



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

2018년 8월  
석사학위 논문

대학생의 거부민감성과  
사회불안의 관계에서  
부적응적 자기초점주의의 매개효과

조선대학교 대학원

상담심리학과

이 지 수

대학생의 거부민감성과  
사회불안의 관계에서  
부적응적 자기초점주의의 매개효과

The Mediating Effects of Maladaptive Self-focused Attention  
in Relation between Reject Sensitivity and Social Anxiety  
among Undergraduates

2018년 8월 24일

조선대학교 대학원

상담심리학과

이 지 수

대학생의 거부민감성과  
사회불안의 관계에서  
부적응적 자기초점주의의 매개효과

지도교수 김택호

이 논문을 상담심리학 석사학위신청 논문으로 제출함

2018년 4월

조선대학교 대학원

상담심리학과

이 지 수

## 이지수의 석사학위논문을 인준함

위원장	조선대학교 교수	<u>정승아</u> (인)
위원	조선대학교 교수	<u>오지현</u> (인)
위원	조선대학교 교수	<u>김택호</u> (인)

2018년 5월

조선대학교 대학원

## 목 차

I. 서 론 .....	1
A. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
B. 연구문제 및 연구모형 .....	7
II. 이론적 배경 .....	8
A. 사회불안 .....	8
1. 사회불안의 개념 .....	8
2. 사회불안의 유형 .....	10
B. 거부민감성 .....	11
1. 거부민감성의 개념 .....	11
2. 거부민감성과 사회불안의 관계 .....	13
C. 부적응적 자기초점주의 .....	14
1. 부적응적 자기초점주의의 개념 .....	14
2. 거부민감성과 부적응적 자기초점주의와의 관계 .....	16
3. 부적응적 자기초점주의와 사회불안의 관계 .....	17
D. 거부민감성, 사회불안 및 부적응적 자기초점주의의 관계	18
III. 연구 방법 .....	20
A. 연구 대상 .....	20
B. 측정 도구 .....	20
1. 거부민감성 척도 .....	20

2. 사회불안 척도 .....	21
3. 부적응적 자기초점주의 척도 .....	22
C. 연구절차 .....	23
D. 분석방법 .....	24
IV. 연구결과 .....	25
A. 기술통계 .....	25
B. 측정변인 및 요인들간의 상관관계 .....	27
C. 측정모형 검증 .....	28
D. 연구모형 검증 .....	32
V. 결론 및 논의 .....	35
A. 결론 및 논의 .....	35
B. 제언 .....	37
VI. 참고문헌 .....	39
VII. 부록 .....	44

## 표 목차

<표 1> 연구 참여자의 인구통계학적 특성.....	20
<표 2> 거부민감성 척도의 문항구성 및 신뢰도.....	21
<표 3> 사회불안 척도의 문항구성 및 신뢰도.....	22
<표 4> 부적응적 자기초점주의 척도의 문항구성 및 신뢰도.....	23
<표 5> 연구 대상자의 인구통계학적 특성.....	25
<표 6> 주요 변인의 평균 및 표준편차.....	26
<표 7> 주요 변인들과의 상관분석 결과.....	27
<표 8> 측정모형의 적합도 지수.....	29
<표 9> 측정변인의 요인부하량.....	29
<표 10> 최종연구모형 경로계수.....	32
<표 11> 최종연구모형 직접효과, 간접효과, 총효과 및 유의성 검증.....	34



## 그림 목차

<그림 1> 연구모형.....	7
<그림 2> 거부민감성 모델.....	12
<그림 3> 확인적 요인분석.....	31
<그림 3> 최종연구모형.....	33

## 국 문 초 록

### 대학생의 거부민감성과 사회불안의 관계에서 부적응적 자기초점주의의 매개효과

조선대학교 일반대학원 상담심리학과  
이 지 수

본 연구의 목적은 대학생의 거부민감성과 사회불안과의 관계에서 부적응적 자기초점주의가 매개효과를 가지는지 검증하는 것이다. 본 연구는 광주, 전북, 서울 지역에 위치한 대학교에 재학 중인 300명의 대학생들을 대상으로 설문을 실시하였다. 척도는 거부민감성 척도와 사회불안, 부적응적 자기초점주의에 대한 설문조사를 실시하였으며, 수집한 자료를 분석하였다. 본 연구의 가설은 SPSS 23.0과 Amos 23.0을 이용하여 수집된 자료를 분석하였다. 결과는 다음의 요약과 같다. 첫째, 거부민감성과 부적응적 자기초점주의, 사회불안 간의 관계를 증명한 결과는 통계적으로 유의미하다. 둘째, 거부민감성은 부적응적 자기초점주의와 사회불안에 영향을 미친다. 셋째, 부적응적 자기초점주의는 사회불안에 영향을 미친다. 넷째, 부적응적 자기초점주의는 거부민감성과 사회불안 사이를 부분적으로 매개하였다. 마지막으로 본 연구의 한계점과 향후 연구를 위한 제안점이 논의되었다.

주 용어: 거부민감성, 부적응적 자기초점주의, 사회불안, 매개효과

## ABSTRACT

### The Mediating Effects of Maladaptive Self-focused Attention in Relation between Reject Sensitivity and Social Anxiety among Undergraduates

Lee Ji Soo

Advisor : Prof. Kim Tack-Ho, Ph. D.

Dept of counseling psychology,

Graduate School of Chosun University

The purpose of this study was to investigate whether maladaptive self-focused attention has an mediating effect on the relationship between insecure rejection sensitivity and social anxiety among undergraduates. This research was done by conducting surveys from 304 undergraduates who are attending universities in Gwangju, Jeollabuk-do, Seoul area. The scales used in the study were The Rejection Sensitivity Questionnaire: RSQ, Social Interaction Anxiety Scale: SIAS, Social Phobia Scale: SPS and Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social situation: SDSAS. The hypothesis of the study was verified by correlation analysis and multiple regression analysis using SPSS 23.0, Amos 23.0. The results were summarized as follows. First of all, a result in the examination of the relationships among rejection sensitivity, maladaptive self-focused attention and social anxiety is statistically significant. Second, maladaptive self-focused attention was partially mediated between rejection sensitivity and social anxiety. This result implies that while high level of rejection sensitivity hinder social anxiety, undergraduates with high maladaptive self-focused attention capability can successfully overcome such impact and re-adjust to interpersonal relationship.

Key words: Rejection Sensitivity, Maladaptive Self-focused Attention, Social Anxiety, mediation effect

# I. 서론

## A. 연구의 필요성 및 목적

우리는 살아가면서 많은 사람들과 교류를 해 나간다. 사회적 활동을 하고 사회적 관계를 맺으며 자신과 타인 그리고 세상을 배우고 경험한다. 사회적 장면에서 서로가 서로에게 영향을 주고받는 과정은 개인을 성장하게 하므로 우리 삶에서 매우 중요한 부분이라 할 수 있다. 하지만 사회불안장애(Social anxiety disorder)가 있는 사람들은 이러한 사회적 장면, 특히 다른 사람에게 평가를 받거나, 관찰을 당할 수 있는 한 가지 이상의 사회적 상황 혹은 수행에 기반한 상황에 대해서 현저한 공포와 두려움을 나타내며, 이러한 상황에서도 다른 사람으로부터 부정적 평가를 받을 수 있는 행동이나 불안 증상을 나타낼 것을 두려워한다(American Psychiatric Association, 2013). 따라서 이들은 자신이 두려워하는 상황(예를 들어, 연설을 하는 상황, 낯선 사람과 이야기 하는 상황)을 회피하는 행동을 특징적으로 보인다(Davidson, Ballenger, Lecrubier, Nutt, Bobes, Beidel, Ono, & Westenberg, 1998; Rapee & Heimberg, 1997). 하지만 두려움의 기준이 되는 상황을 회피하는 것은 사회적 상황에서의 대처능력을 감소시키고, 회피행동을 계속하게 하여 사회불안을 유지시킨다(Rapee & Heimberg, 1997). 또한 사회불안을 겪는 사람들은 사회적 장면에서 경험하는 두려움 때문에 일상생활과 삶의 전반에 걸쳐 부적응을 겪는다. 사회불안은 교육적 성취, 직업적 수행, 사회적 상호작용, 관계, 삶의 질 등을 저해시키고, 낮은 자아존중감, 자살사고와도 관련이 있는 장애이다(Stein & Kean, 2000).

국민건강보험공단의 통계자료에 의하면 2008년 사회불안장애로 고통 받는 20대 환자는 2005년에 비해 42% 증가하였는데, 사회불안으로 치료받는 환자가 증가하고 있는 실정에서 20대 대학생들의 사회불안 문제 또한 매우 증가하고 있는 추세이다(이수연, 박경, 2014). 대학생 시기에는 중·고등학교 시절에 비해 대인관계와 사회적 관계가 확대되는 시기이므로 개인의 적극적인 의사표현과 행동이 필요한 사회적 상황을 자주 마주한다(강석기, 고수현, 한상훈, 2011). 또한 Strahan(2003)은 대학에 재학 중인 학생들을 대상으로 한 연구에서 대학생의 22%가 사회불안을 경험한다고 보고하였다. 비교적 많은 대학생들이 사회불안 증상을 호소하는 것으로 볼 수 있는데, 사회불안은 주로 내

적으로 느끼는 불편감을 특징으로 하기 때문이다. 증상이 심하지 않으면 겉으로 드러나지 않고 외부에 어려움을 호소하는 경우가 적어(권석만, 2013) 역학조사에서 보고된 유병률에 비해 더 많은 대학생이 사회불안을 경험할 것으로 추정된다. 대학생들은 낯선 사람들과의 만남이 잦고, 발표, 그룹 참여, 데이트 등 익숙하지 않은 사회적 상황에 지속적으로 노출되기 때문에 대학생들에게는 사회불안이 중요한 문제가 될 수 있다(Shepherd, 2006). 사회불안이 높은 대학생들은 사회적 비관주의에 빠지기 쉬우며(Spence, Donovan, Brechman, 1999), 우울이나 약물남용과 같은 부적응적인 가능성이 더 높게 나타난다(Essau et al, 1999). 실제로 대학 내 학생상담센터 상담수의 내담자들의 대부분이 교우관계, 이성관계 등 대인관계에서의 어려움을 호소하고 있다(최인선, 최한나, 2013). 이렇듯 청소년기에서 성인기로의 중요한 과도기적 단계에 있는 대학생의 사회불안을 적절하게 예방, 해결하지 못하면 온전한 정체감 형성에 위협을 받고, 학업과 진로, 대인관계 등과 같은 심리, 사회적 적응에 위협요인으로 발전하여 심각한 수준의 사회불안을 일으킬 수 있다(최인선, 최한나, 2013). 또한 알코올 남용, 우울, 상호작용에서의 문제 등이 나타날 수 있으며(Turner, Beidel & Epstein, 1991; Schneier et al., 1992; Essau, Conradt, & Petermann, 1999 재인용), 학교 자퇴와 취업 문제, 사회경제적 지위, 삶의 질과 연결되고(American Psychiatric Association, 2013), 만성화의 확률이 높으므로 현재 대학생 대상의 사회불안 연구가 더 필요한 실정이다.

최근 정신장애의 진단 및 통계 편람 제5판(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5)에서는 사회불안을 사회불안장애(Social phobia)라고 하는데 이는 크게 일상적인 대화나 만남처럼 사회적 상호작용 상황에서 경험하게 되는 ‘사회적 상호작용 불안’과 대중 연설과 발표장면 같은 상황에서 경험하게 되는 ‘수행불안’ 두 가지로 구분할 수 있다(Brown et al., 1997; Blanco, Nissenson, & Liebowitz, 2001; Liebowitz, 1987). 사회불안장애 환자들의 50% 이상이 발표를 하는 상황이나 사회적 상호작용을 하는 상황 모두를 포함한 대부분의 사회적 상황에 두려움을 느낀다고 알려졌다(Mannuzza, Schneier, Chapman, & Liebowitz, 1995).

사회불안과 관련된 연구에서 최근 주목받고 있는 변인으로는 많은 정신장애의 병인 이자 유지 요인으로 고려되는 ‘거부민감성’이 있다(Downey & Feldman, 1996). 사회적 존재인 인간은 살아가면서 타인과 친밀한 관계를 이루고 타인에게 관심과 사랑을 받기를 원한다. 때문에 인간은 소속과 친밀한 관계 욕구를 충족시키기 위해 사회적인 상황에 참여하게 되지만, 대인관계에서는 애정과 거부 모두 필연적으로 경험하게 된다. 이 때 거부에 대한 반응에서 개인차를 유발하는 것이 ‘거부민감성’이다(Levy, Ayduk, &

Downey, 2001). 거부민감성은 중요한 타인과의 관계에서 자신이 거부당할 것이라는 방어적 기대와 예상, 거부에 대한 빠른 지각, 거부에 대한 과민한 반응을 특징으로 하는 역동적인 인지-정서적 처리 경향성으로 정의된다(Feldman & Downey, 1994).

거부민감성이 높은 사람이 거부를 지각하게 되면 분노·적개심·지지의 철수·질투심 등의 정서적 및 행동적 과잉반응을 하며 이후 우울이나 사회불안을 경험한다(류혜라, 2014; 김경희, 이흥권 2014; Levy, Ayduk, & Downey, 2001). 거부가 정서적 어려움뿐만 아니라 다양한 측면의 대인관계 문제 및 개인의 정신병리 (사회공포증, 회피성 성격장애, 경계선 성격장애, 신체 이형장애)에 영향을 끼친다고 알려져 왔다. 이 때문에 최근 심리학계에서는 이에 기저 하는 변인인 ‘거부민감성’에 주목하기 시작했다(민지영, 2012; Lavell, Zimmer-Gembeck, Farrell, & Webb, 2014; Kelly, Didie, & Phillips, 2014; Peters, Eisenlohr-Maul, & Smart, 2016).

어렸을 때 부모로부터 지속적인 거부를 당한 아동은 중요한 사람에게 거부당할 것이라는 인지적 도식을 확립하게 된다. 이에 따라 아동은 거부에 대한 예기 불안을 가지며, 일반 사람들이 무심코 지나칠 수 있는 거부단서에도 과민하게 반응하게 된다. 이처럼 거부민감성은 대인관계 상황에서 거부당할 것이라는 불안한 기대를 가지고 있으며 거부와 관련한 정보를 민감하게 지각하고, 거부당하는 것에 과민하게 반응하는 인지-정서적 과정이다(Feldman & Downey, 1994). 거부민감성은 거부단서에 과잉-경계함으로써 거부를 지각했을 때 빠르고 신속하게 대처할 수 있는 적응적인 측면이 있을지라도, 이러한 거부시스템이 사소한 신호에도 무분별하게 작동하게 된다면 개인의 일상생활에 부적응적 영향을 미치게 된다. 하지만 거부민감성이 높다고 해서 모두 사회불안이 되는 것은 아니다. 거부민감성은 거부에 대한 취약성일 뿐 이 자체로 병리적인 문제를 일으키지는 않는다(이영아, 이인혜, 2016). 거부민감성과 사회불안 간에는 중요한 차이가 있는데 거부민감성은 중요한 타인에게 거부당할 것이라는 불안이며, 사회불안은 불특정 다수의 사람에게 받아들여지지 않을 것이라는 불안이다(Downey, Mougios, Ayduk, London & Shoda, 2004). 즉, 중요한 타인에게 거부당할 것이라 기대하는 것이 거부민감성이라면 이러한 거부에 대한 기대가 일반화되어 불특정 다수에게 적용된 것이 사회불안이다. 따라서 본 연구는 거부에 대한 취약성 즉, 거부민감성이 병리적 불안인 사회불안으로 발전하는 과정에 주목하였다.

거부민감성(예기불안)이 높은 사람들은 거부 단서를 갖게 되는 환경을 매우 세밀하게 살피고 경계하며, 거절과 관련된 정보에 선택적으로 주의를 기울이고 그 정보를 자기와 연관 지어 해석하며, 자신이 거절당할 것이라고 예상할 뿐만 아니라, 거부를 경험

할 가능성이 낮은 상황에서도 거부당했다고 지각하는 방어적인 정보처리 편향을 보인다(김진선, 2008; 이희경, 김경희 & 이홍권, 2014; 임유경, 2011; Downey et al., 1996; Feldman et al., 1994; Magios, Downey & Shoda, 2000; Mor & Inbar, 2009). 이와 같은 비효율적인 주의할당은 사회불안, 회피성 성격장애, 경계선 성격장애와 같은 다양한 심리적 취약성과 관련이 있음이 연구된 바 있다(Berenson, Gyurak, Ayduk & Downey, 2009).

또한, 사회불안이 높은 사람들은 위협적인 사회적 단서에 주의를 더 빨리 기울이고, 사회적 상황의 위험성을 더 크게 평가하는 인지적 특성을 지니고 있다(홍영근, 조현춘, 2010; Rapee & Heimberg, 1997). 즉, 목표 자극과 무관한 위협적인 자극에 주의가 편향되기 때문에 목표 자극에 주의를 집중하지 못하게 되고 이것이 불안을 높일 수 있다(이현정, 2007). 사회불안 환자를 대상으로 한 스트룹 과제에서 위협자극에 대한 주의 편향을 확인한 연구결과가 있다(Williams et al., 1996). 이 연구에서, 사회불안을 겪고 있는 사람들은 위협적인 단어의 내용에 주의가 편향되기 때문에 색상에 초점을 맞춰 이를 명명하는데 어려움을 보고하였다. 즉, 불안수준이 높은 사람은 위협자극에만 주의가 편향되는 경향이 높았다(이영아, 이인혜, 2016).

이처럼 최근 불안을 ‘주의’의 관점에서 설명하는 모형이 증가하고 있다. 즉, 주의가 전적으로 자신에게 모아지고 있는 자기초점화 과정이 사회불안과 어떻게 관련되어 있는지를 설명한다(정승아, 2012). Clark와 Wells(1995)는 사회불안의 인지적 메커니즘에 있어서 ‘자기초점주의’(self-focused attention)가 중요한 역할을 한다고 했다. 사회불안을 경험하는 사람들이 두려워하는 상황에 직면할 때 가장 크게 나타나는 변화는 “주의의 초점이 변하는 것(a shift in attentional focus)”이며, 타인의 부정적인 평가에 노출되었다고 생각하면 자기 자신을 세밀하게 검토하고 관찰하기 시작한다는 것이다(Clark & Wells 1995, p.70, 정승아, 2012에서 재인용). 이러한 관찰이 객관적인 정보들을 무시하고 부정적 자기관련 정보에 대한 수집을 증가시킨다는 측면에서 사회불안을 유지시키거나 심지어 악화시킬 수 있다(Clark & Wells, 1995). 또한 Mor와 Winquist(2002)는 부적응적 자기초점주의와 부정정서의 관계를 살펴보기 위해 메타연구를 실시했는데, 이 연구에 따르면 부적응적 자기초점주의는 다른 정서들보다 특히 사회불안과 높은 관련성을 나타냈다.

이러한 자기초점주의란 주의의 방향이 자신의 내부로 향하는 것으로 자신의 느낌이나 생각, 행동, 외모 등에 초점이 맞춰지는 것이다(Fenigstein, Schieier & Buss, 1975). 자기초점주의에는 자신의 특정 측면에만 주의가 점유되지 않으면서 적절한 수준의 주



의가 다양한 측면에 할당되며, 자신의 다른 측면이나 환경이나 타인 등 외부에 쉽게 주의를 전환시킬 수 있는 적응적 자기초점주의(Adaptive Self-focused Attention)가 있으며. 자신의 특정 측면에 주의를 과도하게 점유되어 주의 전환의 곤란과 심리적인 어려움을 초래하는 부적응적 자기초점주의(Maladaptive Self-focused Attention)가 있다. 이 중 자신의 내부 지각적 정보에만 지나치게 몰입하는 경직된 특성인 부적응적 자기초점주의는 외부 자극을 효율적으로 처리할 수 없게 할뿐만 아니라, 정서조절의 어려움을 겪게 하여(김윤아, 2014; 장진이, 곽노은, 이지연, 2016), 우울과 사회불안 등 다양한 정신 장애의 위험이 높아지게 된다(이지영, 2011). 이러한 부적응적 자기초점주의는 사회불안의 치료적 개입에 있어서 가장 중요한 요인으로 다루어졌으며(Hedma et al., 2013), 자기에 초점을 맞추고 있으므로 사회불안의 정보처리과정과 관련된 매우 중요한 인지적 변인이다(함성민, 현명호, 2015).

그렇다면 자신에게 주의를 과도하게 기울이는 사람들은 다 사회불안을 가지고 있는 것일까? 자기초점적 주의 성향을 사회불안 상/하 집단으로 나누어 본(이지영, 권석만, 2009)의 연구 결과 사회불안이 높은 사람들과 그렇지 않은 사람들의 차이가 자신에게 주의를 기울이는 정도에서 비롯되기 보다는, 자기몰입의 수준으로 설명될 수 있다는 점이 밝혀졌다. 사회불안을 가진 사람들은 자신에게 주의를 많이 기울이는 사람들 가운데, 자기몰입 즉 자신의 특정 측면에 지나치게 주의를 점유되어 다른 곳으로 주의를 전환하기 어려워하는 사람들이라는 것이다. 이는 질적으로 서로 다른 두 가지 유형의 자기초점주의가 존재한다는 선행 연구들의 주장을 지지하는 결과가 된다(이지영, 권석만, 2005; Watson et al., 1996). 한편, 사회불안이 낮은 집단에 속한 사람들은 자신에게 주의를 전혀 기울이지 않는 사람들이 아니라, 자신에게 주의를 기울이지만 부적응적인 자기초점주의 성향을 지닌 사람들이라는 결과에 주목할 필요가 있다. 다시 말해, 자신에게 주의를 많이 기울이면 자신의 내적 측면을 다양하게 자각하면서 다른 외적 측면들에도 쉽게 주의를 전환시킬 수 있는 사람들이라는 것이다. 이러한 연구 결과는 사회불안 감소를 위해 자기초점적 주의를 감소시킬 것을 제안한 선행 연구들(Hartman, 1983; Ingram, 1990)의 주장과 다른 시사점을 제시한다. 이지영, 권석만(2005)이 제안한 바와 같이, 사회불안을 감소시키기 위해 자기초점주의를 낮추는 것 보다 자신에게 주의를 기울이면 적응적인 방식으로 주의를 기울일 수 있도록 안내하는 것이 효과적인 치료적 개입이 될 수 있음을 시사한다.

이처럼, 자신에게 주의를 기울이는 성향과 사회불안의 관련성이 밝혀진 바가 있었지만, 어떤 성향을 가진 사람들이 자기초점적 주의의 과정을 거쳐 사회불안에 영향을 미

치는 지에 대해서는 아직 연구가 미비한 실정이다. 이에 본 연구에서는, 사회불안을 높이는 유의미한 예측변인 중 하나인 거부민감성을 가진 사람에게 주의초점과 관련된 인지적 과정의 결합이 더해졌을 때 사회불안에 더 취약해질 수 있는지 알아보려고 한다. 즉, 거부에 대한 예기 불안 때문에 사회적 상황에서 불안이나 공포를 느끼는 대학생들에게 부적응적 자기초점주의는 어떠한 매개역할을 하는지 밝혀냄으로써 사회불안을 겪고 있는 대학생들의 인지적 과정을 이해하고 이에 대한 개입 방안을 알아보고자 한다. 또한, 거부민감성을 가지고 있다 하더라도 적응적인 방식으로 자신에게 주의를 기울인다면 사회불안을 줄일 수 있을 것이라는 치료적 함의를 줄 수 있을 것으로 기대된다.

## B. 연구문제 및 연구모형

본 연구는 대학생의 거부민감성과 사회불안의 관계에서 부적응적 자기초점주의의 매개효과를 검증하고자 한다. 본 연구에서 다루고자 하는 연구문제와 가설은 다음과 같다.

**연구문제 1.** 대학생의 거부민감성, 사회불안, 부적응적 자기초점주의간의 관계는 어떠한가?

가설 1-1. 거부민감성과 사회불안은 정적상관이 있을 것이다.

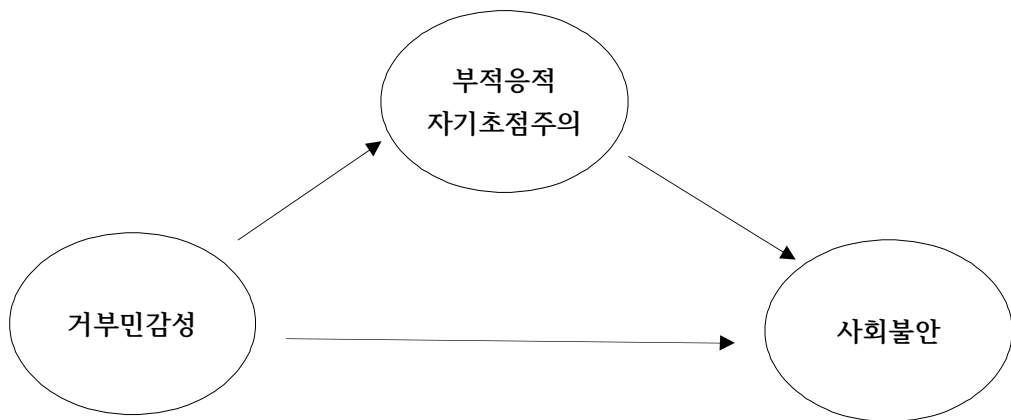
가설 1-2. 거부민감성과 부적응적 자기초점주의는 정적상관이 있을 것이다.

가설 1-3. 부적응적 자기초점주의는 사회불안과 정적상관이 있을 것이다.

**연구문제 2.** 대학생의 거부민감성과 사회불안의 관계에서 부적응적 자기초점주의는 어떠한 역할을 할 것인가?

가설 2-1. 거부민감성과 사회불안의 관계에서 부적응적 자기초점주의는 매개할 것이다.

대학생의 거부민감성과 사회불안간의 관계에서 부적응적 자기초점주의의 매개효과를 알아보기 위한 본 연구의 모형은 아래 <그림1>과 같다.



<그림 1> 연구모형

## II. 이론적 배경

### A. 사회불안

#### 1. 사회불안의 개념

다양한 사람과 관계를 맺으며 상호작용을 해야 하거나, 다른 사람들이 자신을 지켜보고 있거나, 다른 사람들이 보는 앞에서 어떤 것을 수행을 해야 하는 등의 사회적 상황에서는 어느 누구나 긴장감을 느끼고 불안해한다. 하지만 이러한 긴장, 불안과 공포가 지나쳐 사회적·직업적 손상을 유발하거나 그로 인한 심리적 고통이 심한 경우를 사회불안(Social Anxiety) 혹은 사회공포증(Social Phobia)이라고 할 수 있다(APA, 2013/2015). DSM-5에서는 사회불안이 있는 사람은 사회적 상황에서 지속적으로 두려움을 느끼기 때문에 사회적 상황을 회피하려고 하고, 회피하지 못할 때에 매우 강한 심리적 고통과 불안을 경험하게 된다고 설명한다. 이처럼 사회불안은 일상적인 기능을 손상시키고 전반적인 삶의 영역에서 부정적인 영향을 주어 삶의 질에 큰 손상을 입히는 장애로 알려져 있다(Hambrick, Turk, Heimberg, Schnier & Liebowitz, 2003; Safren et al., 1997).

사회불안은 가장 흔한 정신장애 중 하나로 DSM-5 기준 미국 내 12개월 간 유병률이 7%라고 보고되었다(APA, 2013/2015). 선행연구에서는 평생 유병률이 남성은 11%, 여성을 15%로 주요우울장애와 알코올 의존 다음으로 가장 흔한 정신과적 질병으로 보고되었다(Kessler, McGonagle, Zhao, Nelson, Jughes, Eshleman, Wittchen, & Kendler, 1994). 임상적인 진단 기준에는 맞지 않지만 사회적 불편감을 크게 느끼는 준 임상군을 포함한다면 사회불안으로 인해 고통 받는 사람은 매우 많을 것으로 예상된다(박미리, 2013; 이영아, 2014). 보건복지부에서 만 18-74세 성인을 대상으로 주요 정신과적 질병을 앓은 경험에 대해 설문조사한 결과, 10명 중 1명은 공황장애, 강박장애, 우울장애 등을 경험한 적이 있는 것으로 답했다. 또한 그 중에서도 사회불안장애를 포함한 불안장애를 경험한 사람들은 2006년 6.9%에서 2016년 9.5%로 2.6% 증가하였다. 이러한 결과는 빠르게 변화하는 환경과 불특정 다수와의 경쟁 속에서 현대 사회를 살아가는 사람들이 느끼는 불안이 점점 증가하고 있음을 보여준다(박지연, 양난미 2014).

또한, Kessler 등(2005)의 연구에 의하면, 우리나라 대학생의 경우 54.9%가 면접상황에서, 24.7%가 사교적 모임에서 그리고 8.5%가 다른 사람과의 일상적인 만남에서 불안을 느낀 것으로 나타났다(김은정, 2000). 고등학교를 졸업하고 대학에 입학하게 된 초기 성인들은 삶의 다양한 측면에서 변화를 경험하게 된다. 예를 들면, 잘 알지 못하는 사람들을 많이 만나게 되거나, 이성과 데이트를 하게 되고, 많은 사람들 앞에서 발표하거나 토론해야 하는 등 사회적 도전이라 느낄 수 있는 상황이 이전에 비해서 더욱 증가하게 된다. 이러한 발달적 변화는 사회적 불편감을 크게 느끼는 대학생들에게 심리적 고통이나 적응상의 어려움을 유발할 수 있다(신혜린, 이기학, 2008; 허은혜; 2014).

높은 유병률과 심리적 고통, 불편감에도 불구하고 사회불안은 다른 정신장애에 비해 관심을 받지 못한 편이다. 사회불안의 중요한 특징인 내적 불편감이기 때문에 본인이 증상을 호소하지 않는 한 발견되기 어렵기 때문이다(장혜인, 2003). 또한 DSM-5에 따르면 사회불안을 경험하는 개인 중 50%만이 치료를 받기 위해 노력하며, 그 역시 증상을 경험하고 난 15-20년 이후이다. 하지만 사회불안은 개인의 심리적 고통과 불편감을 유발함은 물론 학교 자퇴, 낮은 사회적 안녕, 취업, 직업적 생산성, 사회경제적 지위 및 삶의 질 등 광범위한 영역에 부정적인 영향을 끼치며, 일상적인 대인관계 상황과 수행 상황 모두에 부적응을 유발하기 때문에 보다 적극적인 임상적 관심이 요구된다(하지영, 2017).

기존 연구들에서는 사회불안의 발병과 유지 요인으로 ‘인지’적 측면에 강조점을 두고 있다(Clark & Wells, 1995; Rapee & Heimberg, 1997). 이들에 따르면 사회불안을 가진 사람들은 위협적인 사회적 단서에 주의를 더 빨리 기울이고, 사회적 상황의 위협성을 더 크게 평가하는 인지적 특성을 지니고 있다. 특히 사회적 위협 자극에 대한 선택적 주의 편향이 강조되고 있다(홍영근, 조현춘, 2010). 또한 Clark와 Wells(1995)에 따르면, 사회불안을 경험한 사람들은 사회적 상황에 직면하게 되면 개인이 가진 역기능적 신념이 활성화되고, 이에 따라 사회적인 상황을 위협적으로 지각하게 된다. 이 때, 개인의 주의를 환경, 타인 등의 외부가 아닌 자신의 행동, 신체반응 등 자신을 면밀히 관찰하는 것으로 전환하게 되고, 이러한 주위의 변화는 자신과 관련된 부정적인 생각에 집중하게 하고, 불안반응에 대한 자각을 증가시켜 불안을 더 증폭시키게 된다. 뿐만 아니라 모호한 상황에 대해서 부정적으로 해석하는 편향을 가지며, 자기에 대해서도 부정적 이미지를 가진다. 이러한 인지적 요인이 사회불안의 중요한 발병과 유지요인으로 꼽히는 만큼 이에 대한 임상적 관심 및 연구가 필요하며, 이를 통해 사회불안에 대한 이해가 확장된다면 치료적 개입의 개발 등에 있어 시사점이 있을 것으로 보인다.

## 2. 사회불안의 유형

사회불안에 관한 연구들이 증가함에 따라서 사회불안을 가진 사람들은 단일 집단이 라기보다 이질적인 특성을 가진 집단이 혼재된 집합이라는 의견이 제기되었다 (Heimberg, Hope, Dodge, & Becker, 1990). 이에 따라 사회불안은 불안이 유발되는 상황에 따라 크게 ‘사회적 상호작용 불안(social interaction anxiety)’과 ‘수행 불안(performance anxiety)’ 두 가지 유형으로 구분된다.

사회적 상호작용 불안은 다른 사람과 이야기를 하거나 만나는 상황에서 불안이나 두려움을 느끼는 경우를 말한다. 사회적 상호작용불안을 경험하는 사람들은 여러 사람들과 이야기 하는 상황, 낯선 사람을 만나는 상황, 이성과 대화를 나누는 상황에서 불안을 경험하게 된다. 불안의 내용으로는 자신의 말이 어리석어 보이거나 지루하거나, 자신이 행동을 잘하지 못한다고 생각하거나, 타인과 상호작용 중의 반응으로 무엇을 말해야할지 모르거나, 무시당하는 것에 대한 두려움을 들 수 있다. 또한 그러한 상황에서 불안을 느끼는 개인은 상대방의 반응에 따라 계속해서 자신의 상호작용 계획과 목표를 수정해야하기 때문에 다른 사람의 반응과 행동에 주의를 기울이고 이에 맞춰 자신의 행동을 조정해야만 한다.

수행불안은 타인이 자신을 관찰하는 상황이나 관찰하고 있다고 상상하는 상황에서 두려움 또는 불안을 느끼는 경우를 말한다. 수행불안을 경험하는 사람들은 여러 사람들 앞에서 발표하는 상황, 다른 사람 앞에서 먹거나 마시는 상황, 사람들이 이미 앉아 있는 방에 들어가는 상황에서 불안을 경험하는데, 불안의 내용은 자신이 불안하게 보이거나 떠는 것처럼 보이거나 얼굴이 빨개지거나 어떤 신체적인 증상을 보일까봐 두려워하는 것 등이 있다(Leary, 1983; Liebowitz, 1987).

이처럼 사회불안은 그 대상에 따라 대인관계 상황에서 경험하는 사회적 상호작용 불안과 발표와 같은 특정 수행상황에서 겪게 되는 수행불안으로 나누어지는데, 사회불안의 종류에 따라 조절 및 매개 효과와 취약성 요인이 미치는 영향력에 차이가 있는 것으로 나타났다(이경은, 2011). 사회불안 유발 상황의 특성에 따라 하위 유형으로 나누는 것은 임상적으로 매우 중요한데 이는 어떤 사회적 상황에 처해있느냐에 따라 불안을 느끼는 심리적, 정서적 요인이 다를 수 있기 때문이다(Beazley, Glass, & Chambless, 2001).

사회불안 유발 상황의 특성에 따른 선행연구를 살펴보면 사회적 상호작용 불안은 수

행불안에 비해 다른 사람들에게 인정받고자 하는 욕구와 더 높은 관련이 있으며(김세은, 2005). 사회적 상호작용 불안에 비해 수행불안은 완벽해야지만 가치가 있다고 믿는 완벽주의와 더 높은 관련을 보이는 것으로 나타났다(박선영, 2003; 최정훈, 이정운, 1994). 즉, 사회적 상호작용 불안을 경험하는 사람들은 타인의 반응을 지속적으로 염려하고 걱정하기 때문에 대인관계와 관련된 비합리적 신념을 지닌다. 반면에 자신이 계획한대로 행동하며 타인의 반응에 유관적이지 않은 수행불안을 느끼는 사람들은 개인 내면의 유능성과 효용성 영역에 관련된 비합리적 신념을 가지고 있는 것으로 보인다(정대수, 2017). 사회적 상호작용 불안과 수행불안이 부정적으로 판단되어지는 것에 관한 동일한 인지적 걱정을 공유한다하더라도 정서, 인지, 심리 생리적 반응, 불안의 근원에서의 차이를 지니고 있음을 고려해야한다(Bogels, 2010). 따라서 사회불안의 하위 유형에 따라 연구 또한 달라질 수 있다는 점 역시 고려해야 한다.

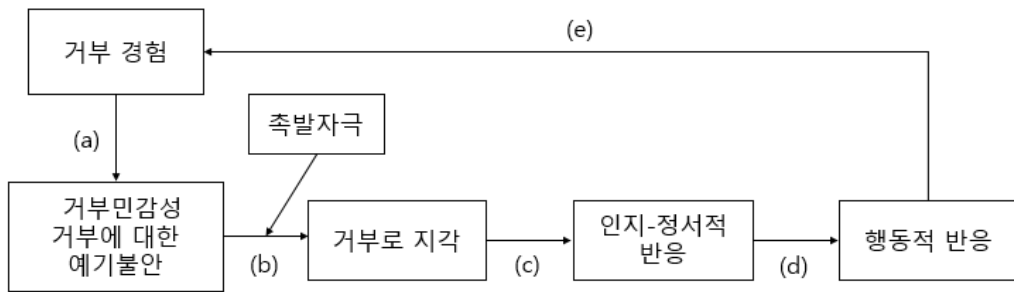
## B. 거부민감성

### 1. 거부민감성의 개념

거부민감성(rejection sensitivity)은 대인관계 상황에서 거부당할 것이라는 불안한 기대를 가지고 있으며 거부를 쉽게 지각하고, 거부당하는 것에 대해 과민하게 반응하는 역동적인 인지-정서적 과정을 뜻한다(Feldman & Downey, 1994). 모호한 대인관계 상황에서 거부민감성이 높은 사람들은 불안해하며 거부를 기대하게 되지만, 거부민감성이 낮은 사람은 좀 더 침착하게 수용을 기대한다고 볼 수 있다(Ayduk & Downey, 2001).

비록 거부민감성이 대인관계에 어려움을 유발하는 역기능적인 시스템으로 보일지라도, 거부민감성 시스템은 사회적 위협이 존재할 때 신속하고 방어적인 반응을 하게 함으로써 개인의 적응을 돕는다. 하지만 실제 거부가 아닌 상황에서도 거부민감성이 무분별하게 활성화 된다면 거부를 막으려는 노력이 개인의 다른 목표를 희생하게 만들기 때문에 부적응적이다(박명주, 2012).

거부민감성에 관한 설명 모델<그림 2>은 사회적 상황에서 중요한 타인으로부터의 거부메시지가 개인에게 어떻게 지각되며, 이로 인해 감정과 행동을 어떻게 형성하는지를 설명하기 위해 만들어졌다(Downey & Feldman, 1996).



<그림 2> 거부민감성 모델(Levy, Ayduk & Downey, 2001)

이 모델은 성격에 대한 대인관계 이론(Sullivan, 1937)과 애착이론(Bowlby, 1980)을 토대로 발전하였으며, 거부인식과 반응에서 나타나는 개인차를 설명한다. 유아기 때 비일관적인 양육자로부터 반복적으로 거부를 경험했던 사람들은 이후 중요한 타인이 자신을 거부할 것이라 예상하게 된다. 중요한 타인에게 거부될 것으로 예상될 때 방어적 반응으로 예기 불안이 유발되는데 이는 거부민감성의 핵심이다(a). 거부에 대한 이러한 방어적 반응은 거부단서에 대한 과잉경계를 촉진시키며, 악의 없는 사회적 상호작용일지라도 쉽게 의도된 거부신호로 지각하게 된다(b). 타인의 행동을 ‘거부’로 부호화 하는 인지-정서적 정보처리과정을 거쳐 불안해하고 상처받는 등의 정서적·행동적 과잉반응을 일으키게 된다(c). 이로 인해 사회적 관계를 철회시키거나 타인을 공격하는 등의 부적응적 행동양식을 하게 된다(d). 거절에 대한 예기 분노를 가진 사람들은 타인을 공격하거나 비난하는 반응을 보이는 반면, 예기 불안을 보이는 사람은 자신을 비난하기 때문에 더 높은 사회적 철회를 시도하거나 우울증상을 나타내는 경향을 보였다. 이렇게 개인이 지각한 거부가 부정확할 수 있기 때문에 타인의 모호한 행동만 보고 부정적으로 반응하는 것은 실제로 거부가 일어나게 만드는 행동을 하게 되어 자기 충족적 예언을 실현시키고 있음을 알 수 있다(Downey & Freitas, 1998). 이는 다시 거부에 대한 방어적 반응을 강화시키며 악순환을 반복하게 된다(e).

거부민감성으로 인한 거부 경험의 악순환은 관계성, 소속감과 같은 욕구의 좌절로 극심한 스트레스를 유발하고, 친밀한 대인관계를 형성하고 지속할 수 있는 기회를 손상시킬 수 있다. 또한 다른사람과 상호작용하는 동안 반복적이고 지속적으로 거부를 경험함으로써 관계성과 소속감, 애착과 수용의 욕구 충족이 충분히 충족되지 못하거나



좌절된다면 개인의 부적응, 낮은 안녕감, 대인관계 적응의 어려움은 물론 우울 불안 등과 같은 정서적 불편감이 초래될 수 있다(Downey & Feldman, 1996; Downey, Lebolt, Rincon & Freitas, 1998; Katja, Esther, Charlotte & Babette, 2011).

Berenson과 동료들(2009)은 거부단서와 관련된 주의할당에 대해 연구하였는데, 거부민감성이 높은 사람들은 사회적 위협을 나타내는 얼굴에 주의가 편향됨을 밝혔고, 거부에 대한 방어적 반응으로 회피성 성격장애와 경계선 성격장애에서 다른 주의과정을 보일 가능성을 시사하였다. 이처럼 거부민감성의 인지적 정보처리과정에 대한 관심이 증가하고 있으며, 거부의 지각과정에서 나타나는 개인차를 밝힌다면 거부를 지각한 후의 부적응적 과잉행동을 막을 수 있을 것으로 보인다.

## 2. 거부민감성과 사회불안과의 관계

타인에게 거부당하지 않고 수용되고자 하는 욕구는 인간의 주요 동기 중 하나이다(Baumeister & Leary, 1995). 사람들은 살아가면서 누구나 어느 정도 거부를 경험하게 된다. 하지만 거부를 경험하고 난 후의 반응은 각자 다양하다. 거부에 민감한 사람들은 더 많은 사회적 관계를 맺고자하는 강한 욕구가 있지만 자신이 현재 지닌 사회적 관계를 과소평가하는 경향도 있다(London, Downey, & Palti, 2007). 이처럼 거부민감성이 높을 경우 거부를 지각한 이후의 적개심, 의기소침, 정서적 철회, 질투가 포함되기 때문에(Baumeister & Leary, 1995), 상대방이 자신을 수용하는 것, 상대방과의 관계에 속하는 것에 대한 두려움과 의심은 주관적 안녕감을 감소시키고 관계를 파괴하는 방향으로 행동을 유도할 수 있다(Bowlby, 1980). 예를 들어, 거부당할 것이라고 기대하는 사람들은 대인관계에서 더 적대적이고, 공격적인 방법으로 행동하며(Ayduk, Downey, & Feldman, 2000), 더 문제가 많고 만족스럽지 못하며 일찍 끝나는 관계를 경험한다(Downey & Feldman, 1996). 또한 거부에 민감한 사람들은 거부 경험 이후에 외로움이나 사회불안 혹은 우울에 영향을 받기가 쉽다(Phillips, Rholes, & Simpson, 1996). 이렇듯, 거부를 경험한 후에 느끼게 되는 심리적 불편감은 대인관계 문제에 영향을 미치며 사회불안의 원인이 된다고 볼 수 있다.

대학생의 거부민감성과 사회불안의 연구를 살펴보면 친밀한 관계에서 거절당하고 버림받은 경험을 한 경우 혼자가 되는 것을 두려워하고 이로 인해 거부민감성이 높아지고 결국 사회불안을 느끼게 된다(김나경, 양난미, 2016). 또한 거부민감성이 높은 사람은 개인의 적응을 돕는 목표자극에 주의를 초점화 시키고자 하지만 사소한 자극에도

쉽게 거부로 인식하는 지속적인 경계태세 때문에 주의가 분산되어 사회불안이 높아지게 된다. 거부민감성이 높을수록 사회적 상호작용 불안뿐만 아니라 타인이 관찰하는 특정상황에서의 불안도 높은 것으로 나타났다(이영아, 이인혜, 2016). 또한 부모가 자녀의 욕구에 비수용적일 경우 자녀는 타인이 자신을 지지하고 수용해줄지 염려하고 타인의 거부를 두려워하고 예민하게 반응하는 거부민감성을 발달시켜 모호한 행동을 오해석하여 사회적 상호작용상황에서 불안을 경험하게 된다(박신영, 2014). 거부적인 부모 양육태도가 거부민감성을 매개로 대인불안에 영향을 주었는데 부모의 양육태도를 거부적으로 지각한다고 해서 모든 자녀들이 대인불안이 높아지는 것이 아니라 거부적 양육태도로 인해 타인의 거부를 민감하게 받아들이게 된 후에 대인불안을 경험할 가능성이 높다는 것이다(구세정, 송미경, 2016).

요약하면, 거부민감성 시스템의 악순환은 사회로부터 개인을 고립시킬 것이고 이는 사회불안을 더욱 높일 것이다. 따라서 이러한 부적응적 거부 시스템을 깰 수 있는 변인을 탐색함으로써 사회불안의 발현과 지속을 막을 수 있을 것으로 보인다.

## C. 부적응적 자기초점주의

### 1. 자기초점주의의 개념

자기초점주의(self-focused attention)는 ‘주의(attention)’의 방향성과 관련된 개념으로 자기 내적으로 생성된 정보에 주의의 초점을 두는 것으로 정의할 수 있다(Ingram, 1990). 자신의 생각이나 느낌, 행동이나 외모 등에 초점이 맞추어지는 것으로(Duval, 1972; Fenigstein, Scheier & Buss, 1975) 개인의 주의가 자신에게 집중되어 자기자각(self-awareness)이 높은 상태이며(Duval & Wicklund, 1972), 자신의 감각기관을 통해 외부로부터 발생된 정보들에 대한 인식과는 대조적인 개념으로 정의된다(Ingram, 1990).

Ingram(1980)은 지나친 자기초점적 주의-자기 몰입(self-absorption)으로 설명되는 불안, 사회불안, 정신분열증, 알코올 남용, 우울의 경험을 포함하는 다양한 병리적 조건에서 중요한 역할을 한다고 보고 있으며, 정신 병리에서의 자기초점적 주의의 모델을 제안하였다. 하지만, 자기초점화는 그 자체로 병리적인 과정이 아니라 이러한 성향이 지속되며 경직될 때 병리적이다. 개인의 초점이 과도하게 자신의 내부에 집중되어 있으면 자신의 신체, 생리적인 각성반응을 실제보다 과장되어 인지하고(Carver,

Peterson, Follansbee & Schieier, 1983), 주의가 자신의 특정 측면에 점유되어 자신의 다른 측면과 외적 측면을 자각하고 처리하는 능력이 제한된다(Clark & Wells, 1995; Dibartolo, Brown & Barlow, 1997). 따라서 외부자극을 효율적으로 처리할 수 없게 되며, 정서 조절의 어려움을 겪게 되고(이지영, 2011), 불안, 우울 등 다양한 정신적 장애의 위험이 높아지게 된다. 사회공포증의 인지모델에서도 이러한 자기초점적 주의를 장애의 중요한 유지요인으로 보고 있는데, 이는 자기초점적 주의가 부정적 사고와 감정에 대한 접근을 증가시키고, 수행을 방해할 수 있으며, 외적 정보를 관찰하는 것으로부터 개인을 방해하여 자신의 두려움을 확인하지 않게 할 수도 있기 때문이다(Clark & Wells, 1995). 또한 Lawrence(1989)는 자기초점적 주의와 관련된 사고에서의 차이를 검증하여, 불안 수준이 높은 발표자는 불안 수준이 낮은 발표자보다 자기 초점화된 인지의 비율이 더 컸으며, 자기초점주의 사고는 더 부정적임을 밝혔다. 마찬가지로, Woodruff-Borden, Brothers, Lister(2001)는 정신병리 집단을 대상으로 자기초점적 주의의 내용 및 심각도를 연구하였다. 또한 Woodruff-Borden, Brothers, & Lister, (2001)는 자기초점적 주의를 기울이는 경향성은 광범위한 진단 집단에 일반적이었고, 심각한 정신병리 집단은 자기초점적 주의의 수준이 더 높은 경향이 있었으며, 특히 자기초점화된 사고의 내용이 부정적일 경우에 그렇다는 결과를 보고하였다.

이렇듯 자기초점적 주의는 사회불안이 유발되고 지속되는데 핵심적인 역할을 하지만, 사회불안뿐만 아니라 다양한 정신 병리 영역에서도 중요한 역할을 하며, 병리적 현상 이외의 심리학적 구성 개념으로서도 계속하여 사용되어 왔다. 자기 자신에게 주의를 기울이는 것, 즉 자신을 의식하고 아는 것은 인간에게 너무나 당연하고도 중요한 덕목으로 여겨져 왔다. 그렇기 때문에 이를 나타내는 용어 역시 다양한데, 자기초점적 주의를 자기성찰(self-reflection), 자기검토(self-monitoring), 반추(rumination), 자각(self-awareness), 자기몰입(self-absorption)등과 같은 유사한 의미의 용어들로 연구맥락마다 다양하게 사용되고 있다(정승아, 2012). 주로 자기초점적 주의를 ‘상태’로서의 의미를 지니며 사회불안을 인지적 ‘과정’의 측면에서 설명할 때 사용되고, 자의식은 기질적인 ‘특성’을 나타내는 것으로 성격 특성으로 간주된다(옥주희, 2013).

Ingram(1990)은 자기초점적 주의를 선행연구들에 기초하여 자기초점적 주의의 지속성, 정도, 융통성의 세 차원을 기준으로 ‘적응적 자기초점주의’와 ‘부적응적 자기초점주의’를 구분하였다. ‘적응적 자기초점주의’는 걱정 수준의 자기초점적 주의로서 주의의 방향이 융통성 있게 전환 될 수 있는 특징을 지니는 반면에 ‘부적응적 자기초점주의’는 과도하게 내부에 초점을 두는 주의이며, 비교적 영속적이고 과도한 경직성을 띠는 것

으로 특징지을 수 있다.

## 2. 거부민감성과 부적응적 자기초점주의와의 관계

본 연구에서는 Downey와 Feldman(1996)이 거부민감성을 인지-정보처리관점으로 설명한 바에 따라, 거부민감성과 함께 사회불안을 설명하기 위해 이 변인들의 인지적 특성에 초점을 맞추고자 한다. 부적응적 자기초점주의와 거부민감성의 관련성에 대한 연구는 아직 부족한 상황이지만 부적응적 자기초점주의와 거부민감성이 심화되는 상황의 유사성을 통해 두 변인간의 관련을 예측할 수 있다.

자기초점적 주의를 연구한 초기 연구자들은 어떤 상황에서 자기초점주의 상태가 되는지 알아보려고 했다. Duval과 Wicklund(1972)는 거울이나 카메라 앞에 섰을 때 주의의 초점이 자신에게로 향한다고 하였고, Fenigstein(1978)은 사람들이 자신에 대해 소개할 때 내면에 주의를 기울인다고 하였으며, Pyszczynski와 Greenberg(1987)는 실패나 성공 경험 후에 자기초점이 증가한다는 연구결과를 보고하였다. 이처럼 자기초점적 주의를 내면에 주의가 집중되는 성향이지만 단독자로서의 상황보다 대인관계 상황에서 유발되는 특징이라 볼 수 있다.

주의의 초점이 자기에게로 향하게 되면 생리적 각성반응을 과장되게 인지하게 되고 (Carver, & Matthews, & Scheier, 1983), 사회적 수용이 저조하게 되면서 부정적인 생각이 증가(Clark & Wells, 1995)하는 역기능이 나타나 자신의 기분과 생각을 부정적으로 분석하고 평가하며 부정적 사고를 높인다. 그리고 자신의 욕구를 표출하게 되면 상대방로부터 거부를 당할 것이라 생각하고, 자신의 욕구를 억제하거나 알아차리지 못하게 억누르고자 하는 경향(Shaffer et al., 2005)이 나타난다. 이로 인하여 자율성이 침해받고 상대방으로부터 거부당했다고 느끼게 되기 때문에 대인관계 상황에서 예민하게 지각하여 과민 반응하는 모습을 보일 수 있다(류혜라, 2011). 거부를 민감하게 지각한 개인은 상처받고 분노하며 자신이나 타인을 비난하고 공격할뿐만 아니라 부정적 감정을 폭발시키거나 반대로 철수해 버리기도 한다(방희정, 유고은, 2011; 이지연, 장미희, 2011). 거부민감성이 높은 사람은 관계에서의 갈등을 두려워하기 때문에 이를 피하기 위해 자신의 사고와 감정을 억압하며, 상대방이 자신에 대해 실망하고 분노하며 자신을 거부하는 것을 피하기 위해 자기희생적인 관계패턴을 발전시키기도 한다(Dickson, Harper, & Welsh, 2006).

### 3. 부적응적 자기초점주의와 사회불안의 관계

많은 인지 이론가들은 사회불안을 설명하기 위해 다양한 인지적 모델들을 제안하여 왔다. 이들 모델들은 ‘부적응적 자기초점적 주의’라는 인지적 특성을 사회불안의 유지와 악화에 중요한 요인으로 다루어 왔다. Duval과 Wicklund(1972)의 자기자각 이론은 카메라로 유도된 부적응적 자기초점주의가 사회적 상황에서 미치는 영향에 주목하였으며, Carver와 Scheier(1982)의 Control theory는 부적응적 자기초점주의가 자발적으로 자기평가과정을 유발한다고 가정하였다. 즉, 부적응적 자기초점주의는 이상적인 자기기준을 자신의 현재 상태와 비교하는 것을 촉발하고, 그러한 차이를 줄이기 위해 자기조절 과정에 참여한다. 그런데 이 과정에서 부적응적 자기초점주의 성향이 높은 사람은 자기평가과정과 자기조절 과정을 증가시키게 된다. 또한 비교 결과 만약 자신이 선호하지 않는 결과가 나온다면 역기능적인 상태에 이른다고 제안하고 있다. 즉, 부적응적 자기초점주의가 불안으로 이어지는 데 있어 부정적인 평가과정이 매개적인 역할을 한다고 시사한다.

Hartman(1983) 또한 자기에 대한 부정적인 평가가 부적응적 자기초점주의와 상호작용하여 사회불안을 유발한다고 강조하였다. 즉, 사회불안을 가진 사람들은 사회적 상황에서 자기초점주의의 과잉을 보이며, 이로 인해 사회적 기능에 방해를 받는다고 보고하였다. 또 Hope 등(1988)은 부적응적 자기초점주의가 사회불안의 지속에 중요한 역할을 한다고 보았다. 사회불안을 가진 사람들은 사회적 상황에 처했을 때 생리적 각성이 증가하고 이것이 부적응적 자기초점주의를 유도한다. 부적응적 자기초점주의는 성공에 대한 낮은 기대와 상호작용하여 부정적 피드백을 유도하고, 이에 대해 내부귀인의 가능성을 높임으로써 대인불안을 악화시킨다.

Clark와 Well(1995)는 이러한 사회불안의 선행연구를 바탕으로, 사회불안에 있어 부적응적 자기초점주의의 역할을 보다 정교화 한 인지적 모델을 제안하였다. 사회불안을 경험하는 사람들은 자신이 두려워하는 사회적 상황에 처하게 되면 부정적인 단서가 될 만한 것이 있는지 자신을 세밀하게 살피게 된다. 이렇게 얻어진 내부 지각적 정보를 이용해 부적응적 자기초점주의가 증가하며, 이로 인해 자신의 심장박동률과 같은 생리적 각성, 느낌, 생각 등을 쉽게 지각하여 이를 과장한다. 뿐만 아니라 부정적인 내부 지각적 정보를 바탕으로 자신의 사회적 인상을 형성하여 다른 사람들이 자신을 실제로 관찰하고 있는 것으로 생각한다. 또한 자신에게 주의가 집중됨으로써 상황과 관련된 실제적인 사회적 단서를 처리하는 것이 방해되면서 불안이 악순환 된다는 것이다. 다

시 말해서, 자기초점주의는 두려운 사회상황에서 보이는 신체적 증상과 자기초점주의가 부적응적인 신념을 수정할 수 있는 기회를 방해하고 오히려 불안을 증가시킴으로써, 그러한 신념을 강화하고 사회불안의 악순환을 유지하는데 기여한다는 것이다 (Clark & Wells, 1995).

따라서 불안과 관련된 부적응적 자기초점주의는 자기초점 주의와 부정적인 평가과정의 상호작용의 결과라고 본다. 즉 자기초점주의로 촉발된 평가과정의 결과가 부정적인 경우, 이러한 차이를 줄이기 위한 자기조절과정에 참여함으로써 과도하게 자기초점주의가 할당되는 것이다. 김지혜와 안창일(1991)은 불안을 느낄 때 나타나는 인지적 비효율성은 불안 그 자체보다 자기초점주의와 더욱 관련되어 있음을 증명하였다.

이렇듯, 부적응적 자기초점주의와 사회불안 간의 관련성을 설명하는 이론들을 통해 사회불안을 유발하는 심리적 기제로서 부적응적 자기초점주의가 인지 과정으로서의 중심적인 역할을 한다는 것을 이해할 수 있다. 국내에서도 이러한 이론적 모델을 기반으로 사회불안의 발병, 유지, 악화에 있어 부적응적 자기초점주의가 사회불안에 유의미한 영향을 미치는 요인임을 구체적으로 증명하였다.

따라서 선행연구를 종합하면, 병리적인 특성을 지닌 부적응적 자기초점주의는 정신건강 혹은 정신병리에 있어 중요한 역할을 하는 요인이며, 사회불안 수준에도 유의미한 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 그러므로 사회불안으로 가는 인지 과정으로서 부적응적 자기초점주의의 역할을 연구하여 그 기제를 확인하는 연구는 사회불안의 예방 및 치료에 유용한 시사점을 제공할 수 있을 것이다. 따라서 본 연구에서는 거부민감성과 사회불안의 관계에서 부적응적 자기초점주의가 둘 사이에 인지과정으로서 매개할 것이라고 가정하였다.

## D. 거부민감성, 사회불안 및 부적응적 자기초점주의의 관계

Levy, Ayduk, & Downey(2001)는 거부민감성이 높은 사람들은 분노·적개심·지지의 철수·질투심 등의 정서적 및 행동적 과잉반응을 하며 이후, 대인불안을 경험한다고 하였으며, 사회적 상황 자체가 개인에게 대인관계의 어려움을 초래하고 삶의 질이나 심리적 안녕감을 낮추는 요인이 될 수 있다고 밝혔다(김나영, 2009; Christman, 2012). 최근 국내에서 이루어진 연구에서도 대학생의 거부민감성이 높을수록 사회불안이 높아지는 정적상관관계가 있음이 검증되었다(이영아, 2014). 또한 대학생의 거부민감성이 사

회불안에 유의미한 정적 상관을 보인다는 연구 보고도 지속적으로 이루어지고 있으며, 최근에는 거부민감성과 사회불안 모두 주의편향에 대한 문제가 지속적으로 보고되어 ‘주의’와 관련하여 두 요인을 매개 혹은 조절하는 변인을 찾는 연구가 늘어나고 있는 추세이다. 그렇기 때문에 이러한 인지적 관점의 접근방식은 거부민감성과 사회불안의 관계를 밝히는데 매우 중요할 것으로 보인다.

연구자가 여러 인지적 요인 중에서 특히 ‘주의’에 초점을 맞춘 이유는 거부민감성과 사회불안이 ‘불안’이라는 요소를 공유하고 있기 때문이다. 거부민감성이 높은 사람은 과거 자신의 거부 경험을 바탕으로 타인이 자신을 거부할지 모른다는 예기불안을 가지고 있으며, 사회불안 역시 사회적 상황에서 자신의 말 혹은 행동이 부적절하여 다른 사람에게 수용될 수 없을 것이라는 불안을 가지고 있다. 일반적으로 불안 수준이 높은 사람은 잠재적으로 위협정보에 주의가 편향된다. 즉, 거부민감성이 높은 사람은 거부와 관련된 단서에 과민하여 선택적 주의편향을 하게 되고, 사회불안 역시 사회적 위협단서에 선택적 주의편향을 할 것이다. 이와 같이 거부민감성과 사회불안은 ‘주의’라는 인지적 기제를 공유하고 있다는 것을 예측할 수 있다.

이에 본 연구자는 주의의 초점이 과도하게 개인의 내부로 향하는 부적응적 자기초점 주의가 거부민감성과 사회불안의 관계에서 사회불안을 증가시키는 역할을 할 가능성이 있으므로 본 연구를 통하여 이를 확인해보고자 한다.

### Ⅲ. 연구방법

#### A. 연구 대상

본 연구는 광주, 전북, 서울 지역의 대학에 재학 중인 대학생을 대상으로 실시하였다. 남·여 340명을 대상으로 설문지를 배부하였으며, 이 중 무성의하게 응답한 설문지 36부를 제외하고 남학생 127명(41.8%), 여학생 177명(58.2%), 총 304명의 자료를 분석하였다.

본 연구 대상자의 일반적인 특성은 <표 1>에 제시된 바와 같다.

<표 1> 연구 참여자의 인구통계학적 특성 (N = 304)

요인	구분	N(%)
성별	남	127(41.8)
	여	177(58.2)
학년	1학년	106(34.9)
	2학년	37(12.2)
	3학년	70(23.0)
	4학년	91(29.9)

#### B. 측정 도구

##### 1. 거부민감성

본 연구에서 사용한 거부민감성 척도(The Rejection Sensitivity Questionnaire, RSQ)는 Downey(1996) 등에 의해 개발되었고, 한국판 RSQ는 이복동(2000)에 의해 번



안되고 타당화 되었다. 이 척도에서는 성인 초기에 일상생활에서 경험할 수 있는 18개 각각 다른 상황을 제시하는데, 친구, 부모, 연인, 잠재적 친구, 잠재적 연인, 교수 등의 중요한 타인에게 요구를 해야 하는 상황이다. 각각의 상황마다 자신의 요구가 거부 당할까봐 불안한지와 상대방이 그 요구를 수용할 것이라고 예상하는지에 대한 두 가지 질문이 있으며, 응답자는 질문에 대해 각각 6점 Likert 척도 상에서 표기할 수 있다. 거부민감성 점수는 18가지 각각의 상황에 관한 거부에 대한 불안점수와 거부에 대한 수용기대점수를 곱한 점수를 합하여 18로 나눈 값이다. 본 연구에서는 단일차원의 거부민감성 척도를 문항묶음(item parceling)을 사용하여 3개의 측정변수로 구성하였다. Downey 와 Feldman(1996)의 연구에서 보고된 내적 일치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .85였다. 본 연구에서 측정한 Cronbach's  $\alpha$ 는 전체가 .917이었으며, 거부민감성1은 .800, 거부민감성2는 .733, 거부민감성3은 .814로 나타났다.

<표 2> 거부민감성 척도의 문항구성 및 신뢰도 계수 (N = 304)

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도
거부민감성1	27,17,9,(28),(20),(18),(14),(16),5,(8),(10),(4)	12	.800
거부민감성2	29,(26),13,(36),35,(22),31,(32),1,(34),(6),19	12	.733
거부민감성3	21,25,33,(30),23,7,(24),15,3,(12),(2),11	12	.814
총점		36	.917

( )는 역채점 문항임

## 2. 사회불안

본 연구에서는 사회불안을 측정하기 위해 Matticks와 Clarke(1998)가 개발한 사회적 상호작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale: SIAS)와 김향숙(2001)이 변안한 사회 공포증 척도(Social Phobia Scale, SPS)를 사용하였다. 국내에서 사회불안을 연구한 이성원(2015), 김해선(2016) 등의 연구에서도 사회불안척도를 두 가지로 구분하여 사용하였다.

사회적 상호작용 불안(SIAS)척도는 총 19문항으로 구성되어 있으며 개인이 일반적인

상황에서 느끼는 불안과 사회적 상호작용 관계에서 느끼는 불안의 정도를 측정한다. Likert식 5점 척도로 응답하게 되며, ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서, ‘매우 그렇다’(5점)으로 채점이 가능하다. 부정문항은 역채점 하였으며, 점수가 높을수록 사회적 상호작용 상황에서 불안을 더 느낀다고 볼 수 있다. 사회불안 척도를 번안하여 타당화한 김향숙(2001)의 연구에서는 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .92로 나타났고, 본 연구에서는 .923으로 나타났다.

수행불안(SPS)척도는 총 20문항으로 이루어져 있으며, 평가 상황이나 발표상황 등 타인이 자신을 관찰한다고 생각되는 상황에서 느끼는 불안을 측정한다. Likert식 5점 척도로 표기되며, ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(5점)으로 채점이 가능하다. 점수가 높을수록 수행상황에서 더 많은 불안을 느끼는 것으로 볼 수 있다. 사회불안 척도를 번안하여 타당화한 김향숙(2001)의 연구에서 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .92로 나타났고, 본 연구에서는 .934로 나타났다.

<표 3> 사회불안 척도의 문항구성 및 신뢰도 계수 (N = 304)

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도
사회적 상호작용 불안	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, (8), 9, (10), 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19	19	.923
수행 불안	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20	20	.934
	총점	39	.956

( )는 역채점 문항임

### 3. 부적응적 자기초점주의

부적응적 자기초점주의(Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social situation: SDSAS)를 측정하기 위해 권석만, 이지영(2005)에 의해 개발된 자기초점적 주의 성향척도 중 자기몰입 성향을 측정하는 21문항을 분류하여 사용하였다. 각 문항은 Likert식 5점 척도(1: 전혀 그렇지 않다~5: 매우 그렇다)로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 자기몰입적 특성이 강함을 의미한다. 구조방정식 분석을 위하여 문항목록

(item parceling)을 실시해 3개의 측정변인으로 구성하였다. 대학생을 대상으로 한 유승재(2013)의 연구에서 자기몰입 영역의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .94로 나타났으며, 본 연구에서는 .962로 나타났다. 각 측정변인의 Cronbach's  $\alpha$ 는 <표 4>와 같다.

<표 4> 부적응적 자기초점주의 척도의 문항구성 및 신뢰도 계수 (N = 304)

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도
자기몰입1	18,21,13,19,15,8,14	7	.896
자기몰입2	16,10,17,5,3,7,1	7	.899
자기몰입3	20,6,12,4,11,2,9	7	.897
총점		21	.962

### C. 연구 절차

2018년 3월부터 4월까지 약 2개월 동안 광주, 전북, 서울 지역 대학교에 재학 중인 1, 2, 3, 4학년 남, 여 학생 340명을 대상으로 설문을 실시하였다.

설문하기 전, 연구에 대한 안내와 설문의 목적, 참가자의 권리 및 비밀 보장, 설문 응답방식에 대한 안내를 한 후 설문 참여에 동의하는 학생들을 대상으로 설문을 진행하였으며, 설문시간은 약 15분 정도 소요되었다.

설문지는 인적사항, 거부민감성, 사회불안, 부적응적 자기초점주의 총 3가지 척도로 구성되었으며, 340부 중 불성실한 응답을 하였다고 판단된 36부를 제외하고 총 304부의 데이터를 분석에 사용하였다.

## D. 분석방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 23.0을 이용하여 기술통계 분석과 신뢰도 검증을 실시하였고, AMOS 23.0을 이용하여 관련 변인들 간의 이론적 모형을 검증하기 위해서 구조방정식 모형을 분석하였으며, 과정은 다음과 같다.

첫째, 연구대상자들의 인구통계학적 특성을 확인하기 위해 빈도분석을 실시하였고, 연구에 사용한 척도들의 신뢰도를 확인하기 위해 각 척도별로 Cronbach's  $\alpha$  계수를 산출하였다.

둘째, 자료의 경향성을 확인하고 변인들이 정상분포 가정을 충족시키는지 확인하기 위해 기술통계분석을 실시하였다.

셋째, 거부민감성, 부적응적 자기초점주의, 사회불안 간의 상관관계를 확인하기 위해 pearson 상관분석을 실시하였다.

넷째, 측정 변수들이 잠재 변인을 잘 구인하고 있는지를 확인하기 위해 확인적 요인 분석(CFA)를 실시하였으며, 적합도와 요인부하량을 확인하였다. 사회불안은 하위척도를 측정변인으로 사용하였고, 거부민감성과 부적응적 자기초점주의는 단일요인으로 구성되어 있으므로, Russell, Kahn, Spoth & Altmaier(1998)의 제안에 따라 문항묶음 하여 각각 3요인으로 추출하였다.

다섯째, 본 연구의 연구 모형 타당성을 확인해보기 위해 연구모형에 대한 적합도 검증을 하였다. 적합도를 평가하는 일반적인 기준치로는 절대적합지수인  $\chi^2$ , GFI와 증분적합지수인 CFI, TLI, IFI를 사용하였다.

여섯째, 최종모형의 직접효과, 간접효과 및 총효과가 유의미하다는 것을 확인한 후, 매개효과 검증을 위해 Bootstrapping을 활용하여 간접효과가 유의미하다는 것을 확인하였다.

## IV. 연구결과

### A. 기술 통계

#### 1. 인구통계학적 특성

<표 5> 연구 대상자의 인구통계학적 특성 (N = 304)

변인	구분	빈도(명)	비율(%)
성별	남	127	41.8%
	여	177	58.2%
연령	18세~20세	148	48.7%
	21세~23세	91	29.9%
	24세~26세	53	17.5%
	27세~29세	12	3.9%
학년	1학년	106	34.9%
	2학년	37	12.2%
	3학년	70	23.0%
	4학년	91	29.9%
전공계열	인문계열	41	13.5%
	사회계열	67	22.0%
	사범계열	17	5.6%
	자연계열	46	15.1%
	공과계열	43	14.1%
	의약계열	17	5.6%
	예체능계열	12	3.9%
	기타	61	20.1%

#### 2. 주요변인의 기술통계 분석

본 연구에서 제기한 연구문제를 검증하기 위한 기초자료로서 거부민감성(거부민감성 1, 거부민감성2, 거부민감성3), 사회불안(사회적 상호작용 불안, 수행불안), 부적응적 자

기초점주의(자기몰입1, 자기몰입2, 자기몰입3)의 기술 통계치는 <표 6>과 같다. 본 연구에서 사용된 모든 척도는 점수가 높을수록 척도에서 측정하고 있는 문제를 많이 경험하고 있음을 의미하고, 낮을수록 문제를 적게 경험하고 있다는 것을 의미한다. 또한 관찰 변인의 정규분포성 가정 충족여부를 검토하기 위하여 왜도와 첨도를 산출하였다. 다변량 측정 변인의 왜도는<2, 첨도는<7 일 경우 정상성에 위배되지 않는다고 볼 수 있는데(West, Finch & Curran(1995), 본 연구에 포함된 모든 측정변인들의 경우 모두 정상성에 위배되지 않아 구조방정식 모형을 위한 정규분포성의 가정을 충족하였다. 각 변인들의 평균과 표준편차 및 왜도와 첨도는 아래와 같다.

<표 6> 주요 변인의 평균 및 표준편차 (N = 304)

변인	평균	표준편차	최대값	최소값	왜도	첨도
거부민감성	104.14	24.77	175.00	46.00	.024	.240
거부민감성1	34.81	9.20	56.00	12.00	-.081	-.131
거부민감성2	34.12	8.12	58.00	17.00	.045	-.020
거부민감성3	35.20	9.49	64.00	13.00	.285	.433
사회불안	100.44	27.57	184.00	39.00	.149	-.317
사회적상호작용불안	52.37	14.21	87.00	19.00	.042	-.255
수행불안	48.07	15.48	98.00	20.00	.269	-.280
부적응적 자기초점주의	46.18	18.77	102.00	21.00	.689	-.279
자기몰입1	15.70	6.70	35.00	7.00	.625	-.440
자기몰입2	15.39	6.33	34.00	7.00	.688	-.243
자기몰입3	15.09	6.53	34.00	7.00	.762	-.167

## B. 측정변인 및 요인들간의 상관관계

본 연구에서 거부민감성, 사회불안, 부적응적 자기초점주의의 상관관계를 살펴보기 위하여 Pearson의 상관계수를 산출하였으며, 그 결과는 <표 7>과 같다.

<표 7> 주요 변인들과의 상관분석 결과 (N = 304)

	1	1-1	1-2	1-3	2	2-1	2-2	3	3-1	3-2	3-3
1. 거부민감성											
1-1. 거부민감성1	.899**										
1-2. 거부민감성2	.951**	.791**									
1-3. 거부민감성3	.926**	.702**	.862**								
2. 사회불안	.659**	.519**	.631**	.679**							
2-1. 사회적 상호작용불안	.643**	.531**	.609**	.643**	.922**						
2-2. 수행불안	.584**	.436**	.565**	.619**	.935**	.724**					
3. 부적응적 자기초점주의	.595**	.451**	.579**	.621**	.728**	.620**	.728**				
3-1. 자기몰입1	.568**	.410**	.553**	.613**	.710**	.609**	.706**	.952**			
3-2. 자기몰입2	.553**	.416**	.545**	.575**	.697**	.598**	.693**	.968**	.885**		
3-3. 자기몰입3	.591**	.473**	.567**	.599**	.688**	.577**	.696**	.958**	.852**	.905**	

\*\* $p < .01$

주요 변인들과 하위요인들 간의 상관관계의 결과를 볼 때, 먼저 거부민감성과 종속변인 사회불안은 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다( $r=.659, p<.01$ ). 이는 거부민감성이 높을 때 사회불안도 높아진다는 것을 의미한다. 사회불안의 하위영역 또한 사회적 상호작용불안( $r=.643, p<.01$ ), 수행불안( $r=.584, p<.01$ ) 순으로 유의한 정적 상관을 보였다. 거부민감성과 매개변인 부적응적 자기초점주의 역시 유의미한 정적 상관을 나타냈다( $r=.595, p<.01$ ). 즉, 거부민감성이 높을 때 부적응적 자기초점주의 또한 높아지는 것으로 해석할 수 있다. 구체적으로 살펴보면 자기몰입1이( $r=.568, p<.01$ ), 자기몰입2가( $r=.553, p<.01$ ), 자기몰입3이( $r=.591, p<.01$ )으로 나타났다. 또한 부적응적 자기초점주의와 사회불안은 유의미한 정적상관( $r=.728, p<.01$ )을 보였다. 이는 부적응적 자기초점주의가 높으면 사회불안이 높아질 수 있다는 것을 의미한다. 사회불안 하위영역과 부적응적 자기초점주의 하위영역 간의 관계에서도 유의미한 정적상관( $r=.688\sim.710, p<.01$ )을 나타냈다.

### C. 측정모형 검증

본 연구에서 설정한 구조모형을 검증하기에 앞서 각 측정변인들이 해당 잠재변인들을 얼마나 잘 측정하고 있는지 알아보기 위하여 측정모형을 검증하였으며, 그 결과는 다음 <표 8>과 같다. 첫 번째로 측정모형의 적합도를 확인하였다. 모형의 적합지수( $\chi^2$ , TLI, CFI, GFI, IFI, RMSEA)검증을 통해 모형의 적합도를 평가하였으며, 그 기준은 다음과 같다. GFI, TLI, IFI, CFI는 값이 1에 가까울수록 좋은 적합도를 의미하는데 .9이상이면 적합도가 양호하다고 해석할 수 있다. RMSEA는 .05이하이면 아주 좋은 모형, .08이하이면 괜찮은 모형, .10이하이면 보통인 모형, .10이상이면 나쁜 모형의 적합도로 해석된다. 본 연구에서는 RMSEA 값이 .104를 나타냈다. 이는 모형에 사용되는 변수의 수가 작기 때문이다(홍세희, 2000). 이처럼 RMSEA 값이 작은 변수의 수에 영향을 받기 때문에 CFI 위주로 모형의 적합도를 평가하는 것이 바람직하다(홍세희, 2000). 이에 본 연구에서는 적합도를 평가하는 일반적인 기준치로는 절대적합지수인  $\chi^2$ , GFI와 증분적합지수인 TLI, CFI, IFI 를 사용하였다.



<표 8> 측정모형의 적합도 지수

	X <sup>2</sup>	df	p	GFI	TLI	IFI	CFI
측정모형	25.552	6	.000	.973	.959	.984	.983

<표 8>에서는 본 연구의 측정변수들이 잠재변수를 적절하게 측정하였는지를 검증하기 위해 측정모형 검증을 실시하였다. 측정모형의 확인적 요인분석 결과 모든 측정모형에서  $X^2(df=6, N=304)=25.552$ ,  $GFI=.973$ ,  $TLI=.959$ ,  $IFI=.934$ ,  $CFI=.983$ 으로 나타났다.  $GFI$ ,  $CFI$ ,  $IFI$ ,  $TLI$  모두 .90이상으로 좋은 적합도를 보였다(홍세희, 2000).

(1) 집중타당성

집중타당성(Convergent validity)은 수렴타당성이라고도 하며 잠재변수를 측정하는 관측변수들의 일치성에 대한 내용이다. 이를 평가하는 방법으로는 표준화 요인부하량과 유의성, 평균분산추출값(AVE: Average variance extracted), 개념 신뢰도(CR: Construct reliability)가 있다. 구체적으로 요인부하량은 최소 .50 이상이 되어야 하고 .70 이상이면 바람직하다고 할 수 있다(Kim, 2007). 확인적 요인분석을 실시한 결과 모든 변인이 <표 9>에 제시한 것과 같이 .70 이상으로 나타났다.

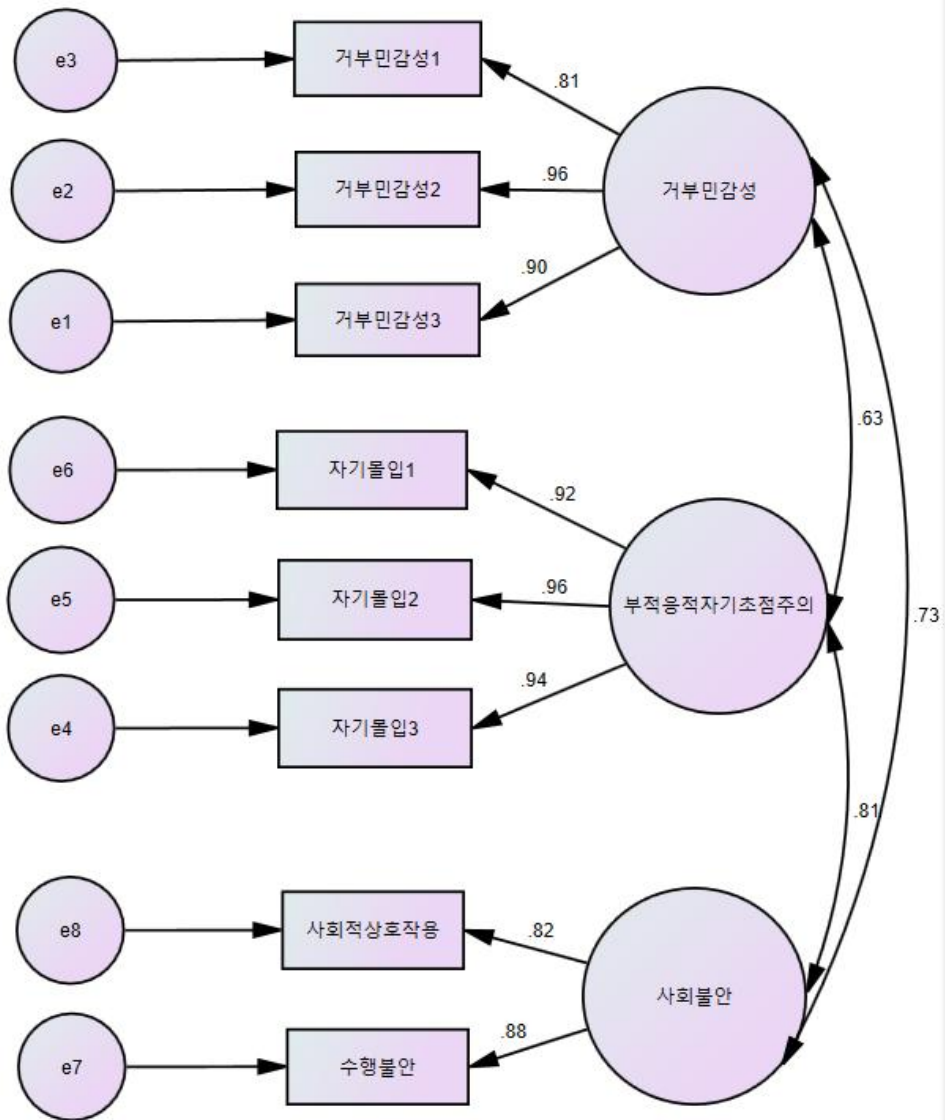
<표 9> 측정변인의 요인부하량 (N = 304)

잠재변수	측정변수	B	$\beta$	S.E	C.R.
	→ 거부민감성1	.869	.809	.045	19.230***
거부민감성	→ 거부민감성2	.909	.958	.034	26.646***
	→ 거부민감성3	1.000	.902	Fix	Fix
부적응적 자기초점주의	→ 자기몰입1	1.000	.919	Fix	Fix
	→ 자기몰입2	.990	.962	.031	32.039***

	→ 자기몰입3	.995	.937	.034	29.543***
사회불안	→ 사회적 상호작용 불안	.855	.821	.051	16.825***
	→ 수행불안	1.000	.882	Fix	Fix

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

<표 9>에서 제시한 바와 같이 측정변인들의 요인부하량은 .80에서 .96사이로 모두 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 좀 더 자세하게는 요인부하량은 최소 .50이상이 되어야 하고, .70이상이면 바람직하다고 할 수 있다(Kim, 2007). 따라서 본 연구에서 측정변수로 잠재변인을 측정한 것은 타당하다는 것을 알 수 있다. 또한 확인적 요인분석을 실시한 결과 <그림 3>에 제시한 것처럼 모든 값이 .50 이상으로 나타났다.



<그림 3> 확인적 요인분석

## D. 연구모형 검증

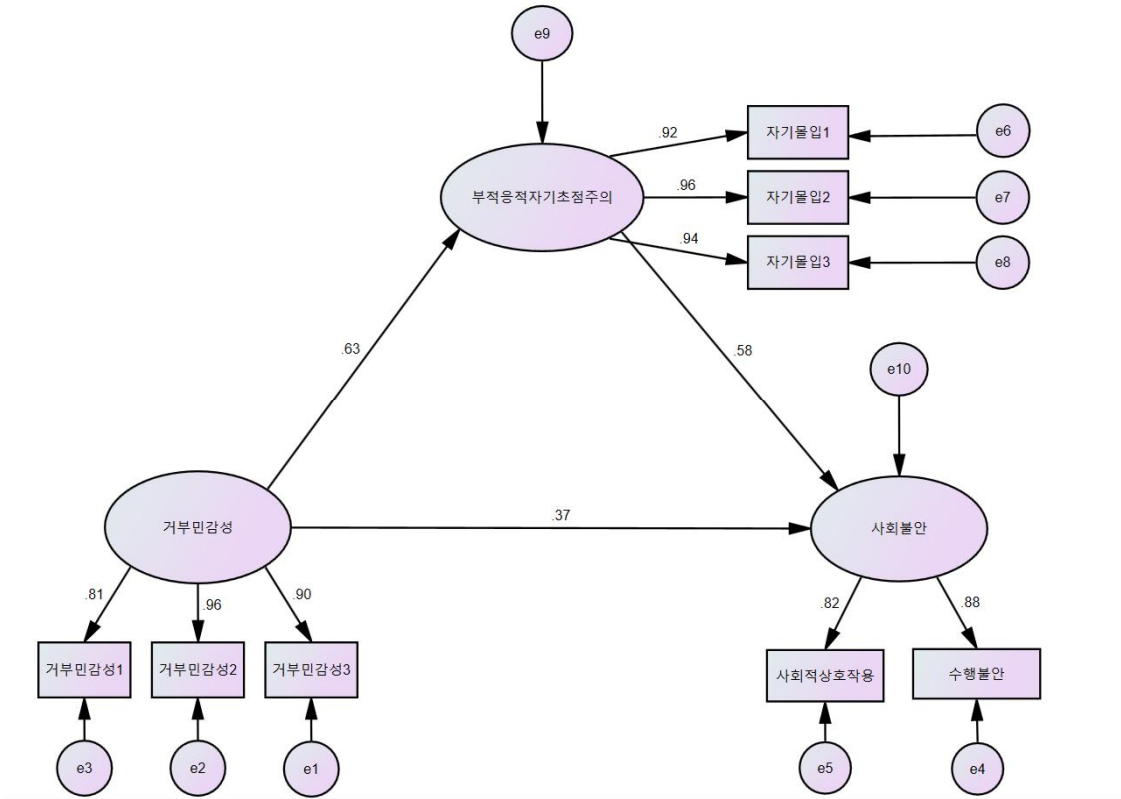
### 1. 구조모형 검증

본 연구에서 설정한 각 변인들의 구조적 관계를 확인하기 위해 구조모형 검증을 실시하였다. 본 연구에서는 대학생의 거부민감성과 사회불안 간의 관계에서 부적응적 자기초점주의의 매개효과를 구조방정식 모형으로 분석하였다. 구조모형 검증은 표준화된 계수( $\beta$ )를 통하여 모형의 효과성을 검증하고, C.R 값을 통해 매개모형의 모수에 대한 추정치를 분석하여 모형을 검증할 수 있다. 표준화된 계수로 모형의 효과성을 검증한 결과, 거부민감성이 부적응적 자기초점주의( $\beta=.626, P<.001$ ), 부적응적 자기초점주의가 사회불안( $\beta=.579, P<.001$ )으로 가는 경로계수 또한 정적으로 유의하였고, 거부민감성이 사회불안( $\beta=.368, P<.001$ )으로 가는 경로계수도 정적으로 유의한 것으로 나타났다. 전체 구조모형과 경로계수는 <표 10>과 <그림 4>와 같다.

<표 10> 최종연구모형 경로계수 (N = 304)

경로	B	$\beta$	S.E.	C.R.
거부민감성 → 부적응적 자기초점주의	.450	.626	.038	11.837
거부민감성 → 사회불안	.587	.368	.087	6.747
부적응적 자기초점주의 → 사회불안	1.285	.579	.124	10.380

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



<그림 4> 최종연구모형

## 2. 매개효과 검증

거부민감성과 사회불안과의 관계에서 부적응적 자기초점주의가 매개역할을 하는지 알아보기 위하여 부트스트랩(bootstrap) 절차를 활용하여 간접효과를 검증하였다. 본 연구에서는 Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트랩 절차에 따라 원자료(N=304)로부터 500개의 표본을 생성하여 신뢰구간 95%에서 간접효과의 유의도를 검증하였다. 그리고 최종모델의 총효과에 대한 직접효과 및 간접효과를 분해하여 추정한 다음 직접, 간접효과에 대한 통계적 유의성을 검증하였다. 그 결과는 <표 11>과 같다.

<표 11> 최종연구모형 직접효과, 간접효과, 총효과 및 유의성 검증

경로	직접효과	간접효과	총효과
거부민감성 → 부적응적 자기초점주의	.626	.000	.626
부적응적 자기초점주의 → 사회불안	.579	.000	.579
거부민감성 → 사회불안 부적응적 자기초점주의	.368	.363**	.730

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

<표 11>에서 볼 수 있는 바와 같이 매개효과의 통계적 유의성을 검증한 결과 거부민감성에서 사회불안으로 가는 경로에서 부적응적 자기초점주의의 매개효과가  $p < .01$  수준에서 유의한 것으로 나타났다. 또한 대학생의 거부민감성은 사회불안에 미치는 영향에 있어서 직접효과와 간접효과, 총효과가 모두 유의하였다. 이는 거부민감성이 사회불안에 직접적으로 영향을 미치기도 하지만 부적응적 자기초점주의를 통하여 간접적으로 영향을 미치는 것으로 이해할 수 있다.

## V. 결론 및 논의

### A. 결론 및 논의

본 연구에서는 대학생의 거부민감성이 사회불안에 미치는 영향을 확인하고, 그 과정에서 어떤 변인들이 매개하는지 살펴보고자 하였다. 이를 위해 거부민감성, 사회불안, 부적응적 자기초점주의 간의 상관관계를 확인하고, 대학생의 거부민감성이 사회불안에 영향을 미치는 과정에서 부적응적 자기초점주의가 매개효과를 가지는지 알아보았다. 본 연구에서 얻어진 결과를 토대로 주요 시사점을 논의하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 설정한 주요 변인들 간의 관계를 파악하기 위해 상관분석을 실시한 결과, 거부민감성, 사회불안, 부적응적 자기초점주의 변인 모두가 상호간에 상관관계를 맺고 있음을 알 수 있었다. 독립변인인 거부민감성은 사회불안과 유의한 정적 상관을 보였다. 즉, 자신의 요구에 대해 상대방이 수용해줄 것이라 기대하는 사람들 보다는 상대방이 자신의 요구를 받아들이지 않을 것이라 예상하는 거부기대가 높은 사람들의 사회불안 수준이 더 높은 것으로 볼 수 있다. 이는 거부민감성을 지닌 대학생이 거부에 대한 예기 불안으로 인해 사회적 철수와 회피 등과 같은 사회불안을 유발시킬 것이라는 여러 선행연구의 결과와 일치하고(김나루미; 2015 이영아, 2014; 김나영, 2009; 하지영, 2017), 거부민감성과 사회불안의 상관관계를 연구하여 보고한 Levy, Ayduk, & Downey(2001)의 선행연구 결과 또한 지지한다. 이는 대학생의 친밀한 관계에서 거절당하고 버림받은 경험을 했을 때 혼자가 되는 것을 두려워하고 이로 인해 거부에 대한 민감성이 높아지고 결국 사회적인 상황에서 불안을 느끼게 될 가능성이 높다는 것을 시사한다.

또 거부민감성과 부적응적 자기초점주의 사이에서 정적 상관관계를 확인할 수 있다. 즉, 거부민감성이 높은 사람은 과거 거부 경험을 바탕으로 타인이 자신을 거부할지 모른다는 예기불안을 가지고 있으며, 사회불안 역시 자신의 행동이 사회적 상황에서 부적절하여 다른 사람에게 수용될 수 없을 것이라는 불안을 가지고 있다. 이처럼 일반적으로 불안 수준이 높은 사람은 잠재적으로 자신을 위협하는 정보에 주의가 편향되는 특성을 보인다. 즉, 거부민감성이 높은 사람은 거부와 관련된 단서에 과민하여 주의가 자신의 내부로 편향되는 경직성을 보인다. 사회적 상황에서 타인으로부터 거부당할 것

이라는 불안한 기대를 가진 개인이 거부를 당하고 주의의 초점이 자기에게로 향하게 되면 생리적 각성반응을 과장되게 인지하게 되고(Carverm, & Matthews, & Scheier, 1983), 사회적 수용이 저조하게 되면서 부정적인 생각이 증가하는 역기능이 나타나 자신의 기분과 생각을 부정적으로 분석하고 평가하며 부정적 사고를 높인다. 이때 자신의 욕구를 표출하게 되면 상대방부터 또 거부를 당할 것이라 생각하고, 자신의 욕구를 억제하거나 알아차리지 못하게 억누르고자 하는 경향(Shaffer et al., 2005)이 악순환된다. 이로 인하여 자율성이 침해받고 상대방으로부터 거부당했다고 느끼게 되기 때문에 대인관계 상황에서 예민하게 지각하여 과민 반응하는 모습을 보일 수 있다는(류혜라, 2011) 연구결과와 맥락을 같이 한다. 또한 부적응적 자기초점주의는 자신과 타인에게 부정적인 도식을 가지는 거부민감성과 유사성을 보이는데, 타인 앞에서 거부당하지 않기 위해 끊임없이 자기 검열을 시도하는 부적응적 자기초점주의는 자신이 타인에게 사랑받기에 부족하고 타인이 자신에게 호의를 가지고 있지 않아 자신이 거부당할 수 있다는 거부민감성에서 영향을 받았을 가능성이 많다(홍상희, 2016)는 연구결과를 지지한다.

또 부적응적 자기초점주의와 사회불안도 역시 정적 상관관계를 보였다. 대학생의 사회불안에 영향을 미치는 요인 중 부적응적 자기초점주의는 사회불안에 대한 큰 설명력을 나타낸다. 이러한 결과는 자신의 특정 측면에 과도하게 주의를 기울여 다른 데 주의를 전환시키기 어려운 특성이 사회불안과 밀접한 관련이 있다는 것을 보여준다. 이는 사회불안이 낮은 집단보다 높은 집단이 부적응적 자기초점주의가 높았다는 연구들(이지영, 권석만, 2009)과 부적응적 자기초점주의가 사회불안에 영향을 미친다고 보고한 선행연구들(옥주희, 김은정, 2015; 원영주, 조성호, 2013)과 일치한다. 또한 부적응적 자기초점주의가 불안을 포함한 GSI(간이정신진단검사)의 모든 하위척도에서 높은 정적 상관을 보였다는 연구결과(이지영, 2010)와 대인관계불안, 특질불안, 사회적 회피 및 불편감과도 정적 상관이 있다는 것(이지영, 권석만, 2005)과도 맥락을 같이 한다. 이러한 연구 결과는 Clark와 Wells(1995)가 설명하는 바와 같이, 위협적이라 생각하는 사회적 상황에서 자신의 생리적 각성, 생각, 느낌 등에 주의를 기울일 때 자신의 신체적 각성 상태를 과장되게 지각하게 되고, 이를 바탕으로 타인이 자신을 이상하게 생각할 것이라 추론하여 사회불안이 높아지는 것으로 이해할 수 있다.

둘째, 본 연구에서는 매개변인으로 부적응적 자기초점주의를 선정하였는데 거부민감성과 사회불안 사이에서 부분 매개하는 것으로 나타나 연구문제2 에서 상정한 가설이 지지되었다. 즉, 부적응적 자기초점주의는 거부민감성이 사회불안에 영향을 미치는데



있어 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이는 거부민감성이 높은 사람은 상대방으로부터 거부를 당했을 때 자신과 관련된 외부 요인보다 자신의 내적 작용에 과몰입하고 쉽사리 다른 곳으로 주의를 전환하지 못하는 경직성을 보여 사회적인 상황에서 불안을 느껴 결국 사회적 상황을 회피한다는 것이다. 연구자가 거부민감성과 사회불안 사이에 다양한 인지적 요인 - 주의, 기억, 해석, 심상 - 중에서 특히 ‘주의’에 초점을 맞춘 이유는 거부민감성과 사회불안이 서로 ‘불안’이라는 심리적 기제를 공유하고 있기 때문이다. 거부민감성이 높은 사람은 과거 거부경험을 바탕으로 타인이 자신을 거부할지 모른다는 예기불안을 가지고 있으며, 사회불안 역시 자신의 행동이나 말이 사회적 상황에서 부적절하여 다른 사람에게 수용될 수 없을 것이라는 불안을 가지고 있다. 일반적으로 불안 수준이 높은 사람은 잠재적으로 위협정보에 주의가 편향된다(이영아, 2014). 즉, 거부민감성이 높은 사람은 거부와 관련된 단서에 과민하여 자신의 내부로 선택적 주의편향을 하게 되고, 사회불안 역시 사회적 위협단서에 주의를 기울이는 선택적 주의편향을 할 것이다. 이와 같이 거부민감성과 사회불안의 관계에서 인지적 기체인 ‘주의’의 역기능적인 발동이 ‘불안’이라는 공통된 특성을 유발시켰음을 예측할 수 있다.

이러한 결과를 바탕으로 본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 거부민감성이 대학생들의 사회불안에 영향을 주는 변인으로 기능한다는 것을 통계적으로 검증하였다. 이를 통해 사회불안과 거부민감성의 공통적 요인을 밝혀 사회불안의 이해와 치료적 방략에 기초 자료를 제공했다는 점에서 의의가 있다.

둘째, Clark와 Wells(1995), Hofmann(2007)은 사회불안을 발생, 유지시키는 데 있어 인지적 요인을 강조하였지만 기존의 연구들에서는 발달적, 정서적, 행동적 측면을 확인하는데 그쳤다. 본 연구에서는 사회불안을 유발시키는 여러 인지적 요인 중 부적응적 자기초점주의의 역할을 밝혀냈다는 점에서 의의가 있다.

## B. 제언

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 사회불안의 임상집단이 아닌 일반 대학생들을 연구대상으로 선정하였으므로 연구결과를 해석하고 일반화하는 데에는 한계가 있다. 따라서 후속 연구

에서는 임상집단을 포함한 다양한 집단을 대상으로 연구를 진행할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 거부민감성, 사회불안, 부적응적 자기초점주의를 측정하기 위해 자기보고식 설문지가 사용되었다. 이는 연구대상자들이 사회적 바람직성, 방어, 불성실한 응답의 가능성이 있어 연구결과를 객관적으로 측정하는데 문제점을 지니고 있다. 따라서 후속 연구에서는 이러한 한계를 극복하고 자료의 객관성과 신뢰성을 보완하기 위해 자기보고식 조사 이외의 행동관찰, 실험 등의 다양한 연구방법을 병행해야 할 필요가 있다.

셋째, 거부민감성과 사회불안 사이에 다양한 인지적 매개변인이 존재할 수 있다. 하지만, 본 연구에서는 부적응적 자기초점주의 만을 연구하여 후속 연구에서는 좀 더 다양한 매개변인을 고려할 필요가 있다. 거부민감성의 특성으로 인해 사회불안을 겪고 있는 대학생 내담자들을 위해 사회불안 수준을 낮출 수 있는 좀 더 많은 적응적인 변인과 사회불안을 더욱 유발하는 매개변인을 탐색할 필요가 있겠다.

마지막으로, 거부민감성과 사회불안의 관계를 살핀 선행연구들은 많이 있지만 실제적으로 거부민감성으로 인해 사회적 상황에서 불편함을 호소하는 내담자들을 위한 프로그램은 전무한 실정이다. 최근 많이 연구되고 있는 주의편향수정(Attention Bias Modification, AMB; Hakamata et al., 2010) 훈련이 부적응적 자기초점주의를 개선하는데 유용할 것으로 생각된다.

## VI. 참고문헌

- 강석기, 고수현, 한상훈 (2011). 대학생의 사회불안, 내현적 자기애, 부정적 정서와 우울의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. **교육연구논총: 32(2), 1-27.**
- 강혜영 (2015). **행동억제와 사회불안의 관계에서 거부민감성의 매개효과.** 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 곽노은 (2016). **청소년의 부적응적 자기초점주의와 우울과의 관계에서 정서조절과 거부민감성의 매개효과.** 인천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 구세정 (2016). **대학생이 지각한 부모양육태도가 대인불안에 미치는 영향: 거부민감성, 자기제시동기의 매개효과.** 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 권석만, 이지영 (2005). 자기초점적 주의 성향 척도의 개발: 사회적 상황을 중심으로. **한국심리학회지: 임상, 24(2), 451-454.**
- 김나경 (2016). **대학생의 성인애착과 사회불안의 관계 : 거부민감성과 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과.** 경상대학교 대학원 석사학위논문.
- 김나루미 (2015). **대학생의 자아분화와 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향.** 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 김나영 (2009). **대학생의 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향에 대한 스트레스 대처방식의 중재효과.** 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영자 (2014). **정서인식의 명확성과 사회적 상호작용 불안의 관계에서 심리적 수용의 매개효과.** 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김윤아 (2014). **부적응적 자기초점적 주의와 초기 성인기 사회불안의 관계: 정서조절곤란과 안전행동의 매개효과.** 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김은지 (2016). **부모애착이 이성관계 만족도에 미치는 영향: 거부민감성의 매개효과.** 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 김정민 (2017). **대학생의 부적응적 자기초점적 주의가 사회불안과 우울에 미치는 영향: 재확인 추구의 중재효과를 중심으로.** 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 박명주 (2012). **자기긍정확인이 거부민감성이 높은 대학생의 대인불안과 심리적 안녕감에 미치는 영향.** 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 박명진, 양난미 (2017). **대학생 거부민감성척도 개발 및 타당화.** **한국심리학회지: 상담**

- 및 심리치료, 29(1), 103-127.
- 박미리 (2013). 애착증진 프로그램이 대학생의 자기효능감, 대인불안 및 사회적 기술에 미치는 효과. 경성대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박성현, 성승현 (2008). 자기초점적 주의와 심리적 안녕감 간의 관계에서 마음챙김의 조절효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(4), 1127-1147.
- 박영은 (2017). 거부민감성과 이성관계만족의 관계에서 자기자비와 인지적 정서조절 전략의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 박은 (2017). 대학생의 부적응적 자기초점주의가 사회불안과 우울에 미치는 영향 : 재확인 추구의 중재효과를 중심으로. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 박지윤, 정영숙 (2008). 아동의 거절상황 구성을 위한 예비연구. 한국심리학회: 21(2), 15-37.
- 박희경 (2010). 성인애착과 갈등해결전략의 관계 : 거부민감성의 매개효과. 이화여자대학교 대학원. 석사학위논문.
- 배라영 (2017). 정서적 학대, 친구관계 문제와 관계적 공격성의 관계 : 거부민감성, 사회불안, 분노반추의 매개효과. 한남대학교 대학원 박사학위논문.
- 서영석. (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려 사항. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(4), 1147-1168.
- 손정일 (2015). 자기초점적 주의와 자아탄력성 및 부정적 정서의 관계. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 송경아 (2013). 자기초점주의가 대인불안에 미치는 영향 : 무조건적 자기수용의 조절효과검증. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 신혜린, 이기학 (2012). 사회적 불안 상황을 중심으로 한 사회불안 하위 유형의 불안 반응 차이 연구. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 안선경 (2016). 대학생의 거부민감성이 대인관계문제에 미치는 영향 : 정서표현양가성의 매개효과. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 옥주희 (2013). 부정적 자기개념과 자기개념 명확성이 사회불안에 미치는 영향 : 부적응적 자기초점적 주의의 매개효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 우종필 (2016). 우종필 교수의 구조방정식모델 개념과 이해. 서울: 한나레아카데미.
- 이영아, 이인혜 (2016). 남녀 대학생에서 거부민감성과 사회불안 간의 관계 : 주의초점의 매개효과와 주의전환의 조절효과. 한국심리학회지: 건강, 21(2), 641-660.
- 이준석 (2016). 수용전념치료가 사회불안 대학생의 사회불안 증상과 삶의 질에 미치

- 는 효과: 사회불안 수용의 매개효과. 아주대학교 석사학위논문.
- 이지영, 권석만 (2009). 사회불안과 자기초점적 주의 성향의 관계. **인지행동치료**, 9(1), 39-55.
- 이지영 (2010). 자기초점적 주의 성향과 정신병리의 관계: 적응적 대 부적응적 자기초점적 주의. **한국심리학회지: 일반**, 29(2), 371-388
- 이지은 (2017). **대학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계에서 무조건적 자기수용의 매개효과**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이투데이 (2017). <http://www.etoday.co.kr/news/section/newsview.php?idxno=1479512>
- 이희경, 김경희 (2014). 거부민감성이 공격성에 미치는 영향. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 26(1), 97-121
- 임유경 (2011). **거부민감성과 우울의 관계에서 정서조절방략의 조절효과**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 장성미 (2015). **대학생의 거부민감성이 대인관계 유능성에 미치는 영향 : 적응적인 인지적 정서조절전략을 매개변인으로**. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 장진이, 광노은, 이지연 (2016). 청소년의 우울과 부적응적 자기초점주의, 정서조절, 거부민감성의 구조적 관계. **청소년복지연구**: 18(1), 285-304.
- 장혜인 (2006). **청소년의 부모양육태도 및 자기에가 사회불안에 미치는 영향**. 숙명여자대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 정대수 (2017). **사회적 상호작용 불안과 수행불안의 특성 비교 : 긍정 및 부정 정서성, 긍정 및 부정적 평가에 대한 두려움, 부정적인 결과에 대한 해석편향, 긍정적인 결과에 대한 해석편향을 중심으로**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 정승아 (2012). 사회불안과 자의식, 그 진단적 및 치료적 시사점. **상담학연구**: 13(1), 47-69.
- 조나영 (2014). **사회지향성과 자율지향성이 사회불안에 미치는 영향 : 부적응적 자기초점주의의 매개효과**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 조용래, 원호택 (1997). 대인불안에 대한 인지적 평가: 사회적 상호작용에 대한 자기 효능감 척도의 개발과 타당화에 관한 연구. **심리학의 연구문제**, 4, 397-434.
- 조용래, 원호택 (1999). 사회공포증에 대한 인지적 평가(III): 역기능적 신념검사의 개발 및 타당화. **한국심리학회지: 임상**, 18, 141-162
- 최인선, 최한나 (2013). 내현적 자기에가 사회불안에 미치는 영향 : 내면화된 수치심과

- 사회적 자기효능감의 매개효과. **상담학연구**, 14(5), 2815-2831
- 하지영 (2017). **거부민감성이 우울 및 사회불안 경향성에 미치는 영향 : 주의조절의 매개효과를 중심으로**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 한동헌 (2016). **대학생의 자기 불일치가 사회불안에 미치는 영향: 타인인정 욕구와 자존감 안정성의 매개효과**. 상지대학교 대학원 석사학위논문.
- 함성민, 현명호 (2015). 자기초점주의와 우울의 관계에서 반추적 반응양식에 의해 조절되는 자기비판의 매개효과. **대한스트레스학회: 23(4), 225-235**
- 허은혜 (2015). **남녀 대학생의 사회적 기술과 이성관계 만족도의 관계에서 사회불안의 매개효과와 주의조절의 조절효과**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍상희 (2017). **성인애착과 분노표현방식의 관계 : 부적응적 자기초점적 주의와 거부민감성을 매개변인으로**. 인천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. **한국심리학회지: 19(1), 161-177**
- 홍영근, 조현춘 (2009). 사회불안성향이 있는 사람들의 해석편향. **한국심리학회 학술대회 자료집: 2009(1), 442-443**
- 홍영근, 조현춘 (2010). 사회공포증의 인지모형과 경험연구에 대한 고찰. **한국정서·행동장애아교육학회: 26(2), 293-316**
- Aiken, L. S. & West, S. G. (1991). Multiple regression : Testing and interpreting interactions. *Newbury Park, CA : Sage.*
- Arrindell, W. (1983). The role of perceived parental rearing practices in the etiology of phobic disorders. *British Journal of Psychiatry*, 143, 183-187
- Ayduk, O., Downey, G., & Kim, M. (2001) Rejection sensitivity and depressive symptoms in women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(7). 868-877.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective. *New York : Basic Books*
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), Social phobia : Diagnosis, assessment, and treatment. *New York : Guilford Press*, 69 - 93
- Derryberry, D. & Tucker, D. (1992) Neural Mechanisms of Emotion. *Journal of*

- Consulting and Clinical Psychology*, 60, 329-338.
- Downey, G., & Feldman, S. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Social and Personality Psychology*, 70, 1327-1343
- Felman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and psychopathology*, 6, 231-247
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & O'Brien, S. (1991). Perfectionism and learned resource fullness in depression and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 12, 61-68.
- Hamacheck, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 51, 192-200.
- Heiby, E. M. (1983). Assessment of Frequency of Self-Reinforcement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 123, 3-13..
- Heimberg, R. G., Hope, D. A., Rapee, R. M., & Brunch, M. A. (1988). The Validity of the Social Avoidance and Distress Scale and the Fear of Negative Evaluation Scale with Social Phobia Patients. *Behavior Research and Therapy*, 26, 407-410.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 98-101.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991b). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Juster, H. R., Heimberg, R. G., Frost, R. O., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Faccenda, K. (1996). Social phobia and perfectionism. *personality and individual Differences*, 21(3), 403-410
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G. (2001). The role of rejection sensitivity in people's rejection with significant others and valued social groups. *Interpersonal rejection*, 251-289.
- Liebowitz, M. R. (1987). Social phobia. *Modern Problems of Pharmacopsychiatry*, 22, 141-173.
- Lundh, L. G. & Ost, L. G. (1996). Stroop Interference, Self-Focus and Perfectionism

- in Social Phobia. *Personality and Individual Differences*, 20, 725-731.
- Posner, M. I., & Rothbart, M. K. (1998). Attention, self-regulation and consciousness. *Philosophical transactions of the Royal Society of London B*, 353, 1915-1927.
- Rehm, L. P., & Marston, A. R. (1968). Reduction of social anxiety through modification of self-reinforcement: *An instigation therapy technique*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 32, 565-574.
- Rehm, L. P. (1977). A self-control model of depression. *Behavior Therapy*, 8, 787-804.
- 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, 304-314.
- Rothbart, M. K. & Derryberry, D. (1981). Development of individual differences in temperament. in M. E. Lamb & A. L. Brown (eds), *Advances in developmental psychology*, 1, 37-86.
- Saboonchi, F., & Lundh, L. G. (1997). Perfectionism, self-consciousness and anxiety. *Personality and Individual Difference*, 22(6), 921-928.
- Sullivan, H. S. (1937). A note on the implications of psychiatry, the study of interpersonal relations, for investigation in the social sciences. *American Journal of Sociology*, 43, 157-164.
- Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal theory of psychiatry*. New York : Norton.
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of Social-Evaluative Anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 448-457.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W., & Abraham, W. T. (2004). *Maladaptive Perfectionism as a Mediator and Moderator between Adult Attachment and Depressive Mood*. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 201-212.
- Werner, K. H., Jazaieri, H., Goldin, P. R., Ziv, M., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2012). Self-compassion and social anxiety disorder. *Anxiety, Stress, & Coping*. 25(5), 543-558
- Williams, J., Mathews, A., & Macleod, C. (1996). The emotional Stroop task and psychopathology. *Psychological bulletin*, 120, 3-24



## Ⅶ. 부록

### <부록1> 거부민감성 척도(RSQ)

◎ 다음의 질문은 일상생활에서 일어날 수 있는 여러 상황에서 여러분이 어떻게 느끼고 생각하는가를 알아보는 질문들입니다.

각 상황을 주의 깊게 읽은 후, **2가지 질문 '모두'에 대해** 자신을 가장 잘 나타내는 적당한 숫자에 √ 표 하여 주십시오(만일 그러한 상황을 경험한 적이 없다면, 그런 상황에 처할 경우를 상상해서 응답해주시길 바랍니다).

전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	다소 그렇다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1	2	3	4	5	6

상황 1. 같은 수업을 듣는 사람에게 노트를 빌려달라고 한다.

1) 노트를 빌려주지 않을 지에 대해 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 노트를 빌려 줄 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 2. 친구에게 이사 와서 나와 함께 살자고 부탁한다.

1) 이사 오기를 거절하지 않을까 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 이사 오라는 부탁을 받아들일 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 3. 부모님에게 어떤 공부를 더 해야 할지 결정하는 것을 도와달라고 부탁한다.

1) 부모님이 결정을 도와주시지 않을까 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 부모님이 결정을 도와주실 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 4. 잘 모르는 사람에게 데이트를 신청한다.

1) 데이트 신청을 받아들이지 않을까 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 잘 모르는 사람이 데이트 신청을 받아들일 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 5. 당신의 남자(여자)친구는 오늘 밤에 다른 친구들과 약속이 있는데 당신은 오늘 그 친구와 함께 있고 싶을 때, 그에게 자기와 함께 있어 달라고 요구한다.

1) 그 친구가 당신과 함께 있어줄지 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 그 친구가 당신과 함께 있어줄 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 6. 부모님에게 용돈을 더 달라고 부탁한다.

1) 부모님이 용돈을 더 주지 않을까 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 부모님이 용돈을 더 주시리라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 7. 수업이 끝난 후, 교수님에게 수업 중 이해가 잘 되지 않는 부분에 대해 질문하고, 좀 더 설명해주실 것을 요구한다.

1) 교수님이 설명을 더 해주실지 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 교수님이 설명을 더 해주시리라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 8. 친한 친구와 심하게 다투고 난 후에, 그 친구에게 먼저 다가가서 말을 건다.

1) 친구에게 다가가는 것에 대해 주저되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 아무런 거리낌 없이 다가가서 대화를 할 수 있을 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 9. 같은 수업을 듣는 사람에게 같이 커피를 마시자고 제의한다.

1) 그 사람이 그러자고 할지 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 그 사람이 같이 커피를 마실 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 10. 졸업하고 난 다음 직장을 구하지 못했을 때, 부모님께 당분간 생활비를 보조해 달라고 요구한다.

1) 생활비 보조를 거절하지 않을까 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 생활비 보조를 해주시리라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 11. 방학 기간 동안, 친구에게 나와 함께 여행을 가자고 제안한다.

1) 친구가 여행 제안을 거절하지 않을까 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 친구가 여행 제안을 받아들일 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 12. 남자(여자)친구와 심하게 다투고 난 후, 먼저 전화해서 만나고 싶다고 말한다.

1) 그 친구가 만남을 거절할지 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 그 친구가 만나자는 제의를 받아들일 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 13. 친구에게 어떤 물건을 빌려달라고 요구한다.

1) 친구가 물건을 빌려줄지 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 친구가 물건을 빌려줄 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 14. 부모님께 내가 참여하는 중요한 행사에 참석해달라고 요청한다.

1) 부모님이 참석 요청을 거절할까 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 부모님이 참석 요청을 받아들일 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 15. 친구에게 어려운 부탁을 한다.

1) 친구가 그 부탁을 들어줄지 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 친구가 그 부탁을 들어줄 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

상황 16. 남자(여자)친구에게 진심으로 나를 사랑하는지 물어본다.						
1) 그 친구가 나를 사랑할지 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 그 친구가 나를 사랑한다고 할 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥
상황 17. 클럽에서 눈에 띄는 이성에게 다가가서 춤을 추자고 청한다.						
1) 내 청을 거절할 것 같아 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 내 청을 받아들일 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥
상황 18. 남자(여자)친구에게 부모님을 만나러 와 달라고 요청한다.						
1) 내 청을 거절할 것 같아 걱정되거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2) 내 청을 받아들일 것이라 예상된다.	①	②	③	④	⑤	⑥

## <부록 2> 사회적 상호작용 불안 척도(SIAS)

◎ 아래의 문항들은 사회적 상황에서 경험할 수 있는 감정과 행동에 대한 것입니다. 문항을 읽고 자신과 가장 가까운 곳에 체크해주세요.

	문항	전혀 해당되지 않는다	별로 해당되지 않는다	어느 쪽도 아니다	조금 해당된다	매우 많이 해당된다
1	나보다 높은 지위에 있는 사람과 대화할 때면 긴장된다.	1	2	3	4	5
2	다른 사람들과 눈을 마주치기가 힘들다.	1	2	3	4	5
3	나 자신이나 내 감정에 대해서 말해야 할 때면 긴장된다.	1	2	3	4	5
4	동료들과 편안하게 어울리는 것이 어렵다.	1	2	3	4	5
5	길에서 아는 사람을 만나면 긴장된다.	1	2	3	4	5
6	여러 사람들과 어울리는 것이 불편하다.	1	2	3	4	5
7	다른 사람과 단 둘이 있는 상황에서는 긴장된다.	1	2	3	4	5
8	모임에서 사람들을 만나는 것이 편안하다.	1	2	3	4	5
9	다른 사람들과 이야기하는 것이 어렵다.	1	2	3	4	5
10	이야깃거리를 쉽게 생각해 낸다.	1	2	3	4	5

11	이상하게 보일까봐 나 자신을 표현하는 것이 걱정된다.	1	2	3	4	5
12	다른 사람의 주장에 반대하기가 어렵다.	1	2	3	4	5
13	매력인 이성과 이야기 하는 것이 어렵다.	1	2	3	4	5
14	사회적 상황에서 무엇을 말해야 할지 몰라 걱정하곤 한다.	1	2	3	4	5
15	잘 알지 못하는 사람들과 어울려야 할 때 불편하다.	1	2	3	4	5
16	대화 도중 부적절한 말을 할 것 같다.	1	2	3	4	5
17	여러 사람들과 어울려 이야기 할 때 무시당할까봐 걱정하곤 한다.	1	2	3	4	5
18	여러 사람들과 어울릴 때 긴장한다.	1	2	3	4	5
19	잘 알지 못하는 사람에게 인사를 해야 할 지 망설인다.	1	2	3	4	5

### <부록 3> 수행불안 척도 (SPS)

◎ 아래의 문항들은 평소 일상생활에서 경험할 수 있는 감정과 행동에 대한 것입니다. 문항을 읽고 자신과 가장 가까운 곳에 체크해주세요.

	문항	전혀 해당되지 않는다	별로 해당되지 않는다	어느 쪽도 아니다	조금 해당된다	매우 많이 해당된다
1	다른 사람 앞에서 글을 써야 할 때 불안해진다.	1	2	3	4	5
2	공중 화장실을 사용할 때 남의 이목을 의식하게 된다.	1	2	3	4	5
3	내 목소리와 내게 귀 기울이고 있는 다른 사람들이 갑자기 의식되곤 한다.	1	2	3	4	5
4	길을 가고 있을 때 사람들이 나를 주시하지 않을까 신경이 쓰인다.	1	2	3	4	5
5	다른 사람들과 함께 있을 때 얼굴이 붉어질까봐 두렵다.	1	2	3	4	5
6	다른 사람들이 이미 앉아 있는 방에 들어갈 때는 남의 이목을 의식하게 된다.	1	2	3	4	5
7	다른 사람들이 쳐다보고 있을 때 떨게 되지 않을까 걱정된다.	1	2	3	4	5
8	버스나 기차에서 다른 사람들과 마주 앉아야 할 경우 긴장되곤 한다.	1	2	3	4	5
9	다른 사람에게 정신을 잃거나 병적인 모습을 보이지 않을까 공포스럽다.	1	2	3	4	5
10	여러 사람들 사이에 있으면 무언가를 마시는 것이 힘들다.	1	2	3	4	5

11	식당에서 낯선 사람들 앞에서 음식을 먹을 때면 남의 이목을 의식하게 된다.	1	2	3	4	5
12	사람들이 내 행동을 이상하게 생각할까봐 걱정한다.	1	2	3	4	5
13	식판을 들고 번잡한 식당을 가로질러 지나가려면 긴장되곤 한다.	1	2	3	4	5
14	다른 사람들 앞에서 자제력을 잃지 않을까 걱정한다.	1	2	3	4	5
15	다른 사람의 관심을 끄는 행동을 하게 될까봐 걱정된다.	1	2	3	4	5
16	엘리베이터에 있을 때, 다른 사람들이 나를 쳐다보지 않을까 긴장된다.	1	2	3	4	5
17	줄을 서 있을 때, 나만 유난히 눈에 띌 것 같이 느껴진다.	1	2	3	4	5
18	다른 사람들 앞에서 말을 할 때면 긴장된다.	1	2	3	4	5
19	다른 사람들 앞에서 고개를 가로젓거나 끄덕 거릴 것 같아 걱정된다.	1	2	3	4	5
20	사람들이 나를 쳐다보고 있다는 사실을 알게 되면 거북하고 긴장된다.	1	2	3	4	5



## <부록 4> 부적응적 자기초점주의 척도(SDSAS)

◎ 각 문항을 주의 깊게 읽고, 평소의 자신을 얼마나 잘 나타내는지 그 정도를 아래 척도상의 적당한 숫자에 v표를 해주십시오.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	약간 그렇다	웬만큼 그렇다	상당히 그렇다	매우 그렇다
<b>나는 다른 사람들과 이야기할 때, 또는 다른 사람들과 함께 있을 때</b>						
1	자주 어떤 생각에 매여 대화 내용을 놓친다.	1	2	3	4	5
2	자주 불편한 감정에 신경이 쓰여 내가 어떤 기분인지 알아차리기 어렵다.	1	2	3	4	5
3	말을 잘 하고 있는지 계속해서 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
4	어떤 기분에 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
5	긴장해서 행동하고 있는지 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
6	자주 어떤 생각에 신경이 쓰여 내 의견을 알아차리기 어렵다.	1	2	3	4	5
7	얼굴이 붉어지거나 떨고 있는지 끊임없이 살핀다.	1	2	3	4	5
8	내가 자연스럽게 행동하고 있는지 끊임없이 살핀다.	1	2	3	4	5
9	내가 호흡을 잘 조절하고 있는지 끊임없이 확인한다.	1	2	3	4	5
10	자주 어떤 기분에 사로잡혀 상대의 이야기를 놓친다.	1	2	3	4	5
11	자주 어떤 생각이 떠올라 떨치기 어렵다.	1	2	3	4	5

12	내가 긴장하고 있는지 예민하게 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
<b>나는 사람들 앞에서 발표할 때</b>						
13	긴장해서 행동하고 있는지 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
14	어떤 기분에 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
15	내 의견을 잘 이야기하고 있는지 지나치게 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
16	자주 어떤 생각에 사로잡혀 내 의견을 알아차리기 어렵다.	1	2	3	4	5
17	내가 긴장하고 있는지 예민하게 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
18	자주 어떤 기분에 매여 발표 내용을 놓친다.	1	2	3	4	5
19	자주 어떤 생각이 떠올라 떨치기 어렵다.	1	2	3	4	5
20	얼굴이 붉어지거나 떨고 있는지 계속해서 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
21	내가 적절하게 행동하고 있는지 끊임없이 살핀다.	1	2	3	4	5