

## 완벽주의와 인지적 정서조절 전략이 시험불안에 미치는 영향\*

The Effects of Perfectionism and Cognitive-Emotion Regulation  
Strategies on Test Anxiety\*

정아현(A-hyun Jung)<sup>1)</sup>

강민주(Min Ju Kang)<sup>2)</sup>

### ABSTRACT

This study examined the effects of perfectionism and cognitive-emotion regulation strategies on the test anxiety. The participants in this study were 423(227 boys, 196 girls) 6th graders recruited from four elementary schools in Seoul, Korea. The participants completed the Test Anxiety Inventory-Korea(Kim, 1991), the Child and Adolescent Perfectionism Scale(CAPS; Flett at al, 2000), and the Cognitive-Emotion Regulation Questionnaire(CERQ; Garnefski, 2001). The results of this study were as follows. First, self-oriented perfectionism and socially prescribed perfectionism were both positively associated with test anxiety. Additionally, the children who used more adaptive cognitive-emotion regulation strategies reported lower test anxiety, whereas the children who used more maladaptive cognitive-emotion regulation strategies reported higher test anxiety. Secondly, there was an interactional effect between self-oriented perfectionism and maladaptive cognitive-emotion regulation strategies on test anxiety. Lastly, socially prescribed perfectionism and cognitive-emotion regulation strategies had a significant effect on children's test anxiety. However, there were no interactional effects observed between socially prescribed perfectionism and cognitive-emotion regulation strategies on test anxiety.

\* 본 논문은 2013년도 연세대학교 석사학위 청구논문의 일부임.

\* 본 논문은 2013년도 한국아동학회 추계 학술대회 포스터 발표 논문임.

<sup>1)</sup> 연세대학교 대학원 아동·가족학과 석사

<sup>2)</sup> 연세대학교 아동·가족학과 부교수

**Corresponding Author** : Min Ju Kang, Associate Professor, Dept. of Child & Family Studies, Yonsei University,  
50 Yonsei-ro, Seodaemun-Gu, Seoul 120-749, Korea  
E-mail : mj kang@yonsei.ac.kr

© Copyright 2014, The Korean Society of Child Studies. All Rights Reserved.

**Keywords** : 시험불안(test anxiety), 자기 지향적 완벽주의(self-oriented perfectionism), 사회부과적 완벽주의(socially prescribed perfectionism), 적응적 인지 정서조절 전략(adaptive cognitive-emotion regulation strategy), 부적응적 인지 정서조절 전략(maladaptive cognitive-emotion regulation strategy).

## I. 서론

경쟁 중심 사회에서 교육 과정 속 경쟁 요소인 시험은 그 중요성이 크다고 할 수 있다. 학교 성적이 가지는 중요성이 커질수록 학생들은 시험을 앞두고 불안을 경험하게 되는데 이러한 시험불안은 학업 생활에 직·간접적으로 영향을 미친다.

시험불안이 심한 아동은 학업에도 소극적인 태도로 임하기 쉽고, 학교생활에 적응하기 어렵다(Ghasem, 2012). 학령기 아동의 경우 일상생활 중 많은 부분이 학교생활과 연결되므로 시험불안이 단순히 학업성취뿐 아니라 삶의 질에도 영향을 줄 수 있다(Ahmet, Owgur, Cetin, Kubra, & Hasas, 2010). 이 시기의 경험은 상급학교에서의 학업생활에도 많은 영향을 미치므로, 아동이 겪는 시험불안을 이해하는 것은 중요한 일이라고 할 수 있다.

시험불안은 다양한 요인으로 발생하는데 가족이나 학교, 사회와 관련한 외부적인 요인과 함께 개인 내적인 특성 중 완벽주의성향이 시험불안을 야기하는 요인으로 지적되고 있다(Bak & Im, 2010). 개인 내적 특성인 완벽주의성향은 도달하기 어려운 높은 목표를 향해 노력하므로 쉽게 패배감을 느낀다. 특히, 평가를 받는 상황에서 완벽주의자는 실패에 대한 두려움과 자신에 대한 높은 기대로 인해 불안을 경험하게 될 가능성이 높고 이로 인해 부정적인 결과를 가지게 된다(Bas, 2011).

완벽주의성향은 개인과 개인을 둘러싼 환경과의 상호작용에 따라 다양한 측면을 가지고

있으며 상황에 따라 긍정적, 혹은 부정적 결과를 가질 수 있다(Stoeber & Otto, 2006). 완벽주의는 여러 학자들에 의해 개념이 제시되고 있는데, Frost 외(1990)는 완벽주의 성향을 6가지 하위차원으로 이루어져 있다는 다차원적 완벽주의 모델을 제안하였고 Hewitt과 Flett(1991)는 완벽주의 기준이 누구로부터 나왔는지에 따라 완벽주의 차원을 구분하였다. 이처럼 학자들마다 서로 다른 차원으로 완벽주의를 설명하고 구분하고 있는데 공통적으로 이루기 어려운 높은 목표를 기준으로 세우고 자신의 행동을 평가하는 속성이라고 할 수 있다. 본 연구에서 관심을 두고 있는 완벽주의 개념은 크게 두 가지로 자기 지향적 완벽주의와 사회부과적 완벽주의다(Flett, Hewett, Boucher, Davidson, & Munro, 2000). 먼저 자기 지향적 완벽주의성향이 높은 개인은 자신으로부터 엄격한 기준이 세워지고 그 기준에 의해서 자신을 평가한다. 한편 사회부과적 완벽주의성향이 높은 개인은 타인으로부터 기준이 세워지고, 그 부과된 기준에 도달하지 못했을 때 거부당할 것을 두려워한다. 사회부과적 완벽주의성향은 부정적인 정서 또는 결과와 정적인 상관성이 있다는 일관된 결과가 보고되고 있다(Hewitt & Flett, 2004; Molnar, Reker, Culp, Sadava, & DeCourville, 2006). 반면, 자기 지향적 완벽주의성향은 부정적 정서 또는 결과에 대해 비일관적인 결과가 보고되고 있는데, 이는 자기 지향적 완벽주의성향이 상황에 따라 성실함이나 정서, 목표달

성에 긍정적 영향을 미치기도 하고 높은 기준으로 인해 좌절이나 불안에 영향을 미치기도 하기 때문이다(Trumpeter, Watson, & O'leary, 2006). 이러한 특성 때문에 Stoeber, Feast와 Hayward(2009)는 자기 지향적 완벽주의를 양면성을 가진 완벽주의라고 하였다.

이처럼 완벽주의성향은 하위차원에 따라 다른 결과를 나타낼 수 있는데, 이러한 차이는 시험불안에서도 나타난다. Jang과 Ha(2008)의 연구에서 초등학생을 대상으로 완벽주의와 시험불안과의 관계를 본 결과, 자기 지향적 완벽주의와 사회부과적 완벽주의는 시험불안과 모두 정적 상관관계를 나타냈다. 반면, Choi와 Moon(2004)의 연구에서는 사회부과적 완벽주의 성향이 높은 경우보다는 자기 지향적 완벽주의 성향이 높은 경우에 시험불안을 느끼는 정도가 상대적으로 낮았다. 한편, Bieling, Israeli와 Antony(2004)의 연구에서는 자기 지향적 완벽주의와 시험불안에서 유의미한 관계가 나타나지 않았다. 이처럼, 완벽주의성향은 시험불안과 관련하여 하위차원에 따라 다른 결과를 나타낼 수 있다. 따라서 완벽주의를 자기 지향적 완벽주의와 사회부과적 완벽주의로 구분하여 각 하위차원에 따라 아동의 시험불안에 어떠한 영향을 미치는지를 좀 더 자세히 알아볼 필요가 있다.

시험불안에 영향을 미칠 수 있는 개인 내적 특성으로는 완벽주의적 성향 외에도 아동의 인지적 전략을 들 수 있다. 선행연구 결과, 아동의 인지적 전략은 불안을 감소시킬 수 있는 중요한 요인임을 밝힌 바 있다(Hirsch, Clark, & Mathews, 2006). 불안을 감소시킬 수 있는 전략으로 이러한 인지적인 전략에 주목한 Garnefski, Kraaij와 Spinhoven(2001)는 개인이 느끼는 불안과 같은 정서는 선택적 주의, 기억, 왜곡, 부인, 투사와 같은 무의식적인 인지 과정을 통해

조절되거나 자기 비난, 타인 비난, 반추, 파국화 같은 의식적인 인지 과정을 통해 조절 될 수 있다고 하였다. Garnefski(2001)는 인지적 정서조절이 인지적이고 의식적인 개념임을 강조하면서 인지적 정서조절 전략을 제안하였다. 인지적 정서조절 전략은 적응적 인지 정서조절 전략인 수용, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점변경, 긍정적 재평가, 조망확대 5가지와 부적응적 인지 정서조절 전략인 자기비난, 타인비난, 반추, 파국화 4가지의 하위요인으로 구성되어 있다. 인지적 정서조절 전략은 어떠한 전략을 사용하느냐에 따라 부정적 정서를 증가시키기도 하고 감소시키기도 한다. 적응적 인지 정서조절 전략 사용은 부정적 정서를 인지적으로 조절하여 삶의 만족감을 높일 수 있지만(John & Gross, 2004), 부적응적 인지 정서조절 전략은 불안과 정적상관이 있다(Legerstee, Garnefski, Verhulst, & Utens, 2011). 학령기 아동은 신경과 생리적 체계가 성장하면서 정서조절을 위한 인지적 전략의 사용이 증가하고 능숙해지므로 부정적 정서를 인지적으로 조절할 수 있게 된다(Blandon, Calkins, Keane, & O'Brien, 2008). 특히, 초등학교 고학년의 경우 중학교 진학에 대한 부담과 학업스트레스로 시험불안이 증가하는데(Park & Park, 2010), 인지적 정서조절 전략사용을 통해 시험상황에서 느낄 수 있는 시험불안을 완화시키거나 증가시킬 것으로 기대해 볼 수 있다.

이상을 살펴보면, 완벽주의는 시험불안을 유발하는 원인이 되고(Bak & Im, 2010), 사용하는 인지적 정서조절 전략에 따라 불안을 증가시킬 수도 있고 감소시킬 수도 있다는 것으로 요약될 수 있다. 이처럼, 완벽주의와 시험불안, 인지적 정서조절 전략과 불안간의 단순한 관계성을 본 연구는 있으나, 통합적인 관계를 살펴본 선행 연구는 거의 없다. 완벽주의자는 시험과 같은

불안을 유발하는 평가 상황에서 다른 사람들보다 부정적 정서를 더 경험하게 될 가능성이 높다. 이때 정서에 대한 인지적 처리는 부정적 정서를 효과적으로 조절할 수 있도록 도울 수 있는데(Gross, 2002), 적응적 인지 정서조절 전략은 부정적인 감정을 완화시킬 수 있고, 부정적인 인지 정서조절 전략은 부정적인 감정을 증가시킬 수 있다. 따라서 완벽주의 성향, 인지적 정서조절 전략과 시험불안 간에 어떠한 관계가 있는지 통합적으로 살펴볼 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 위와 같은 필요성에 따라 완벽주의와 아동이 사용하는 인지적 정서조절 전략이 시험불안에 어떤 영향을 미치는지 알아보고 완벽주의의 하위차원인 자기 지향적 완벽주의와 사회부과적 완벽주의가 적응적, 부적응적 인지 정서조절 전략과 상호작용하여 아동의 시험불안에 어떻게 영향을 미치는지 구체적으로 살펴볼 것이다. 이상의 연구목적에 가지고 본 연구에서 제시하는 연구문제는 아래와 같다.

<연구문제 1> 초등학교 6학년생의 완벽주의, 인지적 정서조절 전략, 시험불안의 일반적 경향은 어떠한가?

<연구문제 2> 완벽주의와 인지적 정서조절 전략이 초등학교 6학년생의 시험불안에 미치는 영향은 어떠한가, 시험불안에 대한 완벽주의와 인지적 정서조절 전략의 상호작용 효과가 있는가?

2-1 자기 지향적 완벽주의와 적응/부적응적 인지적 정서조절 전략이 초등학교 6학년생들의 시험불안에 미치는 영향은 어떠한가?

2-2 사회부과적 완벽주의와 적응/부적응적 인지적 정서조절 전략이

초등학교 6학년생들의 시험불안에 미치는 영향은 어떠한가?

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구의 대상은 서울시 소재 4개 초등학교에 재학 중인 6학년 423명으로 남아 227명과 여아 196명이었다. 먼저, 서울시 강북구, 서초구, 중랑구, 서대문구에 있는 초등학교 4 곳을 선정하여 각 학교의 6학년 학급에 연구 협조를 요청하였다. 선정한 4개 학교의 총 16개 학급 452명을 대상으로 연구를 진행하였고, 이 중 한 개의 답만 선택해야 하는데 두 개 이상의 값을 선택하여 일정한 값으로 지정할 수 없는 결측값을 포함한 경우, 또는 한 개 이상의 질문지 전체 혹은 질문지 한 면 이상에 대해 응답하지 않은 무응답의 경우 총 29부에 대해서는 분석에 사용하기에 부적절하다고 판단하여 제외하고 나머지 423부를 자료 분석에 사용하였다.

### 2. 연구도구

#### 1) 시험불안

시험불안을 측정하기 위해 Spielberger(1980)가 개발한 시험불안 검사(Test Anxiety Inventory : TAI)를 Kim(1991)이 우리나라 초등학생에게 맞도록 문항을 개발한 TAI-K를 Ro(1994)가 수정·보완한 도구를 사용하였다. 이 척도는 자기보고식 척도로서 총 28개 문항으로 이루어져 있다.

아동은 각각의 문항에 대해 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘항상 그렇다(4점)’까지의 4점 척도로 응답하며 점수가 높을수록 시험불안이 높은

것을 의미한다. 가능한 총점의 범위는 28점~112점까지이고, 본 연구에서 측정된 도구의 내적 합치도 계수 Cronbach's  $\alpha$ 는 .94로 나타났다.

## 2) 완벽주의

초등학생의 완벽주의를 측정하기 위해 Flett, Hewitt, Boucher, Davidson과 Munro(2000)가 개발한 아동·청소년 완벽주의 척도(Child and Adolescent Perfectionism Scale : CAPS)를 Lee와 Kim(2007)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 자기 지향적 완벽주의 문항 12개, 사회부과적 완벽주의 문항 10개의 자기보고식 척도로 구성되어 있다.

아동들은 각 문항을 읽고, 자신과 가장 일치하는 정도를 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '항상 그렇다(4점)'까지의 4점 척도로 응답을 하게 된다. 가능한 총점의 범위는 자기 지향적 완벽주의가 12점~48점, 사회부과적 완벽주의가 10점~40점으로 점수가 높을수록 해당 영역의 완벽주의 성향이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 측정된 도구의 내적 합치도 계수 Cronbach's  $\alpha$ 는 자기 지향적 완벽주의는 .76, 사회부과적 완벽주의는 .86으로 나타났다.

## 3) 인지적 정서조절 전략

인지적 정서조절 전략을 측정하기 위해 Gamefski(2001)가 개발한 인지적 정서조절 전략 질문지(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire : CERQ)를 Kim(2008)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 36문항으로 구성된 자기보고식 척도로 적응적 인지 정서조절 전략 문항 20개와 부적응적 인지 정서조절 전략 문항 16개로 구성되어 있다.

아동들은 각각의 문항에 대해 '전혀 그렇게 생각하지 않는다(1점)'에서 '거의 항상 그렇게 생각한다(5점)'까지의 5점 척도로 응답하게 된다.

가능한 총점의 범위는 적응적 인지 정서조절 전략은 20점~100점, 부적응적 인지 정서조절 전략은 16점~80점으로 점수가 높을수록 해당 인지적 정서조절 전략 사용의 정도가 큼을 의미한다. 본 연구의 내적 합치도 계수 Cronbach's  $\alpha$ 는 적응적 인지 정서조절 전략은 .90이었으며, 부적응적 인지 정서조절 전략은 .84로 나타났다.

## 3. 연구절차

본 조사를 실시하기에 앞서 측정하는 설문제시된 문항의 문항내용 이해 정도, 소요시간 등을 알아보기 위해 2013년 3월 5일에 예비조사를 실시하였다. 예비조사는 서울시에 위치한 초등학교의 초등학생 6학년 24명(남아 11명, 여아 13명)을 대상으로 하였으며, 대상 초등학생들에게 질문지의 내용, 응답 요령과 주의사항을 설명하고 응답과정을 살폈다. 응답에 총 소요된 시간은 20~25분 정도였으며 검토된 사항에 대해 별다른 문제가 발견되지 않아 별도의 수정과정 없이 본 조사를 실시하였다. 본 조사는 2013년 3월 8일부터 3월 13일까지 서울시에 소재한 4개 초등학교에서 이루어졌다. 소요된 시간은 예비조사에서와 마찬가지로 20~25분 정도였고 배부된 질문지 452부를 전량 회수하였다. 그 중 결측값을 포함하였거나 무응답으로 분석에 사용하기 부적절하다고 판단한 29부를 제외하고 나머지 423부를 최종분석에 사용하였다.

## 4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS 18.0 프로그램을 사용하여 다음과 같은 방법으로 분석하였다. 첫째, 변인들의 일반적 경향을 알아보기 위하여 측정변인별 점수 범위와 문항평균, 표준편차를 산출

하였다. 측정 변인들 간의 관계를 분석하고자 Pearson의 적률상관분석을 실시하였다.

둘째, 시험불안에 대한 완벽주의와 인지적 정서조절 전략의 설명력을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였고, 상호작용 효과를 파악하기 위해 두 변인(완벽주의, 인지적 정서조절 전략)을 곱해 상호작용항을 생성하여 분석을 실시하였다. 그러나 원점수의 곱을 그대로 사용할 경우 다중공선성의 문제가 발생하기 쉽기 때문에 각 변수에서 평균치를 빼는 평균 중심화(mean-centering)를 적용하였다(Seo, 2010).

### III. 결과분석

#### 1. 측정 변인들의 문항평균 및 표준편차

본 연구에서 측정한 변인은 아동의 시험불안, 자기 지향적 완벽주의, 사회부과적 완벽주의, 인지적 정서조절 전략이며 각각의 변인에 따라 가능한 점수 범위와 문항평균 및 표준편차는 Table 1에 제시된 바와 같다.

##### 1) 자기 지향적 완벽주의와 인지적 정서조절 전략이 시험불안에 미치는 영향

자기 지향적 완벽주의와 인지적 정서조절 전략이 시험불안에 미치는 영향이 어떠한지 파악

하기 위해 중다회귀분석을 실시하였으며, 독립 변인들에 대해서는 남녀간 차이가 유의하지 않았으나, 종속변인인 시험불안점수에 대해 남녀간 유의한 차이가 발견되어( $t = 2.67, p < .01$ ) 모든 분석에서 성별에 따른 효과를 통제하였다. 분석에 앞서 다중공선성이 존재하는지를 판단하기 위하여 공차한계(Tolerance) 및 분산팽창요인(Variance Inflation Factor : VIF)을 살펴보았다. 본 연구에서 회귀식에 자기 지향적 완벽주의와 적응적/부적응적 인지적 정서조절 전략, 상호작용항(자기 지향적 완벽주의 × 적응적/부적응적 인지적 정서조절 전략)이 각각 투입되었을 때, 독립 변인들 간의 공차한계는 .75에서 .99사이로 .10을 넘었으며, 분산팽창요인은 1.01에서 1.34사이로 10이하로 나타나 예측변인간의 다중공선성에 문제가 없음을 확인하였다.

자기 지향적 완벽주의와 적응적 인지 정서조절 전략이 시험불안에 영향을 미치는지 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시한 결과는 Table 2에 나타난 것과 같다. 회귀분석의 1단계에서 성별을 투입한 결과 성별이 시험불안의 1%를 설명하였고 남아보다 여아가 시험불안이 높은 것으로 나타났다. 이에 성별의 효과를 통제한 후, 2단계에서 자기 지향적 완벽주의와 적응적 인지 정서조절 전략이 포함된 회귀식은 유의하였다( $F = 17.44, p < .001$ ). 회귀식의 설명력은 10% 증가하였으며, 자기 지향적 완벽주의( $\beta = .28,$

<Table 1> Descriptive statistics of the study variables

Variables	Total range	Mean(SD)	Mean of items(SD)
Test anxiety	28~112	53.05(15.48)	1.89(0.55)
Self-oriented perfectionism	12~ 48	30.05( 6.19)	2.50(0.52)
Socially prescribed perfectionism	10~ 40	24.97( 5.86)	2.50(0.59)
Adaptive cognitive-emotion regulation strategy	20~100	66.57(13.97)	3.33(0.70)
Maladaptive cognitive-emotion regulation strategy	16~ 80	42.83(10.09)	2.68(0.63)

<Table 2> Result of multiple regression for interaction effects between self-oriented perfectionism and adaptive cognitive emotion regulation on test anxiety (N = 423)

	Step 1 $\beta$	Step 2 $\beta$	Step 3 $\beta$
Sex <sup>a</sup>	.13**	.13**	.13**
Self-oriented perfectionism		.28***	.27***
Adaptive cognitive emotion regulation		-.20***	-.20***
Self-oriented perfectionism × Adaptive cognitive emotion regulation			-.06
$R^2$	.01	.11	.11
Changes in $R^2$		.10	.00
$F$	6.86**	17.44***	13.47***
Changes in $F$	6.86**	22.38***	1.49

\*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

<sup>a</sup> boy = 1, girl = 2.

$p < .001$ )와 적응적 전략( $\beta = -.20, p < .001$ )이 시험불안을 유의하게 설명하는 변인으로 나타났다. 그러나 3단계에서 자기 지향적 완벽주의와 적응적 인지 정서조절 전략의 상호작용 효과를 알아보기 위해 상호작용항(자기 지향적 완벽주의 × 적응적 인지 정서조절 전략)을 투입한 결과  $R^2$  변화량이 유의하지 않은 것으로 나타났다. 즉, 자기 지향적 완벽주의 성향이 높을수록, 적응적 인지 정서조절 전략을 덜 사용할수록 시험불안이 높은 것으로 나타났다.

자기 지향적 완벽주의와 부적응적 인지 정서조절 전략이 시험불안에 영향을 미치는지 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시한 결과는 Table 3에 나타난 것과 같다. 회귀분석의 1단계에서 성별을 투입한 결과 시험불안의 1%를 설명하였고 남아보다 여아가 시험불안이 높은 것으로 나타났다. 이에 성별의 효과를 통제한 후, 2단계에서 자기 지향적 완벽주의와 부적응적 인지 정서조절 전략이 포함된 회귀식은 유의하였다( $F = 25.66, p$

$< .001$ ). 회귀식의 설명력은 14% 증가하였으며, 자기 지향적 완벽주의( $\beta = .11, p < .05$ )와 부적응적 인지 정서조절 전략( $\beta = .32, p < .001$ )은 시험불안을 유의하게 설명하는 변인으로 나타났다. 마지막으로 3단계에서 자기 지향적 완벽주의와 부적응적 인지 정서조절 전략의 상호작용 효과를 알아보기 위해 상호작용항(자기 지향적 완벽주의 × 부적응적 인지 정서조절 전략)을 투입하였다. 그 결과 회귀식은 유의한 것으로 나타났고( $F = 22.26, p < .001$ ), 회귀식의 설명력은 전 단계에 비해 2% 증가하여 총 17%의 설명력을 가졌다. 즉, 자기 지향적 완벽주의 성향이 높을수록, 부적응적 인지 정서조절 전략을 사용할수록 시험불안이 높은 것으로 나타났다.

회귀분석에서 검증된 상호작용 효과를 시각적으로 파악하기 위하여 Figure 1에 그래프를 제시하였다. Figure 1의 그래프에 나타난 상호작용 효과를 살펴보면 부적응적 인지 정서조절 전략이 낮은 집단의 경우, 자기 지향적 완벽주

〈Table 3〉 Result of multiple regression for interaction effect between self-oriented perfectionism and maladaptive cognitive emotion regulation on test anxiety (N = 423)

	Step 1 $\beta$	Step 2 $\beta$	Step 3 $\beta$
Sex <sup>a</sup>	.13**	.15**	.15**
Self-oriented perfectionism		.11*	.10*
Maladaptive cognitive emotion regulation		.32***	.32***
Self-oriented perfectionism X Maladaptive cognitive emotion regulation			.14**
$R^2$	.01	.15	.17
Changes in $R^2$		.14***	.02**
F	6.86**	25.66***	22.26***
Changes in F	6.86**	34.51***	10.37**

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

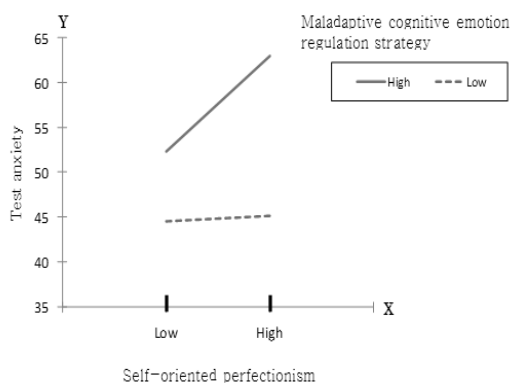
<sup>a</sup> boy = 1, girl = 2.

의에 따른 시험불안의 차이가 크지 않지만, 부적응적 인지 정서조절 전략이 높은 집단의 경우, 자기 지향적 완벽주의에 따른 시험불안의 차이가 큰 것을 알 수 있다. 다시 말하면, 자기 지향적 완벽주의가 낮은 집단에 비해 자기 지

향적 완벽주의가 높은 집단이 부적응적 인지 정서조절 전략에 따른 시험불안의 차이가 크다는 것을 볼 수 있다.

2) 사회부과적 완벽주의와 인지적 정서조절 전략이 시험불안에 미치는 영향

사회부과적 완벽주의와 인지적 정서조절 전략이 시험불안에 미치는 영향이 어떠한지 파악하기 위해 동일한 분석을 실시하였다. 분석에 앞서 다중공선성이 존재하는지를 판단하기 위하여 공차한계(Tolerance) 및 분산팽창요인(Variance Inflation Factor : VIF)을 살펴보았다. 본 연구에서 회귀식에 사회부과적 완벽주의와 적응적/부적응적 인지적 정서조절 전략, 상호작용항(사회부과적 완벽주의 × 적응적/부적응적 인지적 정서조절 전략)이 각각 투입되었을 때, 독립변인들 간의 공차한계는 .79에서 .99사이로 .10을 넘었으며, 분산팽창요인은 1.01에서 1.27사이로 10이하로 나타나 예측변인간의 다중공선성에 문제



〈Figure 1〉 Interaction effect of self-oriented perfectionism and maladaptive cognitive emotion regulation on test anxiety



<Table 4> Result of multiple regression for interaction effect between socially prescribed perfectionism and adaptive cognitive emotion regulation on test anxiety (N = 423)

	Step 1 $\beta$	Step 2 $\beta$	Step 3 $\beta$
Sex <sup>a</sup>	.13**	.14**	.14**
Socially prescribed perfectionism		.23***	.23***
Adaptive cognitive emotion regulation		-.20***	-.20***
Socially prescribed perfectionism × Adaptive cognitive emotion regulation			-.04
$R^2$	.01	.08	.08
Changes in $R^2$		.07	.00
$F$	6.86**	13.11***	10.02***
Changes in $F$	6.86**	15.99***	.78

\*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

<sup>a</sup> boy = 1, girl = 2.

가 없음을 확인하였다.

사회부과적 완벽주의와 적응적 인지 정서조절 전략이 시험불안에 영향을 미치는지 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시한 결과는 Table 4에 나타난 것과 같다. 회귀분석의 1단계에서 성별을 투입한 결과 시험불안의 1%를 설명하였고 남아보다 여아가 시험불안이 높은 것으로 나타났다. 이에 성별의 효과를 통제한 후, 2단계에서 사회부과적 완벽주의와 적응적 인지 정서조절 전략이 포함된 회귀식은 유의하였다( $F = 13.11, p < .001$ ). 회귀식의 설명력은 7% 증가하였으며, 사회부과적 완벽주의( $\beta = .23, p < .001$ )와 적응적 인지 정서조절 전략( $\beta = -.20, p < .001$ )은 시험불안을 유의하게 설명하는 변인으로 나타났다. 마지막으로 3단계에서 사회부과적 완벽주의와 적응적 인지 정서조절 전략의 상호작용 효과를 알아보기 위해 상호작용항(사회부과적 완벽주의 × 적응적 인지 정서조절 전략)을 투입한 결과  $R^2$ 변화량이 유의하지 않은

것으로 나타났다. 즉, 두 변인의 주효과만이 유의하게 나타났으며, 사회부과적 완벽주의 성향이 높을수록 그리고 적응적 인지 정서조절 전략을 사용하지 않을수록 시험불안이 높은 것으로 나타났다.

사회부과적 완벽주의와 부적응적 인지 정서조절 전략이 시험불안에 영향을 미치는지 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시한 결과는 Table 5에 나타난 것과 같다. 회귀분석의 1단계에서 성별을 투입한 결과, 시험불안의 1%를 설명하였고 남아보다 여아가 시험불안이 높은 것으로 나타났다. 이에 성별의 효과를 통제한 후, 2단계에서 사회부과적 완벽주의와 부적응적 인지 정서조절 전략이 포함된 회귀식은 유의하였다( $F = 24.30, p < .001$ ). 회귀식의 설명력은 13% 증가하였으며, 부적응적 전략( $\beta = .34, p < .001$ )이 시험불안을 유의하게 설명하는 변인으로 나타났다. 마지막으로 3단계에서 사회부과적 완벽주의와 부적응적 인지 정서조절 전략의

<Table 5> Result of multiple regression for interaction effect between socially prescribed perfectionism and maladaptive cognitive emotion regulation on test anxiety (N = 423)

	Step 1 $\beta$	Step 2 $\beta$	Step 3 $\beta$
Sex <sup>a</sup>	.13**	.16**	.16**
Socially prescribed perfectionism		.06	.06
Maladaptive cognitive emotion regulation		.34***	.34***
Socially prescribed perfectionism X Maladaptive cognitive emotion regulation			.01
$R^2$	.01	.14	.14
Changes in $R^2$		.13	.00
$F$	6.86**	24.30***	18.20***
Changes in $F$	6.86**	32.50***	.08

\*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

<sup>a</sup>. boy = 1, girl = 2.

상호작용 효과를 알아보기 위해 상호작용항(사회부과적 완벽주의 × 부적응적 인지 정서조절 전략)을 투입한 결과  $R^2$  변화량이 유의하지 않은 것으로 나타났다.

#### IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 초등학교 6학년 423명을 대상으로 시험불안, 완벽주의, 인지적 정서조절 전략이 어떻게 나타나는지 살펴보고 변인들 간의 관계와 영향력을 살펴보았다. 또한, 시험불안에 대한 완벽주의와 인지적 정서조절 전략의 상호작용 효과에 대해 검증하였다. 본 연구를 통해 얻은 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 자기 지향적 완벽주의와 인지 정서조절 전략이 시험불안에 미치는 영향과 상호작용 효과를 파악하기 위해 중다회귀분석을 실시한 결과,

자기 지향적 완벽주의가 시험불안을 설명하는 유의미한 변인으로 나타났다. 이와 같은 결과는 자기 지향적 완벽주의 성향이 높을수록 시험불안이 높다고 보고한 선행연구 결과(Jang & Ha, 2008)와 맥을 같이 한다.

자기 지향적 완벽주의는 자기 스스로에게 높은 기대수준을 설정하고 그 목표에 도달해야 한다고 믿고 있기 때문에 스스로에게 완벽하기를 요구한다. 본 연구에서는 시험불안에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이는 자기 지향적 완벽주의 성향이 시험이라는 상황에서 불안을 유발한 것으로 생각해 볼 수 있다. 자기 지향적 완벽주의 성향이 높은 개인은 자신에게 높은 목표를 가지고 과업을 수행하는 특성을 가지고 있기 때문에 학업에 있어서도 자신에게 높은 기준을 설정해 그 기준에 따라 자신을 평가할 가능성이 있다. 이렇듯 높은 기대와 목표설정을 가진 자기 지향적 완벽주의 특성상 평가라는 시험

상황이 불안을 야기했을 것으로 추측해 볼 수 있다. 따라서 목표를 달성하는데 있어서 성패여부에만 관심이 있는 이들에게 과업을 수행하는데 있어 결과 뿐 아니라 과정의 중요성과 함께 목표를 설정할 때 적절한 기준을 세울 수 있도록 도움을 준다면 시험으로 인한 불안을 줄일 수 있을 것이다.

적응적 인지 정서조절 전략도 시험불안에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 스트레스 상황에서 적응적 인지적 정서조절 전략을 사용할 때 불안과 같은 부정적 정서를 감소시킬 수 있다고 한 선행연구와 일치한다(Garnefski, 2001). 시험을 볼 때, 평가에 대한 두려움으로 불안을 느끼게 되는데 이때 시험이라는 불안을 유발시키는 사건 대신 다른 즐거운 일을 생각하거나 시험 상황 자체를 자신의 성장 차원에서 바라보고 자신에게 의미 있는 일이라고 사건을 재평가하는 등의 전략은 불안을 감소시키는데 도움을 줄 수 있을 것이다. 시험상황에서 시험자체에 대한 염려나 불안보다 다른 즐거운 일을 함께 떠올려 볼 수 있도록 하거나 시험결과에 대해 만족하고 과정에서의 의미를 더 중요하게 평가해 보는 적응적 인지정서조절 전략을 사용한다면 시험불안을 감소시킬 수 있을 것이다. 또한, 시험을 다른 사건과 비교해서 상대적으로 심각한 일이 아니라고 생각하거나 시험이라는 상황을 자신의 삶의 한 부분으로 받아들이는 전략은 불안을 감소하는데 도움이 될 것이다. 이러한 전략을 통해 시험과 평가라는 사건에 대해 해석을 변화시키고 그로 인해 야기되는 불안이라는 정서를 의식적 혹은 자동적으로 사용할 수 있도록 한다면 시험불안을 감소시키는데 긍정적 영향을 미칠 수 있을 것이라 기대해 볼 수 있다.

한편, 시험불안에 대한 자기 지향적 완벽주의와 적응적 인지 정서조절 전략이 상호작용 효과를

보이는지 알아본 결과, 자기 지향적 완벽주의와 적응적 인지 정서조절 전략의 상호작용 효과는 유의하지 않았다. 이는 완벽주의가 부정적 정서를 감소시킬 수 있는 적응적인 대처 전략을 사용했을 때 심리적 고통을 완화시킬 수 있다는 선행연구와 상반되는 결과이다(Ochsner & Gross, 2004).

자기 지향적 완벽주의자는 자신에게 높은 기대 수준을 부여하는 등 자신에게 엄격하므로 개인적 성장에서도 높은 수준의 성장을 기대할 가능성이 높다. 따라서 자신이 기대하는 성장 목표치가 너무 높기 때문에 단순히 자신의 성장을 평가하는 전략을 통해서 시험불안을 낮추기 어려울 것으로 추측해 볼 수 있다. 또한, 완벽주의자는 일어난 상황을 받아들이려고 하기 보다는 목표와 불일치했던 경험을 계속해서 생각하는 등 부적응적 인지적 정서조절 전략을 사용함으로써 시험불안을 감소시키는데 도움을 주지 못했을 것으로 추측해 볼 수 있다. 일어난 사건 대신 다른 즐거운 일을 생각하는 적응적 인지적 정서조절 전략도 단기적으로는 부정적 정서를 감소시키는데 도움이 되나 장기적으로는 적응적인 대처를 방해할 수도 있다(Garnefski, 2001). 따라서 자신의 높은 목표와 불일치했을 때 전적으로 실패했다고 지속적으로 생각하는 자기 지향적 완벽주의자의 경우 짧은 순간 부정적 사건 대신 즐거운 일을 생각하는 전략은 시험불안을 감소시킬 수 없었을 것으로 추측해 볼 수 있다.

부적응적 인지 정서조절 전략도 시험불안에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 부적응적 인지 정서조절 전략이 불안에 영향을 준다고 한 다수의 선행 연구들과 일치하는 결과이다(Garnefski, 2001; Legerstee et al, 2011). 시험과 같은 불안을 야기하는 상황에서 불안한 감정에 대해 반복해서 생각하거나 겪고 있는 시험상황이 최악의 상황이라고 생각하는 등의 부적응

적 인지 정서조절 전략은 아동의 시험불안을 더 증가시킬 수 있다. 또한, 평가를 받는 상황이 자신이 경험하고 있는 다른 경험에 비해 더 나쁜 경험이라고 생각하거나 시험과 관련한 불안한 감정에 계속해서 빠져있는 전략을 사용할 경우에는 시험불안이 증가될 수도 있다고 추측해 볼 수 있다.

한편, 시험불안에 대한 자기 지향적 완벽주의와 부적응적 인지 정서조절 전략이 상호작용 효과를 보이는지 알아본 결과, 상호작용 효과가 유의한 것으로 나타났다. 이는 완벽주의 성향의 경우 쉽게 변하지 않는 성격특성이므로 불안과 같은 부정적 정서를 해소하기 위해서는 그와 관련된 부정적인 신념과 지각양식을 수정해야 한다는 주장과 일맥상통한다(Dunkley & Blankstein, 2000).

이는 자기 지향적 완벽주의가 완벽해지려는 목표와 기대하는 바에 실제 자신의 실패에 대해 계속 생각하는 등의 부적응적 인지 정서조절 전략을 사용하고(Flett, Hewitt, Blankstein, & Gray, 1998), 그로 인한 불안을 더 겪게 되는 것으로 추측해 볼 수 있다. 자신이 경험한 사건의 공포를 뚜렷하게 강조하는 부적응적 인지 정서조절 전략사용은 자기 지향적 완벽주의자가 가지고 있는 경험한 사건과 결과에 대해 이분법적으로 사고하는 성향(Burns & Fedew, 2005)과 만나서 사소한 실패를 더 극단적이고 절망적으로 지각하여(Kim & Seo, 2008), 시험불안을 더 강화시키는 것으로 추측해 볼 수 있다.

자기 지향적 완벽주의자의 시험상황에서 자신이 세운 높은 목표에 도달하지 못했을 때 자신을 자책하고 자신의 능력을 의심하게 될 수 있다(Hur, 2004). 이러한 상황에서 그 실패 경험을 반복해서 생각하거나 실패했을 때의 감정을 뚜렷하게 느끼고 생각하는 부적응적 인지 정서조절 전략을 사용한다면 자신감이 저하되고 이

는 다음 시험상황에서 불안을 야기할 것이다. 따라서 자기 지향적 완벽주의와 부적응적 인지 정서조절 전략의 상호작용 효과에 초점을 두어 자신에게 과도하게 높은 기준을 설정하고 수행에 대해 엄격하게 평가하는 자기 지향적 완벽주의 아동들에게 시험불안을 완화시키기 위해 부적응적 인지 정서조절 전략을 줄일 수 있도록 도움을 줄 수 있을 것이다.

둘째, 사회부과적 완벽주의와 인지적 정서조절 전략이 시험불안에 미치는 영향과 상호작용 효과를 파악하기 위해 중다회귀분석을 실시한 결과, 사회부과적 완벽주의가 시험불안을 설명하는 유의미한 변인으로 나타났다. 이와 같은 결과는 사회부과적 완벽주의 성향이 높을수록 시험불안이 높다고 보고한 선행연구결과(Bak & Im, 2010; Bieling et al., 2004; Choi & Moon, 2004; Stoeber et al., 2009)와 일치한다. 사회부과적 완벽주의자는 타인에 의해 부과된 목표에 미치지 못했을 때 받을 비난에 대해 두려워하고 타인의 인정을 중요하게 생각하기 때문에, 학업에 있어서도 자신에게 의미 있는 타인에게 인정받기 위해 많은 힘을 쏟을 가능성이 있다. 이로 인해 평가에 대한 과도한 두려움이 생겨 시험불안으로 나타났을 것으로 추측해 볼 수 있다. 이러한 사회부과적 완벽주의자에게 부모나 교사들이 과업에 대해 아동이 충분히 수행할 수 있을 정도의 기준을 세워주고, 과업을 수행했을 때 인정하고 칭찬해 준다면 아동의 시험불안 수준을 낮추는데 도움을 줄 수 있을 것이다.

다음으로 인지적 정서조절 전략도 시험불안에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 적응적 인지 정서조절 전략을 사용할수록, 그리고 부적응적 인지 정서조절 전략을 덜 사용할수록 시험불안 수준이 낮아짐을 의미한다. 한편, 사회부과적 완벽주의와 적응적 인지 정서조절

전략의 상호작용 효과를 알아본 결과, 상호작용 효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 마찬가지로, 사회부과적 완벽주의와 부적응적 인지정서조절 전략의 상호작용효과도 나타나지 않았는데, 이는 자신에게 초점을 맞추기 보다는 타인의 평가에 더 민감한 사회부과적 완벽주의 성향 때문이라고 추측해 볼 수 있다. 사회부과적 완벽주의 성향은 개인적인 차원의 과업 달성을 중시하는 자기 지향적 완벽주의 성향과는 달리, 그 과업과 관련된 타인, 타인의 기대, 평가, 가치 등을 복합적으로 포함하는 특성을 가지고 있다(Huh & Han, 2004). 따라서 자신의 기준이나 성장, 사건에 대한 의미 변경과 같은 적응적 인지 정서조절 전략을 사용하는 것이나 자신을 비난하는 등의 부적응적 인지 정서조절 전략을 사용하는 것보다는 시험결과나 과업수행과정에서 타인의 반응이나 태도가 사회부과적 완벽주의 성향과 상호작용을 일으켜 개인의 시험불안을 감소시킬 수 있을 것으로 추측해 볼 수 있다.

본 연구는 다음과 같은 제한점을 가지며, 이를 토대로 후속 연구를 위한 제언을 하자면 다음과 같다. 본 연구에서는 아동의 시험불안을 설명하는 데 있어, 완벽주의와 인지적 정서조절 전략의 상호작용 효과를 살펴보았다. 그 결과, 자기 지향적 완벽주의와 부적응적 인지 정서조절 전략이 상호작용 효과를 보였고 사회부과적 완벽주의와 인지적 정서조절 전략은 상호작용 효과를 나타내지 않았다. 따라서 추후 연구에서는 두 변인 간의 상호작용 효과를 나타낼 수 있는 가족, 사회, 환경적인 요인들을 규명하여 완벽주의의 하위차원에 따라 어떠한 요인이 시험불안을 완화할 수 있는지 알아볼 필요가 있다. 또한, 본 연구의 시점이 시험을 거의 치르지 않는 학기 초에 이루어졌음을 생각해 볼 때, 추후 연구에서는 실제 시험불안을 느낄 수 있는 시험기간

이나 시험기간 전후에 측정한다면 더 정확한 연구가 되리라 생각된다.

지금까지 살펴본 바에 근거하여 본 연구가 가지는 시사점과 의의를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 사회부과적 완벽주의와 달리 시험불안과 같은 부정적 정서에 대해 비일관적인 결과를 나타냈던 자기 지향적 완벽주의가 시험불안을 높이는 성향임을 보여줌으로써 사회부과적 완벽주의와 함께 자기 지향적 완벽주의도 시험불안에 영향을 미치는 요인임을 알 수 있었다.

둘째, 인지적 정서조절 전략이 하위요인에 따라 시험불안에 상반된 영향을 준다는 점을 보여줌으로써 아동의 시험불안을 감소시키기 위해서 적응적 인지 정서조절 전략이 시험불안을 감소시키고 부적응적 인지 정서조절 전략은 시험불안을 증가시킬 수 있음을 보여주었다. 이는 시험불안으로 인한 학업성취 저하를 예방하기 위해서 부적응적 인지 정서조절 전략보다 적응적 인지 정서조절 전략을 더 많이 사용하는 것이 중요하다라는 것을 시사한다.

셋째, 완벽주의와 인지적 정서조절 전략이 시험불안에 미치는 영향에 대해 단순한 관계성이 아닌 두 변인의 상호작용 효과를 탐색했다는 점에서 의의가 있다고 할 수 있다. 즉, 자기 지향적 완벽주의 성향이 높은 아동의 경우 부적응적 인지 정서조절 전략을 덜 사용할수록 도움을 제공한다면 시험불안을 낮출 수 있을 것이다.

## References

- Ahmet, G., Owgur K., Cetin, D., Kubra G., & Hasan, Y. (2010). Measurement of secondary school students' test anxiety levels and investigation of their causes. *Social and*

- Behavioral Sciences*, 9, 1005-1008.
- Bas, A. U. (2011). Dimensions of perfectionism in elementary school-aged children: Associations with anxiety, life satisfaction, and academic achievement. *Education & Science*, 36(162), 261-272.
- Bak, B. G., & Im, S. I. (2010). A meta-analysis of test anxiety with related variables. *The Korean Journal of Educational Psychology*, 24(4), 875-894.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36(6), 1373-1385.
- Burns, L. R., & Fedew, B. A. (2005). Cognitive styles: Links with perfectionistic thinking. *Personality and Individual Differences*, 38(1), 103-113.
- Blandon, A. Y., Calkins, S. D., Keane, S. P., & O'Brien, M. (2008). Individual differences in trajectories of emotion regulation processes: The effects of maternal depressive symptomatology and children's physiological regulation. *Developmental Psychology*, 44(4), 1110-1123.
- Choi, W. H., & Moon, E. S. (2004). The differences of test anxiety as a function of perfectionists in high school students. *The Korean Journal of Educational Psychology*, 18(1), 23-35.
- Dunkley, D. M., & Blankstein, K. R. (2000). Self-critical perfectionism, coping, hassles, and current distress: A structural equation modeling approach. *Cognitive Therapy and Research*, 24(6), 713-730.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Gray, L. (1998). Psychological distress and the frequency of perfectionistic thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5), 1363-1381.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Boucher, D. J., Davidson, L. A., & Munro, Y. (2000). The child and adolescent perfectionism scale: Development, validation, and association with adjustment. *Unpublished manuscript. Retrieved from <http://hewittlab.psych.ubc.ca/requests.htm#capsref> on December 15, 2013.*
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The Dimensions of Perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Garnefski, N. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(1), 98-101.
- Hirsch, C. R., Clark, D. M., & Mathews, A. (2006). Imagery and interpretations in social phobia: Support for the combined cognitive biases hypothesis. *Behavior Therapy*, 37(3), 223-236.
- Huh, H. J., & Han, J. C. (2004). The effect of

- perfectionism on subjective well-being; mediated by inferiority. *Proceedings of The Korean Psychological Association Annual Conference, 2004*(1), 415-416.
- Jang, H. J., & Ha, E. H. (2008). The moderating effects of self-efficacy on the relationships between perfectionism and test anxiety of children. *The Korean Journal of School Psychology, 5*(3), 251-267.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Health and unhealthy emotion regulation: Personality process, individual differences, and life span development. *Journal of Personality, 72*(6), 1301-1333.
- Kim, M. J. (1991). Development of the Korean form of the test anxiety inventory. *Korean Journal of Child and Adolescent Psychiatry, 2*(1), 32-42.
- Kim, S. H. (2008). A study on relationships among the stressful events, cognitive emotion regulation strategies and psychological well-being. *Journal of Student Guidance and Counseling, 26*, 5-29.
- Kim, Y. H., & Seo, S. G. (2008). A review of perfectionism: Assessment and treatment. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy, 20*(3), 581-613.
- Lee, J. Y., & Kim, K. W. (2007). The relationship among children's interpersonal relationship stress, locus of control, and aggression. *Korean Journal of Play Therapy, 10*(2), 17-31.
- Legerstee, J. S., Garnefski, N., Verhulst, F. C., & Utens, E. M. (2011). Cognitive coping in anxiety-disordered adolescents. *Journal of Adolescence, 34*(2), 319-326.
- Mohammadyari, G. (2012). Comparative study of relationship between general perceived self-efficacy and test anxiety with academic achievement of male and female students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 69*, 2119-2123.
- Molnar, D. S., Reker, D. L., Culp, N. A., Sadava, S. W., & Decourville, N. H. (2006). A mediated model of perfectionism, affect and physical health. *Journal of Research in Personality, 40*(5), 482-500.
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2004). Thinking makes it so: A social cognitive neuroscience approach to emotion regulation. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds). *Handbook of Self-regulation: Research, Theory, and Applications* (pp. 229-255). New York, NY: Guilford Press.
- Park, J. H., & Park, J. M. (2010). The effects of children's ego-resilience and social support on exam anxiety and school adjustment. *Korean Journal of Child Studies, 31*(6), 125-134.
- Ro, J. A. (1994). A study on the effect of parents' achievement pressure and scholarly self-concept on examination uneasiness. Unpublished Master's thesis, Sookmyung Womans University, Seoul, Korea.
- Seo, Y. S. (2010). Testing mediator and moderator effects in counseling psychology research: Conceptual distinction and statistical considerations. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy, 22*(4), 1147-1168.
- Spielberger, C. D., Gonzalez, H. P., Taylor, C. J., Anton, W. D., Algaze B., Ross, G. R., &

- Westberry, L, G. (1980). *Preliminary Profession Manual for the Test Anxiety Inventory*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.
- Stoeber, J., Feast, A. R., & Hayward, J. A. (2009). Self-oriented and socially prescribed perfectionism: Differential relationships with intrinsic and extrinsic motivation and test anxiety. *Personality and Individual Differences, 47*(5), 423-428.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review, 10*(4), 295-319.
- Trumpeter, N., Watson, P. J., & O'Leary, B. J. (2006). Factors within multidimensional perfectionism scales: Complexity of relationships with self-esteem, narcissism, self-control, and self-criticism. *Personality and Individual Differences, 41*(5), 849-860.

---

2013년 10월 31일 투고, 2014년 1월 18일 수정  
2014년 2월 10일 채택