념으로 이어져 우울을 유발할 수 있다는 점(오남경, 권혁철, 이영순, 2012; 강부자, 최연실, 2016)에 근거하여 과보호가 우울에 미치는 영향을 해석해볼 수 있다. 또한 어머니의 과보호(김미연, 김이경, 유미숙, 2019; Dong et al., 2022), 심리적 통제(마은애, 손은정, 2014; 전해경, 2016)가 우울에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고한 선행 연구들과도 일치하는 결과이다.

그러나 본 연구에서 어머니의 돌봄이 우울에 미치는

직접경로가 유의하지 않았으나 사회부와 완벽주의를 통해 우울에 미치는 간접경로가 유의하였다는 사실은 유의하여 살펴볼 부분이다. 즉 이러한 연구 결과는 성장기에 경험한 어머니의 돌봄과 우울 간 관계를 설명하는 개인의 인지적, 정서적, 성격적 요인에 주목할 필요를 보여준다고 하겠다. 또한 본 연구 결과는 선행 연구에서 어머니의 돌봄이 대학생의 우울에 직접적인 영향을 미치지 않는 않았지만, 애착, 자존감, 부정적 경험 지각 등과 같은 변인을 통해 지연행동에 영향을 미친다고 보고한 것(백솔, 한기백, 2020; Ono et al., 2017)과도 유사하다. 이러한 점을 고려할 때, 어머니의 돌봄이 우울을 매개로 지연행동에 영향을 미치는 과정을 보다 심층적으로 이해하기 위해서는 성인기 적응에 영향을 줄 수 있는 다양한 매개변인의 역할을 포함한 연구가 추후 지속될 필요가 있다.

이와 더불어 대학생의 우울은 지연행동에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 이러한 결과는 우울 상태에서 나타나는 심리적 불편감이 자기조절 능력을 약화시키고, 그로 인해 과제를 회피하거나 미루게 되는 과정을 통해 지연행동으로 이어질 수 있다는 기존 연구의 설명과도 부합한다(송윤희, 2012; Sirois & Pychyl, 2013). 또한 우울한 대학생들이 에너지가 부족하고 부정적 사고가 강해짐에 따라 해야 할 일을 미루는 경향이 있다는 기존 연구와도 유사한 결과이다(Constantin et al., 2018; Steel, Svartdal, Thundiyil, & Brothen, 2018). 따라서 우울은 대학생의 일반적 지연행동과 연결된 중요한 심리적 특성이며, 성장기에 경험한 부모의 양육태도가 대학생의 지연행동에 미치는 영향을 설명하는 데 있어 우울이 중요한 역할을 함을 보여준다.

마지막으로, 성장기에 경험한 어머니의 돌봄과 과보호가 순차적으로 대학생의 사회부와 완벽주의 및 우울을 통해 지연행동에 미치는 영향은 유의하였다. 성장기에 경험한 어머니의 과보호가 대학생의 사회부와 완벽주의에 미치는 경로를 효과분해하기 위해 부트스트래핑을 실시한 결과, 개별 경로는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 그러나 Hayes(2022)에 따르면 간접효과의 유

의성 검정은 각 경로의 유의성과는 별개로 수행되어야 하며, 간접효과가 유의하다면 매개효과가 존재한다고 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 분석을 통해 해당 경로의 유의성이 검증되었다고 논의할 수 있다. 먼저 매개변인 간 관계와 관련하여 대학생의 사회부와 완벽주의 수준은 우울에 유의한 정적 영향을 미쳤다. 이는 사회부와 완벽주의가 우울을 증가시킨다고 보고한 선행 연구들과 일치하는 결과이며(마은애, 손은정, 2014; 배주영, 허재홍, 2020; Sherry, Law, Hewitt, Flett, & Besser, 2008), 사회부와 완벽주의와 외로움 수준이 높은 개인일수록 타인의 조언이나 현실적인 피드백을 받기 어려운 상황에 놓여 비현실적인 목표를 추구하고, 이는 심리적 스트레스와 부적응을 유발한다는 연구 결과와도 맥을 같이 한다(Chang, Sanna, Chang, & Bodem, 2008). 성장기에 경험한 어머니의 돌봄, 대학생의 사회부와 완벽주의, 우울, 지연행동 간의 관계를 살펴본 연구는 찾아보기 어렵지만, 본 연구는 대학생이 어린 시절 경험한 부모의 부정적 양육태도로 형성된 초기 부적응 도식이 우울을 통해 지연행동 수준을 높인다고 보고한 연구 결과와 매우 유사한 결과이다(김보영, 김영근, 2016). 또한 Missildine(2006)은 지연행동의 기원 중 하나로 부모의 과보호적이고 통제적인 양육을 지적하였으며, 부모로부터 과도한 성취를 요구받고 통제를 경험한 자녀는 기대에 미치지 못할 때 자신이 무가치하다고 느끼며 불안을 경험하고 이러한 정서는 성인이 된 이후에도 반복되어 자신의 능력을 평가받는 과제 상황에서 지연행동으로 나타날 수 있다고 제안한 바 있다. 본 경험적 연구의 결과는 이러한 제안과 맥을 같이 하는 결과라고 볼 수 있다.

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 성장기 경험을 대학생의 회상을 통해 측정하였기에 기억의 왜곡 가능성이 존재할 수 있다. 비록 본 연구에서 의도한 바와 같이 성인 진입기에 이른 현재 인식하고 있는 부모의 성장기 양육태도가 지연행동에 미치는 영향을 살펴보는 것도 의미가 있지만, 실제 성장기에 경험한 양육태도가 미치는 영향력을 살펴보기 위해서는 종단연구 설계를 통한 자료수집 및 인

과관계 분석이 향후 이루어질 필요도 있을 것이다. 둘째, 본 연구는 선행 연구들에서 어머니의 양육태도가 자녀의 발달에 상대적으로 더 큰 영향을 미치는 것으로 보고됨에 따라(오동재 등, 1993; 윤혜영, 강지현, 2015) 성장기에 경험한 어머니 양육태도의 영향력에 초점을 두고자 하였다. 그러나 아버지 양육의 영향력이 이전에 비해서도 더욱 주목받고 있는 현시점에서 아버지의 양육태도 역시 자녀의 완벽주의 및 우울에 중요한 영향을 미칠 가능성(Enns et al., 2000; Ge et al., 2023)을 고려하여, 향후 아버지와 어머니의 영향력을 모두 고려한 연구도 이루어질 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 사회부와 완벽주의의 매개적 역할에 초점을 맞추었으나, 적응적 측면을 지닐 수 있는 자기지향 완벽주의는 지연행동과의 관계가 다르게 나타날 가능성이 있기 때문에(Flett et al., 1992; Martin, Flett, Hewitt, Krames, & Szanto, 1996) 추후 연구에서는 다양한 측면의 완벽주의가 어떠한 역할을 하는지 살펴볼 필요성도 있을 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 대학생의 사회부와 완벽주의와 우울, 지연행동에 미치는 영향을 살펴본 선행 연구를 찾아보기 어려운 가운데, 성장기에 경험한 어머니의 양육태도와 대학생의 지연행동 간 관계를 살펴보면 양 변인 간 관계를 설명할 가능성이 있는 대학생의 심리적 특성을 고려하여 구조적 관계를 분석했다는 점에서 의의가 있다. 특히 기존 연구들이 대학생들의 학업적 지연행동에 영향을 미치는 요인들을 살펴본 것과 달리 본 연구는 대학생의 다양한 일상 속 지연행동에 주목할 필요성을 고려하였다. 또한, 지연행동의 발달적 기원을 반영하여 성장기에 경험한 어머니의 양육태도가 미치는 영향을 분석하였으며, 양육태도 중 주로 통제적 양육이 지연행동에 미치는 영향에 초점을 맞춰 살펴본 선행 연구들(김지수, 김은정, 2019; 마은애, 손은정, 2014)을 확장하여 어머니의 돌봄과 과보호가 미치는 영향력에 주목하였다. 무엇보다 본 연구는 성장기에 경험한 부모의 양육태도가 성인 진입기인 대학생의 지연행동에 영향을 미치는 경로를 분석함으로써 대학생의 부적응적 인지 및 정서와 역기능적 행동인 지연행동에 대

한 이해를 확장하고자 하였다. 특히 본 연구의 결과는 사회부와 완벽주의와 우울이 지연행동에 이르는 순차적 매개 경로를 밝혔다는 점에서 향후 대학생의 지연행동 개입 시 이 두 심리적 특성을 함께 고려한 접근이 필요함을 시사한다. 예를 들어, 사회적 기대에 대한 민감성을 완화하고, 부정적 정서 상태를 조절할 수 있도록 돕는 상담 및 심리 교육 프로그램이 지연행동 예방에 기여할 수 있을 것이다. 또한 본 연구의 결과는 대학생의 적응을 돕기 위한 개입과 부모교육을 위한 중요한 근거 자료로 사용될 수 있을 것으로 기대된다.

참고문헌

- 강부자, 최연실 (2016). 가족건강성이 대학생의 우울에 미치는 영향: 자기효능감과 심리적 독립의 매개효과. *인간발달연구*, 23(3), 71-90.
<https://doi.org/10.15284/kjhd.2016.23.3.71>
- 건강보험심사평가원. (2022. 6. 24). 최근 5년(2017 ~ 2021년) 우울증과 불안장애 진료현황 분석, 건강보험심사평가원. <https://www.hira.or.kr/bbsDummy.do?pgmid=HIRAA020041000100&brdScnBltno=4&brdBltno=10627&pageIndex=1&pageIndex2=1>에서 2025년 4월 10일 인출
- 권선주 (2018). 대학생의 다차원적 완벽주의와 분노 반추가 대학생활적응에 미치는 영향. *한양대학교 대학원 박사학위논문*.
- 김덕주, 권혁철 (2013). 특성화 고등학생의 지각된 부모양육태도, 부적응적 방어기제 및 만성적 지연행동과 진로미결정수준간의 관계. *재활심리연구*, 20(3), 587-605.
- 김미연, 김이경, 유미숙 (2019). 대학생이 지각한 부모의 과보호와 우울증상의 관계: 회피대처의 조절효과. *한국엔터테인먼트산업학회논문지*, 13(7), 431-440.
<https://doi.org/10.21184/jkeia.2019.10.13.7.431>
- 김보영, 김영근 (2016). 초기부적응도식이 지연행동에 미치는 영향: 우울의 매개효과를 중심으로. *인지행동치료*, 16(3), 403-422.
- 김용훈, 이경숙 (2022). 영유아기 자녀를 둔 아버지의 양육참여와 양육책임감에 영향을 미치는 요인. *미래유아교육학회지*, 29(1), 71-93.
- 김종건, 홍지영 (2021). 우울과 지연행동(학업, 일반)의 관계에서 그릿의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 21(3), 1187-1211.
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2021.21.3.1187>
- 김지수, 김은정 (2019). 위험 회피 기질과 부모의 심리적 통제와 우울간의 관계: 사회부와 완벽주의와 회피 중심 대처의 매개효과. *인문사회* 21, 10(6), 851-866.
<https://doi.org/10.22143/HSS21.10.6.61>
- 김현이, 송미경 (2018). 대학생의 사회부와 완벽주의가 학업 지연행동에 미치는 영향: 정서조절양식의 매개효과. *정서·행동장애연구*, 34(4), 316-336.
<https://doi.org/10.33770/JEBD.34.4.13>
- 마은애, 손은정 (2014). 어머니의 심리적 통제가 대학생의 우울에 미치는 영향: 자율성 욕구 좌절과 사회부과적 완벽주의의 매개효과. *상담학연구*, 15(5), 2035-2051.
<https://doi.org/10.15703/kjc.15.5.201410.2035>
- 문수백 (2009). 구조방정식모델링의 이해와 적용. 서울: 학지사.
- 문현정, 김정규 (2019). 우울과 지연행동의 관계에서 회피분산적 정서조절과 자기자비의 매개효과. *한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제*, 5(2), 193-212.
<http://doi.org/10.15842/CPKJOURNAL.PUB.5.2.193>
- 배병렬 (2021). Amos27 구조방정식모델링. 서울: 도서출판 청람.
- 배주영, 허재홍 (2020). 자기애적 취약성, 사회부와 완벽주의, 자기은폐, 그리고 우울의 관계. *인문사회* 21, 11(6), 757-772.
<https://doi.org/10.22143/HSS21.11.6.54>
- 백솔, 한기백 (2020). 대학생이 지각한 아동기 부모 양육태도와 폭식행동의 관계: 성인애착, 자아존중감, 우울의 매개효과. *청소년학연구*, 27(2), 493-519.
<https://doi.org/10.21509/KJYS.2020.02.27.02.493>
- 성정혜, 김춘경 (2017). 대학생의 성인애착 및 사회부와 완벽주의가 정서조절양식을 매개로 우울과 불안에 미치는 영향. *미래청소년학회지*, 14(3), 91-109.
- 송윤희 (2012). 대학 이러닝 학습자의 완벽주의, 우울, 시험불안, 자기손상전략이 학업지연에 미치는 영향. *학습자중심교과교육연구*, 12(4), 209-229.
- 송지영 (1992). 한국판 부모자녀 결합형태 검사: 신뢰도 및 타당도 검증. *대학정신의학회지*, 31(5), 979-992.
- 신재욱, 홍정순 (2021). 대학생의 사회부와 완벽주의 및 실패공포와 학업지연행동의 관계에서 자존감 및 자기구실 만들기 전략의 순차적 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 21(9), 923-939.
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2021.21.9.923>
- 오남경, 권혁철, 이영순 (2012). 대학생이 지각한 부모양육태도와 분리개별화 및 대인관계문제의 관계: 분리불안과 함입불안을 중심으로. *재활심리연구*, 19(1), 85-102.
- 오동재, 전성일, 장환일 (1993). 부모의 양육태도가 청년의 정신병리에 미치는 영향에 대한 연구: 장정신체검사사용 정신과 집단선별검사 개발을 위한 연구(5). *신경정신의학*, 32(6), 896-903.
- 윤혜영, 강지현 (2015). 대학생이 지각한 부모양육태도가 대인관계문제에 미치는 영향: 내면화된 수치심의 매개

- 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 27(2), 405-423.
- 이순이 (2017). 지각된 부모-자녀 결합 형태와 대학생의 학업적 지연행동과의 관계. 광운대학교 대학원 석사학위논문.
- 이신희, 김연수 (2022). 대학생의 사회부와 완벽주의와 학업적 지연행동 간 관계에서 학습 무기력의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 22(3), 1-13.
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2022.22.3.1>
- 이애경, 김은정, 오경화, 김선민, 박상모, 탁진국 (2021). 지연습관개선을 위한 온라인 코칭프로그램의 개발 및 효과성 검증. 지역과 세계, 45(4), 33-62.
<https://doi.org/10.33071/ssricb.45.4.202112.33>
- 이은희 (1999). 지각된 부모-자녀관계에 따른 완벽주의와 우울. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 임성문 (2006a). 각성형과 회피형의 만성적 지연행동 측정: Ferrari가 제안한 방법은 타당한가?. 한국심리학회지: 일반, 25(2), 91-102.
- 임성문 (2006b). 대학생의 만성적 지연행동에 영향을 미치는 초기 부적응도식. 한국청소년연구, 17(2), 185-211.
- 임성문 (2006c). 초기 부적응도식과 만성적 지연행동간의 관계: 매개변인과 경로모형의 탐색. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 잡코리아 (2016. 10. 26). 대학생 10명 중 9명 '습관이 성공, 실패에 영향 준다!'. 잡코리아. https://www.jobkorea.co.kr/goodjob/tip/View?News_No=11108&schCtgr=10004에서 2025년 4월 10일 인출
- 장성화, 구승신, 이주연 (2013). 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의에 미치는 영향. 한국콘텐츠학회논문지, 13(12), 797-807.
- 전겸구, 최상진, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. 한국심리학회지: 건강, 6(1), 59-76.
- 전혜경 (2016). 어머니의 심리적 통제가 대학생의 우울에 미치는 영향: 인정욕구, 갈등적 독립, 성인애착의 매개효과. 한국청소년연구, 27(3), 97-131.
<https://doi.org/10.14816/sky.2016.27.3.97>
- 정은선 (2008). 부모의 양육태도가 주관적 행복감과 우울감에 미치는 영향: 강인성과 완벽주의의 매개역할. 한양대학교 대학원 박사학위논문.
- 조이슬, 강영신 (2015). 사회부와 완벽주의와 학업적 지연행동 간의 관계에서 불안민감성의 매개 효과. 상담학연구, 16(4), 359-375.
<https://doi.org/10.15703/kjc.16.4.201508.359>
- 천지원, 이동귀 (2021). 대학생의 사회부와 완벽주의가 우울에 미치는 영향: 그릿(Grit)에 의해 조절된 자기불일치의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 33(1), 367-390.
<https://doi.org/10.23844/KJCP.2021.02.33.1.367>
- 최주영, 진미경 (2019). 대학생이 지각한 부모양육태도와 우울증상의 관계에서 내현적 자기에 성향의 매개효과. 한국가족복지학, 24(1), 19-35.
- 추상엽, 임성문 (2009). 사회적으로 부과된 완벽주의와 학업적 지연행동 간의 관계: 수행회피 성취목표의 매개효과와 인지전략, 메타-인지전략의 조절효과. 청소년학연구, 16(1), 467-490.
- 탁선영, 김연수 (2023). 대학생의 사회부와 완벽주의가 학업적 지연행동에 미치는 영향. 학습자중심교과교육연구, 23(9), 487-500.
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2023.23.9.487>
- 한기백 (2014). 여자대학생이 지각한 아동기 부모의 돌봄과 과보호가 우울증상에 미치는 영향: 자기존중감과 역기능적 신념의 매개 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(2), 315-340.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 황예텔, 이경순 (2019). 남·녀 대학생이 지각하는 어머니 과보호와 사회불안 관계에서 회복탄력성의 매개효과. 한국교육문제연구, 37(3), 179-206.
<https://doi.org/10.22327/kei.2019.37.3.179>
- Ainsworth, M. D. S., Bell, S. M., & Stayton, D. J. (1975). Infant-mother attachment and social development: Socialisation as a product of reciprocal responsiveness to signals. In M. Richards (Ed.), *The Integration of the Child into a Social World* (pp. 99-135). Cambridge University Press.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Causes and Treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T. (1983). Cognitive therapy of depression: New perspectives. In P. J. Clayton & J. E. Barrett (Eds.), *Treatment of depression: Old controversies and new approaches* (pp. 265-290). Raven Press.
- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and treatment* (2nd ed.). Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Bernstein, D. (2020). *Perceived parenting and procrastination: How childhood experiences impact procrastination among college students* (Doctor's thesis). New York: Hofstra University.
- Besharat, M. A., Azizi, K., & Poursharifi, H. (2011). The relationship between parenting styles and children's perfectionism in a sample of Iranian families. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 1276-1279.
- Blatt, S. J., Wein, S. J., Chevron, E. S., & Quinlan, D. M. (1979). Parental representations and depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 88(4), 388-397.
<https://doi.org/10.1037/0021-843X.88.4.388>
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). 미루: 달콤한, 그러나 치명적인 습관. 윤상운 (역). 서울: 넥서스BIZ. (원본 발간일, 1983)

- Carvalho, J., Ruparelia, V., & Telwala, T. (2018). Procrastination, perfectionism and test anxiety: A perilous triad. *Indian J Mental Health*, 5(1), 124-129.
- Casale, S., Fioravanti, G., & Ghinassi, S. (2023). Applying the Self-Determination Theory to explain the link between perceived parental overprotection and perfectionism dimensions. *Personality and Individual Differences*, 204, 112044.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.112044>
- Cerino, E. S. (2014). Relationships between academic motivation, self-efficacy, and academic procrastination. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 19(4), 156-163.
<https://doi.org/10.24839/2164-8204.JN19.4.156>
- Chang, E. C., Sanna, L. J., Chang, R., & Bodem, M. R. (2008). A preliminary look at loneliness as a moderator of the link between perfectionism and depressive and anxious symptoms in college students: Does being lonely make perfectionistic strivings more distressing?. *Behaviour Research and Therapy*, 46(7), 877-886.
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.03.012>
- Constantin, K., English, M. M., & Mazmanian, D. (2018). Anxiety, depression, and procrastination among students: Rumination plays a larger mediating role than worry. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 36(1), 15-27.
<https://doi.org/10.1007/s10942-017-0271-5>
- Dong, X. X., Liang, G., Li, D. L., Liu, M. X., Yin, Z. J., Li, Y. Z., Zhang, T., & Pan, C. W. (2022). Association between parental control and depressive symptoms among college freshmen in China: The chain mediating role of chronotype and sleep quality. *Journal of affective disorders*, 317, 256-264.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.08.091>
- Edmaier, J., Meier, M., & Pruessner, J. C. (2022). Associations between parental overprotection, maladaptive perfectionism, and chronic and acute stress reactivity. *Psychological Research of Early Career Scientists*, 1(1), 1-16.
- Enns, M. W., Cox, B. J., & Larsen, D. K. (2000). Perceptions of parental bonding and symptom severity in adults with depression: Mediation by personality dimensions. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 45(3), 263-268.
- Fee, R. L., & Tangney, J. P. (2000). Procrastination: A means of avoiding shame or guilt?. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 167-184.
- Fei, W., Geng, Y., Wang, S., Ma, Q., Peng, X., Zhang, M., & Zhang, T. (2021). Association between parental control and subclinical depressive symptoms in a sample of college freshmen: Roles of empathy and gender. *Journal of Affective Disorders*, 286, 301-308.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.03.005>
- Ferrari, J. R. (1991). Compulsive procrastination: Some self-reported characteristics. *Psychological Reports*, 68(2), 455-458.
<https://doi.org/10.2466/pr0.1991.68.2.455>
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). Assessment of Academic and Everyday Procrastination. In J. R. Ferrari, J. L. Johnson & W. G. McCown (Eds.), *Procrastination and Task Avoidance. The Springer Series in Social Clinical Psychology* (pp. 47-70). Boston, MA: Springer.
https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6_3
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 20(2), 85-94.
<https://doi.org/10.2224/sbp.1992.20.2.85>
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 5-31). Washington, D.C.: American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/10458-001>
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Martin, T. R. (1995). Dimensions of perfectionism and procrastination. In J. R. Ferrari, J. L. Johnson & W. G. McCown (Eds.), *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment* (pp. 113-136). New York and London: Plenum Press.
https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6_6
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Oliver, J. M., & Macdonald, S. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 89-132). Washington, D.C.: American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/10458-004>
- Gamsa, A. (1987). A note on a modification of the parental bonding instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 60(3), 291-294.
<https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1987.tb02745.x>
- Ge, S., Chen, C., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2023). Father-daughter and mother-son relationships: Parental bonding behaviours and socially prescribed perfectionism in young adults. *Personality and Individual Differences*, 203, 112007.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.112007>
- George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS statistics 25*

- step by step: A simple guide and reference* (16th ed.). New York: Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781351033909>
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C. (1995). Multiple discriminant analysis. *Multivariate Data Analysis*, 178, 256-267.
- Hammer, C. A., & Ferrari, J. R. (2002). Differential incidence of procrastination between Blue-and White-Collar workers. *Current Psychology*, 21, 333-338.
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach* (Vol. 3). New York: The Guilford Press.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Ediger, E. (1996). Perfectionism and depression: Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(2), 276-280.
<https://doi.org/10.1037/0021-843X.105.2.276>
- Hickinbottom, S. (1999). *A study of the development of self-oriented, socially prescribed, and other-oriented perfectionism* (Master's thesis). Ottawa: Simon Fraser University.
- Huang, H., Ding, Y., Liang, Y., Zhang, Y., Peng, Q., Wan, X., & Chen, C. (2022). The mediating effects of coping style and resilience on the relationship between parenting style and academic procrastination among Chinese undergraduate nursing students: A cross-sectional study. *BMC Nursing*, 21(1), 1-10.
<https://doi.org/10.1186/s12912-022-01140-5>
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination: When good things don't come to those who wait. *European Psychologist*, 18(1), 24-34.
<https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000138>
- Kishton, J. M., & Widaman, K. F. (1994). Unidimensional versus domain representative parceling of questionnaire items: An empirical example. *Educational and Psychological Measurement*, 54(3), 757-765.
<https://doi.org/10.1177/0013164494054003022>
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20(4), 474-495.
[https://doi.org/10.1016/0092-6566\(86\)90127-3](https://doi.org/10.1016/0092-6566(86)90127-3)
- Levy, D. M. (1939). Maternal overprotection. *Psychiatry: Journal for the Study of Interpersonal Processes*, 2, 99-128.
- Martin, T. R., Flett, G. L., Hewitt, P. L., Krames, L., & Szanto, G. (1996). Personality correlates of depression and health symptoms: A test of a self-regulation model. *Journal of Research in Personality*, 30(2), 264-277.
<https://doi.org/10.1006/jrpe.1996.0017>
- Matheson, K., Kelly, O., Cole, B., Tannenbaum, B., Dodd, C., & Anisman, H. (2005). Parental bonding and depressive affect: The mediating role of coping resources. *British Journal of Social Psychology*, 44(3), 371-395.
<https://doi.org/10.1348/014466605X37477>
- Missildine, W. H. (2006). 몸에 밴 어린시절. 이석규, 이종범 (공역). 서울: 가톨릭출판사. (원본 발간일, 1963)
- Muthén, B. O. (2019, July 3). Discrepancy between bootstrapped CI and p-value. Mplus. Retrieved April 10, 2025, from <http://www.statmodel.com/cgi-bin/discus/discus.cgi?pg=next&topic=11&page=27121>
- Ono, Y., Takaesu, Y., Nakai, Y., Ichiki, M., Masuya, J., Kusumi, I., & Inoue, T. (2017). The influence of parental care and overprotection, neuroticism and adult stressful life events on depressive symptoms in the general adult population. *Journal of Affective Disorders*, 217, 66-72.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.03.058>
- O'Donoghue, T., & Rabin, M. (1999). Incentives for procrastinators. *The Quarterly Journal of Economics*, 114(3), 769-816.
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L. B. (1979). A parental bonding instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 52(1), 1-10.
<https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1979.tb02487.x>
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1(3), 385-401.
<https://doi.org/10.1177/014662167700100306>
- Sherry, S. B., Law, A., Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Besser, A. (2008). Social support as a mediator of the relationship between perfectionism and depression: A preliminary test of the social disconnection model. *Personality and Individual Differences*, 45(5), 339-344.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.05.001>
- Sirois, F. M. (2007). "I'll look after my health, later": A replication and extension of the procrastination-health model with community-dwelling adults. *Personality and Individual Differences*, 43(1), 15-26.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.003>
- Sirois, F. M., & Giguère, B. (2018). Giving in when feeling less good: Procrastination, action control, and social temptations. *British Journal of Social Psychology*, 57(2), 404-427.
<https://doi.org/10.1111/bjso.12243>

- Sirois, F. M., & Pychyl, T. (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(2), 115-127.
<https://doi.org/10.1111/spc3.12011>
- Smith, M. M., Sherry, S. B., McLarnon, M. E., Flett, G. L., Hewitt, P. L., Saklofske, D. H., & Etherson, M. E. (2018). Why does socially prescribed perfectionism place people at risk for depression? A five-month, two-wave longitudinal study of the Perfectionism Social Disconnection Model. *Personality and Individual Differences*, 134, 49-54.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.05.040>
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36-46.
<https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Steel, P., Svartdal, F., Thundiyil, T., & Brothen, T. (2018). Examining procrastination across multiple goal stages: A longitudinal study of temporal motivation theory. *Frontiers in Psychology*, 9, Article 327.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00327>
- Turner, L. A., & Turner, P. E. (2011). The relation of behavioral inhibition and perceived parenting to maladaptive perfectionism in college students. *Personality and Individual Differences*, 50(6), 840-844.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.01.006>
- Yoshizumi, T., Murase, S., Murakami, T., & Takai, J. (2007). Dissociation as a mediator between perceived parental rearing style and depression in an adult community population using college students. *Personality and Individual Differences*, 43(2), 353-364.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.12.010>