



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](#)

심리학석사 학위논문

사회불안 상황차원과
인지적·정서적 요인의 관계

2017년 2월

서울대학교 대학원
심리학과 임상·상담심리학 전공
이 지 선

사회불안 상황차원과
인지적·정서적 요인의 관계

지도교수 권 석 만

이 논문을 심리학석사 학위논문으로 제출함
2016년 10월

서울대학교 대학원
심리학과 임상·상담심리학 전공
이 지 선

이지선의 심리학석사 학위논문을 인준함
2016년 12월

위 원 장 _____ (인)

부위원장 _____ (인)

위 원 _____ (인)

국 문 초 록

사회불안장애는 사회적 상황에 노출되는 것을 극도로 두려워하거나 불안해하는 심리적 부적응 문제로 최근 DSM-5에서는 불안을 유발하는 사회적 상황을 구체적으로 소개하고 그에 따른 하위유형을 제시한 바 있다. 하지만 사회불안을 유발하는 구체적인 상황차원을 평가할 수 있는 객관적 측정도구가 드물고, 특히 사회불안 상황차원과 인지적 및 정서적 요인과의 관계를 탐색한 연구가 부재하다. 이에 본 연구는 상황차원을 평가할 수 있는 도구를 번안 및 타당화하고, 사회불안 상황차원과 차별적으로 관련되는 인지적 및 정서적 요인을 탐색해 보고자 하였다.

연구 I에서는 사회불안 상황차원을 확인할 수 있는 사회불안척도(Social Anxiety Questionnaire: SAQ)를 번안하고 요인구조, 신뢰도 및 타당도를 확인하였다. 총 302명의 대학생 표본을 대상으로 탐색적 요인 분석을 실시한 결과 Caballo 등(2015)이 개발한 원척도의 요인구조와 동일한 요인구조를 따르는 것으로 판명되었다. 262명의 대학생 표본을 대상으로 한 확인적 요인분석 결과에서도, SAQ가 5개의 사회불안 상황요인(사교활동, 수행평가, 이성관계, 비난무시, 자기주장)으로 구성되는 타당한 척도임이 밝혀졌으며, 내적 합치도와 검사-재검사 신뢰도 역시 적절한 수준인 것으로 나타났다.

연구 II에서는 연구 I에서 타당화한 한국판 SAQ를 사용하여 인지적 및 정서적 요인들이 5개 상황차원의 사회불안 수준과 어떻게 관련되는지 탐색해 보았다. 총 476명의 대학생들을 대상으로 SAQ의 상황요인별 불안 수준과 인지적 및 정서적 변인들 간의 상관관계를 분석했다. 부분상관 분석 결과, 상황차원에 따라 인지적·정서적 특성이 차별적으로 관련되어 있음을 확인하였다. 이에 상황차원별 사회불안 수준을 예측하는 인지적 및 정서적 요인을 보다 구체적으로 확인해보고자 다중회귀분석을

실시하였다. 그 결과, 인지적 요인 중에서는 주관적 부담감이 5개 상황차원(사교활동, 수행평가, 이성관계, 비난무시, 자기주장)의 불안을 공통적으로 유의하게 예측하였다. 반면, 또 다른 인지적 요인인 사회적 자기 효능감은 3개 상황차원(사교활동, 수행평가, 이성관계)의 불안 수준을 유의하게 예측하였고, 역기능적 신념의 경우 사교활동 상황에서의 불안 수준을 유의하게 예측하였다. 한편, 정서적 요인인 정서표현 양가성의 경우 자기주장 상황에서의 불안 수준을 유의하게 예측하였다.

이러한 결과는 상황별 사회불안 수준이 개인의 인지적 및 정서적 특성에 따라 차별적으로 영향을 받을 수 있음을 시사한다. 이런 결과를 토대로 사회불안을 효과적으로 치료하기 위해서는 상황차원별 불안에 영향을 미치는 인지적 및 정서적 요인에 초점을 맞춰 개입할 필요성이 있다는 임상적 함의를 제안하였다. 마지막으로 본 연구의 시사점 및 후속 연구를 위한 제언이 논의되었다.

주요어 : 사회불안장애, 상황차원, SAQ, 인지적 특성, 정서적 특성

학 번 : 2015-20218

목 차

국문초록	i
서 론	1
사회불안장애의 하위유형	2
사회불안장애의 측정: 상황차원의 분류	4
사회불안장애의 인지적 요인	6
사회불안장애의 정서적 요인	10
연구목적 및 개요	13
연구 1. 사회불안척도(SAQ)의 번안 및 타당화	15
방법	16
결과	21
논의	31
연구 2. 사회불안 상황차원과 인지적·정서적 요인의 차별적 관계	34
방법	36
결과	40
논의	47
종합논의	52
참고문헌	56
부 록	65
영문초록	82

표 목 차

표 1. SAQ 문항별 평균, 표준편차 및 편포도(N=302)	21
표 2. 한국판 SAQ(30문항)의 탐색적 요인분석 결과(N=302)	23
표 3. SAQ 요인 간 상관관계(N=302)	24
표 4. 한국판 SAQ의 적합도 지수: 확인적 요인분석(N=262)	25
표 5. SAQ의 문항 구성 및 내적 합치도(N=302)	27
표 6. 각 변인들의 평균 및 표준편차(N=302)	28
표 7. SAQ와 관련 척도들 간의 상관관계(N=302)	29
표 8. SAQ 의 하위요인과 척도들 간의 상관관계(N=302)	30
표 9. 연구2에 사용된 척도의 평균 및 표준편차(N=476)	40
표 10. SAQ 사회불안 상황차원과 인지적·정서적 특성 척도의 단순상관	41
표 11. SAQ 사회불안 상황차원과 인지적·정서적 특성 척도의 부분상관	42
표 12. 사교활동 상황불안(요인 1)을 종속변인으로 한 다중회귀분석	43
표 13. 수행평가 상황불안(요인 2)을 종속변인으로 한 다중회귀분석	44
표 14. 이성관계 상황불안(요인 3)을 종속변인으로 한 다중회귀분석	45
표 15. 비난무시 상황불안(요인 4)을 종속변인으로 한 다중회귀분석	45
표 16. 자기주장 상황불안(요인 5)을 종속변인으로 한 다중회귀분석	46

그림 목 차

그림 1. 통합적 사회불안 인지행동모델(Hofmann, 2007)	8
그림 2. SAQ 요인구조(30문항)	26

서 론

사회불안은 타인들로부터 평가받는 사회적 상황에서 떨리고 긴장되는 등 두려움을 느끼는 보편적인 현상이다. 그러나 그 두려움의 수준이 매우 심하여 기능적인 손상까지 초래하는 경우, 이를 사회불안장애(social anxiety disorder) 혹은 사회공포증(social phobia)이라한다(Morrison & Heimberg, 2013). 이러한 사회불안장애를 지닌 사람은 사회적 상황에서 타인의 눈치를 지나치게 보고, 타인의 평가에 매우 예민하며 자신이 어떻게 보일지에 대해 끊임없이 주의를 기울이게 된다(Clark & Wells, 1995; Rapee & Heimberg, 1997). 사회불안을 겪는 사람들이 불안을 느끼는 사회적 상황의 예로는 대화를 하거나 낯선 사람을 만나는 것과 같은 ‘상호 작용 상황’, 타인 앞에서 음식을 먹는 것과 같은 ‘관찰되는 상황’, 그리고 연설을 하는 것과 같은 ‘수행 상황’ 등이 포함된다(American Psychiatric Association, 2013).

사회불안장애의 평생 유병률은 12.1%로 주요우울장애, 알코올 의존, 특정 공포증 다음으로 유병률이 높고, 주로 아동기를 전후로 발병된다(Kessler et al., 2005). 사회불안장애가 대체로 아동기에 시작되는 만큼, 동반되는 다른 장애 보다 앞서 발병하기 때문에 다른 정신 장애의 직접적 혹은 간접적 위험 요인이 될 수 있다(Ruscio, Brow, Chiu, Sareen, Stein, & Kessler, 2008). 그러므로 사회불안장애를 발병초기에 정확하게 평가하고 치료하는 것이 매우 중요하다. 이러한 임상적 중요성에도 불구하고 사회불안장애의 진단률은 비교적 낮게 보고되고, 치료가 필요함에도 적절한 평가를 받지 못해 치료를 받지 않는 환자들이 많은 장애이기도 하다(Ruscio et al., 2008).

사회불안장애는 사회적 상황에서 불안을 경험한다는 것이 특징이다. 그러나 삶을 살아가면서 학교, 직장, 연인관계 등 사회적 상황은 피할 수

없기에 사회불안을 겪는 개인이 경험하는 고통의 정도는 그만큼 클 수밖에 없다(Quilty, Van Ameringen, Mancini, Oakman, & Farvolden, 2003; Wittchen, Fuetsch, Sonntag, Muller, & Liebowitz, 2000). 더욱 심각한 문제는 사회불안장애가 자살생각과 자살시도까지도 모두 유의하게 예측할 수 있는 장애라는 점이다(Bentley et al., 2016).

사회불안장애는 아동기에 시작되어 다른 장애들의 위험요인으로 작용할 뿐 아니라 자살과 같은 극단적인 문제와도 관계가 깊기 때문에 장애의 구체적인 이해 및 치료를 위한 많은 연구들이 진행되었다. 이러한 연구 결과를 토대로 미국 정신의학회(American Psychiatric Association; APA)에서는 사회불안장애의 진단기준과 하위유형의 분류를 지속적으로 개정해왔다. 이에 사회불안장애를 이해하기 위한 진단기준 및 하위유형의 변화, 그리고 그 변화의 일환으로 강조된 사회불안 유발상황에 대해 살펴보고자 한다.

사회불안장애의 하위유형

사회불안장애는 사회공포증(social phobia)이라는 진단 명칭으로 DSM-III에 최초로 소개되었으며, ‘타인에게 관찰되는 한 가지 이상의 수행상황에서 나타나는 두려움’으로 기술되었다(American Psychiatric Association, 1980). DSM-III에서는 수행상황만이 아닌 다양한 사회적 상황에서 공포를 느낀다면 사회공포증 대신 ‘회피성 성격 장애’로 진단되었다. 그러므로 당시에는 사회공포증을 지닌 사람들이 다양한 사회적 상황에서 두려움을 느낀다는 점에 주목하지 못했다. 그러나 7년 후 개정된 DSM-III-R에서는 불안을 느끼는 상황의 범위를 넓혀 수행상황에만 국한하지 않고 사회적 상호작용 상황에서의 공포까지도 포함하였다. 이와 함께 다양한 사회적 상황에서 공포를 느끼는 경우 ‘일반화된 하위유형’으로 진단하였다(American Psychiatric Association, 1987). 그리고 사회불안장애의 일반화된 하위유형은 이후 DSM-IV에서도 그대로 유지되었다(American Psychiatric

Association, 1994).

그런데, DSM-IV에서 제시하고 있는 일반화된 하위유형의 진단기준은 많은 전문가들로부터 너무 모호하다는 비판을 받아왔다. DSM-IV의 기준에 따르면 사회적 상황에서 공포를 경험하는 사람들의 경우 대부분 일반화된 하위유형으로 진단되는데, 진단기준에 제시된 ‘대부분의 사회적 상황’이 임상가 및 연구자들 간에 충분한 합의가 이루어지지 않은 정의이기 때문이다. 그래서 연구들마다 하위유형 구분 기준을 다르게 적용하였고, 여러 연구에서 이러한 문제점이 언급되었다(Clark & Wells, 1995; Hart, Jack, Turk, & Heimberg, 1999; Heimberg, Holt, Schneier, Spitzer, & Liebowitz, 1993; Stemmerger, Turner, Beidel, & Calhoun, 1995).

일반화된 하위유형의 구분 기준은 크게 두 가지였다. 첫째는 두려움을 느끼는 상황의 개수에 근거한 양적 준거(Heimberg & Holt, 1993; Stein, Torgrud, & Walker, 2000; Hofmann, Newman, Ehlers, & Roth, 1995)였다. 또 하나는 모임에 참석하거나 대화를 시작하는 등 일반적인 상황에서 두려움을 느끼는 경우와 같이 두려움을 느끼는 상황적 특성에 근거한 질적 준거(Eng, Heimberg, Coles, Schneier, & Liebowitz, 2000; Stemmerger et al., 1995; Turner, Beidel, & Townsley, 1992)였다.

여러 연구자들은 일반화된 하위유형의 정의가 모호하기 때문에 사회불안장애의 임상연구를 비교하고 발전시키는 데 어려움이 있음을 지적했다. Bögels 등(2010)은 일반화된 하위유형에 대한 개념적 혼란이 사회불안장애의 임상연구, 장애예방 및 치료에 대한 연구를 저해할 수 있다는 문제점을 제기하였다. 또한 Turner 등(1992)도 두려움을 느끼는 상황의 개수나 범위를 근거로 일반화된 하위유형을 구분하는 것이 과연 사회불안의 증상, 원인, 예후 및 치료반응성을 파악하는 데 있어 실질적으로 도움이 되는지에 대한 의문을 제시한 바 있다.

이렇듯 사회불안장애를 일반화된 하위유형과 그렇지 않은 하위유형으로 판단하는 범주적 구분은 그동안 많은 혼란을 야기했다(Heimberg et

al., 2014). 그리고 일관되지 않은 기준과 그 실용성의 문제로 인하여 일반화된 하위유형의 구분은 결국 DSM-5에서 삭제되었다(American Psychiatric Association, 2013).

DSM-5는 그 대안으로서 사회불안장애에서 비교적 안정적으로 관찰되는 상황변인을 기반으로 하여 ‘수행형 단독(performance-only)’이라는 하위유형을 제시하였다(Heimberg et al., 2014). 새롭게 제시된 ‘수행형 단독’ 하위유형은 대중 앞에서 말하거나 수행하는 상황에 국한하여 불안을 느끼는 경우에 진단된다. 이러한 DSM-5 진단 기준의 변화는 사회불안장애의 이질성을 이해하기 위한 상황변인의 고려가 임상적으로 중요함을 시사한다.

국내에서도 사회불안장애의 상황변인에 초점을 맞춘 연구들이 시도되고 있는데 박선영(2003)이 상황변인에 근거하여 사회불안의 일반화된 유형과 상호작용불안 유형, 수행불안 유형으로 나누어 살펴본 바 있다. 또한 신혜린(2012)도 상황변인에 근거하여 전반적 영역의 사회불안과 발표 영역의 사회불안으로 나누어 살펴보았다.

사회불안장애의 측정: 상황차원의 분류

최근 국내연구에서 사회불안을 측정하기 위해 자주 사용되고 있는 몇 가지 척도들을 소개하면 다음과 같다. 먼저, 사회적 공포 척도(Social Phobia Scale: SPS)와 사회적 상호작용 불안 척도(Social Interactive Anxiety Scale: SIAS)가 있는데, 두 척도 모두 Mattick과 Clarke(1998)에 의해 개발되고 김향숙(2001)에 의해 번안 및 타당화 되었다. SPS의 경우 타인이 지켜보고 관찰하는 것에 대한 불안 및 공포, 특히 다른 사람들 앞에서 활동 하는 것에 대한 불안 정도를 측정한다. 반면 SIAS는 타인과 마주하고 대화하는 것, 낯선 사람 혹은 이성과 어울리는 것에 대한 불안 정도를 측정한다. 다음으로, Liebowitz(1987)에 의해 개발되고, 박선영(2003)에 의해 번안 및 타당화된 Liebowitz 사회불안 척도(Liebowitz

Social Anxiety Scale: LSAS)가 있다. LSAS의 경우 다양한 사회적 상황을 고려하여 자기주장 상황, 상호작용 상황 등과 같은 사회적 상황에서의 불안 및 회피 수준을 측정한다.

위 세 척도 모두 다양한 사회적 상황을 고려하여 사회불안을 측정할 수 있다는 장점을 지니고 있으나, 척도개발 과정 및 문항내용에 있어 몇 가지 한계점을 지니는 것으로 보인다. 즉, 사회불안장애를 측정하는 여러 가지 자기보고식 척도들로부터 문항을 취사선택하는 문항 수집과 선별방법 및 내용 타당도 등에 대한 의문이 제시되는데(Hayes, Richard, & Kubany, 1995), 앞서 소개한 세 척도 모두 이러한 한계점을 지닌다. SPS와 SIAS의 경우 두려움 및 사회불안을 측정하는 여러 기존 척도들에서 연구자들이 주관적으로 문항을 선택하고 취합하여 척도를 제작했다(Mattick & Clarke, 1998). 또한 박선영(2003)은 SPS가 수행불안을 측정하지만, 수행불안의 대표 상황이라고 볼 수 있는 발표상황에서의 불안을 단지 한 문항으로 측정한다는 문제를 제시한 바 있다. LSAS역시 이미 존재하는 다른 척도들과 문항내용이 대부분 일치하고, 척도 개발당시 내용 타당도에 대한 보다 자세한 설명이 부재하였다(Caballo, Salazar, Iurrtia, Arias, & Hofmann, 2010).

더욱 문제가 되는 부분은 요인분석 결과, 한 척도 내에서 요인 수와 해당 요인의 내용이 연구마다 다르게 보고된다는 점이다. 실제 LSAS의 요인 수는 적게는 3요인에서(Romm et al., 2011) 많게는 8요인(Heeren et al., 2012)까지 보고된 바 있다. 마지막으로 사회적 상황에서의 불안을 측정하는 만큼 문화적 차이를 고려하여 사회불안 척도가 개발될 필요가 있으나, SPS, SIAS, LSAS 모두 영어권 나라인 미국과 호주 내에서만 개발되었다는 한계점을 지닌다(Caballo et al., 2010).

Caballo, Arias, Salazar, Iurrtia와 Hofmann(2015)은 앞서 제시한 사회불안을 측정하는 기존 척도들의 문제점을 개선하고 보완한 사회불안 척도(Social Anxiety Questionnaire, SAQ)를 새롭게 개발하였다. SAQ는 6년간 약 1만개 이상의 실제 사회불안 유발상황을 수집한 자료를 토대로

문화개발이 진행되었을 뿐만 아니라, 18개국의 임상군 및 비임상군 총 18,467명을 대상으로 개발 및 타당화됨으로써, 다양한 문화권에서 나타날 수 있는 사회불안 유발상황의 특징을 잘 반영하였다고 볼 수 있다. 뿐만 아니라 SAQ는 진단군 선별을 위한 절단점을 제공함과 동시에, SAQ의 5개 하위요인인 사회불안 상황차원에 해당하는 절단점도 제공하고 있다. SAQ에서 측정하는 사회불안 상황차원은 다음과 같다: 상황차원1(모르는 사람과 상호작용하는 상황), 상황차원2(대중 앞에서/상급자와 얘기하는 상황), 상황차원3(이성과 상호작용하는 상황), 상황차원4(비난 받거나 창피 당하는 상황), 상황차원5(짜증, 혐오, 불만에 대해 표현하는 상황).

사회불안은 한 개인 내에서도 상황에 따라 불안 수준이 각기 다르게 나타나기 때문에 사회불안장애를 보다 정확하게 이해하고 적절한 도움을 제공하기 위해서는 각 개인의 상황별 불안 수준이 어떻게 다르게 나타나는지를 확인할 필요가 있다. 이러한 점에서 SAQ는 전반적인 사회불안수준을 확인할 수 있을 뿐 아니라 상황차원에 따른 불안 수준을 확인할 수 있기 때문에 향후 사회불안장애의 임상적 연구, 치료프로그램 개발 및 치료효과 검증에 유용한 평가도구로 활용될 수 있을 것으로 보인다.

사회불안장애의 인지적 요인

사회불안장애의 발병 및 유지와 관련하여 초기 많은 이론들은 각 개인의 인지적 처리 과정의 중요성을 강조하였다(Clark & Wells, 1995; Leary & Kowalski, 1995; Rapee & Heimberg, 1997). 이들 이론 중 하나는 Clark과 Wells(1995)의 인지이론이며, 이 모델을 기반으로 사회불안의 치료프로그램이 개발되기도 하였다(Clark et al., 2003). Clark & Wells(1995)의 모델은 기존의 인지행동치료에서는 다루지지 않은, 사회불안장애에서 나타나는 독특한 인지적 요인에 초점을 맞추었고, 이를 통해 치료효과를 더욱 증진시킬 수 있다고 제안했다(Hofmann, 2007). 그러나 이 모델을 적용하여 치료 전-후의 효과크기를 비교한 연구결과, 집단치료 집단과 개인

치료 집단의 치료 전-후 효과크기가 상대적으로 적었고, 특히 집단치료의 경우 효과크기가 더욱 더 적은 것으로 확인되었다(Stangier, Heidenreich, Peitz, Lauterbach, & Clark, 2003).

Hofmann(2007)은 앞서 제시한 Clark & Wells(1995)의 인지이론이 갖고 있는 한계점을 보완하여 통합적 사회불안 인지행동모델(comprehensive and disorder-specific CBT model for SAD)을 제시하였다. 이 모델은 최근의 실험연구 및 임상연구를 토대로 개발되었을 뿐 아니라 수용전념, 목표이론, 정서이론, 자기지각에 관한 다양한 연구들을 토대로 확장되었다는 강점을 지닌다. Hofmann(2007)의 통합적 사회불안 인지행동모델에서 사회불안장애를 지닌 개인의 인지적 처리 과정을 도식화하면 그림 1과 같다.

Hofmann의 모델에 따르면 사회적 두려움의 증가는 사회적 자기에 대한 기대수준은 높는데, 기대수준을 달성할 수 있는 구체적인 목표를 세우지 못하는 것에서부터 시작한다. 이로 인해 사회적인 두려움을 느끼기 시작하면 더 심화된 자기초점적 주의가 유발된다. 그리고 자기초점적 주의가 심해지면 네 가지의 인지적 요인들, 즉 부정적인 자기 지각, 사회적 부담에 대한 과도한 추정, 정서반응 통제에 대한 낮은 지각, 사회기술에 대한 부정적 지각이 촉발된다. 이러한 인지적 과정으로 인해 자신이 부적절하게 행동하거나 실수를 할 것이라고 예상하게 된다는 것이다. 이러한 부정적 예상은 회피 혹은 안전행동을 취하게 하며 결국에는 사후 반추사고로 이어져서 사회적 두려움은 더욱 고조된다. 그리고 두려움을 심하게 느끼게 되면 다시 네 가지의 인지적 과정이 심화되는 악순환을 경험하게 된다.

이러한 악순환으로 이어지는 사회불안의 유지 기제이자 중요한 치료적 매개요인은 앞서 언급된 네 가지의 인지적 요인들로, 사회불안을 이해하기 위해 주목해야할 부분이다(Hofmann, 2000; Hofmann, 2007). 각각의 인지적 특성을 살펴보면 다음과 같다.

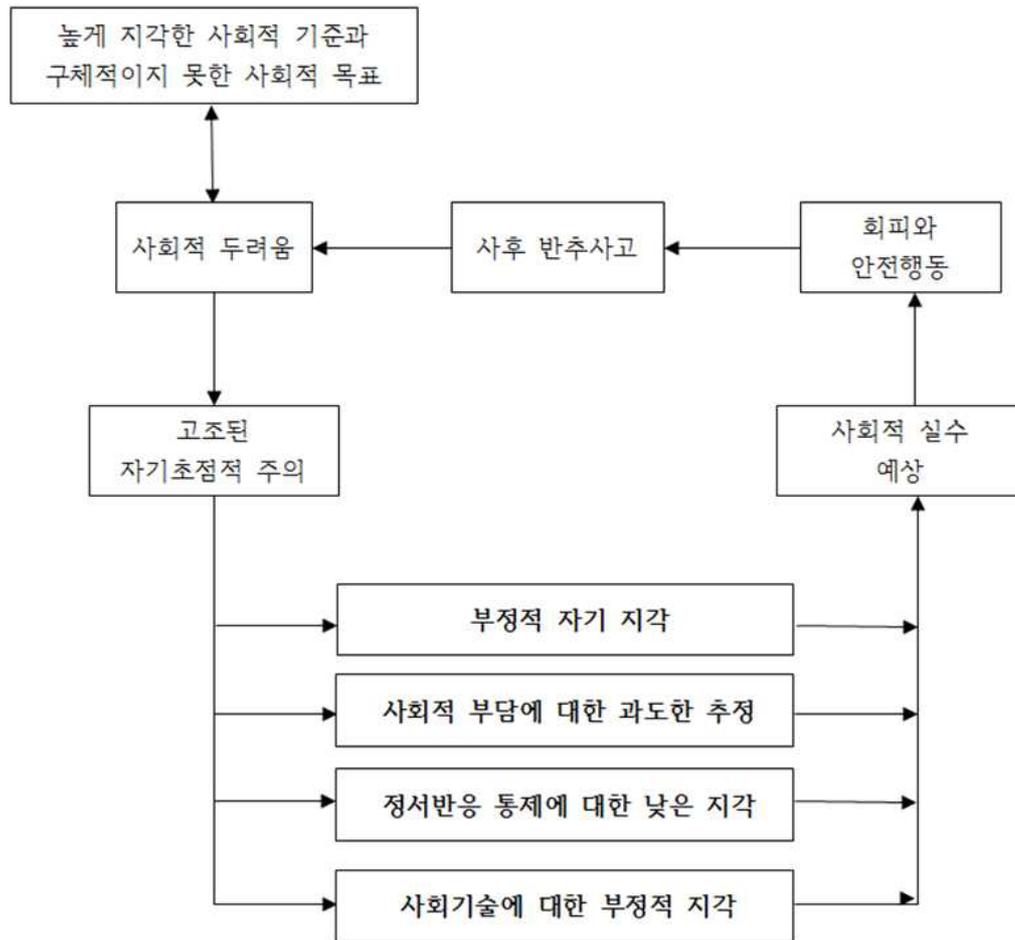


그림 1. 통합적 사회불안 인지행동모델(Hofmann, 2007)

첫 번째 인지적 요인인 부정적 자기 지각(negative self-perception)은, 사회불안장애의 발현과 유지에 핵심적인 역할을 한다. 사회적 위협상황에 처하게 된 경우, 사회불안 수준이 높은 개인은 주의의 초점을 내부로 돌리고 자신을 부정적으로 평가하는 과정에 몰두한다(Mansell & Clark, 1999; Spurr & Stopa, 2002). 이 경험이 반복되다 보면 지속적으로 부정적이고 왜곡된 자기상을 경험하게 되고 결국 이러한 자기상을 마치 사실인 것처럼 지각하게 된다(Hackmann, Clark, & McManus, 2000). Baldwin

과 Main(2001)은 자의식 수준이 높은 개인의 부정적 자기 평가는 사회 불안을 경험했던 상황에서 더 심해지는 경향이 있으며, 특히 관련된 기억이나 사회적 거절의 단서가 있을 때 유발됨을 확인한 바 있다. 이러한 부정적인 자기 지각은 사회불안의 중요한 유지 기제이며, 부정적 자기 지각의 변화는 치료효과와도 밀접하게 관련될 것이다(Hofmann, 2007).

두 번째 인지적 요인은 사회적 부담에 대한 과도한 추정(high estimated social cost)이다. 이는 사회적 상황을 통해 얻게 되는 잠재적인 결과에 대한 역기능적인 신념 정도를 나타낸다. 다양한 연구 결과 이러한 사회적 부담에 대한 과도한 추정이 치료적 매개 요인으로 작용할 수 있음이 확인되었다(Foa, Franklin, Perry, & Herbert, 1996; Hofmann, 2004; McManus, Clark, & Hackmann, 2000). 이러한 결과를 바탕으로 사회적 부담에 대한 과도한 추정이라는 인지적 편향의 변화가 사회불안이 악순환으로 이어지는 과정에서 이를 완화시켜주는 중요한 역할을 하게 될 것이다(Hofmann, 2007).

세 번째 인지적 요인은 정서반응 통제에 대한 낮은 지각(low perceived emotional control)으로, 사회적 상황에 처했을 때 자신의 불안 증상을 통제할 수 없다고 지각하는 정도를 나타낸다. Rotter(1975)는 개인이 상황을 통제할 수 있다고 지각하는 정도를 정신장애의 치료예후를 예측하는 근본적인 매개요인으로 제시한 바 있다. 이와 같은 맥락에서 정서반응을 통제할 수 있다고 지각하는 정도는 사회불안의 치료를 매개하는 중요한 요인일 수 있다. Leung과 Heimberg(1996)는 사회불안장애 환자들이 내적 통제감을 낮게 지각하며, 불안 수준이 높을수록 사회불안에 대한 통제감을 더 낮게 지각한다는 사실을 확인한 바 있다. 정서반응 통제에 대한 낮은 지각을 직접적으로 연구한 Hofmann(2005)의 연구결과, 사회불안은 개인이 자신의 불안 증상을 통제할 수 없다고 지각하기 때문에 증폭되는 것으로 밝혀졌다.

마지막 인지적 요인은 사회기술에 대한 부정적 지각(perceived poor social skills)이다. 사회기술에 대한 지각된 능력은 사회불안장애 환자의 자기효능

감을 구성하는 중요한 요소이다(Hofmann, 2007). Clark와 Arkowitz(1975)는 사회불안이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 객관적으로 사회기술이 낮지 않았음에도 주관적으로 사회기술을 더 낮게 보고하는 것을 확인한 바 있다. 또 다른 연구에서도 사회불안이 높은 집단이 그들의 사회기술에 대해 외부의 객관적인 평가와 관계없이 평가절하 하는 것으로 확인되었다(Stopa & Clark, 1993). 이러한 결과는 사회불안장애를 치료할 때 지적된 사회기술에 대한 왜곡된 인지적 평가를 고려하는 것이 중요함을 시사한다.

요약하자면 이상의 네 가지 인지적 요인들이 사회불안의 치료적 매개 요인으로 작용할 수 있으며, 사회불안을 효과적으로 치료하기 위해서는 인지적 중재과정을 함께 다루어야 한다는 것이 Hofmann(2007)이 제안한 통합적 사회불안 인지행동모델의 요체이다. 그러나 이러한 네 가지의 인지적 요인들이 사회불안 유발 및 유지에 중요한 역할을 한다고 해도 사회불안을 지닌 모든 개인에게 동일한 영향을 미치는 것으로 보기는 어렵다. 그러므로 특정한 상황에서 불안을 느끼는 개인이 지닌 주된 인지적 요인에 초점을 맞출 때에 보다 효과적인 치료가 될 수 있을 것이다.

사회불안장애의 정서적 요인

지금까지 사회불안장애의 기제 탐색과 치료를 위한 많은 연구들이 주로 인지적 요인과 관련하여 이루어졌다. 반면 임상적 중요성에도 불구하고 사회불안과 관련된 정서적 요인에 초점을 맞춘 연구는 비교적 최근에야 주목받고 있다(오은혜, 노상선, 조용래, 2009; Morrison & Heimberg, 2013). 정서적 요인을 다룬 연구들은 대부분 정서표현 억압에 관한 연구들이었다(Erwin, Heimberg, Schneier, & Liebowitz, 2003; Kashdan & Breen, 2008; Kashdan & Steger, 2006; Turk, Heimberg, Luterek, Mennin, & Fresco, 2005).

최근에는 추가적으로 두 가지 정서적 요인이 사회불안장애와 관련되는 것으로 밝혀졌다(Morrison & Heimberg, 2013). 첫 번째는 정서표현 양가성(ambivalence over emotional expressiveness)이다. 정서표현 양가성이란, 자신이 느끼고 있는 감정을 표현하고 싶은 욕구와 억제하고 싶은 욕구를 동시에 느끼기 때문에 내적인 갈등을 경험하는 것을 의미한다(King & Emmons, 1990). 예를 들어 "때때로 기분에 따라 행동하고 싶더라도 나는 언제나 기분을 다스리려 노력한다.", "사랑한다는 말을 해주고 싶지만, 적당한 말을 찾기가 어렵다."와 같은 문항이 이에 해당한다.

정서를 표현하고 싶은 마음을 억제하는 것은 상대방과 친밀한 관계를 발전시키기 어렵게 만들고 결국 관계에 대한 불편과 관계를 회피하는 것으로 이어져 정서표현이 더욱 어려워지게 되며, 이는 다시 여러 가지 심리적 문제를 야기할 수 있다. 그리고 이러한 악순환으로 인해 심리적 만족감을 느끼기 어렵게 된다(Emmons & Colby, 1995). 또한 정서표현 양가성은 자존감과 삶의 만족도는 낮추고 우울, 불안, 신체적 증상은 높이는 것으로 확인된 바 있다(조한익, 이미화, 2012; 최해연, 민경환, 2007; King & Emmons, 1990; Mongrain & Zuroff, 1994).

Spokas, Luterek, & Heimberg(2009)는 사회불안 수준이 높은 집단에서 더 높은 정서표현 양가성을 지니고 있음을 확인하였다. 국내 연구에서도 정서표현 양가성과 사회불안과의 정적 상관을 확인하였고, 완벽주의와 사회불안과의 관계를 정서표현 양가성이 완전 매개하는 것을 확인한 바 있다(백수현, 이영순, 2013). 따라서 정서적 표현 뿐 아니라 정서표현에 대한 갈등을 함께 고려해야 사회불안을 더 체계적으로 이해할 수 있다.

두 번째는 정서표현에 대한 태도(attitudes towards emotional expression questionnaire)로, 정서를 표현하는 것에 대한 개인의 신념을 의미한다(Joseph, Williams, Irwing, & Cammock, 1994). 예를 들어 "감정을 표현하면 나약해 보일 거야.", "항상 감정을 완벽하게 통제해야 해."와 같은 문항이 이에 해당한다. 분노와 같은 부정적인 정서를 표현하는 데 어려움을

지니는 사람들의 경우, 정서자극에 매우 강렬하게 동요되거나 정서를 적절하게 처리할 수 없어서 결국 신체적·정신적 장애, 만성통증, 면역력 저하 및 우울증을 겪게 된다(Watson & Pennebaker, 1989).

또 다른 연구에서는 정서표현에 대한 부정적 태도가 외상 후 몇 년이 지난 뒤의 기능수준까지 예측할 수 있다는 것이 확인되었다(Joseph et al., 1997). Joseph 등(1997)은 정서표현에 대한 태도가 임상적으로 중요한 개념이며, 외상경험이 있거나 심각한 고통을 받은 사람들에게 인지행동치료를 할 때 반드시 다루어져야 할 부분임을 강조한 바 있다. 사회불안과 정서표현에 대한 태도와 의 관계를 살펴본 Spokas 등(2009)은 사회불안 수준이 높은 집단일수록 정서표현에 대한 부정적 태도를 지니고 있음을 확인하였다. 또한 하위요인인 정서를 통제해야 한다는 신념과 정서를 표현하면 사회적으로 거절당할지 모른다는 신념이 사회불안과 정서표현 억제의 관계를 부분 매개하였다.

이러한 결과는 사회불안과 정서표현에 대한 부정적 태도가 실제로 정서적인 표현을 억제하도록 하고 결과적으로 사회불안을 야기하는 데 중요한 역할을 한다는 것을 시사한다. 관련된 연구로, Turk 등(2005)은 사회불안장애 집단이 범불안장애 집단, 통제 집단 보다 긍정정서를 덜 표현하고, 정서를 표현하는 데 더 어려움을 겪는다는 사실을 확인했다. 이러한 측면에서 정서적 요인 역시 인지적 요인과 함께 사회불안의 유지 및 악화에 기여하는 중요한 변인이며, 사회불안과 정서표현에 대한 부정적 태도 및 정서표현 양가성간의 관계를 확인해보는 것은 사회불안장애의 이해와 치료에 매우 중요한 의미를 지닌다.

연구목적 및 개요

앞서 살펴본 바와 같이 사회불안과 인지적 요인간의 관계에 대한 연구는 Clark과 Wells(1995)가 제시한 인지이론 이래로 많은 연구들이 진행되었다. 특히 사회불안장애와 관련되는 특징적인 인지적 요인을 변화시키는 것이 사회불안을 감소시킬 수 있다는 연구결과들은 사회불안의 예방과 치료에 여러 가지 가능성을 제시해주었다. 이후 Hofmann(2007)은 Clark과 Wells(1995)가 제안한 인지모델에서 최근 보고된 다양한 이론 및 연구 결과를 토대로 통합적 사회불안 인지행동모델(comprehensive and disorder-specific CBT model for SAD)을 제시하였다.

이 모델에서 제시한 네 가지 인지적 요인은 사회불안의 유지 기제이자 중요한 치료적 매개요인으로 작용하는 만큼 앞으로 사회불안 연구에서 심도 있게 다루어져야 할 중요한 부분이다. 특히 Hofmann의 모델은 개인의 인지적 특성에 따라서 특정한 상황의 불안 수준이 다를 수 있음을 시사해준다. 따라서 어떤 인지적 요인이 어떤 사회불안 상황차원과 유의미한 관련성을 지니는지 확인할 수 있다면, 개인에게 더욱 더 효과적인 치료적 개입을 할 수 있을 것이다.

한편 정서적 요인 역시 사회불안의 유지 및 악화에 기여하는 중요한 변인이다. 특히 정서표현에 대한 태도가 정서표현 정도에 영향을 미치며, 정서표현 억제정도에 따라 사회불안 수준이 달라진다는 점에서 정서표현에 대한 태도는 사회불안을 이해하는 데 있어 매우 중요한 변인이라 할 수 있다. 이와 함께 정서표현 양가성 역시 사회불안 수준과 밀접하게 관련되어 있다.

그러므로 사회불안장애를 보다 체계적으로 이해하기 위해서는 상황차원별 사회불안 수준과 인지적 및 정서적 특성간의 관계를 함께 확인해볼 필요가 있다. 그러나 지금까지 인지적·정서적 요인과 사회불안간의 관계를 연구한 대부분의 연구들은 다양한 상황변인을 함께 고려하지 못했다는 한계를 지닌다. 이와 관련하여 Caballo 등(2015)은 기존 척도들이 갖

고 있는 한계점을 보완하여 상황차원별 불안 수준을 확인할 수 있는 사회불안척도(SAQ: Social Anxiety Questionnaire)를 개발하였다. SAQ는 사회불안이 유발되는 다섯 가지 상황차원을 포함하고 있다. Caballo 등 (2015)은 사회불안장애군을 선별할 때, SAQ 총점 뿐 아니라 5개 사회불안 상황차원에 해당하는 절단 점수를 제시함으로써 향후 사회불안장애의 세분화된 임상적 연구에 도움이 될 것이라고 제안한 바 있다.

DSM-5의 사회불안장애에 대한 진단준거 뿐 아니라 최근 들어 여러 연구자들이 사회불안을 체계적으로 이해하기 위해 사회불안 유발상황의 중요성을 강조하고 있다. 그럼에도 불구하고 다양한 사회불안 유발상황을 객관적으로 평가할 수 있는 사회불안 측정도구는 국내에서 찾아보기 힘들다.

따라서 본 연구에서는 광범위한 자료수집을 통해 사회불안 유발상황을 체계적으로 구분한 SAQ를 국내에서 사용할 수 있도록 번안 및 타당화하고 각각의 상황요인들과 인지적·정서적 요인의 관계를 경험적으로 탐색하고자 하였다. 연구 I에서는 상황차원별 사회불안을 측정할 수 있는 자기 보고형 측정도구인 사회불안척도(SAQ)를 한국어로 번안 및 타당화하였다. 연구II에서는 5개 사회불안 상황차원과 인지적 요인 및 정서적 요인이 어떠한 차별적인 관련성을 지니는지 탐색하였다.

연구 I . 사회불안척도(SAQ)의 번안 및 타당화

연구 I의 목적은 Caballo 등(2015)에 의해 개발된 사회불안척도(Social Anxiety Questionnaire, SAQ)를 한국어로 번안하고 타당성을 확인하여, SAQ가 국내에서도 사회불안을 상황별로 평가할 수 있는 타당한 측정도구로 사용될 수 있는지를 검증하는 것이다.

SAQ는 임상군 및 비임상군을 포함한 총 18,467명을 대상으로 개발 및 타당화되었다. 또한 18개국의 표본을 대상으로 척도 개발 및 타당화를 진행했기 때문에 SAQ는 문화차이를 반영한 범문화적 척도라고 볼 수 있다. 문항 또한 기존의 사회불안 측정도구에서 추출하거나 연구자가 임의적으로 작성한 것이 아니라, 실제 참여자들로부터 수집한 약 1만개 이상의 사회불안 유발상황들을 토대로 척도 개발이 진행되었다는 점에서 안면타당도와 내용타당도가 매우 높은 평가도구라고 할 수 있다.

SAQ는 5개 사회불안 상황차원을 하위요인으로 포함하고 있으며 SAQ 총점의 절단점과 함께 다섯 가지 사회불안 상황차원에 해당하는 절단점을 구체적으로 제시한다. 또한 SAQ는 최근 멕시코(Caballo, Salazar, Robles, Arias, & Irurtia, 2016)와 콜롬비아(Salazar, Caballo, & Arias, 2016)에서 타당화된 바 있다. 이와 함께 본 척도는 상황변인에 근거하여 하위유형을 새롭게 제시한 DSM-5 진단 기준의 변화에 부합하기 때문에 사회불안에 대한 임상적 이해를 더욱 더 증진시킬 수 있을 것으로 생각된다.

연구 I에서는 전문가 및 이중 언어 사용자의 검토를 거쳐 SAQ를 한국어로 번안하고, 탐색적 및 확인적 요인분석, 전체 문항에 대한 내적 합치도 분석, 관련 척도와의 상관분석을 실시하였다.

방 법

참여자

네 곳의 서울 소재 4년제 대학 학생을 대상으로 설문을 실시하였다. 분석에는 불성실한 응답을 제외하고 총 564명의 자료가 사용되었다. 전체 참여자중 남자는 252명(44.7%)이었고, 여자는 312명(55.3%)이었다. 이 중 탐색적 요인분석을 위한 표본1은 총 302명 이었고, 확인적 요인분석을 위한 표본2는 총 262명이었다. 참여자의 평균 연령은 만 20.33세 ($SD=2.52$, 범위=17~36세)이었다. 본 연구는 서울대학교 생명윤리위원회의 사전 승인을 받은 후 진행되었다(IRB No. E1603/001-004).

측정도구

사회불안척도(Social Anxiety Questionnaire: SAQ). 사회불안 측정 도구로 Caballo, Arias, Salazar, Irurtia, 그리고 Hofmann(2015)에 의해 개발되었다. 총 30문항으로 구성된 자기보고식 질문지이며 제시된 사회적 상황에서 느끼는 긴장감, 불편감 또는 스트레스의 정도에 따라 1(전혀/거의 불편하지 않다)에서 5(매우/극히 불편하다)까지의 5점 척도로 응답하게 되어 있다. Caballo 등(2015)의 연구에서 비임상 집단 1($N=9,066$)의 내적 합치도 계수(cronbach's α)는 .92, 임상집단($N=334$)의 내적 합치도 계수(cronbach's α)는 .87로 나타났다. SAQ척도는 모르는 사람과 상호작용하는 상황 6문항, 대중 앞에서/상급자와 얘기하는 상황 6문항, 이성과 상호작용하는 상황 6문항, 비난 받거나 창피 당하는 상황 6문항, 짜증, 혐오, 불만에 대해 표현하는 상황 6문항으로 구성되어 있다.

한국판 Liebowitz 사회불안척도(Liebowitz Social Anxiety Scale: LSAS). 사회공포증을 측정하기 위해 Liebowitz(1987)가 개발한 척도로 총 24문항으로 구성되어 있다. 사회적 상호작용 상황과 수행상황에 대한 불안 및 회피 정도를 0(전혀 불안하지 않음/전혀 회피하지 않음)에서 3(매우 불안함/항상 회피함)까지의 4점 척도로 응답하게 되어있다. 본 연구에서는 박선영(2003)이 번안한 척도를 사용하였고 내적 합치도 계수(cronbach's α)는 .81~.95로 보고되었으며, 2주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .82~.87로 보고되었다. 본 연구에서 확인된 한국판 LSAS의 내적 합치도 계수는 불안척도의 경우 .91, 회피 척도의 경우 .89였다.

한국판 부정적 평가에 대한 두려움 척도(Fear of Negative Evaluation Scale: FNE) - 단축형. 부정적 평가에 대한 두려움을 측정하기 위해 Watson과 Friend(1969)가 30 문항으로 제작한 것을 Leary(1983)가 전체점수와 .50 이상의 상관을 보이는 12문항들만을 선별해서 단축형으로 부정적 평가에 대한 두려움 척도(Fear of Negative Evaluation Scale; FNE)를 제작했다. 본 연구에서는 이정윤과 최정훈(1997)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 12문항 단일 요인으로 구성 되었으며, 1(전혀 그렇지 않다)에서 5(매우 그렇다)까지의 5점 척도로 평정한다. 이정윤과 최정훈(1997)의 연구에서 내적 합치도 계수(cronbach's α)는 .90, 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .80으로 보고되었다. 본 연구에서 확인된 FNE의 내적 합치도 계수는 .90이었다.

상태-특질 불안 척도(State-Trait Anxiety Inventory: STAI). 본 연구에서는 불안을 측정하기 위해 Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg, 그리고 Jacobs(1983)가 개발한 STAI를 김정택과 신동균(1978)이 번안한 것을 사용하였다. 개인이 지니는 불안 정도를 평가하기 위해 현재 불안 상태를 측정하는 상태 불안척도 20문항과 불안 성향을 평가하는 특질 불안척도 20문항 총 40문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 특질 불안

척도만을 사용하였다. 자신이 평소 느끼는 상태에 대해 1(전혀 그렇지 않다)에서 4(항상 그렇다)까지의 4점 척도로 응답하게 되어 있다. 본 연구에서 확인된 STAI-T의 내적 합치도 계수는 .90이었다.

한국판 CES-D(Center for Epidemiological Studies-Depression scale). 일반인 대상 우울증 역학 연구를 위해 미국 정신보건원에서 개발한 척도이다(Radloff, 1977). 본 연구에서는 전점구, 최상진, 양병창(2001)이 표준화한 한국판 CES-D를 사용하였다. 총 20문항으로 구성되어 있으며 지난 한 주간의 경험을 바탕으로 4(0-3)점 척도로 평정하도록 되어 있다. 전점구 등(2001)의 연구에서 내적 합치도 계수(cronbach's α)는 .91로 보고되었다. 본 연구에서 확인된 CES-D의 내적 합치도 계수는 .92였다.

절차

연구 1의 한국판 SAQ(K-SAQ)의 번안 및 타당화는 크게 세 단계로 진행되었다. 첫 번째 단계에서는 원 척도의 문항 내용을 번안하였다. 두 번째 단계에서는 탐색적, 확인적 요인분석을 통해 요인구조를 확인하였다. 마지막 세 번째 단계에서는 한국판 SAQ의 신뢰도 및 타당도를 확인하였다.

1단계: 문항번안

SAQ 번안 및 타당화를 위한 첫 단계로 2016년 1월 11일 주 개발자인 Vicente E. Caballo로부터 한국판의 번안 및 타당화 허가를 받았다. 원 문항은 본 연구자가 일차 번안하였고 이후 임상심리전문가 세 명의 검토를 거쳐 한국판 SAQ가 원문항의 내용을 제대로 반영하면서도 동시에 한국어 사용자가 쉽게 이해할 수 있도록 검토 및 수정하였다. 이후 미국

에서 대학을 다니며 본 연구가 측정하고자 하는 개념에 대한 사전지식이 없고 이중 언어를 구사하는 대학생에게 역 번역을 부탁하였다. 완성된 역 번역을 통해 문항 내용을 검토하고 수정한 후에, 최종적인 한국판 SAQ 문항을 확정하였다.

2단계: 탐색적 및 확인적 요인분석

한국판 SAQ의 요인구조를 확인하기 위해 온라인으로 설문을 실시한 표본 1에서 수집한 자료로 탐색적 요인분석을 실시하였다. 전체 참여자는 302명이며, 남자는 141명(46.7%), 여자는 161명(53.3%)이었다 이들의 평균연령은 만 20.25세($SD=2.34$, 범위=17~32세)였다.

확인적 요인분석은 표본 2를 대상으로 실시되었다. 분석대상의 전체 인원수는 262명이며, 남자는 111명(42.4%), 여자는 151명(57.6%)이었다. 이들의 평균연령은 만 20.42세($SD=2.718$, 범위=18~36세)였다.

3단계: 신뢰도 및 타당도의 확인

한국판 SAQ의 신뢰도를 확인하기 위해 표본1에서 수집된 자료를 바탕으로 내적 합치도와 문항-총점 간 상관, 검사-재검사 신뢰도를 살펴보았다. 아울러 수렴 타당도를 확인하기 위해 관련된 구성개념을 측정하는 여러 척도들과 상관을 살펴보았다.

통계적 분석

연구 I의 통계적 검증을 위해 SPSS 22.0 통계 프로그램을 사용하였으며, 기술통계, 탐색적 및 확인적 요인분석, 신뢰도 분석, 상관분석 등을 실시하였다. 탐색적 요인분석 시 요인추출 방법으로는 비정상성에 덜 민감한 주축 요인 방식(principal axis factoring)을 사용하였고, 요인 간 상

관을 가정 하여 사각회전(direct oblimin rotation)을 실시하였다. 확인적 요인분석으로는 AMOS 22.0을 사용하여 분석을 실시하였다. 척도 간 신뢰도 분석, 상관분석의 경우 결측치가 포함되었는데, 이 경우 사례제거(list-wise deletion)방법을 사용하여 분석을 실시하였다.

결 과

SAQ의 문항별 특성

연구 I에서 측정된 302명의 자료를 토대로 SAQ 30문항의 평균과 표준편차, 그리고 왜도 및 첨도를 표 1에 제시하였다. 첨도의 경우 20번 문항에서 절대값 2 이상의 높은 값(3.10)이 보고되었다. 왜도의 경우 16번 문항(-.41)을 제외하고 모두 양수의 값이 확인되었으며, 상대적으로 20번 문항(1.70)에서 높은 값을 보였다. 이러한 결과는 문항에 대한 참가자들의 응답분포가 정적으로 편포되어 있을 가능성을 시사한다.

표 1. SAQ 문항별 평균, 표준편차 및 편포도 (N=302)

문항	평균	표준 편차	왜도	첨도	문항	평균	표준 편차	왜도	첨도
1	2.60	.93	.65	-.10	16	3.65	1.09	-.41	-.68
2	2.54	1.03	.52	-.36	17	2.24	.93	.83	.47
3	2.55	1.15	.60	-.46	18	2.43	1.01	.63	-.10
4	2.79	1.14	.27	-.83	19	1.98	.99	1.03	.69
5	2.66	1.16	.37	-.70	20	1.54	.80	1.70	3.10
6	1.87	.92	1.11	1.07	21	3.13	1.03	.23	-.79
7	2.61	1.02	.57	-.33	22	2.63	1.06	.42	-.47
8	2.90	1.02	.23	-.63	23	2.22	.96	.68	.02
9	2.75	1.06	.43	-.49	24	3.22	1.15	.07	-.97
10	2.18	.98	.85	.44	25	2.56	1.12	.52	-.47
11	2.69	1.08	.45	-.52	26	2.71	1.03	.38	-.41
12	2.34	1.08	.75	-.05	27	2.80	1.21	.39	-.81
13	2.18	.97	.69	-.00	28	3.26	1.07	.07	-.89
14	2.68	1.03	.29	-.55	29	2.39	.91	.62	.23
15	2.17	.98	.74	.12	30	2.07	.97	.80	.15

탐색적 요인분석

한국판 SAQ의 요인구조를 알아보기 위해 탐색적 요인분석을 실시하였다. 우선 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin)의 적합성 지수를 계산한 결과, .88로 문항 간 상관이 양호하였고(Kaiser, 1974), Barlett 검증 결과 또한 χ^2 (435, $N=302$)=3873.42, $p<.000$ 으로 요인분석을 실시하기에 적합한 것으로 판단되었다.

적절한 요인의 수를 결정하기 위해 주축 요인 방식(principal axis factoring)으로 고유치(eigen value)가 1.0 이상인 요인을 모두 추출하였다. 그 결과 요인의 수가 7개로 나타났으며, 추출된 7개 요인의 고유치는 다음과 같다: 요인 1(8.919), 요인 2(2.660), 요인 3(1.733), 요인 4(1.536), 요인 5(1.431), 요인 6(1.198), 요인 7(1.073). 고유치가 1.0점 이상인 요인은 7개였으나 Scree 도표를 추가로 감안했을 때 5~6개의 요인이 적절한 것으로 여겨졌다.

이러한 결과를 바탕으로 요인 수를 5개와 6개로 지정하여 각기 요인분석을 실시하였다. 요인 수를 6개로 지정하여 직접 오블리민(direct oblimin)방식으로 회전시킨 결과, 한 요인에 해당하는 문항의 수가 2개 이하로 극히 적고 다수의 문항이 두 개 이상의 요인에 중복 부하되는 문제가 확인되었다. 이러한 결과와 함께 이론적인 해석 가능성을 고려해서, 최적의 요인 수를 5개라고 판단했다.

이를 근거로 요인 수를 5개로 지정하여 요인분석을 실시한 결과, 두 문항을 제외한 나머지 모든 문항이 각각의 요인에 대해 .30 이상의 높은 요인 부하량을 나타냈다. 한국판 SAQ 전체 30문항에 대한 탐색적 요인 분석 결과는 표 2에 제시하였다.

표 2. 한국판 SAQ(30문항)의 탐색적 요인분석 결과($N=302$)

문항내용	요인부하량
------	-------

요인 1. 사교활동 상황

13. 방금 처음 만난 사람과 대화를 계속할 때	.11	-.05	.00	.04	.73
15. 내가 잘 모르는 사람들의 모임에서 한 명씩 인사를 나눌 때	.13	.06	-.01	-.00	.56
10. 새로운 친구들을 사귄 때	-.02	.08	-.03	.19	.55
19. 방금 처음 만난 사람과 대화하면서 그 사람의 눈을 쳐다볼 때	.00	.06	.01	.28	.47
17. 파티나 회의에서 내가 모르는 사람들에게 얘기할 때	.35	.02	-.03	.09	.41
22. 내가 아는 사람이 한 명밖에 없는 모임에 참석할 때	.07	.01	-.16	.05	.41

요인 2. 수행평가 상황

3. 많은 사람들 앞에서 말할 때	.76	-.08	.05	.18	-.06
18. 수업시간에 선생님께서로부터 혹은 미팅에서 상사로부터 질문을 받았을 때	.72	-.08	-.14	-.08	.07
12. 수업, 업무 또는 회의 중에 발언해야 할 때	.61	.04	-.04	.20	-.01
25. 동료나 학우들과 저녁을 먹으면서 전체 그룹을 대신하여 말을 하도록 요청 받을 때	.53	.14	-.09	.06	.04
29. 상급자나 높은 위치에 있는 사람에게 말할 때	.51	.14	-.00	-.09	.13
7. 지위가 높은 사람들을 만나는 모임에 참여할 때	.41	.06	.02	-.02	.18

요인 3. 이성관계 상황

30. 호감을 느끼는 사람에게 더 친해지고 싶다고 얘기할 때	.00	-.04	-.02	.69	.12
20. 호감 가는 사람으로부터 데이트 신청을 받을 때	-.00	-.03	.07	.61	.04
23. 호감을 느끼는 사람에게 말 걸 때	.00	.07	-.00	.58	.16
4. 호감 가는 사람에게 데이트를 요청할 때	.08	.11	-.03	.57	-.02
27. 호감 가는 사람에게 같이 춤추자고 얘기할 때	-.03	.09	-.15	.55	.04
6. 내가 호감을 느끼는 사람들이 날 쳐다보고 있다고 느낄 때	.21	-.03	-.07	.44	-.01

요인 4. 비난무시 상황

28. 비판을 받을 때	-.01	.06	-.80	-.05	-.02
24. 내가 잘못된 것에 대해서 질책 받을 때	.01	.07	-.78	-.00	-.04
16. 여러 사람들 앞에서 놀림을 당할 때	-.01	-.11	-.70	.04	.05
21. 다른 사람들 앞에서 실수했을 때	.02	.02	-.69	.02	-.00
8. 내 말에 주의를 집중하지 않는 사람에게 얘기할 때	.05	.16	-.23	-.03	.05
1. 누군가에게 인사했는데 무시당했을 때	.05	.12	-.20	.18	.02

요인 5. 자기주장 상황

26. 신경에 거슬리는 행동을 하는 사람에게 그 행동을 그만해달라고 얘기할 때	-.00	.74	-.12	.06	-.06
14. 귀찮게 구는 사람에게 내가 짜증났다는 것을 전달할 때	-.07	.69	.03	-.02	.13
11. 누군가에게 그들 때문에 내 기분이 상했다는 사실을 얘기할 때	-.04	.63	-.04	-.02	.07
2. 옆 사람에게 조용히 해달라고 요구해야 할 때	.13	.58	.03	.20	-.21
9. 하기 싫은 일에 대한 부탁을 거절할 때	.05	.57	-.01	-.06	.05
5. 점원에게 음식에 대해 불만을 얘기할 때	.14	.38	-.14	.09	-.06

요인 1은 낯선 상황이나 처음 만나는 사람과 대화를 할 때 같은 사교 상황을 나타내는 문항들로 구성되어 있기 때문에 ‘사교활동 상황요인’이

라고 명명했다. 요인 2는 대중 앞에서 발표를 하거나 권위대상과 함께 있을 때 등 평가를 의식해야 하는 상황을 나타내는 문항으로 구성되어 있어 '수행평가 상황요인'으로 명명했다. 요인 3은 좋아하는 이성에게 접근할 때나 이성이 말을 걸어올 때 같은 상황을 나타내는 문항으로 구성되어 있어 '이성관계 상황요인'으로 명명했다. 요인 4는 비판받거나 실수했을 때 등 다른 사람들로 부터 비난받거나 무시당할 수 있는 상황들을 나타내는 문항으로 구성되어 있어 '비난무시 상황요인'이라고 명명했다. 마지막으로 요인 5는 짜증나거나 거슬리는 행동을 하는 사람에게 자제해 줄 것을 요청하는 상황들로 구성되어 있어 '자기주장 상황요인'이라고 명명했다.

요인간의 상호 상관계수는 $r=.35$ 부터 $r=.59$ 까지로 나타났다. 가장 높은 상관을 보인 요인은 1. 사교활동 상황과 2. 수행평가 상황 요인($r=.59$)으로 확인되었다(표 3).

표 3. SAQ 요인 간 상관관계 ($N=302$)

	1	2	3	4
1. 사교활동 상황	-			
2. 수행평가 상황	.59	-		
3. 이성관계 상황	.55	.54	-	
4. 비난무시 상황	.37	.43	.37	-
5. 자기주장 상황	.35	.42	.39	.50

확인적 요인분석

탐색적 요인분석을 통해 추출한 요인 수와 요인 별 해석 가능성을 보고자 한다면, 확인적 요인분석을 실시하여 확인된 요인모형의 적합도를 확인해야 한다(홍세희, 2007). 따라서 탐색적 요인분석을 통해 추출된 요인 및 문항 구조의 타당성을 확인하기 위해 추가로 확인적 요인분석을 실시하고 그 적합도를 확인하였다.

먼저 모형의 적합도를 판단하기 위해 χ^2 검증을 실시한 결과 모형에 대한 영가설이 기각되었다. 그러나 χ^2 검증의 경우 표본크기에 매우 민감하고 엄격한 영가설을 설정하고 있기 때문에 표본크기가 커질수록 영가설이 기각될 가능성이 높아진다는 한계점을 지닌다(홍세희, 2000; Cudeck & Henly, 1991). 따라서 모형오류와 간명성을 고려한 적합도 지수인 TLI, CFI 및 RMSEA 적합도 지수를 평가하였다. 그 결과 모형의 적합도 지수는 RMSEA의 경우 .06으로 양호한 수준으로 나타났으며(홍세희, 2000; Browne & Cudeck, 1993), CFI는 .85, TLI는 .84로 확인되었다. 결론적으로, 한국판 SAQ는 원척도와 동일하게 5개의 요인으로 구성된 타당한 척도임이 확인되었다.

표 4. 한국판 SAQ의 적합도 지수: 확인적 요인분석(N=262)

	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
SAQ	828.93	395	.84	.85	.06

한국판 SAQ의 요인구조 및 본 모형의 표준화된 계수 추정치는 그림 2에 제시하였다. 측정변수에 의한 잠재변수의 표준화된 계수 추정치는 .28~.82로 모두 유의했다. 잠재변수 간 상관은 $r=.39$ 에서 $r=.68$ 까지로 적절하였다. 따라서 SAQ 30문항에 대한 점수는 5개 하위요인으로 구성됨을 확인하였다.

신뢰도 분석

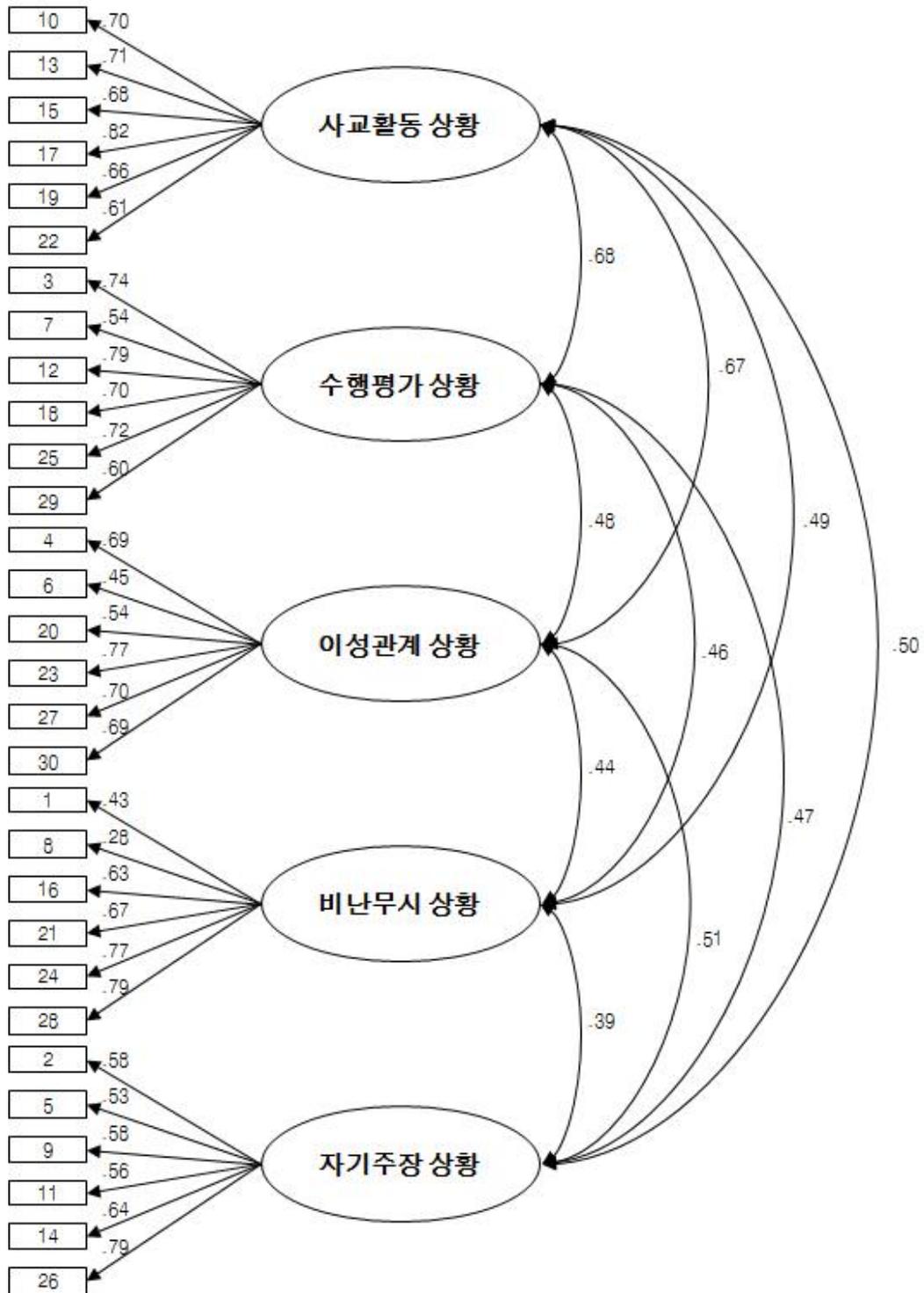


그림 2. SAQ 요인구조(30문항)

SAQ의 신뢰도를 확인하기 위해 전체 30문항을 대상으로 내적 합치도를 산출한 결과, Cronbach's α 는 .91로 우수한 내적 합치도를 보여주었다. 5개 요인의 Cronbach's α 는 각각 요인 1(.82), 요인 2(.83), 요인 3(.81), 요인 4(.79), 요인 5(.81)로 확인되었다(표 5). SAQ의 문항-총점 간 상관계수는 .37~.67까지로 나타났으며, 8번 문항($r=.37, p<.01$)과 20번 문항($r=.40, p<.01$)에서 상대적으로 낮은 상관이 보고되었다.

표 5. SAQ의 문항 구성 및 내적 합치도 ($N=302$)

하위요인	문항번호	문항수	cronbach's α
요인1: 사교활동 상황	10, 13, 15, 17, 19, 22	6	.82
요인2: 수행평가 상황	3, 7, 12, 18, 25, 29	6	.83
요인3: 이성관계 상황	4, 6, 20, 23, 27, 30	6	.81
요인4: 비난무시 상황	1, 8, 16, 21, 24, 28	6	.79
요인5: 자기주장 상황	2, 5, 9, 11, 14, 26	6	.81
전체		30	.91

SAQ의 검사-재검사 신뢰도를 확인하기 위해 302명의 표본 중 57명에게 2주 간격으로 검사-재검사를 실시했다. 그 결과 전체 문항에 대한 검사-재검사 신뢰도가 .87로 확인되었다. 이러한 결과는 SAQ가 내적 합치도 뿐 아니라 시간에 걸쳐서도 비교적 안정적인 특성을 보이는 평가도구임을 시사한다.

수렴타당도

한국판 SAQ의 수렴 타당도를 확인해보기 위해 관련된 구성개념을 측정하는 다양한 척도들의 평균, 표준편차 및 표본수를 표 6에 제시하였다. 상대적으로 가장 높은 불안을 보인 상황차원은 비난무시 상황(평균: 18.64)으로 나타났으며, 가장 낮은 불안을 보인 상황차원은 이성관계 상황(평균: 13.04)으로 나타났다.

표 6. 각 변인들의 평균 및 표준편차(N=302)

	평균	표준편차
SAQ	76.03	16.15
요인 1. 사교활동 상황	13.25	4.14
요인 2. 수행평가 상황	14.79	4.79
요인 3. 이성관계 상황	13.04	4.26
요인 4. 비난무시 상황	18.64	4.37
요인 5. 자기주장 상황	15.87	4.60
LSAS	49.36	21.93
LSAS-Anx	26.52	11.45
LSAS-Av	22.84	11.65
STAI-T	46.30	9.73
BFNE	42.55	8.92
CES-D	17.24	10.25

주. SAQ = 사회불안척도, LSAS = Liebowitz 사회불안척도, LSAS-Anx = Liebowitz 사회불안척도-불안, LSAS-Av = Liebowitz 사회불안척도-회피, STAI-T = 특질 불안척도, BFNE = 부정적 평가에 대한 두려움 척도, CES-D = Center for Epidemiology Studies Depression Scale.

한국판 SAQ의 수렴 타당도를 확인해보기 위해 관련된 구성개념을 측정하는 다양한 척도들과의 상관을 표 7에 제시하였다. 사회공포증을 측

정하는 또 다른 척도인 한국판 Liebowitz 사회불안척도(LSAS)의 총점 ($r=65, p<.01$), 불안척도($r=64, p<.01$) 및 회피척도($r=59, p<.01$)와 모두 유의미한 정적 상관을 나타냈다.

또한 특질 불안을 측정하는 상태-특질 불안 척도의 불안척도 (STAI-T)와도 유의미한 정적 상관($r=41, p<.01$)을 나타냈다. 그리고 부정적 평가에 대한 두려움 척도(BFNE)와도 유의미한 정적 상관($r=49, p<.01$)을 나타냈다. 마지막으로 CES-D 척도와도 유의미한 정적 상관 ($r=32, p<.01$)을 나타냈다. 이러한 결과들은 SAQ가 걱정 수준의 수렴타당도를 지니고 있다는 것을 의미한다.

표 7. SAQ와 관련 척도들 간의 상관관계 ($N=302$)

	1	2	3	4	5	6	7
1. SAQ	-						
2. LSAS	.65**	-					
3. LSAS-Anx	.64**	.94**	-				
4. LSAS-Av	.59**	.94**	.78**	-			
5. STAI-T	.41**	.43**	.40**	.42**	-		
6. BFNE	.49**	.34**	.38**	.27**	.49**	-	
7. CES-D	.32**	.35**	.34**	.33**	.79**	.31**	-

주. SAQ = 사회불안척도, LSAS = Liebowitz 사회불안척도, LSAS-Anx = Liebowitz 사회불안척도-불안, LSAS-Av = Liebowitz 사회불안척도-회피, STAI-T = 특질 불안 척도, BFNE = 부정적 평가에 대한 두려움 척도, CES-D = Center for Epidemiology Studies Depression Scale.

** $p < .01$

다음으로 SAQ의 5개 하위요인과 관련 척도들과의 상관관계를 확인하였다(표 8). 분석 결과 5개 하위요인 모두 관련 척도들과 유사한 수준의

유의미한 정적 상관을 나타내는 것으로 확인되었다.

표 8. SAQ 의 하위요인과 척도들 간의 상관관계 (N=302)

	사회불안 상황차원				
	1.사고활동	2.수행평가	3.이성관계	4.비난무시	5.자기주장
LSAS	.51**	.57**	.50**	.46**	.39**
LSAS-Anx	.48**	.53**	.49**	.46**	.41**
LSAS-Av	.48**	.54**	.46**	.40**	.32**
STAI-T	.25**	.34**	.35**	.30**	.30**
BFNE	.24**	.27**	.27**	.54**	.48**
CES-D	.23**	.27**	.30**	.23**	.17**

주. LSAS = Liebowitz 사회불안척도, LSAS-Anx = Liebowitz 사회불안척도-불안, LSAS-Av = Liebowitz 사회불안척도-회피, STAI-T = 특질 불안 척도, BFNE = 부정적 평가에 대한 두려움 척도, CES-D = Center for Epidemiology Studies Depression Scale.

** $p < .01$

논 의

연구 I에서는 Caballo 등(2015)이 개발한 SAQ를 한국에서도 사용할 수 있도록 한국어로 변안하고 요인구조, 타당도 및 신뢰도를 확인하였다. 302명의 대학생들의 자료를 사용해서 탐색적 요인분석을 실시한 결과, Caballo 등(2015)의 연구결과에서 확인된 요인구조와 동일한 요인구조가 확인되었다. 요인순서는 Caballo 등(2015)의 연구에서 추출된 요인순서에 맞춰 제시하였다. DSM-5 사회불안장애 진단기준에서는 정의가 모호했던 ‘일반화된(generalized)’ 하위유형이 삭제되고, 대신 구체적인 사회불안 상황을 반영하여 ‘수행형 단독’ 하위유형이 새롭게 제시되었다(APA, 2013). 이는 수행상황에서 극심한 불안을 느끼는 사람들이 이질적인 집단이라는 증거가 많으며, 사회불안을 유발하는 특정 상황에 대한 구분이 장애를 이해하는 데 보다 더 유용할 것이라는 DSM-5 분과그룹(Sub-Workgroup) 연구자들의 견해를 반영한 것이다(Heimberg et al., 2014). 한국판 SAQ는 이러한 ‘수행평가 상황’ 뿐 아니라 다양한 상황차원을 자기보고식 척도로 측정 가능하고 특히 기존 사회불안 측정도구에서는 구체적으로 살펴볼 수 없었던 ‘이성과 상호작용하는 상황(이성관계 상황)’, ‘짜증, 혐오, 불만에 대해 표현하는 상황(자기주장 상황)’을 평가 할 수 있다는 점에서도 추후 사회불안 연구에 유용하게 적용될 수 있을 것으로 기대된다.

탐색적 요인분석 결과 요인 부하량이 상대적으로 낮게 확인된 문항은 8번 문항(내 말에 주의를 집중하지 않는 사람에게 얘기할 때)과 1번 문항(누군가에게 인사했는데 무시당했을 때)이었다. 요인 부하량이 .30이하인 8번(-.23)과 1번(-.20)문항은 본 연구의 표본 수와 특성으로 인해 영향을 받은 것일 수 있기 때문에 제외하지 않았다. 부가적으로 표본의 수가 더 큰 연구Ⅱ의 표본으로($N=476$) 같은 방식을 사용한 탐색적 요인분석을 실시한 결과 두 문항 모두 .30이상의 요인 부하량(문항8=.38, 문항1=.34)을 나타냈다.

이후 탐색적 요인분석으로 확인된 한국판 SAQ 요인구조가 적합한지를 확인하기 위해 독립된 표본의 자료를 사용해서 확인적 요인분석을 실시했다. 확인적 요인분석 결과, 탐색적 요인분석 결과에서 밝혀진 한국판 SAQ의 5개 요인구조의 모델이 통계적으로 적합한 것으로 확인되었다: 사교활동 상황(요인 1), 수행평가 상황(요인 2), 이성관계 상황(요인 3), 비난무시 상황(요인 4), 자기주장 상황(요인 5). 한국판 SAQ 역시 원척도와 동일한 5개의 요인구조를 지니고 있음을 확인한 이러한 분석결과는 SAQ가 문화가 다른 한국에서도 유용하게 사용될 수 있는 안정적인 요인구조를 가진 사회불안 측정도구임을 시사한다.

SAQ 문항 전체의 내적 합치도 계수 Cronbach's α 는 .91이었으며 5개 요인의 Cronbach's α 는 각각, 요인1(.82), 요인 2(.83), 요인 3(.81), 요인 4(.79), 요인 5(.81)로 나타났다. 또한 한국판 SAQ 5개 사회불안 상황차원 간 상호상관관계도 $r=.35$ 에서 $r=.59$ 수준인 것으로 확인되었으며, 2주간격으로 실시된 검사-재검사 신뢰도는 $r=.87$ 로 확인되어, 한국판 SAQ가 동질적인 내용을 측정하는 도구일 뿐 아니라, 시간변화에도 비교적 안정적으로 측정이 가능한 평가도구임을 시사한다.

수렴타당도를 확인하기 위해 사회불안을 측정하는 여러 가지의 척도들과의 상관을 분석한 결과, 한국판 Liebowitz 사회불안척도(LSAS)의 총점($r=.65$, $p<.01$), 불안척도($r=.64$, $p<.01$) 및 회피척도($r=.59$, $p<.01$)와 모두 유의미한 정적 상관을 나타내었다. LSAS와 SAQ 모두 사회불안 측정도구임에도 불구하고 보통 수준의 상관관계를 보인 것은 두 측정도구가 정확히 일치하는 구성개념을 측정하지 않는다는 것을 보여 준다. Caballo 등(2015)의 연구에서도 SAQ와 LSAS의 불안척도($r=.55\sim.67$) 및 회피척도($r=.44\sim.54$)가 보통수준의 상관관계를 지니는 것으로 확인된 바 있다. 아울러 특질 불안을 측정하는 상태-특질 불안 척도의 불안척도(STAI-T)와도 유의미한 정적 상관($r=.41$, $p<.01$)을 나타냈다. 그리고 부정적 평가에 대한 두려움 척도(BFNE)와도 유의미한 정적 상관($r=.49$, $p<.01$)을 나타냈다. 마지막으로 우울 척도(CES-D)와도 유의미한 정적

상관($r=32, p<.01$)을 나타냈다.

이러한 분석결과들을 종합해 볼 때 한국판 SAQ는 사회불안을 유발하는 상황차원을 강조한 DSM-5의 사회불안장애 진단기준을 반영하는 타당한 사회불안 측정도구라고 할 수 있다. 또한 실제 사회불안을 유발하는 상황들을 토대로 개발된 척도이므로 사회불안 상황을 구체적으로 확인할 필요가 있는 연구와 불안유발 상황에 따른 차별적 치료기법의 개발에도 기여할 수 있을 것으로 판단된다.

연구 2. 사회불안 상황차원과 인지적·정서적 요인의 차별적 관계

Clark과 Wells(1995)가 사회불안 장애에 대한 인지이론을 제시한 이후 사회불안과 인지적 요인간의 관계에 대한 많은 연구가 이루어져왔다. Hofmann(2007)은 최근 보고된 다양한 이론 및 연구 결과를 토대로 Clark과 Wells(1995) 이론을 확장하여 통합적 사회불안 인지행동모델(comprehensive and disorder-specific CBT model for SAD)을 제시하였다. 통합적 사회불안 인지행동모델은 사회불안의 유지 기제이자 중요한 치료적 매개요인으로 작용하는 네 가지의 인지적 요인을 제시하는데, 이는 다음과 같다: 부정적 자기 지각, 사회적 부담에 대한 과도한 추정, 정서반응 통제에 대한 낮은 지각, 사회기술에 대한 부정적 지각. Hofmann(2007)은 사회불안을 겪는 개인에게 위에 제시한 4개의 인지적 요인 중 주된 영향을 미치는 인지적 요인에 초점을 맞춘다면 더 효과적인 치료적 개입이 가능할 것이라고 제안했다.

한편 임상적 중요성에도 불구하고 사회불안과 정서적 요인에 관한 연구는 비교적 최근에야 주목 받고 있다(오은혜 등, 2009; Morrison & Heimberg, 2013). 특히 최근 연구에 의하면 자신이 느끼고 있는 감정을 표현하고 싶은 욕구가 있는데도 표현하기를 억제하며 내적인 갈등을 경험하는 정서표현 양가성이 사회불안을 이해하는 데 있어 중요한 변인임이 확인되었다. 또한 “감정을 표현하면 나약해 보일 거야.”와 같이 정서를 표현하는 것에 대해 지니는 개인의 신념을 의미하는 정서표현에 대한 태도 역시 사회불안을 이해하기 위해 탐색적인 연구가 이루어져야 할 중요한 변인이다. Spokas 등(2009)은 정서표현에 대한 부정적 태도는 사회불안과 유의미한 정적 상관을 보였으며, 정서표현을 억제하는 데 중요한 역할을 한다는 것을 확인한 바 있다.

사회불안은 똑같은 개인도 상황에 따라서 다른 방식으로 경험될 수 있다. 다시 말해 사회불안을 유발하는 상황별로 개인이 경험하는 불안 수준이 다를 수 있다는 것이다. 그러나 지금까지 사회불안장애의 인지적 및 정서적 요인에 대한 연구는 주로 한두 가지 상황 차원에 대해서만 연구되었다. 그러므로 실제 사회불안을 유발하는 다양한 상황차원과 인지적 및 정서적 요인들이 어떤 관련성을 지니는지 확인해볼 필요가 있다.

이에 연구 II에서는 연구 I에서 타당화된 사회불안 척도를 근거로 5개 사회불안 상황차원과 인지적·정서적 요인이 어떻게 차별적으로 관계되는지를 경험적으로 탐색해보자 하였다.

방 법

참여자

서울 소재 4년제 5개 대학 학생을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 총 522명의 참여자 중, 불성실한 응답을 제외하고 476명의 자료가 분석되었다. 총 476명 중 남자는 183명(38.4%), 여자는 293명(61.6%)이었다. 참여자의 평균 연령은 만 21.43세($SD=2.612$, 범위=18~31세)이었다. 본 연구는 서울대학교 생명윤리위원회의 사전 승인을 받은 후 진행되었다 (IRB No. E1606/002-001).

측정도구

사회불안척도(Social Anxiety Questionnaire: SAQ). 연구 I에서 타당도와 신뢰도를 확인한 한국판 SAQ를 사용했다. 한국판 SAQ의 구체적인 내용은 연구 I에서 소개하였다.

단축판 역기능적 신념검사(Short Version of the Dysfunctional Beliefs Test: SDBT). 사회불안 및 사회공포증과 관련된 역기능적 신념 정도를 평가하기 위해 조용래와 원호택(1999)이 개발한 역기능적 신념검사를 홍세희와 조용래(2006)가 문항반응이론을 통해 각 하위 척도별로 문항의 적합도와 곤란도가 가장 적절한 36문항들로 엄선한 단축형 검사이다. 이 검사는 사회적 자기에 대한 부정적 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 타인 및 대인관계에 대한 부정적인 신념 등 세 하위척도로 구성된다. 평소 본인의 신념과 일치하는 정도 혹은 각 문항의 내용에 동의하는 정도를 1(전혀 일치/동의하지 않는다)에서 6(전적으로 일치/동의)

한다)까지의 6점 척도로 응답하게 되어 있다. 본 연구에서 단축형 DBT 전체 척도의 내적 합치도 계수는 .94였다.

주관적 부담 정도 평정 척도(Subjective Cost Questionnaire: SCQ). SCQ 척도는 주관적 확률 및 부담 정도 평정 척도(Subjective Probability/Cost Questionnaire)의 두 하위척도 중 하나이다. 주관적 확률 및 부담 정도 평정 척도는 여러 부정적 사건이 발생할 것에 대한 주관적 확률과 사건으로 인해 경험하는 주관적인 부담을 측정하기 위해 Butler와 Mathew(1983)가 처음 개발하고 McNally와 Foa(1987)가 변형한 척도로, 조명숙(2000)이 번안하였다. SCQ는 총 40문항으로 구성되어 있으며, 이 중 20문항은 부정적 사회적 사건에 대한 것이고, 20문항은 부정적 비사회적 사건에 대한 것이다. 본래 0점에서 9점에 이르는 10점 척도이나 본 연구에서는 조명숙(2000)의 연구에서 사용된 평정치인 0(전혀 나쁘지 않을 것이다)에서 4(극히 나쁠 것이다)까지의 5점 척도상에 응답하도록 하였다. 또한 부정적 사회적 사건에 해당하는 20문항만을 사용하였다. 본 연구에서 SCQ 전체 척도의 내적 합치도 계수는 .88이었다.

불안통제 질문지(Anxiety Control Questionnaire: ACQ). 외부의 위협 자극과 정서적 및 신체적 반응에 대한 지각된 통제감을 측정하기 위해 Rapee, Craske, Brown, 그리고 Barlow(1996)에 의해 개발된 총 30문항의 자기 보고형 척도이다. 신념과 일치하는 정도에 따라 0(아주 일치하지 않는다)에서 5(아주 일치한다)까지의 6점 척도상에 응답하도록 한다. 본 연구에서는 조용래와 김은정(2004)에 의해 번안 및 타당화한 한국판 ACQ를 사용하였다. 본 연구에서 ACQ 전체 척도의 내적 합치도 계수는 .87이었다.

사회적 상황에서의 자기 효능감 척도(Social Self-Efficacy Scale: SSES). 본 연구에서는 조명숙(2000)이 개발한 수정판 척도를 사용하였다. 이는 사회적 상황에 대한 자기 효능감을 측정하기 위해 조용래와 원호택(1997)이 개발한 척도에 조용래, 이민규 및 박상학(1999)의 연구에 의해 우리나라 대학생들의 대표적인 발표불안 상황으로 보고한 상황을 추가로 포함시킨 척도이다. 총 13개의 사회적 상황에 대한 자기 효능감의 정도를 평정하도록 되어 있으며, 각각의 사회적 상황에 있어 본인 스스로 얼마나 잘 해낼 수 있다고 생각하는지를 0(전혀 해낼 수 없다)에서 10(정말 잘 해낼 수 있다)까지의 11점 척도상에 응답하도록 한다. 본 연구에서 SSES 전체 척도의 내적 합치도 계수는 .89였다.

정서표현 양가성 척도(Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire: AEQ). 정서를 표현하는 것에 대한 갈등을 측정하기 위해 King과 Emmons(1990)가 개발한 28문항의 정서표현 양가성 척도(AEQ)를 최해연(2007)이 한국문화 맥락에서 타당화한 한국판 정서표현 양가성 척도(AEQ-K)를 사용하였다. 상반된 정서 표현의 목표들로 인해 정서를 표현하는데 갈등하고 억압하는 정도를 측정하는 총 21문항으로 구성되며, 1(전혀 그렇지 않다)에서 5(매우 그렇다)까지의 5점 척도상에 응답하도록 한다. 본 연구에서 SSES 전체 척도의 내적 합치도 계수는 .90이었다.

정서표현 태도에 대한 척도(Attitudes Towards Emotional Expression Questionnaire: AEEQ). Joseph, Williams, Irwing 그리고 Cammock (1994)이 정서 표현에 대한 신념과 행동을 측정하기 위해 개발한 척도로, 총 20문항으로 구성된다. 정서표현에 대한 인지적 측면을 묻는 세 가지 하위요인인 정서표현 의미에 관한 신념, 정서표현 결과에 관한 신념, 정서표현 통제의 중요성에 관한 신념과 정서적 억압의 행동적 측면을 묻는 네 번째 하위 척도로 구성된다. 자신과 일치하는 정도에 따라 1(매우 그

렇지 않다)에서 5(매우 그렇다)까지의 5점 척도상에 응답하도록 한다. 본 연구에서는 홍창희(2003)가 변안한 척도를 사용하였다. 점수가 높을수록 정서표현을 억제하고 정서표현에 대한 부정적 태도를 지니는 것을 의미한다. 본 연구에서 AEEQ 전체 척도의 내적 합치도 계수는 .90이었다.

통계적 분석

연구 II의 통계적 검증을 위해 SPSS 22.0 통계 프로그램을 사용하여 기술통계분석, 상관분석, 부분상관분석을 실시하였다. 이후 각각의 사회불안 상황차원을 유의미하게 예측하는 인지적·정서적 요인을 확인 및 비교하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다.

결 과

참가자 476명의 자료를 토대로 각 문항의 평균과 표준편차를 표 9에 제시하였다. 한국판 SAQ의 다섯 가지 상황차원 중 상대적으로 가장 높은 불안을 보인 상황차원은 비난무시 상황(평균: 18.90)으로 나타났으며, 가장 낮은 불안을 보인 상황차원은 사교활동 상황(평균: 13.57)으로 나타났다.

표 9. 연구2에 사용된 척도의 평균 및 표준편차(N=476)

문항	평균	표준편차
SAQ	78.18	17.49
요인1: 사교활동 상황	13.57	4.70
요인2: 수행평가 상황	15.55	4.74
요인3: 이성관계 상황	13.81	4.77
요인4: 비난무시 상황	18.90	4.37
요인5: 자기주장 상황	16.33	4.93
SDBT	111.50	28.03
SCQ	40.98	12.18
ACQ	86.60	16.95
SSES	74.40	19.93
AEQ-K	68.87	14.55
AEEQ	56.54	13.04

SAQ = 사회불안척도, SDBT = 단축판 역기능적 신념검사, SCQ = 주관적 부담 정도 평정 척도, ACQ = 불안통제 질문지, SSES = 사회적 자기 효능감 척도, AEQ-K = 정서표현 양가성 척도, AEEQ = 정서표현 태도 척도

사회불안 상황차원과 인지적·정서적 특성의 관계

사회불안과 관련되는 인지적·정서적 측면과 SAQ의 상황차원별 사회불안 점수 간의 단순상관계수 및 부분상관계수를 표 10과 표 11에 제시하였다. 단순상관계수를 살펴보면, 5개 사회불안 상황차원 모두 인지적·정서적 측면의 측정치와 유의미한 상관을 보였다(표10).

표 10. SAQ 사회불안 상황차원과 인지적·정서적 특성 척도의 단순상관

	사회불안 상황차원				
	1.사교활동	2.수행형가	3.이성관계	4.비난무시	5.자기주장
SDBT	.39**	.39**	.32**	.42**	.40**
SCQ	.42**	.47**	.35**	.58**	.40**
ACQ	-.33**	-.38**	-.26**	-.29**	-.30**
SSES	-.44**	-.53**	-.28**	-.20**	-.23**
AEQ_K	.29**	.30**	.29**	.30**	.48**
AEEQ	.28**	.29**	.28**	.31**	.41**

주. SAQ = 사회불안척도, SDBT = 단축판 역기능적 신념검사, SCQ = 주관적 부담 정도 평정 척도, ACQ = 불안통제 질문지, SSES = 사회적 자기 효능감 척도, AEQ-K = 정서표현 양가성 척도, AEEQ = 정서표현 태도 척도

** $p < .01$

그러나 사회불안 상황차원별 상호상관관계가 $r=.35$ 에서 $r=.59$ 까지 상당히 높은 상관을 지니고 있기 때문에 이를 고려하여 다섯 가지 차원의 상호상관관계를 통제된 상태에서 인지적·정서적 측면과의 부분상관계수를 다시 확인하여 표 11에 제시했다.

표 11. SAQ 사회불안 상황차원과 인지적·정서적 특성 척도의 부분상관

	사회불안 상황차원				
	1.사교활동	2.수행형가	3.이성관계	4.비난무시	5.자기주장
SDBT	.11*	.11*	.03	.22***	.18***
SCQ	.08	.17***	.04	.42***	.12**
ACQ	-.07	-.18***	-.01	-.10*	-.11*
SSES	-.19***	-.37***	.02	.07	.00
AEQ_K	.01	.05	.05	.08	.35***
AEEQ	.02	.06	.06	.13**	.26***

주. SAQ = 사회불안척도, SDBT = 단축판 역기능적 신념검사, SCQ = 주관적 부담 정도 평정 척도, ACQ = 불안통제 질문지, SSES = 사회적 자기 효능감 척도, AEQ-K = 정서표현 양가성 척도, AEEQ = 정서표현 태도 척도

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

우선 인지적 측면과의 부분상관을 구한 결과 이성관계 상황차원을 제외하고 모든 상황차원의 불안은 역기능적 신념과 유의미한 정적 상관을 보였다. 또한 사교활동 상황과 이성관계 상황을 제외한 수행평가 상황, 비난무시 상황, 자기주장 상황의 불안은 부정적 사회적 사건에 대한 주관적인 부담감과 유의미한 정적 상관을 보였고 불안통제감과는 유의미한 부적 상관을 보였다. 특히 비난무시 상황과 주관적 부담감과는 높은 상관관계($r=.42$)를 보였다. 사교활동 상황과 수행평가 상황의 불안은 사회적 상황에서의 자기 효능감과 유의미한 부적 상관을 보였다.

정서적 측면과의 부분상관을 살펴본 결과, 비난무시 상황과 자기주장 상황의 불안은 정서표현에 대한 부정적 태도와 유의미한 정적 상관을 보였다. 또한 자기주장 상황의 불안은 정서표현의 양가성과도 유의미한 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다.

사회불안 상황차원에 대한 회귀분석

인지적 요인 및 정서적 요인이 다섯 가지 사회불안 상황차원에 미치는 영향을 알아보기 위해서 사회불안 상황차원을 종속변인으로, 인지적·정서적 요인을 독립변인으로 한 다중회귀분석을 실시하였다. 먼저, 다중공선성을 검증한 결과 다중공선성은 확인되지 않았다.

상황1. 사교활동 상황불안

요인 1인 사교활동 상황불안을 종속변인으로 다중회귀분석 결과, 표 12에 나타난 바와 같이 역기능적 신념, 주관적 부담감, 자기 효능감이 유의한 예측 변인으로 확인되었으며, 전체 변량의 30%를 설명하였다. 표준화된 회귀계수(β)를 살펴본 결과, 자기 효능감($\beta=-.32$), 주관적 부담감($\beta=.24$), 역기능적 신념($\beta=.17$) 순으로 사교활동 상황불안을 설명하는 것으로 확인되었다.

표 12. 사교활동 상황불안(요인 1)을 종속변인으로 한 다중회귀분석

예언변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
SDBT	.175	2.604*			
SCQ	.246	5.244***			
ACQ	.014	.258			
SSES	-.323	-7.360***	.307	.299	34.707***
AEQ_K	.016	.302			
AEEQ	-.039	-.620			

주. SDBT = 단축판 역기능적 신념검사, SCQ = 주관적 부담 정도 평정 척도, ACQ = 불안통제 질문지, SSES = 사회적 자기 효능감 척도, AEQ-K = 정서표현 양가성 척도, AEEQ = 정서표현 태도 척도

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

상황2. 수행평가 상황불안

수행평가 상황불안을 종속변인으로 한 다중회귀분석 결과, 표 13에 나타난 바와 같이 주관적 부담감, 자기 효능감이 유의한 예측 변인으로 확인되었으며, 전체 변량의 40%를 설명하였다. 표준화된 회귀계수(β)를 살펴본 결과, 자기 효능감($\beta=-.40$), 주관적 부담감($\beta=.30$) 순으로 수행평가 상황불안을 설명하는 것으로 확인되었다.

표 13. 수행평가 상황불안(요인 2)을 종속변인으로 한 다중회귀분석

예언변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
SDBT	.072	8.851			
SCQ	.306	1.158***			
ACQ	-.039	7.024			
SSES	-.405	-.800***	.401	.393	52.364***
AEQ_K	-.019	-9.927			
AEEQ	.003	-.383			

주. SDBT = 단축판 역기능적 신념검사, SCQ = 주관적 부담 정도 평정 척도, ACQ = 불안통제 질문지, SSES = 사회적 자기 효능감 척도, AEQ-K = 정서표현 양가성 척도, AEEQ = 정서표현 태도 척도

*** $p < .001$

상황3. 이성관계 상황불안

이성관계 상황불안을 종속변인으로 한 다중회귀분석 결과, 표 14에 나타난 바와 같이 주관적 부담감, 자기 효능감이 유의한 예측 변인으로 확인되었으며, 전체 변량의 18%를 설명하였다. 표준화된 회귀계수(β)를 살펴본 결과, 주관적 부담감($\beta=.21$), 자기 효능감($\beta=-.15$) 순으로 이성관계

상황불안을 설명하는 것으로 확인되었다.

표 14. 이성관계 상황불안(요인 3)을 종속변인으로 한 다중회귀분석

예언변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
SDBT	.055	.748			
SCQ	.212	4.170***			
ACQ	-.018	-.307	.182	.172	17.449***
SSES	-.157	-3.292**			
AEQ_K	.080	1.358			
AEEQ	.056	.825			

주. SDBT = 단축판 역기능적 신념검사, SCQ = 주관적 부담 정도 평정 척도, ACQ = 불안통제 질문지, SSES = 사회적 자기 효능감 척도, AEQ-K = 정서표현 양가성 척도, AEEQ = 정서표현 태도 척도

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

상황4. 비난무시 상황불안

표 15. 비난무시 상황불안(요인 4)을 종속변인으로 한 다중회귀분석

예언변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
SDBT	.156	2.409			
SCQ	.511	11.353***			
ACQ	-.001	-.019	.361	.353	44.215***
SSES	.009	.209			
AEQ_K	-.039	-.748			
AEEQ	.032	.527			

주. SDBT = 단축판 역기능적 신념검사, SCQ = 주관적 부담 정도 평정 척도, ACQ = 불안통제 질문지, SSES = 사회적 자기 효능감 척도, AEQ-K = 정서표현 양가성 척도, AEEQ = 정서표현 태도 척도

*** $p < .001$.

비난무시 상황불안을 종속변인으로 한 다중회귀분석 결과, 표 15에 나타난 바와 같이 주관적 부담감이 유의한 예측 변인으로 확인되었으며, 전체 변량의 36%를 설명하였다. 표준화된 회귀계수(β)는 .51 이었다.

상황5. 자기주장 상황불안

자기주장 상황불안을 종속변인으로 한 다중회귀분석 결과, 표 16에 나타난 바와 같이 주관적 부담감, 정서표현 양가성이 유의한 예측 변인으로 확인되었으며, 전체 변량의 29%를 설명하였다. 표준화된 회귀계수(β)를 살펴본 결과, 정서표현 양가성($\beta=.28$), 주관적 부담감($\beta=.19$) 순으로 자기주장 상황불안을 설명하는 것으로 확인되었다.

표 16. 자기주장 상황불안(요인 5)을 종속변인으로 한 다중회귀분석

예언변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
SDBT	.04	.590			
SCQ	.198	4.177***			
ACQ	-.038	-.719	.292	.283	32.186***
SSES	-.027	-.609			
AEQ_K	.288	5.243***			
AEEQ	.090	1.421			

주. SDBT = 단축판 역기능적 신념검사, SCQ = 주관적 부담 정도 평정 척도, ACQ = 불안통제 질문지, SSES = 사회적 자기 효능감 척도, AEQ-K = 정서표현 양가성 척도, AEEQ = 정서표현 태도 척도

*** $p < .001$.

논 의

연구 II에서는 SAQ의 다섯 가지 사회불안 상황차원의 불안수준과 인지적 및 정서적 특성 간의 관계를 탐색해 보았다. 전반적인 사회불안 수준이 동일하더라도 상황에 따라 개인이 느끼는 사회불안 수준은 다를 수 있기 때문이다. 상황차원에 따라 개인의 인지적·정서적 특성이 차별적으로 영향을 미칠 것이라는 가정을 확인해보기 위해 단순상관분석, 부분상관분석 및 다중회귀분석을 실시했다.

단순상관분석 결과, 다섯 가지 사회불안 상황차원은 모든 인지적 및 정서적 변인과 유의한 상관을 보였다. 그 이유 중 하나는 5개 사회불안 상황차원간의 상호상관관계가 존재($r=.35\sim.59$)하기 때문인 것으로 가정하고 5개 사회불안 상황차원을 상호통제한 상태에서 부분상관을 구하였다.

사교활동 상황(요인 1)의 경우 인지적 특성을 측정하는 두 척도와 유의미한 상관관계가 존재했다. 즉, 사회적 자기 효능감과 부적 상관을, 역기능적 신념과는 정적 상관을 보였다. 이는 낯선 사람과 대면하는 상황에서 불안을 느끼는 사람의 경우 사회적 자기효능감은 낮게 지각하고, 역기능적 신념이 강할 가능성이 있음을 의미한다.

수행평가 상황(요인 2)의 경우 네 가지 인지적 척도와 유의미한 상관을 보였다. 보다 구체적으로 살펴보면 사회불안과 관련된 역기능적 신념, 사회적 사건에 대한 주관적 부담 정도와 유의미한 정적 상관을 보였다. 그리고 불안 통제감, 사회적 자기 효능감과는 유의미한 부적 상관을 보였다. 이러한 결과는 대중이나 상급자를 대면하는 상황에서 사회불안을 느끼는 사람들은 사회불안과 관련된 역기능적 신념이 강하고, 사회적 사건에 대해 부담을 느끼며, 불안을 통제할 수 있다고 지각하는 정도가 낮으며 사회적 자기효능감이 낮을 가능성을 시사한다.

이성관계 상황(요인 3)은 인지적·정서적 특성을 측정하는 어떤 척도와도 유의미한 상관을 보이지 않았다. 이는 호감이 가는 이성과 대면하는 상황에서 불안을 느끼는 사람들은 앞서 소개한 상황차원 1, 2 즉 사교활동 상황과 수행평가 상황에서 불안을 느끼는 사람들과는 질적으로 다른 사람들일 수 있음을 시사한다. 향후 연구에서는 이성관계 상황과 독특하게 관련되는 인지적 및 정서적 특성이 무엇인지를 확인할 필요가 있다. 기존 사회불안 척도들에서 간과된 부분인 “이성과 상호작용하는 상황”이 1만 건이 넘는 사회불안 유발상황들 중 대표적인 상황으로 밝혀진 만큼 (Caballo et al., 2015), 이성관계 불안상황과 관련되는 인지적 및 정서적 특성을 확인하는 것은 사회불안장애를 더욱 폭 넓게 이해할 수 있는 계기가 될 것이다. 현재 주로 사용되는 사회불안 측정도구인 LSAS(Liebowitz 사회불안 척도)의 경우 단 한 문항만이 이성관계에 대한 측면을 포함한다 (Liebowitz et al., 1987). 또한 SIAS(사회적 상호작용불안 척도)와 SPS(사회적 공포 척도)의 경우 마찬가지로 단 한 문항만이 이성관계에 대한 측면을 포함하고 있다(Mattick and Clarke, 1998).

비난무시 상황(요인 4)의 경우 인지적 특성과의 관계에서는 역기능적 신념, 사회적 사건에 대한 부담감과 유의미한 관계를 보여주었다. 특히 주관적 부담감과는 정적 상관관계($r=.42$)를 보이고 있는데, 이는 비난이나 무시당하는 상황에서 불안감이 높은 사람은 주관적 부담감을 높게 평가할 가능성이 크기 때문일 수 있다. 정서적 척도에 있어서는 단지 정서 표현에 대한 부정적 태도만이 유의미한 정적 상관을 보였다. 이러한 결과는, 비난받거나 무시당하는 경우에 심한 불안을 느끼는 사람들은 정서적 측면에서, 정서를 표현해야 할지 억제해야 할지에 대한 양가적 태도보다는 정서표현 자체에 대한 부정적인 태도를 지니고 있으며, 비난을 받거나 무시당하는 상황에서는 불편감을 표현하기 어려울 수 있다는 것을 의미한다.

자기주장 상황(요인 5)의 경우 인지적 요인 중 역기능적 신념, 사회적 사건에 대한 주관적 부담 정도와 유의미한 정적 상관을, 불안 통제감과

유의미한 부적 상관을 보였다. 또한 정서적 특성 척도인 정서표현 양가성과 정서표현에 대한 부정적 태도 모두 유의미한 정적 상관을 보였다. 이러한 결과는 불만을 표현하는 등 자기주장을 해야 하는 상황에서 심한 불안을 느끼는 사람들은 인지적으로 역기능적 신념이 강하고, 사회적 사건에 대한 부담을 크게 느끼고, 불안 통제감의 결여를 보일 가능성이 많음을 보여준다. 그리고 정서표현의 양가성과 함께 정서표현에 대한 부정적 태도가 강할 수 있음을 시사한다.

부분 상관분석 이후 인지적 및 정서적 요인들이 각각의 상황별 불안수준을 예측하는 정도를 보다 구체적으로 확인하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 분석결과, 사교활동 상황(요인 1)의 경우 부정적인 사회적 자기 효능감, 주관적 부담감, 역기능적 신념 순으로 사교활동 상황불안에 유의한 영향력을 미쳤다. 즉, 사회적 상황에서 자신이 잘 해낼 수 없다고 생각할수록, 사회적 사건의 결과를 매우 부정적일 것으로 생각할수록, 사회적 자기 효능감이 낮을수록 사교활동 상황에서의 불안이 증가될 가능성이 높은 것으로 해석할 수 있다.

수행평가 상황(요인 2)의 경우 부정적인 사회적 자기 효능감, 주관적 부담감 순으로 수행평가 상황에서의 불안을 유의미하게 예측했다. 이러한 결과는 사회적 상황에서 자신이 맡은 일을 잘 해낼 수 없다고 생각할수록, 부담감을 크게 느낄수록 수행평가 상황에서의 불안수준이 증가되는 것으로 해석할 수 있다.

이성관계 상황(요인 3)을 종속변인으로 한 분석결과 역시 부정적인 사회적 자기 효능감과 주관적 부담감이 수행평가 상황에서의 불안을 유의미하게 예측했다. 이성관계 상황에서는 주관적 부담감이 사회적 자기 효능감보다 불안 수준에 더 크게 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

비난무시 상황(요인 4)의 경우 주관적 부담감이 불안수준을 유의미하게 예측했다. 즉, 사회적 사건의 결과가 부정적일 거라고 부담감을 느끼게 되면 비난받는 상황에서의 불안감이 더욱 더 증폭되는 것으로 해석할 수 있다.

마지막으로 자기주장 상황(요인 5)의 경우도 주관적 부담감이 자기주장 상황불안을 유의미하게 예측했다. 이와 함께 정서표현에 대한 양가성 역시 자기주장 상황에서의 불안 수준을 유의미하게 예측하였다. 이러한 결과는 정서적 측면이 주관적 부담감이라는 인지적 측면보다, 자기주장 상황에서의 사회불안수준을 예측하는 데 있어 더 크게 작용하는 것으로 보여진다.

연구 II의 결과를 정리해 보면, 5개 사회불안 상황차원의 불안 수준을 예측하는 데 있어 인지적·정서적 요인이 차별적인 영향력을 지님을 확인할 수 있었다. Hofmann(2007)이 사회불안의 유지 기제이자 치료적 매개요인으로 제시한 네 가지 인지적 요인 중 사회적 사건의 결과를 매우 부정적일 것으로 생각하는 ‘사회적 부담에 대한 과도한 추정(high estimated social cost)’은 다섯 가지 상황차원에서의 불안을 공통적으로 유의미하게 예측했다.

이러한 결과는 사회적 부담에 대한 과도한 추정이 치료적 매개 요인으로 작용할 수 있다는 여러 연구 결과(Foa et al., 1996; Hofmann, 2004; McManus et al., 2000)를 지지하는 것으로 해석할 수 있다. 또 다른 매개요인으로 제시된 지각된 사회적 자기효능감은 세 가지 상황차원(사교활동, 수행평가, 이성관계)을 유의미하게 예측하는 인지적 요인으로 확인되었고, 향후 사회불안 치료프로그램을 개발할 때 중요하게 다루어져야 할 부분으로 판단된다. 이는 Clark와 Arkowitz(1975)의 연구에서 사회불안이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 객관적으로 사회기술이 낮지 않았음에도 주관적으로 사회기술을 더 낮게 지각한다는 연구결과와 일치한다.

이는 사회불안 장애를 치료할 때 단순히 사회기술을 증가시키는 것 뿐 아니라 사회기술에 대해 지각하는 인지적 편향성을 함께 치료적 요인으로 고려해야 한다는 것을 시사한다는 점에서 흥미로운 결과이다. 또한 부정적 자기 지각의 경우 사교활동 상황만을 유의미하게 예측하는 인지적 요인으로 확인되었으며, 이러한 결과는 낯선 사람을 만나는 등의 사회적 상황에서 불안감을 느끼는 경우 자신을 부정적으로 평가하는 과정

에 몰두하는 경향이 있음을 보여준다. 부정적인 자기상을 지속적으로 경험하게 되면 이러한 자기상이 마치 사실인 것처럼 지각하게 되므로 (Hackmann et al., 2000) 사고활동 상황에서 불안 수준이 높은 개인을 치료하기 위해 더욱 중요하게 다뤄져야 할 부분이다.

한편 정서적 요인(정서표현에 대한 양가성)이 불안수준을 유의미하게 예측하는 상황은 단지 한 가지 상황차원, 즉 자기주장 상황뿐이었다. 이러한 결과는 ‘하기 싫은 일에 대한 부탁을 거절할 때’, ‘옆 사람에게 조용히 해달라고 요구해야 할 때’와 같이 불만이나 자기주장을 해야 하는 상황에서 정서표현에 대한 양가성이 높은 사람들은 사회불안수준이 높아질 수 있음을 나타낸다. 정서표현에 대한 양가성을 경험함으로써 표현하고 싶어도 표현하지 못하기 때문에 내적갈등을 경험하게 될 것이고 이러한 내적 갈등으로 인해 특히 자기주장을 해야 하는 상황에서 높은 불안을 느낄 수 있을 것이다. 따라서 자기주장 상황에서 불안 수준이 높은 개인의 경우 정서표현에 대한 양가성의 완화에 초점을 맞춘 치료방안이 마련되어야 할 필요가 있다.

이러한 연구 결과들은 전반적인 불안 수준이 동일하다고 해도 개인에 따라 상황차원별 불안 수준이 다를 수 있다는 점을 보여준다. 또한, 상황차원별 불안 수준은 개인의 여러 가지 인지적 및 정서적 특성들과 차별적으로 관련되어 있음이 확인 되었다. 특히나 사회불안장애의 치료를 위한 기존의 인지행동치료에서 사용되는 노출 상황들이 SAQ에서 제시한 다섯 가지 차원의 상황을 포함한다는 점에서(Hofmann & Otto, 2008), 환자가 불안을 느끼는 상황차원에 따라 치료자는 그에 맞는 역할극 또는 노출 훈련 등을 통해 적합한 모델을 적용해 볼 수 있을 것이다(Caballo et al., 2015). 따라서 사회불안을 겪고 있는 개인을 이해하고 치료 및 예방 프로그램을 개발하기 위해서는 각 상황차원에 해당하는 인지적 및 정서적 요인을 보다 체계적으로 규명하고 이를 예방 및 치료프로그램에 반영해야 할 필요가 있을 것으로 보인다.

총 합 논 의

본 연구의 목적은 DSM-5 사회불안 진단 기준을 반영한 Caballo 등 (2015)의 SAQ를 번안하여 타당도와 신뢰도를 검증하고 이 척도에 포함된 사회불안 상황차원과 인지적 및 정서적 요인이 어떻게 차별적으로 관련되는지를 탐색해 보는 것이다.

연구 I에서는 최근 Caballo 등(2015)에 의해 개발된 사회불안척도 (SAQ)의 요인구조, 신뢰도 및 수렴타당도를 살펴봄으로써 국내에서도 이 척도를 사회불안 평가척도로 사용할 수 있도록 타당화하였다. 탐색적 요인분석 결과 한국판 SAQ의 요인구조가 원 논문의 요인구조와 일치하는 것으로 나타났으며, 확인적 요인분석 결과, 한국판 SAQ역시 원척도와 동일하게 5개의 요인으로 구성된 타당한 척도임이 확인되었다. 또한 적절한 내적 합치도와 검사-재검사 신뢰도를 갖고 있는 것으로 확인되었으며, 유사 개념을 측정하는 척도들과 걱정수준의 상관을 맺고 있어 수렴 타당도 역시 적절한 것으로 확인되었다.

연구 II에서는 연구 I에서 타당화된 한국판 SAQ를 사용하여 상황차원별 사회불안과 인지적 및 정서적 요인과의 관계에 대해 구체적으로 살펴보았다. 부분상관 분석 결과, 상황차원에 따라 인지적·정서적 특성이 차별적으로 유의미한 상관을 가지고 있음을 확인하였다. 보다 구체적으로 어떤 인지적·정서적 요인이 각 사회불안 상황차원을 유의미하게 예측하는지 확인해 보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과 사회적 사건의 결과를 부정적으로 생각하는 인지적 요인(예: ‘내가 다른 사람들 앞에서 수줍어하는 건 끔찍할 거야’, ‘다른 사람들이 얘기하는 동안 내가 바보 같은 말을 하는 건 끔찍할 거야’)은 모든 사회불안 상황차원(사교활동, 수행평가, 이성관계, 비난무시, 자기주장)을 유의미하게 예측하는 것으로 확인되었다.

또 다른 인지적 요인인 지각된 사회적 자기효능감의 경우 세 가지 상

황(사교활동, 수행평가, 이성관계)에서의 불안수준을 유의미하게 예측하였다. 사교활동 불안의 경우 부정적인 자기상이 추가적인 영향력을 미치는 것으로 확인되었다. 한편 정서적 요인인 정서표현 양가성의 경우 단지 한 가지 상황차원(자기주장)의 불안만을 유의미하게 예측하였다. 이러한 결과는 하기 싫은 일에 대한 부탁을 거절하는 것과 같은 상황에 처했을 때 정서표현에 대한 양가성을 지니고 있는 개인의 경우 불안 수준이 더욱 증가될 수 있음을 시사한다.

이상의 연구 결과는 다음과 같은 몇 가지 시사점을 지닌다. 첫째, 사회불안장애를 연구하는 데 있어 사회불안을 유발하는 상황차원을 구분하는 것은 장애의 이질성을 보다 더 잘 반영할 수 있을 것으로 보이며, 이러한 흐름은 DSM-5 하위유형의 변화에도 반영이 되었다. 본 연구는 전반적인 불안 수준뿐만 아니라 상황차원별로 불안을 평가할 수 있도록 개발된 SAQ를 변안 및 타당화함으로써 사회불안 상황을 구체적으로 확인할 필요가 있는 연구와 불안유발 상황에 따른 차별적 치료기법의 개발에 기여할 수 있을 것으로 보인다.

둘째, Hofmann(2007)은 통합적 사회불안 인지행동모델을 통해 사회불안의 유지 기제이자 중요한 치료적 매개요인으로 4개의 인지적 요인을 제시하였다. 본 연구는 Hofmann(2007)이 제시한 인지적 요인 중 특히 ‘사회적 부담에 대한 과도한 추정’이 5개 사회적 상황불안 모두에 영향을 미치고, ‘사회적 기술에 대한 부정적 평가’가 사교활동 상황, 수행평가 상황, 이성관계 상황에서의 불안에 영향을 미치는 것을 확인하였다. 추가적으로 사교활동의 경우 부정적인 자기지각도 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 Hofmann이 제시한 매개요인이 각 상황차원에 차별적인 영향을 미친다는 점에서 그의 모델을 부분적으로 지지했다.

셋째, 최근까지도 사회불안과 관련된 연구는 주로 인지적 요인들에 초점을 맞춰 연구가 이루어졌는데, 본 연구는 상황차원별 사회불안 수준에 미치는 인지적 요인과 함께 정서적 요인의 차별적 영향도 함께 확인해 봤다는 점에서 의의가 있다. 특히 정서표현 양가성의 경우 자기주장 상

황에서의 불안을 유의미하게 예측하는 요인으로 확인되었다. 이러한 결과는 정서표현에 대한 양가성이 높은 개인의 경우 부정적 정서에 대한 표현 욕구와 억제욕구를 동시에 느끼기 때문에 특히 부정적인 감정을 표현해야 하는 자기주장 상황에서 불안감을 크게 느낄 수 있음을 보여준다. 따라서 추후 연구에서는 자기주장 상황에서 불안 수준이 높은 개인의 경우 정서표현 양가성의 완화에 초점을 맞춘 개입프로그램을 제공하고 그 효과를 확인해볼 필요가 있다.

마지막으로, 본 연구의 결과는 사회불안 장애의 치료프로그램에 대한 몇 가지 시사점을 제공한다. 본 연구에서는 각 사회불안 상황차원과 인지적·정서적 특성이 차별적으로 관련됨을 확인했다. 그러므로 향후 연구에서는 사회불안으로 고통 받는 개인에게 각자 취약한 사회불안 유발상황이 무엇인지 확인하고 이를 매개하는 인지 및 정서적 특성의 변화를 포함한 차별적인 치료법을 적용해서 그 효과를 확인할 필요가 있다.

다음으로, 본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제안점은 다음과 같다. 첫째, 대학생 표본을 대상으로 했기 때문에 연구결과의 일반화에 한계가 있다. 사회불안장애를 겪고 있는 임상집단이 아니라 대학생 표본이기에 임상군에 비해 사회불안 수준이 상대적으로 낮을 가능성이 있다. 따라서 불안 수준이 높은 임상군을 대상으로 연구하게 되면 상황차원별 불안 수준과 인지적 및 정서적 특성의 관련성이 다르게 나타날 수도 있다. 표본의 특성이 사회불안장애군의 특성을 반영하지 못하는 한계점이 있으므로, 향후 연구에서는 실제 사회불안장애로 진단된 참여자들을 대상으로 본 연구의 결과들이 반복 검증되는 지 확인할 필요가 있다.

둘째, 자기보고식 척도만을 사용해서 각각의 사회불안 상황차원과 인지적·정서적 요인간의 관계를 확인했다는 데 한계점을 지닌다. 향후 연구에서는 본 연구 결과 각 상황차원과 관련된다고 밝혀진 변인들이 실제 사회불안 상황을 실험적으로 조작하였을 때도 유의미하게 예측하는지 확인하여 타당성을 확보할 필요가 있다. 예를 든다면, 5개의 사회불안 유발 상황을 실험적으로 조작했을 때, 인지적 및 정서적 요인이 불안 수준에

어떤 영향을 미치는지 확인해서 본 연구의 설문지 분석결과가 경험적으로 반복 검증되는 지 확인할 필요가 있다.

마지막으로, 척도의 요인분석 결과에 대한 한계점을 지적할 수 있다. 연구 I에서 타당화한 SAQ의 탐색적 요인분석 결과 8번 문항(내 말에 주의를 집중하지 않는 사람에게 얘기할 때)과 1번 문항(누군가에게 인사 했는데 무시당했을 때)의 요인 부하량이 각각 -.23과 -.20으로 다소 낮게 확인되었다. 부가적으로 연구 II의 표본으로 탐색적 요인분석을 실시한 결과 두 문항 모두 .30 이상의 요인 부하량을 나타냈다. 이러한 점은 표본의 수와 특성으로 인해 두 문항이 영향을 받았을 수 있음을 시사하므로 추후 연구에서는 충분한 표본수로 문항 타당성을 다시 확인해 볼 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 DSM-5에서 강조하고 있는 상황차원을 반영해서 사회불안 수준을 상황별로 측정할 수 있는 사회불안 측정도구인 SAQ를 한국판으로 타당화했다는 점에서 사회불안 연구와 임상실제에 기여할 수 있을 것이다. 뿐만 아니라 다섯 가지 사회불안 유발상황과 인지적·정서적 요인간의 차별적인 관계를 살펴봤다는 점에서 향후 사회불안 연구에 중요한 기초자료로 활용될 수 있으며, 치료적 개입에 대한 함의를 제공할 수 있을 것이다.

참 고 문 헌

- 김정택, 신동균 (1978). STAI의 한국표준화에 관한 연구. *최신의학*, 21(10), 1223-1229.
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위 유형의 기억 편향. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박선영 (2003). 사회불안 유발상황의 구분 및 사회불안 하위유형의 차별적 특성. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 백수현, 이영순 (2013). 완벽주의적 자기제시와 사회적 불안과의 관계에서 정서 표현 양가성의 매개효과. *상담학연구*, 14(1), 385-400.
- 신혜린 (2012). 사회적 불안 상황을 중심으로 한 사회불안 하위 유형의 불안 반응 차이 연구. 연세대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 오은혜, 노상선, 조용래 (2009). 부정적인 사회적 자기 개념과 정서조절곤란이 대학생의 사회불안에 미치는 영향. *인지행동치료*, 9(1), 75-89.
- 이정운, 최정훈 (1997). 한국판 사회공포증 척도 (K-SAD, K-FNE) 의 신뢰도 및 타당도 연구. *한국심리학회지: 임상*, 16(2), 251-264.
- 전경구, 최상진, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. *한국심리학회지: 건강*, 6(1), 59-76.
- 조명숙 (2000). 부정적인 사회적 사건의 발생 확률 판단 및 부담 정도 판단과 사회적 상황에서의 자기효능감이 사회불안에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 조용래, 원호택 (1997). 대인불안에 대한 인지적 평가: 사회적 상호작용에 대한 자기 효능감 척도의 개발과 타당화에 관한 연구. *심리학의 연구문제*, 397-434.
- 조용래, 원호택 (1999). 사회공포증에 대한 인지적 평가 3. *한국심리학회지: 임상*, 18(1), 141-162.
- 조용래, 이민규, 박상학 (1999). 한국판 발표불안척도의 신뢰도와 타당도에 관한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 18(2), 165-178.
- 조용래, 김은정 (2004). 한국판 불안통제 질문지의 심리측정적 속성. *한국심리학회지: 임상*, 23(2), 503-518.

- 조한익, 이미화 (2012). 정서억제와 정서표현양가성 및 심리적 안녕감 간의 관계 연구. *청소년상담연구*, 20(1), 89-105.
- 최해연, 민경환 (2007). 한국판 정서표현에 대한 양가성 척도의 타당화 및 억제 개념들 간의 비교 연구. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 21(4), 71-89.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 161-177.
- 홍세희 (2007). 구조방정식 모형의 이론과 응용: 2007 고급연구방법론 워크샵 1. 미간행 시리즈.
- 홍세희, 조용래 (2006). 역기능적 신념검사 단축판의 구성. *한국심리학회지: 임상*, 25(3), 865-880.
- 홍창희 (2003). 정서경험과 정신건강과의 관계: 정서표현성의 매개모델 검증. 전남대학교 대학원 박사학위 청구논문.

- American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3rd ed.). Washington, DC: APA.
- American Psychiatric Association. (1987). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, revised* (DSM-III-R), DC: APA.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC: APA.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: APA.
- Baldwin, M. W., & Main, K. J. (2001). Social anxiety and the cued activation of relational knowledge. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(12), 1637-1647.
- Bentley, K. H., Franklin, J. C., Ribeiro, J. D., Kleiman, E. M., Fox, K. R., & Nock, M. K. (2016). Anxiety and its disorders as risk factors for suicidal thoughts and behaviors: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 43, 30-46.
- Bögels, S. M., Alden, L., Beidel, D. C., Clark, L. A., Pine, D. S., Stein, M. B., & Voncken, M. (2010). Social anxiety disorder: questions and answers for the DSM V. *Depression and Anxiety*, 27(2), 168-189.

- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. *Sage Focus Editions, 154*, 136-136.
- Butler, G., & Mathew, A. (1983). Cognitive processes in anxiety. *Advances in Behaviour Research and Therapy, 5*(1), 51-62
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Iruiria, M. J., Arias, B., & Hofmann, S. G. (2010). Measuring social anxiety in 11 countries. *European Journal of Psychological Assessment, 26*, 95-107.
- Caballo, V. E., Arias, B., Salazar, I. C., Iruiria, M. J., & Hofmann, S. G. (2015). Psychometric properties of an innovative self-report measure: The Social Anxiety Questionnaire for adults. *Psychological Assessment, 27*(3), 997.
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Robles, R., Arias, B., & Iruiria, M. J. (2016). Validacion del cuestionario de ansiedad social para adultos (CASO) en Mexico. *Revista Mexicana de Psicología, 33*(1), 30-40.
- Campbell-Sills, L., Barlow, D. H., Brown, T. A., & Hofmann, S. G. (2006). Effects of suppression and acceptance on emotional responses of individuals with anxiety and mood disorders. *Behaviour Research and Therapy, 44*(9), 1251-1263.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. Social phobia: *Diagnosis, Assessment, and Treatment, 41*(68), 00022-3.
- Clark, J. V., & Arkowitz, H. (1975). Social anxiety and self-evaluation of interpersonal performance. *Psychological Reports, 36*(1), 211-221.
- Clark, D. M., Ehlers, A., McManus, F., Hackmann, A., Fennell, M., Campbell, H., Flower T., Davenport C., & Louis, B. (2003). Cognitive therapy versus fluoxetine in generalized social phobia: a randomized placebo-controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 71*(6), 1058.
- Cudeck, R., & Henly, S. J. (1991). Model selection in covariance structures analysis and the "problem" of sample size: a clarification. *Psychological Bulletin, 109*(3), 512.
- Emmons, R. A., & Colby, P. M. (1995). Emotional conflict and well-being:

- Relation to perceived availability, daily utilization, and observer reports of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 947.
- Eng, W., Heimberg, R. G., Coles, M. E., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2000). An empirical approach to subtype identification in individuals with social phobia. *Psychological Medicine*, 30(06), 1345-1357.
- Erwin, B. A., Heimberg, R. G., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2003). Anger experience and expression in social anxiety disorder: Pretreatment profile and predictors of attrition and response to cognitive-behavioral treatment. *Behavior Therapy*, 34(3), 331-350.
- Foa, E. B., Franklin, M. E., Perry, K. J., & Herbert, J. D. (1996). Cognitive biases in generalized social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(3), 433.
- Furmark, T., Tillfors, M., Stattin, H., Ekselius, L., & Fredrikson, M. (2000). Social phobia subtypes in the general population revealed by cluster analysis. *Psychological Medicine*, 30(06), 1335-1344.
- Hart, T. A., Jack, M. S., Turk, C. L., & Heimberg, R. G. (1999). Issues for the measurement of social phobia. *Social Phobia: Recent trends and progress*, 133-155.
- Hackmann, A., Clark, D. M., & McManus, F. (2000). Recurrent images and early memories in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 38(6), 601-610.
- Haynes, S. N., Richard, D., & Kubany, E. S. (1995). Content validity in psychological assessment: A functional approach to concepts and methods. *Psychological Assessment*, 7(3), 238.
- Heeren, A., Maurage, P., Rossignol, M., Vanhaelen, M., Peschard, V., Eeckhout, C., & Philippot, P. (2012). Self-report version of the Liebowitz Social Anxiety Scale: Psychometric properties of the French version. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 44(2), 99-107.
- Heimberg, R. G., Holt, C. S., Schneier, F. R., Spitzer, R. L., & Liebowitz, M.

- R. (1993). The issue of subtypes in the diagnosis of social phobia. *Journal of Anxiety Disorders, 7*(3), 249-269.
- Heimberg, R. G., Hofmann, S. G., Liebowitz, M. R., Schneier, F. R., Smits, J. A., Stein, M. B., ... & Craske, M. G. (2014). SOCIAL ANXIETY DISORDER IN DSM 5. *Depression and Anxiety, 31*(6), 472-479.
- Heinrichs, N., Rapee, R. M., Alden, L. A., Bögels, S., Hofmann, S. G., Oh, K. J., & Sakano, Y. (2006). Cultural differences in perceived social norms and social anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 44*(8), 1187-1197.
- Herbert, J. D., Hope, D. A., & Bellack, A. S. (1992). Validity of the distinction between generalized social phobia and avoidant personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 101*(2), 332.
- Hofmann S. G. (2000). Treatment of social phobia: potential mediators and moderators. *Clinical Psychology: Science and Practice, 7*(1), 3-16.
- Hofmann, S. G. (2004). Cognitive mediation of treatment change in social phobia. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*(3), 392.
- Hofmann, S. G. (2005). Perception of control over anxiety mediates the relation between catastrophic thinking and social anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy, 43*(7), 885-895.
- Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive Behaviour Therapy, 36*(4), 193-209.
- Hofmann, S. G., Newman, M. G., Ehlers, A., & Roth, W. T. (1995). Psychophysiological differences between subgroups of social phobia. *Journal of Abnormal Psychology, 104*(1), 224.
- Hofmann, S. G., Heinrichs, N., & Moscovitch, D. A. (2004). The nature and expression of social phobia: Toward a new classification. *Clinical Psychology Review, 24*(7), 769-797.
- Hofmann, S. G., & Otto, M. W. (2008). *Cognitive behavioral therapy for social anxiety disorder*. New York, NY: Routledge.
- Joseph, S., Williams, R., Irwing, P., & Cammock, T. (1994). The preliminary

- development of a measure to assess attitudes towards emotional expression. *Personality and Individual Differences*, *16*(6), 869–875.
- Joseph, S., Dalgleish, T., Williams, R., Yule, W., Thrasher, S., & Hodgkinson, P. (1997). Attitudes towards emotional expression and post traumatic stress in survivors of the Herald of Free Enterprise disaster. *British Journal of Clinical Psychology*, *36*(1), 133–138.
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika*, *39*(1), 31–36.
- Kashdan, T. B., & Breen, W. E. (2008). Social anxiety and positive emotions: A prospective examination of a self-regulatory model with tendencies to suppress or express emotions as a moderating variable. *Behavior Therapy*, *39*(1), 1–12.
- Kashdan, T. B., & Steger, M. F. (2006). Expanding the topography of social anxiety an experience-sampling assessment of positive emotions, positive events, and emotion suppression. *Psychological Science*, *17*(2), 120–128.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of general psychiatry*, *62*(6), 593–602.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, *58*(5), 864.
- Leary, M. R. (1983). A brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *9*(3), 371–375.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995). The self-presentation model of social phobia. In Heimberg, R. G. (Ed.), *Social Phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 94–112). Guilford Press.
- Leung, A. W., & Heimberg, R. G. (1996). Homework compliance, perceptions of control, and outcome of cognitive-behavioral treatment of social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, *34*(5), 423–432.

- Liebowitz, M. R. (1987). Social phobia. *Modern Problems in Pharmacopsychiatry*, 22, 141-173.
- Mansell, W., & Clark, D. M. (1999). How do I appear to others? Social anxiety and processing of the observable self. *Behaviour Research and Therapy*, 37(5), 419-434.
- Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 36(4), 455-470.
- McManus, F., Clark, D. M., & Hackmann, A. (2000). Specificity of cognitive biases in social phobia and their role in recovery. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 28(03), 201-209.
- McNally, R. J., & Foa, E. B. (1987). Cognition and Agoraphobia: Bias in the interpretation of threat. *Cognitive Therapy and Research*, 11(5), 567-581.
- Mongrain, M., & Zuroff, D. C. (1994). Ambivalence over emotional expression and negative life events: Mediators of depressive symptoms in dependent and self-critical individuals. *Personality and Individual Differences*, 16(3), 447-458.
- Morrison, A. S., & Heimberg, R. G. (2013). Social anxiety and social anxiety disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9, 249-274.
- Quilty, L. C., Van Ameringen, M., Mancini, C., Oakman, J., & Farvolden, P. (2003). Quality of life and the anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 17(4), 405-426.
- 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.
- Rapee, R. M., & Lim, L. (1992). Discrepancy between self- and observer ratings of performance in social phobics. *Journal of Abnormal Psychology*, 101(4), 728.
- Rapee, R. M., Craske, M. G., Brown, T. A., & Barlow, D. H. (1996). Measurement of perceived control over anxiety-related events.

- Behavior Therapy*, 27(2), 279-293.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35(8), 741-756.
- Romm, K. L., Rossberg, J. I., Berg, A. O., Hansen, C. F., Andreassen, O. A., & Melle, I. (2011). Assessment of social anxiety in first episode psychosis using the Liebowitz Social Anxiety scale as a self-report measure. *European Psychiatry*, 26(2), 115-121.
- Rotter, J. B. (1975). Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(1), 56.
- Ruscio, A. M., Brown, T. A., Chiu, W. T., Sareen, J., Stein, M. B., & Kessler, R. C. (2008). Social fears and social phobia in the USA: results from the National Comorbidity Survey Replication. *Psychological medicine*, 38(01), 15-28.
- Salazar, I. C., Caballo, V. E., & Arias, B. (2016). Construct validity and reliability of the "Social Anxiety Questionnaire for adults"(SAQ) in Colombia. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 48(2), 98-107.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Spokas, M., Luterek, J. A., & Heimberg, R. G. (2009). Social anxiety and emotional suppression: The mediating role of beliefs. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 40(2), 283-291.
- Spurr, J. M., & Stopa, L. (2002). Self-focused attention in social phobia and social anxiety. *Clinical Psychology Review*, 22(7), 947-975.
- Stangier, U., Heidenreich, T., Peitz, M., Lauterbach, W., & Clark, D. M. (2003). Cognitive therapy for social phobia: individual versus group treatment. *Behaviour Research and Therapy*, 41(9), 991-1007.
- Stein, M. B., Torgrud, L. J., & Walker, J. R. (2000). Social phobia symptoms, subtypes, and severity: findings from a community survey. *Archives*

- of General Psychiatry, 57*(11), 1046–1052.
- Stemberger, R. T., Turner, S. M., Beidel, D. C., & Calhoun, K. S. (1995). Social phobia: An analysis of possible developmental factors. *Journal of Abnormal Psychology, 104*(3), 526.
- Stopa, L., & Clark, D. M. (1993). Cognitive processes in social phobia. *Behaviour Research and Therapy, 31*(3), 255–267.
- Turk, C. L., Heimberg, R. G., Luterek, J. A., Mennin, D. S., & Fresco, D. M. (2005). Emotion dysregulation in generalized anxiety disorder: A comparison with social anxiety disorder. *Cognitive Therapy and Research, 29*(1), 89–106.
- Turner, S. M., Beidel, D. C., & Townsley, R. M. (1992). Social phobia: a comparison of specific and generalized subtypes and avoidant personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 101*(2), 326.
- Vriends, N., Becker, E. S., Meyer, A., Michael, T., & Margraf, J. (2007). Subtypes of social phobia: Are they of any use?. *Journal of Anxiety Disorders, 21*(1), 59–75.
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 33*(4), 448.
- Watson, D., & Pennebaker, J. W. (1989). Health complaints, stress, and distress: exploring the central role of negative affectivity. *Psychological Review, 96*(2), 234.
- Widiger, T. A. (1992). Generalized social phobia versus avoidant personality disorder: a commentary on three studies. *Journal of Abnormal Psychology, 101*, 340 - 343.
- Wittchen, H. U., Fuetsch, M., Sonntag, H., Müller, N., & Liebowitz, M. (2000). Disability and quality of life in pure and comorbid social phobia. Findings from a controlled study. *European Psychiatry, 15*(1), 46–58.

부 록

- 부록 1. 사회불안 척도(SAQ)
- 부록 2. Liebowitz 사회불안 척도(LSAS)
- 부록 3. 특질불안 척도(STAI-T)
- 부록 4. 단축형 부정적 평가에 대한 두려움척도(BFNE)
- 부록 5. 우울 척도(CES-D)
- 부록 6. 단축형 역기능적 신념검사(SDBT)
- 부록 7. 주관적 부담 정도 평정 척도(SCQ)
- 부록 8. 한국판 불안통제 질문지(ACQ)
- 부록 9. 사회적 자기효능감 척도(SSES)
- 부록 10. 정서표현에 대한 태도 척도(AEQ-K)
- 부록 11. 정서표현 양가성 척도(AEEQ)

부록 1. 사회불안 척도(SAQ)

아래에는 당신에게 긴장감, 불편함 또는 스트레스를 유발할 수 있는 사회적 상황들이 제시되어 있습니다. 각각의 사회적 상황에 대해서 당신의 반응과 가장 잘 일치한다고 생각되는 숫자에 O표 해주십시오. “1”은 긴장감, 불편함 또는 스트레스가 거의 없음을 의미하고 “5”는 긴장감, 불편함 혹은 스트레스가 매우 높음을 뜻합니다.

만약 제시된 상황을 한 번도 경험한 적이 없다면, 당신이 이러한 상황에 처했을 때 얼마나 긴장감, 불편감 또는 스트레스를 느낄 것인지 상상해 보세요. 그리고 당신이 어떻게 느낄 지를 평가하여 적절한 숫자에 O표 해주십시오. 모든 문항들을 읽고 솔직하게 응답해주시기 바랍니다. 정답에 있어 옳고 그름이 없는 문항들인 만큼 걱정하지 마시고 표시해 주십시오.

내용	전혀/ 거의 불편 하지 않다	약간 불편 하다	상당히 불편 하다	많이 불편 하다	매우/ 극히 불편 하다
1. 누군가에게 인사했는데 무시당했을 때	1	2	3	4	5
2. 옆 사람에게 조용히 해달라고 요구해야 할 때	1	2	3	4	5
3. 많은 사람들 앞에서 말할 때	1	2	3	4	5
4. 호감 가는 사람에게 데이트를 요청할 때	1	2	3	4	5
5. 점원에게 음식에 대해 불만을 얘기할 때	1	2	3	4	5
6. 내가 호감을 느끼는 사람들이 날 쳐다보고 있다고 느낄 때	1	2	3	4	5
7. 지위가 높은 사람들을 만나는 모임에 참여할 때	1	2	3	4	5
8. 내 말에 주의를 집중하지 않는 사람에게 얘기할 때	1	2	3	4	5
9. 하기 싫은 일에 대한 부탁을 거절할 때	1	2	3	4	5
10. 새로운 친구들을 사귄다	1	2	3	4	5

11. 누군가에게 그들 때문에 내 기분이 상했다는 사실을 얘기할 때	1	2	3	4	5
12. 수업, 업무 또는 회의 중에 발언해야 할 때	1	2	3	4	5
13. 방금 처음 만난 사람과 대화를 계속할 때	1	2	3	4	5
14. 귀찮게 구는 사람에게 내가 짜증났다는 것을 전달 할 때	1	2	3	4	5
15. 내가 잘 모르는 사람들의 모임에서 한 명씩 인사를 나눌 때	1	2	3	4	5
16. 여러 사람들 앞에서 놀림을 당할 때	1	2	3	4	5
17. 파티나 회의에서 내가 모르는 사람들에게 얘기할 때	1	2	3	4	5
18. 수업시간에 선생님께서로부터 혹은 미팅에서 상사로 부터 질문을 받았을 때	1	2	3	4	5
19. 방금 처음 만난 사람과 대화하면서 그 사람의 눈을 쳐다볼 때	1	2	3	4	5
20. 호감 가는 사람으로부터 데이트 신청을 받을 때	1	2	3	4	5
21. 다른 사람들 앞에서 실수했을 때	1	2	3	4	5
22. 내가 아는 사람이 한 명밖에 없는 모임에 참석할 때	1	2	3	4	5
23. 호감을 느끼는 사람에게 말을 걸 때	1	2	3	4	5
24. 내가 잘못된 것에 대해서 질책 받을 때	1	2	3	4	5
25. 동료나 학우들과 저녁을 먹으면서 전체 그룹을 대신하여 말을 하도록 요청 받을 때	1	2	3	4	5
26. 신경에 거슬리는 행동을 하는 사람에게 그 행동을 그만해달라고 얘기할 때	1	2	3	4	5
27. 호감 가는 사람에게 같이 춤추자고 얘기할 때	1	2	3	4	5
28. 비판을 받을 때	1	2	3	4	5
29. 상급자나 높은 위치에 있는 사람에게 말할 때	1	2	3	4	5
30. 호감을 느끼는 사람에게 더 친해지고 싶다고 얘기 할 때	1	2	3	4	5

Caballo, Salazar, Arias, Irurtia, Calderero, & CISO-A Research Team, 2010
 &
 Caballo, Salazar, Arias, Irurtia, Hofmann & CISO-A Research Team, 2015

부록 2. Liebowitz 사회불안 척도(LSAS)

다음은 일상생활에서 접할 수 있는 다양한 사회적 상황입니다. 자신이 아래 제시된 상황에 있다고 할 때, 그 상황에서 얼마나 불안을 느끼며(불안), 그 상황을 얼마나 회피하려고 하는지(회피)를 각각 숫자로 표시해 주십시오.

전혀
매우
불안하지 않음
불안함
0
1
2
3

불안: 제시된 상황이라면, 당신은 얼마나 불안할 것이라 예상합니까?

전혀
항상
회피하지 않음
회피함
0
1
2
3

회피: 제시된 상황이라면, 당신은 얼마나 이 상황을 회피할 것이라 예상합니까?

	불안	회피
1. 여러 사람들이 있는 장소에서 전화를 할 때		
2. 소모임에 참여할 때		
3. 여러 사람들이 있는 장소에서 음식을 먹을 때		
4. 공공장소에서 사람들과 술을 마실 때		
5. 권위 있는 사람에게 이야기할 때		
6. 청중들 앞에서 어떤 행동이나 말을 할 때		
7. 사교적인 모임에 갈 때		
8. 다른 사람들이 지켜보고 있는 상황에서 일을 할 때		
9. 다른 사람들이 지켜보고 있는 상황에서 글씨를 쓸 때		
10. 잘 모르는 사람에게 전화를 걸 때		
11. 잘 모르는 사람과 이야기를 할 때		
12. 낯선 사람들과 처음으로 만날 때		
13. 공중 화장실에서 소변을 볼 때		
14. 이미 사람들이 앉아있는 방에 들어갈 때		
15. 다른 사람들의 주목을 받을 때		

- | | | |
|--------------------------------|--|--|
| 16. 공식적인 모임에서 자기 의견을 말할 때 | | |
| 17. 시험 볼 때 | | |
| 18. 잘 모르는 사람에게 반대의사를 표현할 때 | | |
| 19. 잘 모르는 사람을 정면으로 쳐다볼 때 | | |
| 20. 모임에서 발표할 때 | | |
| 21. 이성에게 호감을 사려고 할 때 | | |
| 22. 상점에서 물건을 교환할 때 | | |
| 23. 파티를 열어 사람들을 초대할 때 | | |
| 24. 물건을 사도록 끈질기게 요구하는 것을 거절할 때 | | |

부록 3. 특질불안 척도(STAI-T)

이 항목들은 사람들이 자신을 표현하는데 사용되는 문장들입니다. 각 항목을 주의 깊게 읽고 자신이 평소에 느끼는 상태를 가장 잘 나타내는 것에 O표 해 주십시오.

	전혀 그렇지 않다	가끔 그렇다	자주 그렇다	항상 그렇다
1. 기분이 좋다.	1	2	3	4
2. 쉽게 피로해진다.	1	2	3	4
3. 울고 싶은 심정이다.	1	2	3	4
4. 다른 사람들처럼 행복했으면 한다.	1	2	3	4
5. 마음을 빨리 정하지 못해서 실패를 한다.	1	2	3	4
6. 마음이 놓인다.	1	2	3	4
7. 차분하고 침착하다.	1	2	3	4
8. 너무 많은 어려운 문제가 밀어닥쳐서 할 수 없을 것 같다.	1	2	3	4
9. 하찮은 일에 너무 걱정을 많이 한다.	1	2	3	4
10. 행복하다.	1	2	3	4
11. 무슨 일이건 힘들게 생각한다.	1	2	3	4
12. 자신감이 부족하다.	1	2	3	4
13. 마음이 든든하다.	1	2	3	4
14. 위기나 어려움을 피하려고 애쓴다.	1	2	3	4
15. 울적하다.	1	2	3	4
16. 만족스럽다.	1	2	3	4
17. 사소한 생각이 나를 괴롭힌다.	1	2	3	4
18. 실망을 지나치게 예민하게 받아들이기 때문에 머리속에서 지워버릴 수가 없다.	1	2	3	4
19. 착실한 사람이다.	1	2	3	4
20. 요즈음 걱정거리나 관심거리를 생각만하면 긴장되거나 어찌할 바를 모른다.	1	2	3	4

부록 4. 단축형 부정적 평가에 대한 두려움척도(BFNE)

다음 문항들은 대인관계에서 느낄 수 있는 생각과 감정에 대한 것입니다. 각 문항들을 잘 읽고, 자신에게 해당되는 정도에 따라 “전혀 그렇지 않다(1)” - “매우 그렇다(5)”까지 O표 해주시기 바랍니다.

	전혀 그렇지 않다		보통 이다		매우 그렇다
1. 사람들이 나를 어떻게 생각하는가가 중요하지 않다는 것을 알면서도 걱정된다.	1	2	3	4	5
2. 사람들이 나에게 대해서 좋지 않은 인상을 갖고 있다는 것을 알아도 개의치 않는다.	1	2	3	4	5
3. 사람들이 나의 결점을 알아 차릴까봐 자주 걱정된다.	1	2	3	4	5
4. 다른 사람에게 내가 어떤 인상을 주는가에 대해 거의 염려하지 않는다.	1	2	3	4	5
5. 사람들이 나를 인정해 주지 않을 것 같아 걱정된다.	1	2	3	4	5
6. 사람들이 나의 결점을 찾아 낼 것 같아 걱정된다.	1	2	3	4	5
7. 나에게 대한 다른 사람의 생각에 신경 쓰지 않는다.	1	2	3	4	5
8. 누군가와 얘기할 때 그가 나에게 대해 어떤 생각을 하고 있을지 염려된다.	1	2	3	4	5
9. 내가 어떤 인상을 주는지에 대해 대개 걱정된다.	1	2	3	4	5
10. 누군가 나를 평가하는 것을 알아도 이로 인해 영향 받지 않는다.	1	2	3	4	5
11. 다른 사람이 나를 어떻게 생각하는지에 대해 때때로 지나치게 염려한다.	1	2	3	4	5
12. 말을 실수하거나 일을 잘 못할까봐 종종 걱정된다.	1	2	3	4	5

부록 5. 우울 척도(CES-D)

아래에 적혀 있는 문항을 잘 읽으신 후, 지난 1주 동안 당신이 느끼시고 행동하신 것을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 숫자에 O표하시기 바랍니다.

나는 지난 1주일 동안...	극히 드물게 (1일 이하)	가끔 (1-2 일)	자주 (3-4 일)	거의 대부분 (6-7 일)
1. 평소에는 아무렇지도 않던 일들이 귀찮게 느껴졌다.	0	1	2	3
2. 먹고 싶지 않았다; 입맛이 없었다.	0	1	2	3
3. 가족이나 친구가 도와주더라도 울적한 기분을 떨쳐버릴 수 없었다.	0	1	2	3
4. 다른 사람만큼 능력이 있다고 느꼈다.	0	1	2	3
5. 무슨 일을 하던 집중하기가 어려웠다.	0	1	2	3
6. 우울했다.	0	1	2	3
7. 하는 일마다 힘들게 느껴졌다.	0	1	2	3
8. 미래에 대하여 희망적으로 느꼈다.	0	1	2	3
9. 내 인생은 실패작이라는 생각이 들었다.	0	1	2	3
10. 두려움을 느꼈다.	0	1	2	3
11. 잠을 설쳤다; 잠을 잘 이루지 못했다.	0	1	2	3
12. 행복했다.	0	1	2	3
13. 평소보다 말을 적게 했다; 말수가 줄었다.	0	1	2	3
14. 세상에 홀로 있는 듯한 외로움을 느꼈다.	0	1	2	3
15. 사람들이 나에게 차갑게 대하는 것 같았다.	0	1	2	3
16. 생활이 즐거웠다.	0	1	2	3
17. 갑자기 울음이 나왔다.	0	1	2	3
18. 슬픔을 느꼈다.	0	1	2	3
19. 사람들이 나를 싫어하는 것 같았다.	0	1	2	3
20. 도무지 무엇을 시작할 기운이 나지 않았다.	0	1	2	3

부록 6. 단축형 역기능적 신념검사(SDBT)

다음은 사람들이 가지고 있는 생각과 태도에 관한 것입니다. 문항 내용을 읽고, 나의 **‘평소 생각(태도)와 일치하는 정도’**를 나타내는 숫자에 동그라미(○)표 해주세요. 맞고 틀린 답은 없습니다.

	아주 일치 하지 않는다	웬만큼 일치 하지 않는다	약간 일치 하지 않는다	약간 일치 한다	웬만큼 일치 한다	아주 일치 한다
1. 모든 사람에게 인정을 받아야만 괜찮은 사람이다.	1	2	3	4	5	6
2. 나는 말재주도 없고 대인관계 능력이 부족하고 서툴러서 다른 사람을 거북하게 한다.	1	2	3	4	5	6
3. 사람들은 나를 평범하고, 재미없으며, 상대하기 거북한 사람으로 여길 것이다.	1	2	3	4	5	6
4. 다른 사람에게 인기가 있으려면, 그들 앞에서 매끄럽고 유능하게 처신해야한다.	1	2	3	4	5	6
5. 나를 아는 대부분의 사람이 나를 칭찬해주지 않으면 나는 행복해 질 수 없다.	1	2	3	4	5	6
6. 사람들로부터 인정을 받으려면 항상 일을 잘해야만 한다.	1	2	3	4	5	6
7. 아무도 내게 관심이 없다.	1	2	3	4	5	6
8. 주변 사람들(친구들)이 날 좋아하게 만들려면 말을 유창하게, 그리고 재미있게 해야 한다.	1	2	3	4	5	6
9. 내 의견에 동의하지 않는 사람들은, 그들이 나를 좋아하지 않는다는 것을 뜻한다.	1	2	3	4	5	6
10. 내 기분이나 행동은 나에게 대한 다른 사람의 태도나 평가에 의해 주로 좌우되는 것 같다.	1	2	3	4	5	6
11. 사람들은 근본적으로 이기적이고 이해타산적이다.	1	2	3	4	5	6
12. 나는 남들에게 좋은 인상(호감)을 주지 못할 것이다.	1	2	3	4	5	6
13. 사람들이란 다 알고 보면 남의 말하기를 좋아하고 상대방에게 진정한 관심이 없으며 거부적인 속성을 가지고 있다.	1	2	3	4	5	6
14. 상대방을 항상 즐겁게 해주어야 한다.	1	2	3	4	5	6
15. 사람들이 나를 알게 되면, 내가 정말 열등하다는 것을 알아차리고 말 것이다.	1	2	3	4	5	6

16. 나는 어딘가 부족한 사람이다.	1	2	3	4	5	6
17. 중요한 사람들로 부터 인정을 못 받는 것은 몹시 끔찍한 일이다.	1	2	3	4	5	6
18. 지금 내 모습 그대로를 보고는 사람들이 날 형편없는 사람으로 볼 것이다.	1	2	3	4	5	6
19. 나의 실제 모습이 알려지면 사람들은 나를 전보다 업신여길 것이다.	1	2	3	4	5	6
20. 나는 다른 사람들과 잘 맞지 않는다.	1	2	3	4	5	6
21. 절반의 실패는 전부 실패한 거나 다름없다.	1	2	3	4	5	6
22. 다른 사람들은 나를 사교성이 부족하고 바보 같은 사람이라고 생각할 것이다.	1	2	3	4	5	6
23. 성공이 확실하게 보장되지 않는 한 어떤 일이든 시작하지 않는 게 상책이다.	1	2	3	4	5	6
24. 다른 사람들에게 좋은 인상을 주어야 인정을 받을 것이다.	1	2	3	4	5	6
25. 인간은 본질적으로 이기적이다. 따라서 인간관계는 결국 착취적일 수밖에 없다.	1	2	3	4	5	6
26. 긴장감이 느껴지는 대인관계를 일찍 그만두지 않는다면, 나중에 는 끔찍한 결과를 경험하게 될 것이다.	1	2	3	4	5	6
27. 사람들은 상대방이 허점을 보이면 그것이 어떤 허점이든 그 사람을 멀리 할 것이다.	1	2	3	4	5	6
28. 다른 사람에게 도움을 요청하는 것은 나약함의 표시이다.	1	2	3	4	5	6
29. 나로 인해 다른 사람의 기분이 상하게 되어서는 안 된다.	1	2	3	4	5	6
30. 내가 관심 가진 사람들이 날 좋아하지 않는다면, 이는 끔찍한 일이다.	1	2	3	4	5	6
31. 사람들은 내 실력이 별로라고 생각할 것이다.	1	2	3	4	5	6
32. 사람들은 잘 변해서 믿을 수가 없다.	1	2	3	4	5	6
33. 다른 사람이 나를 싫어한다면, 나는 견딜 수 없다.	1	2	3	4	5	6
34. 내 자신의 모습, 특히 결점이나 허점을 남들에게 있는 그대로 보여서는 안 된다.	1	2	3	4	5	6
35. 나를 분명하게 좋아하지 않는 사람을 만나는 것은 시간 낭비이다.	1	2	3	4	5	6
36. 남들이 날 봤을 때 그저 그런 사람으로 생각할 것이다.	1	2	3	4	5	6

부록 7. 주관적 부담 정도 평정 척도(SCQ)

다음 사건들의 결과가 당신에게 미치는 영향이 얼마나 나쁘거나 괴로울지를 적당한 숫자에 “O”표해 주십시오.

0 1 2 3 4

전혀 나쁘지
않을 것이다.

어느 정도
나쁠 것이다.

극히
나쁠 것이다.

이 사건의 결과는..	전혀 나쁘지 않을 것이다	1	2	3	4
1. 몇몇 사람들과 이야기하는 동안 그들 중 한 명이 자리를 뜨는 것.	0	1	2	3	4
2. 학교에서 예상치 못하게 교수님에게 불러가는 것.	0	1	2	3	4
3. 이야기하는 동안 적당한 표현을 찾지 못하는 것.	0	1	2	3	4
4. 모임에서 다른 사람들이 내가 안절부절 못 하는 것을 알아차리는 것.	0	1	2	3	4
5. 내가 아는 어떤 사람이 나를 무시하는 것.	0	1	2	3	4
6. 다른 사람들 앞에서 수줍어하는 것.	0	1	2	3	4
7. 내가 아는 누군가가 나를 아는 체 하지 않는 것.	0	1	2	3	4
8. 여러 사람들 앞에서 바보같이 행동하는 것.	0	1	2	3	4
9. 새로운 사람을 소개받았을 때 얼굴이 붉어지는 것.	0	1	2	3	4
10. 다른 사람들보다 못났다고 느끼는 것.	0	1	2	3	4
11. 다른 사람들에게 이야기하는 동안 바보 같은 말을 하는 것.	0	1	2	3	4
12. 내가 한 일 때문에 난처해지는 것.	0	1	2	3	4
13. 누군가에게 도움을 청했는데 거절당하는 것.	0	1	2	3	4
14. 사람들이 나를 따분하다고 생각하는 것.	0	1	2	3	4
15. 취업 면접 동안 긴장해서 얼어붙는 것.	0	1	2	3	4
16. 사람들 앞에서 당황하는 것.	0	1	2	3	4
17. 거리를 지나는 동안 낯선 사람들이 나를 쳐다보는 것.	0	1	2	3	4
18. 다른 사람에게 나를 소개하지 않으려 하는 것.	0	1	2	3	4
19. 될 수 있는 한 사람들과의 관계를 피하는 것.	0	1	2	3	4
20. 중요한 모임에 늦게 들어가는 것.	0	1	2	3	4

부록 8. 한국판 불안통제 질문지(ACQ)

아래 문항들은 일련의 신념을 나타내는 문장들로 이루어져 있습니다. 각 항들을 주의 깊게 읽은 후, 각 문항 내용이 당신의 평소 신념과 얼마나 일치한다고 생각하는지 그 정도를 0-5점 중 해당 숫자에 표시해 주십시오. 사람들은 각자 생각이 다르기 때문에 옳거나 틀린 답은 있을 수 없으니, 최대한 솔직하게 대답해 주시기 바랍니다.

-
- 0 = 아주 일치하지 않는다.
 1 = 웬만큼 일치하지 않는다.
 2 = 약간 일치하지 않는다.
 3 = 약간 일치한다.
 4 = 웬만큼 일치한다.
 5 = 아주 일치한다.
-

1. 나는 대개 위협을 아주 쉽게 피할 수 있다.	0	1	2	3	4	5
2. 내가 어려운 상황에 얼마나 잘 대처하느냐 하는 것은 외부의 도움 유무에 달려 있다.	0	1	2	3	4	5
3. 스트레스를 받으면 나는 자제력을 상실할 것 같다.	0	1	2	3	4	5
4. 나의 불안한 모습이 대개 겉으로 나타나지 않게 할 수 있다.	0	1	2	3	4	5
5. 어떤 것에 두려움을 느낄 때 내가 할 수 있는 것은 일반적으로 아무 것도 없다.	0	1	2	3	4	5
6. 내 감정은 내가 어떻게 하든 일정기간 지속되는 것 같다.	0	1	2	3	4	5
7. 사람들이 나를 판단하는 데에 내가 영향을 미치기 위해 할 수 있는 것은 거의 없다.	0	1	2	3	4	5
8. 두려운(무서운) 상황에 성공적으로 피할 수 있느냐 여부는 항상 내 운에 달려 있다.	0	1	2	3	4	5
9. 나는 종종 주체할 수 없을 정도로 몸이 떨린다.	0	1	2	3	4	5
10. 나는 대개 걱정스러운 생각을 마음으로부터 쉽게 떨칠 수 있다.	0	1	2	3	4	5
11. 스트레스 상황에 처해 있을 때 나는 숨이 너무 가빠지는 것을 막을 수 있다.	0	1	2	3	4	5
12. 나는 어떤 상황이 나에게 잠재적으로 위협을 주는 정도에 일반적으로 영향을 미칠 수 있다.	0	1	2	3	4	5

13. 나는 불안수준을 통제(조절) 할 수 있다.	0	1	2	3	4	5
14. 두려운 상황들을 변화시키기 위해 내가 할 수 있는 것은 거의 없다.	0	1	2	3	4	5
15. 어려운(곤란한) 상황이 해결되는 정도는 내가 하는 행동과 전혀 상관이 없다.	0	1	2	3	4	5
16. 무엇인가가 나를 해치려(상처 입히려) 한다면 내가 어떻게 하건 나를 해칠 것이다.	0	1	2	3	4	5
17. 나는 원하는 때에 보통 이완 할 수 있다.	0	1	2	3	4	5
18. 내가 스트레스를 받게 되면 어떻게 반응할지 항상 알 수는 없다.	0	1	2	3	4	5
19. 내가 어떤 일을 할 경우 사람들이 나를 좋아할 것이라고 대개 확신할 수 있다.	0	1	2	3	4	5
20. 나를 불안하게 하는 대부분의 상황들은 내 통제력을 벗어나 있다.	0	1	2	3	4	5
21. 나는 어려운(곤란한) 상황에서 어떻게 반응할지 항상 정확하게 알고 있다.	0	1	2	3	4	5
22. 나는 내 증상에 대처하는 능력에 자신이 있기 때문에 어려운(곤란한) 상황에서 불안해지더라도 걱정하지 않는다.	0	1	2	3	4	5
23. 사람들이 나를 어떻게 생각하느냐 하는 것은 대체로 내 통제력을 벗어나 있다.	0	1	2	3	4	5
24. 나는 대개 어려운 문제들을 처리하기가 힘들다.	0	1	2	3	4	5
25. 어떤 사람이 증병에 걸렸다는 말을 들을 때, 다음은 내 차례 일까 봐 걱정된다.	0	1	2	3	4	5
26. 불안할 때에는 불안 외의 어떤 것에도 집중하기가 어렵다.	0	1	2	3	4	5
27. 나는 예상하는 불안만큼 예상치 못한 불안에도 효과적으로 대처할 수 있다.	0	1	2	3	4	5
28. “내가 경험하는 불안의 빈도나 강도에 아무런 영향을 미치지도 못하는데 내가 왜 불안을 이겨내려고 애쓰는가?”하고 때때로 생각한다.	0	1	2	3	4	5
29. 나는 “까다로운” 사람들과 종종 잘 어울릴 수 있다.	0	1	2	3	4	5
30. 나는 갈등을 성공적으로 해결하는 능력이 없기 때문에 갈등을 피할 것이다.	0	1	2	3	4	5

부록 9. 사회적 자기효능감 척도(SSES)

아래 문항들은 대인관계 상황에서 경험할 수 있는 생각과 기대를 알아보기 위한 것입니다. 각 상황별로 당신이 잘 해낼 수 있다고 생각하는 정도를 아래 0부터 10사이의 숫자에 표시해 주십시오.

전혀 해낼 수 없다		중간 정도로 할 수 있다						정말 잘할 수 있다		
<u>0</u>	1	2	3	4	<u>5</u>	6	7	8	9	<u>10</u>

1 모르는 사람과 만나 대화를 나누는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2 선생님이나 교수님과 만나 대화를 나누는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3 수업시간이나 공식적인 모임에서 여러 사람들 앞에서 발표하는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4 직장을 구하기 위한 면접시험 상황에서 면접관과 만나는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5 매력적인 이성과 만나 대화를 나누는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6 여러 사람들 앞에서 장기자랑을 하는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7 잘 모르는 사람에게 전화를 거는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8 권위적 위치에 있는 사람과 만나 대화를 나누는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9 많은 사람들 앞에서 자기소개를 해야 하는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10 나와 전혀 다른 사람과 함께 있는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11 수업 시간에 선생님의 지명을 받는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
12 처음 만난 이성과 대화를 나누는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
13 모임의 리더나 사회를 맡아 진행을 하는 상황.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

부록 10. 정서표현에 대한 태도 척도(AEQ-K)

아래의 문항들은 정서표현의 의미나 그 결과에 관한 생각들을 알아보기 위한 것입니다. 각 문항을 읽고서 자신의 생각과 일치하는 정도를 보기에서 찾아 기입해 주십시오.

	매우 그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통 정도 이다	약간 그렇다	매우 그렇다
1. 나는 감정을 드러내는 것이 편안하지 않다.	1	2	3	4	5
2. 나는 늘 감정을 완벽하게 통제해야 한다.	1	2	3	4	5
3. 자신의 약점을 드러내는 것은 부끄러운 일이다.	1	2	3	4	5
4. 당신은 항상 감정을 조절해야 한다.	1	2	3	4	5
5. 당황할 경우 나는 감정을 억누른다.	1	2	3	4	5
6. 내가 나쁜 감정을 표현하면 상대방에게 상처를 줄 것이다.	1	2	3	4	5
7. 도움을 요청하는 것은 약하다는 표시이다.	1	2	3	4	5
8. 당신이 누군가를 당혹스럽게 하면 상대방은 당신을 거절할 것이다.	1	2	3	4	5
9. 당혹스러운 경우 나는 대개 감정을 드러낸다.	1	2	3	4	5
10. 내 감정을 표현하게 되면 공격받기 쉬울 것이다.	1	2	3	4	5
11. 누군가에게 충고나 도움을 구하는 것은 약함을 인정하는 것이다.	1	2	3	4	5
12. 정서적이라는 것은 약함의 표시라고 생각한다.	1	2	3	4	5
13. 나는 자신의 문제로 다른 사람에게 부담을 주어서는 안 된다고 생각한다.	1	2	3	4	5
14. 나는 사람들이 상대방의 감정을 이해하지 못한다고 생각한다.	1	2	3	4	5
15. 사람들이 당신의 참모습을 알게 되면 당신을 대수롭지 않게 여길 것이다.	1	2	3	4	5
16. 사람들이 당신의 약점을 알게 되면 당신을 거절할 것이다.	1	2	3	4	5
17. 당혹스러운 경우 나는 대개 느끼는 감정을 숨기려고 한다.	1	2	3	4	5
18. 당신은 항상 감정을 숨겨야 한다.	1	2	3	4	5
19. 나는 사람들이 늘 자신의 감정을 조절해야 한다고 생각한다.	1	2	3	4	5
20. 나는 느끼는 감정을 결코 드러내지 않는다.	1	2	3	4	5

13. 누군가에게 화를 내고 나면 죄책감을 느낀다.	1	2	3	4	5
14. 나의 애정을 좀 더 겉으로 표현하고 싶지만, 다른 사람들이 오해할까봐 걱정된다.	1	2	3	4	5
15. 나는 화를 참으려 하지만, 다른 사람들이 내가 어떻게 느끼는지 알았으면 좋겠다.	1	2	3	4	5
16. 누군가에게 화를 내고 나면, 그것이 계속 마음에 걸린다.	1	2	3	4	5
17. 누군가 나의 신경을 건드릴 때, 느끼는 바를 말하고 싶더라도 아무렇지 않은 듯 보이려 한다.	1	2	3	4	5
18. 때로는 다른 사람들이 진실을 알아야 할 때조차, 나는 그들에게 걱정을 끼치지 않으려 한다.	1	2	3	4	5
19. 내가 상처받고 있다는 것을 남자/여자친구가 알았으면 하면서도, 남자/여자친구에 대한 질투심을 억누르려 한다.	1	2	3	4	5
20. 화를 낼까 하다가도, 그렇게 하지 않으려 한다.	1	2	3	4	5
21. 때때로 기분에 따라 행동하고 싶더라도 나는 언제나 기분을 다스리려 노력한다.	1	2	3	4	5

Abstract

Situationally Defined Social Anxiety Dimensions and Cognitive-Emotional Characteristics

Jeesun Lee

Department of Psychology

The Graduate School

Seoul National University

Social Anxiety Disorder(SAD) is defined as a severe fear or anxiety in one or more social situations and recently, DSM-5 includes a new specifier - performance only - based on feared situations(American Psychiatric Association, 2013). Even though specifying SAD could further improve the understanding of heterogeneity, the current available psychometric instruments are not enough to assess situationally defined social anxiety dimensions individually. Moreover, little is known about the relationship between social anxiety situations and cognitive - emotional characteristics. Hence, the aim of the current study is to explore the link between the two.

Study I was carried out to translate and validate the Korean version of the Social Anxiety Questionnaire (SAQ), containing anxiety-provoking

situations. The exploratory factor analysis obtained from 302 undergraduate respondents yielded the same five factors identified in Caballo's 2015 study: (1) Interactions with strangers, (2) Speaking in public/talking with people in authority, (3) Interactions with the opposite sex, (4) Criticism and embarrassment, and (5) Assertive expression of annoyance, disgust, or displeasure. The results on the survey completed by 262 undergraduate respondents for the confirmatory factor analysis also support the validity of the questionnaire. Lastly, the reliability and internal consistency for the SAQ were .91 and for the dimensions were between .79 and .83.

Study II was conducted to explore how cognitive and emotional characteristics distinctively affect social anxiety dimensions. From the 476 undergraduates' response to SAQ with additional questions pertaining to cognitive-emotional characteristics, the partial correlation analysis indicates that there is a distinctive relationship between cognitive and emotional characteristics and social anxiety dimensions. To scrutinize the effects of cognitive and emotional characteristics on social anxiety dimensions, multiple linear regression analysis was performed. The result showed that while all five social anxiety dimensions were predicted by high estimated social cost, perceived poor social skills distinctively predicted the three social anxiety dimensions: (1) Interactions with strangers; (2) Speaking in public/Talking with people in authority; (3) Interactions with the opposite sex. On the other hand, negative self-perception predicted dimension (1) Interactions with strangers. Furthermore, in emotional domain, dimension (5) Assertive expression of annoyance, disgust or displeasure was predicted by ambivalence over emotional expressiveness.

These findings suggest that the individual's level of social anxiety depending on situational domain can be affected by differential cognitive and emotional characteristics. Hence, tailored treatment focusing on identified cognitive and emotional characteristics should be delivered based on the types of feared situations which could eventually lead to improved treatment effect on social anxiety. Lastly, the implications and limitations of the current study as well as recommendations for future research are discussed.

***Keywords* : Social Anxiety, Situationally Defined Social Anxiety Dimensions, Cognitive characteristics, Emotional characteristics**

***Student Number* : 2015-20218**