



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](#)

김 정 규 교수지도
석사학위 청구논문

내현적 자기애와 사회불안의
관계에 대하여

- 평가염려완벽주의와 정서조절곤란의
매개효과를 중심으로 -

2014

성신여자대학교 대학원
심리학과 임상심리전공
김 현 아

내현적 자기애와 사회불안의
관계에 대하여

- 평가염려완벽주의와 정서조절곤란의
매개효과를 중심으로 -

김정규 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2013년 11월

성신여자대학교 대학원
심리학과 임상심리전공
김 현 아

인 준 서

김현아의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 _____ (인)

심사위원 _____ (인)

심사위원 _____ (인)

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 내현적 자기애가 사회불안에 미치는 영향을 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란 각각이 매개하는 인과적 구조모형을 설정하고 모형의 적합도 및 매개변인들의 매개효과를 경험적으로 검증하는 데 그 목적이 있다.

이러한 목적을 달성하기 위해 설정한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안의 관계에서 유의미한 상관이 있는가. 둘째, 내현적 자기애는 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란을 매개로 사회불안에 유의미한 영향을 미치는가이다.

연구문제를 해결하기 위해 본 연구는 다음과 같은 연구절차를 따랐다. 서울, 경기지역 20-30대 성인 406명을 대상으로 자기보고식 질문지(내현적 자기애 척도, 평가염려 완벽주의 척도, 정서조절곤란 척도, 사회적 불안 및 회피 척도)를 완성하게 하였다. 수집된 자료가 구조방정식 모형 분석에 적합한지를 확인한 후, 구조방정식모형을 적용하여 연구모형의 적합도 및 두 매개변인의 매개효과가 유의미한지를 검증하였다. *Mplus*를 사용하여 연구모형을 검증하였고 마지막으로 Bootstrapping 검증을 통해 매개효과의 유의성을 검증하였다.

연구 분석 결과는 다음과 같다.

첫째, 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안의 관계에서 모두 통계적으로 유의미한 정적 상관이 나타났다. 둘째, 내현적 자기애가 사회불안에 미치는 영향에서 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란이 각각 부분 매개하는 것으로 나타났다.

본 연구는 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란을 변인으로 채택하여 사회불안을 설명한 본 연구의 연구모형이 적절함을 시사한다. 내현적 자기애가 사회불안에 미치는 영향에서 평가염려 완벽주의와 정서조절 곤란이 매개변인의 역할을 한다는 것을 밝힘으로써 내현적 자기애자의 심리적

특성을 이해하고 상담자의 치료적 개입에 있어서 시사점을 제공한다. 마지막으로 본 연구의 한계점과 후속 연구를 위한 제언을 하였다.

주요어 : 내현적 자기애, 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안

목 차

논문개요

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적 1
2. 연구 문제 10
 - 1) 연구문제 및 가설 10
 - 2) 연구모형 11

II. 이론적 배경

1. 내현적 자기애 12
 - 1) 자기애의 개념 12
 - 2) 내현적 자기애와 외현적 자기애의 특징 15
2. 사회불안 18
3. 완벽주의 20
 - 1) 완벽주의의 개념 20
 - 2) 평가염려 완벽주의의 개념 22
4. 정서조절곤란 24
5. 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안의 관계 26
 - 1) 내현적 자기애와 사회불안 26
 - 2) 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의 27

3) 내현적 자기애와 정서조절곤란	28
4) 평가염려 완벽주의와 사회불안	30
5) 정서조절곤란과 사회불안	31
6) 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란	32

III. 연구 방법

1. 연구대상	34
2. 측정도구	35
1) 내현적 자기애 척도	35
2) 사회적 회피 및 불안 척도	36
3) 평가염려 완벽주의 척도	38
4) 정서조절곤란 척도	40
3. 자료분석 절차	42

IV. 연구결과

1. 주요 변인의 기술통계 및 상관분석	44
1) 주요 변인의 기술통계치 및 상관관계	44
2. 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란의 매개효과 검증	45
1) 초기 연구모형의 적합도	45
2) 수정된 연구모형의 적합도	47
(1) 측정모형 검증	49
(2) 연구모형 검증	50
3) 수정된 연구모형의 매개효과 유의성 검증	52

V. 논의

1. 연구결과에 대한 논의	55
2. 연구의 제한점과 제언	61

참고문헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

<표 1> 인구통계학적 특징	34
<표 2> 내현적 자기애 척도의 문항 구성	36
<표 3> 사회적 회피 및 불안 척도의 문항 구성	37
<표 4> 평가염려 완벽주의 척도의 문항구성	40
<표 5> 한국판 정서조절곤란 척도의 문항구성	41
<표 6> 주요변인 간의 상관 및 기술통계	44
<표 7> 초기 연구모형의 적합도 지수	45
<표 8> 주요 변인 간의 상관 및 기술통계	47
<표 9> 주요 변인 및 각 측정변인 간의 상관계수	48
<표 10> 측정모형의 적합도 지수	49
<표 11> 측정모형의 요인부하량	50
<표 12> 수정지수	51

<표 13> 수정된 연구모형의 적합도 지수 51

<표 14> Bootstrapping 절차를 통한 직·간접효과 검증결과 53

그림 목 차

<그림 1> 연구모형	11
<그림 2> 초기 연구모형	46
<그림 3> 최종연구모형 검증 결과	52

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

대부분의 사람들은 사회 내에서 타인과 관계를 맺으며 살아가고, 사랑받길 원하며 존중받고 싶어 한다. 이러한 자기애적인 욕구는 상호 관계를 발전시키는 데 주요한 동기로 작용할 수 있으며, 이 부분이 채워질 때 스스로 만족감을 얻을 수 있다. 하지만 사랑받고 존중받는 것에 매몰된 나머지 그 정도가 지나치게 되면, 타인에게 인정받을 만한 모습은 과대하게 보이려 하고 부족한 모습을 감추는데 급급할 수 있다. 이러한 면은 자신만의 독특함을 드러내며 자신을 알리는 것이 하나의 경쟁력으로 인정되고, 개인주의적이고 성취 제일주의인 현대사회에서 더 과열되고 있는 듯하다.

사회학자인 Lasch(1979)는 현대인들이 ‘나르시시즘의 문화’ 속에 살고 있다고 말하며, 자기애가 현대 사회의 스트레스와 불안을 대처하는 방법일 수 있다고 언급하였다. 또한, 문화 연구를 전공한 주창윤(2013)은 현 한국사회를 정서적 허기를 지닌 ‘허기사회’라 표현하고, 이를 구성하는 요인 중 하나로 나르시시즘의 과잉 상태를 꼽았다. 대표적인 예로 학력위조 의혹으로 최근까지 이슈(issue)가 됐던 타블로 사건과 참가자 수가 200만 명이 넘는 리얼리티 오디션 프로그램의 열풍을 들었는데, 이는 자신의 열등감을 타인에게 투사하여 공격하는 방식으로 표현된 나르시시즘과 현실적 자아와 이상적 자아 사이의 괴리감을 보상하기 위해 자기애적 욕구를 표출한 문화현상으로 이해된다.

이처럼 현 사회구조 자체가 자기애를 조장하고 있는 것으로 여겨지는데, 전통적으로 집단문화가 짙었던 한국 사회가 점차 개인이 중요한 주체로 변화되면서 이러한 면이 가속화 돼가고 있다(권석만, 한수정, 2000).

자기애에 대한 사회 문화적 관심이 높아지면서, 정신장애의 진단기준을 제시하는 DSM-III(American Psychiatric Association: 이하 APA, 1980)에 자

기에성 성격장애가 처음으로 포함되었고, 이후 활발한 연구 활동과 그에 따른 다양한 자기보고식 검사들이 개발되었다(Pincus & Lukowitsky, 2010). 가장 많이 사용된 것은 Raskin과 Hall(1979, 1981)의 자기에적 성격검사지(Narcissistic Personality Inventory; 이하 NPI)이고, 국내에서는 황순택(1995)이 DSM-III-R(APA, 1987) 진단준거를 바탕으로 개발한 자기에 성격장애 척도(Narcissistic Personality Disorder Scale; 이하 NPDS)가 있다. 하지만 자기에 검사지를 활용한 연구들에서 일부 차이가 보고되었는데, 자기에를 측정하는 척도들 간의 상호상관이 부족하고 이들을 요인 분석했을 때 두 개의 요인이 도출된다는 연구결과(Hendin & Cheek, 1997; Mullins & Kopelman, 1988; Rathvon & Holmstrom, 1996; Wink, 1991)와 자기에 성향자의 부정적 정서 특성 연구들 간에 불일치한 결과를 보인다는 내용이 언급되면서(Carroll, Hoenigmann-Stovall, & Whitehead, 1996; Sedikides, Rudich, Gregg, Kumashiro, & Rusbult, 2004), 이를 이해할 수 있는 설명은 자기에 성향자들이 단일집단이 아닌 이질적인 집단의 결합으로 보는 것이다(이준득, 이훈진, 2007). 이 같은 견해는 자기에가 그 발현 양상에 따라 외현적 자기에와 내현적 자기에로 구분된다는 기존의 이론들을 뒷받침한다(Akhtar & Thompson, 1982; Kohut, 1977; Wink, 1991).

외현적 자기에와 내현적 자기에를 구체적으로 살펴보면, 외현적 자기에의 특징은 자기에적 속성이 외적으로 드러나는 경우로서 DSM-IV(APA, 1994)에 제시된 자기에성 성격장애 진단기준 대부분에 해당된다. 외현적 자기에 성향이 높은 사람은 자신의 중요성을 과장되게 지각하고 성공과 권력, 이상적 사랑에 대한 공상을 자주하며, 과도한 찬사를 요구하고 특권의식을 갖고 있고 착취적인 대인관계와 공감능력의 저하, 거만한 태도 등을 보이곤 한다. 반면, 내현적 자기에 성향이 강한 사람은 자기중심적이고 거대자기 환상을 갖고 있다는 점에서 외현적 자기에와 유사하지만, 다른 사람의 반응에 예민하고 부정적 평가에 취약하여 자기상이 쉽게 상처 입는다는 점에서 차이가

있다(Akhtar & Thompson, 1982; Kohut, 1977). 이러한 점을 볼 때, 외현적 자기애와 내현적 자기애는 자기애라는 공통적인 특성을 공유하면서도, ‘거대성-과시성’과 ‘취약성-민감성’이라는 각기 다른 발현양상을 가지고 있다고 볼 수 있다(이지원, 장은영, 2011).

경험적 연구에서도 내현적 자기애와 외현적 자기애가 서로 다른 결과를 보인다는 보고들이 있다. 국내 연구에서 살펴보면, 외현적 자기애 성향자는 외향적이고 우울수준이 낮고 자존감을 더 높게 지각하고 있는 것으로 보고한 반면, 내현적 자기애 성향자는 자존감을 더 낮게 지각하고 내향적이고 기분변화가 심하고 쉽게 우울해진다고 설명하였다(강선희, 정남운, 2002). 그리고 내현적 자기애 성향자는 외현적 자기애 성향자 보다 공격성과 분노를 억제하는 수준이 더 높고, 자기 명료성이 더 낮았다(이준득 등, 2007). 또한, 부정적이고 부정적 평가에 대한 두려움이 높고 자기개념이 부정적이며 언어적 공격과 적대감 수준이 높은 것에 비해(박세란 등, 2005) 이를 적절히 표현하지 못하고 억압하는 면이 강하여(백승혜, 현명호, 2008) 외현적 자기애 성향자 보다 부적응적이고 심리적 불편감이 더 클 것이라는 면이 시사되었다.

이러한 선행연구들을 정리해보면, 부적응을 치유하는 상담 장면에서 외현적 자기애자 보다 내현적 자기애자를 더 많이 접할 수 있을 것이라 짐작해 볼 수 있다(강선희, 정남운, 2002; 장건희, 2007). 이에 본 연구에서는 내현적 자기애 성향자를 위한 연구에 초점을 맞추고자 한다.

한편, 내현적 자기애자들의 이러한 성격특성이 사회불안과 유의한 상관을 보인다는 보고가 최근 들어 늘고 있는데(권은미, 신민섭, 김은정, 2009; 김진영, 2010; 박영주, 2013; 서나리, 2011; 오하연, 2012, 윤성민, 신희천, 2007; 최인선, 2013), 이는 사회불안을 일으키는 주요 요인으로 설명되었던 인지적 요인 외에, 사회불안을 지닌 사람들의 성격특성에 초점이 모아지면서 부터이다(권은미 등, 2009).

사회불안을 지닌 사람들은 부정적 평가에 과민하여 부정적 평가를 받을 만

한 상황을 피하고 싶어 하는데, 이를 다른 각도로 비춰보면 남들에 비해 잘 나고 싶고 특별한 인상을 주고 싶다는 웅대한 자기애적 욕구를 반증해 주는 것으로 이해할 수도 있다(권은미 등, 2009, 윤성민, 신희천, 2007; 최인선, 2013). 하지만 DSM-IV(1994)에서 정의하고 있는 거만하고 방자한 행동이나 태도를 보이고 칭찬과 인정에 대한 과도한 욕구를 가지는 등의 자기애 특성과 사회불안을 비교해 볼 때 관련성을 찾아볼 수 없고, 오히려 부적상관을 보인다는 보고(Emmons, 1984; Johnson, 1989; Schurman, 2000; 권은미 등, 2009에서 재인용)와 차이가 있는데, 이는 공통적인 특성을 갖고 있으면서도 다른 발현양상을 보이는 내현적 자기애와 사회불안간의 관련성을 살펴봄으로써 설명할 수 있다.

내현적 자기애자는 수줍음이 많고 다른 사람의 반응에 과도하게 신경을 쓰며, 부정적 평가에 취약하여 늘 이것에 촉각이 곤두세워져 있다. 이런 이유로 대인관계에서 종종 불편감을 느끼고 사회적으로 철수하고 회피하는 방식으로 취약성을 보호하려는 면이 강하여 사회불안을 더 쉽게 야기할 수 있다. 또한, 내현적 자기애자는 자존감도 낮아 다른 사람들과 관계를 형성해 나갈 때 보통 사람들에 비해 더 높은 수준의 불안을 경험할 것으로 예측되는데, 선행연구에서도 내현적 자기애와 사회불안의 정적인 상관을 보고하였고 내현적 자기애자가 대인관계에서 많은 불안과 어려움을 경험한다고 언급하였다(박영주, 2013; 서나리, 2011; 윤성민, 신희천, 2007; 최인선, 2013; Smolewska & Dion, 2005; Dickinson & Pincus, 2003).

위와 같은 이유로 내현적 자기애자가 사회불안을 쉽게 경험할 것이라는 가정을 세울 수 있지만, 내현적 자기애는 어린 시절부터 형성되어 온 성격적 차원이라는 점을 고려해볼 때 직접적으로 치료적인 접근을 하기가 어렵고 단기간의 개입만으로 변화하기가 쉽지 않을 수 있다(권은미 등, 2009; 황안나, 2011). 따라서 효과적인 치료적 개입 방안을 마련하기 위해서는 병리적 현상을 유발하는 매개변인을 탐색하여 내현적 자기애와 사회불안의 메커니즘

(mechanism)을 파악하는 것이 치료적 접근을 계획할 시에 매우 중요하다(박영주, 2013; 최인선, 2013).

지금까지 내현적 자기애와 사회불안에 대한 선행연구들에서 밝혀진 매개변인으로는 수치심(한혜림, 2004), 경험회피(윤성민, 신희천, 2007), 자기 불일치(장건희, 2007), 사회적 자기효능감(권은미 등, 2009), 사회적으로 부과된 완벽주의(김진영, 2010), 공적 자의식과 자기비난(이아름, 2011), 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움(오하연, 2012), 평가염려 완벽주의(박영주, 2013), 내면화된 수치심과 사회적 자기효능감(최인선, 2013) 등이 있다. 하지만 기존 연구들의 제언에 따르면, 내현적 자기애와 사회불안의 매개변인에 대한 경험적인 연구들이 아직 미흡한 실정이라 반복검증으로 자료들이 축적될 필요가 있고, 연구된 대부분의 매개변인들의 설명량이 작게 나타나 내현적 자기애와 사회불안 간의 관계를 설명하는데 지속적인 탐색이 필요하다고 언급하였다(권은미 등, 2009; 윤성민, 신희천, 2007; 최인선, 2013; 한혜림, 2004). 또한 최근에서야 내현적 자기애가 사회불안을 일으키는 근본적 원인이라는 가정에 관심이 집중되어 지속적인 연구가 필요한 실정이다(권은미 등, 2009; 최인선, 2013).

내현적 자기애와 사회불안의 매개변인에 대한 기존의 경험적 연구들을 종합해보면, 사회불안과 사회공포증의 원인으로 강조되어 온 인지적 오류(Clark & Wells, 1995; Heinrichs & Hofman, 2001; 김남재, 2004에서 재인용)와 정서조절의 실패가 차지하는 요소로 크게 나뉘볼 수 있다. 따라서 내현적 자기애와 사회불안 간의 관계를 설명하는데 정서적인 측면과 인지적인 측면을 나타내는 과정변수들을 선정하여 통합적 관계 모델을 구축하는 것이 두 변수 간의 관계를 설명하는데 합리적으로 여겨진다(최인선, 2013).

한편, ‘정서조절곤란’은 내현적 자기애자(서선이, 2007)와 사회불안(오은혜, 노상선, 조용래, 2009)을 지닌 사람들이 보이는 정서조절의 어려움을 내포하고 있고, ‘평가염려 완벽주의’는 내현적 자기애가 지닌 완벽하고자 하는 욕구

를 포함하고 있으며, 지나치게 높은 기준을 제시하고 타인의 평가를 염려하는 비합리적인 신념과 부정적인 자동적 사고, 역기능적 신념(김정은, 손정락, 2012)에 바탕을 두고 있어, 사회불안을 경험하게 하는 인지적 요인으로 생각해 볼 수 있다.

Freud(1953)는 자기애적 행동 특징의 하나로, 자기충분성과 완벽함에 대한 추구를 기술하였고, Kernberg(1975)는 타인의 칭찬에 과도하게 의존적이고 완벽한 지혜에 강한 욕구가 있다는 점을 보고하였다(이원희, 안창일, 2005). 이것은 자기애자들이 완벽함을 추구하고 자신이 수행하고 있는 일을 철저하게 행하고자 하는 완벽주의적 기준을 가지고 있음을 시사한다. 완벽주의는 과도하게 높은 기준을 설정하고 이를 끊임없이 노력하는 과정에서 이상적 자기와 실제적인 자기 사이의 불일치를 자주 경험하게 한다. 따라서 이런 특징이 있을 경우, 사람들의 부정적인 피드백에 취약해지고 대인관계에 불편감을 느껴 사회불안을 쉽게 경험하게 된다.

경험적 연구에서도 내현적 자기애와 사회불안 사이에서 완벽주의 성향이 높을수록 사회불안을 더 예측하게 된다는 결과를 보여주었다(김나예, 2012; 김진영, 2011; 박영주, 2013; Hewitt & Flett, 1991b). 평가적 피드백과 생활사건에 따른 외현적, 내현적 자기애성향자의 자존감변화를 연구한 최정인(2012)은 내현적 자기애 집단이 긍정적 피드백과 부정적 피드백에 따라 자존감의 변화가 크게 나타나는 점을 확인하였다. 이러한 결과는 취약한 자기상을 보상하기 위해 타인의 피드백에 예민하게 반응하며 더 나은 모습을 보이려 노력하나 원하는 피드백을 받지 못할 시, 자존감이 낮아지며 관계 면에서도 위축감을 경험할 것을 예상하게 해준다.

한편, 완벽주의와 사회불안의 선행연구를 살펴보면 완벽주의를 정의하는 방식에 따라 연구결과가 일치하지 않는다는 보고가 있는데, 이는 완벽주의를 다차원적인 개념으로 정의하고 평정하는 방식에 따라 완벽주의와 사회불안의 관련성을 설명하였기 때문이다(김민선, 서영석, 2009). 예를 들어, Frost 등

(1990)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Frost Multidimensional Perfectionism Scale; 이하 FMPS)의 하위요인인 ‘실수에 대한 염려’와 ‘수행에 대한 의심’은 우울 및 사회불안(Frost, Martin, Lahart, & Rosenblate, 1990)등 심리적 고통과 관련이 있는 것으로 나타난 반면, Hewitt와 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Hewitt Multidimensional Perfectionism Scale; 이하 HMPS)의 하위개념인 ‘자기 지향적 완벽주의’는 부끄러움, 부정적 평가에 대한 두려움, 사회적 자아존중감과 유의미한 상관 없이(Flett, Hewitt, & Derosa, 1996), 사회불안 집단과 사회불안이 없는 집단을 구분하지 못했다(Alden, Bieling, & Wallace, 1994; 김민선, 서영석, 2009에서 재인용). 반면, HMPS의 또 다른 하위요인인 ‘사회부과적 완벽주의’는 외로움, 부끄러움, 부정적 평가에 대한 두려움, 사회적 자아존중감과 관련이 있는 것으로 나타났다(Flett et al., 1996).

이러한 한계점을 극복하기 위해, Frost, Heimberg, Holt, Mattia와 Neubauer(1993)는 두 개의 대표적인 다차원적 완벽주의 척도들을 요인 분석하여 기능적 차원의 완벽주의와 역기능적 차원의 완벽주의로 분류하였고, 이를 토대로 Dunkley와 Blankstein(2000)가 역기능적 차원의 완벽주의를 ‘평가염려 완벽주의’로, 기능적 차원의 완벽주의를 ‘개인기준 완벽주의’로 구분하였다. 평가염려 완벽주의는 부과된 기준에 도달하기 위해 요구되는 높은 수행 수준과 자신의 현 능력 간의 불일치를 지속적으로 인식하고, 실수에 대한 염려와 자기수행의 의심을 지속하며, 신랄하게 자신을 비난하고 타인의 비판과 기대를 습관적으로 염려하는 것을 말한다(서은경, 2011). 반면에 개인기준 완벽주의는 자신에게 높은 기준과 목표를 설정하고 성취 지향적이며 엄격한 자기평가를 포함하는 면이 평가염려 완벽주의와 비슷하지만, 타인의 인정이나 부정적 평가에 대한 두려움은 포함하지 않아 성취 지향적이고 긍정적인 면이 강한 것으로 구분된다(김현희, 2011). 평가염려 완벽주의에는 경험적 연구에서 사회불안과 관계가 있다고 보고된 하위개념들이 포함되어 있고, 설명되어

진 특징들이 사회불안을 일으킬만한 인지적 요인으로 작용하므로 내현적 자기애와 사회불안을 설명하는 매개변수로 타당하게 여겨져 이를 본 연구의 매개변수로 채택하였다.

또한, 본 연구에서는 내현적 자기애와 사회불안에 영향을 미치는 과정에서 정서조절곤란이 매개변수로서 기능할 것을 가정하였다.

Larsen과 Diener(1987)는 강렬하게 경험한 정서자체는 문제가 안 될 수도 있지만, 적절하게 정서를 조절하지 못하는 것은 심리적 부적응에 영향을 미친다고 말하며(서선이, 2007에서 재인용) 정서조절의 중요성을 강조하였다.

내현적 자기애 성향자들은 자신의 감정을 적절한 수준과 적절한 방식으로 표현하지 못하고 지나치게 억압하고 누르며 마음속에 쌓아두거나 수동공격적인 방식으로 표현하는 등 정서조절의 실패를 경험한다(한수정, 권석만, 2000). 선행연구에서도 외현적 자기애자들에 비해 내현적 자기애자들이 분노, 우울, 불안, 공격성 등 역기능적인 정서를 더 많이 겪는 것으로 보고하고 있어(강선희, 정남운, 2002; 박세란, 신민섭, 이훈진, 2005; 이준득, 서수균, 이훈진; 2007; Wink, 1991), 내현적 자기애 성향자들의 정서조절의 어려움을 추정할 수 있다. 이를 바탕으로 서선이(2007)는 내현적 자기애와 심리적 부적응 간의 관계에서 정서조절의 효과성을 검증하였고 내현적 자기애자들이 겪고 있는 심리적 부적응 문제가 정서조절의 실패에 기인하는 것을 입증하여, 내현적 자기애와 정서조절곤란 간의 관련성을 예측하게 하였다.

한편, Summerfeldt, Kloosterman, Antony와 Parker(2006)는 정서를 적응적으로 관리하고 조절하는 것이 수행불안과는 관련이 없지만, 대인불안과는 높은 상관성이 있다고 언급하며, 대인관계의 적응을 예측하고 궁극적으로는 대인불안을 감소시키는 요인으로서도 정서조절이 영향을 미친다고 설명하였다. 또 다른 연구에서는 자신의 정서를 명확히 인식하고 스스로 자신의 정서 상태를 조절할 수 있는 능력이 있다고 생각하는 것은 불안수준을 떨어뜨리고 자기효능감에 영향을 미치는 중요한 심리적 적응 변인으로 거론되었다

(Fernández-Berrocal, Alcaide, Extremera, & Pizarro, 2006). 또한 정서에 대한 불충분한 이해와 부정적인 반응은 사회불안장애와 관련이 있는 반면, 적응적인 정서관리는 사회불안장애를 유의미하게 예측하지 못한다는 연구결과(Mennin, Holaway, Fresco, Moore, & Heimberg, 2007)를 보고하여 정서조절과 사회불안과의 밀접한 관계를 나타내었다. 국내에서는 대학생들을 대상으로 정서조절곤란이 사회불안에 미치는 영향을 검증하였는데, 우울 및 부정적인 사회적 자기개념을 통제하고도 정서조절곤란이 사회불안을 유의미하게 예측하여 정서조절곤란이 사회불안을 측정할 수 있는 예측변인으로 보고되었다(오은혜 등, 2009).

위와 같은 선행연구 결과들을 종합해볼 때, 내현적 자기애가 사회불안에 미치는 영향에서 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란이 매개변인으로서 기능할 것이라는 추측이 가능한데, 그럼에도 불구하고 이 변인들이 동일한 표집에서 검증된 적이 아직까지 없다.

이에 본 연구에서는 동일한 표집을 대상으로 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란이 내현적 자기애와 사회불안의 관계를 매개하는지 검증함으로써, 통합적 관계 모델을 구축하고 치료적 계획을 세울 시, 두 변인 간의 메커니즘(mechanism)을 이해할 수 있도록 제시하고자 한다. 또한, 두 매개변인이 각각 상대적으로 기여하는 정도를 살펴봄으로써 각 변인 사이의 역동들을 보다 명쾌하게 이해하는데 경험적인 증거를 마련하고, 내현적 자기애자의 사회불안을 치료하는 상담 장면에서 보다 다루기 쉬운 요인들에 초점을 맞추어 효과적인 치료적 계획 및 심리치료 개입에 제안점을 제시하고자 한다.

2. 연구 문제

1) 연구문제 및 가설

본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

【연구문제 1】 내현적 자기애, 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안 간에는 유의미한 상관성이 있는가?

가설 1-1. 내현적 자기애는 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안과 정적상관이 있을 것이다.

가설 1-2. 평가염려 완벽주의는 정서조절곤란, 사회불안과 정적상관이 있을 것이다.

가설 1-3. 정서조절곤란은 사회불안과 정적상관이 있을 것이다.

【연구문제 2】 내현적 자기애는 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란을 매개로 사회불안에 영향을 미치는가?

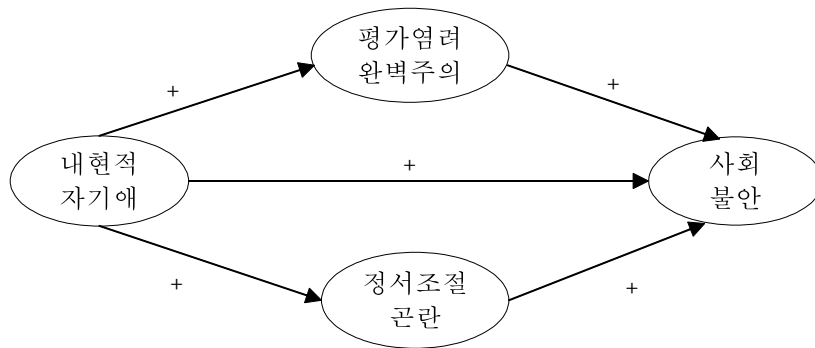
가설2-1. 내현적 자기애는 평가염려 완벽주의를 매개로 사회불안에 정적으로 영향을 미칠 것이다.

가설2-2. 내현적 자기애는 정서조절곤란을 매개로 사회불안에 정적으로 영향을 미칠 것이다.

가설2-3. 내현적 자기애는 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란을 매개로 사회불안에 정적으로 영향을 미칠 것이다.

2) 연구모형

본 연구에서는 [연구문제 2]의 내현적 자기애와 사회불안과의 관계에서 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란의 매개효과를 알아보고자, 연구모형을 <그림 1>과 같이 설정하였다.



<그림 1> 연구모형

Ⅱ. 이론적 배경

1. 내현적 자기에

1) 자기에의 개념

자기애(自己愛)란 ‘자기 자신의 이미지에 대한 사랑’(Laplanche & Pontalis, 1973)을 일컫는 말로 자신의 모습을 보고 사랑에 빠지게 되어 죽음에 이르게 되었다는 그리스 신화에서 비롯되었다.

Havelock Ellis(1898)는 이 신화에 빗대어 자기 예찬(self-admiration)에 몰입하는 성도착증 환자를 ‘Narcissus-like’로 묘사하였고(Morrison, 1986 이만홍, 육기환, 1996 재인용), 이듬해 Paul Nacke(1899)가 Ellis의 사례를 언급하면서 ‘Narcissus’라는 용어를 처음 사용하였다(Akhtar & Thomson, 1982). 이를 본 Freud(1910)는 자기에에 큰 관심을 보이며 최초로 심리학적 설명을 제시하였는데, 이때부터 자기에는 Freud의 임상적 사고에서 중요한 구성개념이 되었고, 이를 따르는 후학들이 수정 혹은 발전시키면서 그 맥을 이어나갔다(박영주, 2013).

Freud는 1914년 『자기애에 대하여(On narcissism)』에서 자기애를 ‘심리적 에너지가 자신에게로 향하여 자신의 신체를 성적인 대상으로 취급하는 태도’로 보았고, 성장하는 과정에서 성숙한 형태로 발전하지 못하면 병리적인 자기애가 나타난다고 설명하였다.

갓 태어난 아기는 자신과 외부세계를 구분하지 못하는 상태에서, 자신의 감각에 의존하여 배가 고프거나 기저귀가 젖으면 울어댄다. 이때마다 양육자가 배고픔을 채워주거나 기저귀를 갈아주는 경험을 하게 되어 자기 자신이 매우 중요하고 위대한 존재로 생각하게 된다. 이것을 ‘유아적 자기애(infantile narcissism)’ 또는 ‘일차적 자기애(Primary narcissism)’라고 한다. 이후, 어린

아이는 자신과 환경, 대상을 점차 구분하게 되고 양육자에 대한 인식이 생기면서 심리적 에너지가 타자로 옮겨지는 대상애(object-love)가 발달되는데, Freud는 타자와의 상호작용에서 자신의 소중함을 느끼고 생애 초기에 형성된 일차적 자기애와는 다른 ‘이차적 자기애(secondary narcissism)’를 키운다고 보았다. 하지만 이와 같은 정상발달 과정을 따르지 못하고 병리적인 자기애가 고착된 채 성인에 이르게 되면, 관심과 사랑의 대상이 오로지 자기 자신에 몰두하게 됨으로써 ‘부적응적인 자기애’가 된다고 설명하였다(권석만, 한수정, 2000).

한편, 대상관계 이론가인 Kernberg(1975)는 개인이 양육자와 같은 중요한 대상과 어린 시절에 경험한 심리적 표상이 성장과정에서 지속적인 영향을 미친다는 가정을 세웠다. 이에 근거하여, 어린아이가 주 양육자와 건강한 관계를 형성하지 못하고 지속적인 좌절과 애정결핍을 경험하게 되면 자기애적 성향을 갖게 된다고 보았다. 또한, Kernberg(1975)는 자기애의 핵심특성을 응대하지만 취약한 자기개념이라 말하며, 외견상의 자기평가는 자기방어 때문에 왜곡된 것으로 내면적인 실제 자기를 정확히 반영하지 못한다고 보았다(권석만, 한수정, 2000).

Kohut은 정신역동적 관점에서 자기(self)의 발달 과정과 성격장애의 관계를 정립한 ‘자기심리학(self psychology)’ 창시자로서, 특별히 자기애에 관한 독창적인 이론을 전개하였다. Freud(1909)가 자기애를 대상관계(object relation)로 가는 발달의 전조 단계로 바라본 것과 달리, Kohut(1971)은 응대한 자기(grandiose self)와 이상화된 부모상(idealized parental image)이 각기 다른 발달 경로를 갖는다는 ‘두 축 이론(Double axis image)’을 제안하였다. 이를 구체적으로 살펴보면, 대략 5~7세경에 두 축이 합쳐져 통합된 자기를 형성하는데, 이때 아이의 욕구를 부모가 적절히 공감하고 양육하면서 시의적절한 좌절을 제공하면 ‘이상화된 부모상’을 얻게 되고, 이는 목표와 이상이라는 삶의 방향성을 갖도록 돕는다. 또한 ‘응대한 자기’로 표현되는 자기애의 발달

경로는 적절한 좌절(optimal frustration)을 통해 현실적인 자기-인식을 하게 되고, 이것이 삶을 살아갈 에너지 역할을 하게 된다.

한편, Kohut(1971)은 자기애를 병리적인 시각으로 보았던 기존의 주장들과 달리, 정상적인 발달(normal development)과정이자 건강한 자아를 형성하기 위한 필수 과정으로 생각하였는데, 이러한 관점은 자기애를 인간 누구에게나 보편적으로 존재하는 성격구조의 한 부분으로 보게 했고, 건강한 자기 몰입이 삶과 대인관계를 발전시키는 원동력이란 시각을 갖게 하였다(이만홍, 육기환, 1996). 반면에 병리적인 자기애는 양육자가 아이에게 제대로 공감해주지 못하거나 이상화 모델이 되지 못할 때 새로운 자기대상(self object)을 찾는 과정에서, 주변 사람들을 독립된 개인이 아닌, 자신의 자기애적인 욕구를 충족시켜줄 대상으로 간주함으로써 발달된다고 설명하였다(정미라, 2010). 병리적인 자기애는 비현실적인 웅대한 모습과 과장된 자기존중을 보이고 다른 사람이 자신을 향해 주목해 줄 것을 요구하기 때문에 이들이 자존감에 상처를 입으면 웅대성이 반사적으로 증가하게 되어, 자존감 유지를 위해 지나치게 과민하고 방어적인 행동양식을 나타내곤 한다(한혜림, 2004).

이후, 자기애에 대한 경험적인 관심이 증대되면서 위와 같은 이론들을 바탕으로 DSM-III(APA, 1980)에 자기애적 성격장애(Narcissistic Personality Disorder)가 처음으로 포함하게 되었다. DSM-IV(APA, 1994)에 서술된 자기애성 성격장애의 진단 준거를 살펴보면, (1) 자신의 중요성에 대한 과장된 시각을 갖고 있다. (2) 끝이 없는 성공에 대한 공상과 권력, 탁월함, 아름다움, 또는 이상적인 사랑에 대한 공상에 자주 사로잡힌다. (3) 자신이 특별하고, 독특하다고 믿고, 특별한 사람이나 상류층의 사람들만이 자신을 이해할 수 있고, 또한 그런 사람들(혹은 기관)하고만 어울려야 한다고 믿는다. (4) 과도한 찬사를 요구한다. (5) 특권의식을 가진다. (6) 대인관계가 착취적이다. (7) 감정이입 능력이 결여되어 있다. 타인들의 감정이나 요구를 인정하거나 확인하려 하지 않는다. (8) 자주 타인들을 질투하거나 타인들이 자신에 대해 질투

하고 있다고 믿는다. (9) 거만하고 방자한 행동이나 태도를 보인다(권석만, 한수정, 2000).

2) 내현적 자기애와 외현적 자기애의 특징

앞서 기술된 DSM-IV의 자기애성 성격장애 기준들은 Kernberg(1975)가 기술한 특성에 따라 주로 공격적이고 외현적인 측면이 강조되어 있다. 하지만 현대의 많은 이론가와 연구자들은 DSM-IV에 제시된 자기애와 표면적으로 다른 특성을 보이지만 유사한 역동과 인지적·정서적 특성을 지닌 병리적 자기애가 존재한다는 것에 주목해 왔다. 특히 Wink(1991)가 제안한 발현 양상에 따른 외현적 자기애(overt narcissism)와 내현적 자기애(covert narcissism)의 구분은 자기애의 하위 유형을 설명하는데 가장 보편적인 기준이 되어왔는데, Kernberg(1975), Kohut(1977), 그리고 Akhtar & Thomson(1982)에 의해서도 이론적으로 제안된 바 있다. 또한 이러한 구분은 기존의 자기애 척도들 간에 상호상관이 부족하고, 이들을 요인 분석했을 때 두 개의 요인이 도출된다는 연구 결과들을 통해서도 지지받았다(Hendin & Cheek, 1997; Mullins & Kopelman, 1988; Rathvon & Holmstrom, 1996; Wink, 1991).

외현적 자기애는 제 3자가 객관적으로 관찰할 수 있을 만큼 자기애적인 속성이 외적으로 드러나는 경우로, DSM-IV에 제시된 자기애성 성격장애의 진단 기준에 잘 부합된다. 즉, 외현적 자기애 성향이 높은 사람은 자신의 중요성을 과장되게 지각하고, 성공과 권력, 이상적 사랑에 대한 공상에 자주 빠지며, 과도한 찬사를 요구하고, 특별한 대우를 바라며, 타인을 이용하고 착취하는 모습을 보이고 공감하지 못하며, 거만한 특징(Akhtar & Thompson, 1982; Kohut, 1977)을 보인다. 반면에 내현적 자기애는 겉으로는 잘 드러나지 않지만 내면의 깊은 곳에 자기애적인 성격적 역동과 기제를 지니고 있다.

내현적 자기애자는 다른 사람의 반응에 매우 민감하고 수줍음을 많이 타며, 지나치게 감정을 억제하고 작은 일에도 쉽게 상처입고, 수치심과 굴욕감을 자주 느낀다. 이러한 ‘과민한’ 행동양상은 ‘나는 못하는 것이 있어선 안 되고, 밋보여서도 안 되며 상처받거나 거절당해서도 안 된다’는 불합리한 신념을 갖게 되고, 부족한 자신의 모습은 받아들이지 못한다는 면에서 ‘자기애적’ 혹은 ‘자기도취적’인 개념으로 이해될 수 있다(권석만, 한수정, 2000).

한편, Cooper(2000)는 두 자기애 유형이 공통된 역동을 지니면서도 서로 다른 현상적 모습을 보이는 이유가 손상된 자기표상을 복구하기 위해 취하는 방어 유형의 형태가 다르기 때문이라고 설명하였다. 외현적 자기애의 경우 적극적으로 타인의 찬사를 요구하고 웅대성을 과시하는 방식으로 취약한 자기를 방어하지만, 내현적 자기애는 타인의 반응에 예민하고, 비판이나 비난을 받을 만한 상황을 회피하는 방식으로 취약한 자기를 보호하는 것으로 바라봤다(박세란 등, 2005 재인용).

이와 관련하여 외현적 자기애와 내현적 자기애 특징을 다룬 선행 연구를 살펴보면, 정남운(2001)은 과민성 자기애척도(the Hypersensitive Narcissism Scale: Hendin & Check, 1997) 타당화 연구에서 외현적 자기애 성향자가 내현적 자기애 성향자 보다 능동적이고 적극적이며 타인의 평가를 긍정적이라고 믿으며 방어적인 지각을 하는 반면, 내현적 자기애 성향자는 부정적 평가를 예상하고 자신을 내향적이고 우울하다고 보고하며 자기고양식 방어를 하지 않았다. 또한 유의미한 상관을 보인 두 요인을 평가 예민성과 자기몰입으로 명명하고 대인관계 원형모델에서 어느 위치에 해당하는지를 확인하였을 때, 내현적 자기애 성향은 다소 수동공격적인 행동과, 외현적 자기애 성향은 상당히 비우호적이고 냉정한 행동과 관련이 있는 것으로 나타났다. 이것은 내현적 자기애가 타인의 부정적인 평가가 두려워 거리를 두는 방식으로 회피하는 태도를 시사한 것으로 이해된다.

다른 연구에서는, 내현적 자기애 집단이 외현적 자기애 집단보다 더 적대

적이지만 분노는 더 억제하여 겉으로 드러나는 분노행동이 다르게 나타날 것으로 예측하였고, 낮은 자기개념 명료성은 내현적 자기에 집단만의 병리적 특징이라 설명하였다(이훈진 등, 2007). 또, 박세란 등(2005)은 외현적 자기에 성향자들이 자기평가가 긍정적이고 우울 수준이 낮은 것에 반해, 내현적 자기에 성향자들은 자존감이 낮고 자기개념이 부정적이며 우울하고 부정적 평가에 대한 두려움이 높다고 보고하였다.

따라서 상담 장면에서 자기에적 문제로 만나게 될 내담자들은 내현적 자기에 성향일 가능성이 높다고 여겨져, 본 연구에서는 내현적 자기에 초점을 맞추어 연구하였다.

3) 내현적 자기에

내현적 자기에 성향자는 크게 인지적·정서적·대인관계적 측면으로 그 특성을 설명할 수 있다. 먼저 인지적 측면부터 살펴보면, 내현적 자기에 성향자들은 자신의 수행과 유능감을 낮게 평가하고, 사건에 따라 다른 귀인방식을 보이며 불안정한 방어전략을 사용하는 등 자기개념의 취약성을 갖고 있다(박세란 등, 2005). 또한, 타인의 언행을 자신과 관련시켜 해석하는 개인화(personalizing)나 사소한 단서를 자기에 대한 공격과 비난으로 극대화하여 해석하는 파국적 사고(catastrophic thinking), 흑백논리 식의 이분법적 추론(dichotomous reasoning)등 인지적 오류를 자주 사용한다(권석만, 한수정, 2000).

정서적 측면에서는 적대감을 많이 느끼는 것에 비해 분노표현은 억제하는 편이라 부정적 정서경험에서 쉽게 헤어 나오지 못한다(이준득 등, 2007). 또한, 수치심이 높은 편(박경순, 2011; 한혜림, 2004)이며 우울이나 불안과 같은 심리적 부적응과 밀접한 관련이 있다. 과민하고 취약한 특성을 지닌 내현적 자기에는 타인과 비교하고 타인의 부정적 평가에 민감하여 자신의 존재를 무

가치하게 느끼고 자신의 삶은 불행하다고 여겨 쉽게 우울감에 빠지는 것으로 보인다(이승현, 2011).

대인관계 측면을 살펴보면, 다른 사람의 입장을 진심으로 이해하거나 공감하지 못하고 상대방이 바라는 방식대로 배려하지 못하여 피상적인 인간관계를 맺기 쉽다(권석만, 한수정, 2000). 부정적 평가에 대한 두려움이 커서 자신의 모습 그대로를 드러내지 못하기 때문에 깊이 있는 대인관계를 맺지 못하고 회피하거나 거리 두는 방식으로 관계를 형성하는 편이다(정남운, 2001).

2. 사회불안

1) 사회불안의 개념

사회불안은 대인관계에서 경험하는 불안을 일컫는 말(이정운, 1996)로 사회 안에서 누구나 쉽게 경험할 수 있다. 한국에서는 2011년 기준으로 사회공포증의 평생유병률이 0.5%(보건복지부, 2012)로 보고되었지만, 사회불안의 핵심이 다른 사람들이 자신을 어떻게 보는가와 관련된 염려라는 점을 감안해 볼 때, 실제로 조사된 결과가 과소평가되었을 가능성이 있어(김은정, 2000) 보다 많은 사람들이 경험하고 있을 것으로 추측된다.

Vertue(2003)는 개인이 생존하기 위해 사회적 집단과의 유대를 유지해야 하는데, 이 점에 있어서 사회불안이 '적응적인 정서'라고 언급하였다. 누구나 쉽게 경험할 수 있고, 위급한 상황에서 자신을 보호하는 차원에서 이러한 점이 받아들여질 수 있지만, 사회적 상황이나 활동 상황에서 지속적인 두려움을 보이고, 그런 상황에서 창피하고 당황스럽게 행동할까봐 두려움이 증가되면 사회불안 장애 또는 사회공포증(APA, 1994)으로 진단될 수 있다. 이러한 맥락에서 사회불안과 사회공포증의 차이는 질적인 것이라기보다 양적인 것으로 이해할 수 있고, 사회불안이 사회공포증과 연속선상에 놓인 개념으로 설명될

수 있다(Leary & Kowalski, 1990; Rapee, 1995; 최인선, 2013에서 재인용).

사회불안장애는 바람직한 인상을 만들려는 욕구와 그렇게 할 수 있는 자신의 능력에 대한 불안정감이라는 두 가지 요인의 함수관계라 할 수 있다(김은정, 2000). 다른 사람으로부터 사회적 인정을 받는 데 과도하게 관심이 있지만, 타인의 부정적인 평가가 매우 위협적으로 느껴지는 사람만이 사회불안장애를 겪게 된다.

사회불안 장애의 진단기준을 살펴보면, 첫째, 사회적 상황에서 느끼는 불안이나 공포가 지나치게 강하고, 둘째, 공포반응이 그 사람이 처한 상황에서 합리적이고 정상적인 반응이 아니어야 한다. 셋째, 사회적 상황에서 느끼는 불안이나 공포로 인해 학업, 직업 및 사회생활에 현저한 지장을 받는 경우, 넷째, 대부분의 사회적 상황이나 수행 상황을 회피하지만, 이를 피하지 못할 시에는 극도의 두려움이나 불안을 감내하면서 그 상황을 견뎌내는 경우가 포함된다. 다섯 번째, 자신의 공포가 과도하고 비합리적인 것을 알고 있고, 여섯 번째, 타인이 자신을 불안하고 나약하고 ‘미친’ 혹은 바보 같은 사람이라고 판단할까봐 두려워하며, 일곱 번째, 사회적 상황에 처하기 훨씬 이전에 현저한 예기 불안을 보이는 경우가 허다한 경우가 이에 해당된다. 사회불안을 설명하는 대표적인 모델로는 Leary와 Kowalski(1990)의 자기 제시 모델이 있다.

사회불안을 설명하는 인지이론 중 하나인 자기제시이론(Self-Presentation Theory)은 타인에게 좋은 인상을 주고 싶은 동기는 높지만 이를 해낼 수 있다는 기대가 낮을 때 사회불안이 생긴다고 보았다(Leary, 1982; 김민경, 현명호, 2013에서 재인용). 자기제시는 “다른 사람이 자신에 대해 갖게 되는 인상을 통제하고자 하는 노력”으로, 어떠한 대인 관계적 목적과 효과를 지닌 행동이다(Leary & Kowalski, 1990). 자기제시 모형의 두 가지 중요한 개념은 자기제시 동기와 자기제시 기대로, 자기제시동기(self-presentation motivation)는 어떤 특정한 인상을 타인에게 보이려는 동기를 뜻하며, 자기제

시기대(self-presentation expectancy)는 성공적으로 타인에게 특정한 인상을 보일 수 있을 것이라는 기대라 말할 수 있다. 이 모델은 사회불안을 일으키는 원인으로 자기제시를 이해하는 것이 도움이 된다는 사실을 시사한다.

한편, 사회불안의 의미가 광범위하여 혼란을 가져올 수 있으므로, 본 연구에서는 실제 혹은 가상의 상황에서 대인적 평가를 예견함으로써 생기는 상호작용 안에서 일어나는 불안을 사회불안으로 정의한다.

3. 완벽주의

1) 완벽주의의 개념

완벽주의란 지나치게 높고 엄격한 비현실적인 기준을 세워두고 그 기준에 도달하고자 끊임없이 노력하는 것으로(Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990) 성취지향적인 면이 있어 경쟁적이고 성과중심적인 현대 사회가 요구하는 성향일 수 있다. 개인의 입장에서 보더라도 높게 세운 목표를 지속적인 노력 끝에 달성하게 되면 만족감과 자신감이 클 것이기 때문에 긍정적으로 여겨질 수 있다. 하지만 이러한 기준이 점점 높아져 이상적인 목표를 이루지 못하게 되면 실패감, 수치심, 분노 등의 정서를 경험하며 자기를 비난하고 우울해지기 쉽다. 이처럼 완벽주의는 정도의 차이에 따라 긍정적인 면과 부정적인 면을 모두 가지고 있다고 볼 수 있다.

Hamacheck(1978)는 완벽주의를 심리학적으로 가장 먼저 정의한 사람으로, 이를 정상적인 완벽주의와 신경증적인 완벽주의로 나누었다. 정상적 완벽주의자는 끊임없이 노력하며 진정한 기쁨을 느끼는 사람으로 높은 만족감과 자존감을 갖는다. 이는 자기 자신에게 높은 기준을 부과하고 끊임없이 노력하며 다른 사람의 인정을 중요시 여기는 면이 신경증적 완벽주의와 비슷하지만, 상황에 따라 완벽하려는 모습에서 언제든지 벗어날 수 있고 자신의 한계

와 상황적 한계를 받아들일 수 있다는 차이가 있다. 반면에 신경증적 완벽주의자는 자기가 도달할 수 없는 높은 기준을 부과하면서 신랄하게 자기를 평가하고 자신의 작은 실수도 심하게 비난하여 어떤 일을 하든지 불만족스럽고 열등감을 경험한다. 또한 실패에 대한 두려움이 커, 새로운 일을 시작하기가 어렵고 이에 불안해한다(박소영, 2005에서 재인용).

이 같은 부정적인 면이 강화된 신경증적인 완벽주의와 긍정적인 면이 부각된 정상적인 완벽주의의 구분은 1990년대에 들어서면서 다차원적인 개념으로 확대되어, 단일 차원의 구성개념에 머물렀던 초기 연구(Burns, 1980; Pacht, 1984; 박영주 2013에서 재인용)를 체계적으로 확장시켰다. 이때 개발된 완벽주의 척도는 Frost 등(1990)의 다차원적 완벽주의 척도(Frost Multidimensional Perfectionism Scale: 이하 FMPS)와 Hewitt과 Flett(1989)의 다차원적 완벽주의 척도(Hewitt Multidimensional Perfectionism Scale: 이하 HMPS), Slaney와 Johnson(1992)이 개발한 완벽성향 척도(Almost Perfectionism Scale: 이하 APS)이다.

먼저, Hewitt와 Flett(1991a)는 완벽주의적인 행동의 대상이 누구인지 또는 완벽주의적인 행동이 누구에게 귀인 되는지에 따라 ‘자기 지향적 완벽주의’와 ‘타인지향적 완벽주의’, 그리고 ‘사회적으로 부과된 완벽주의’ 이렇게 세 가지 차원으로 구분하였다. 자기 지향적 완벽주의는 개인 내 차원으로 자신에게 지나치게 높은 기준을 세우고 엄격하게 평가한다. 타인 지향적 완벽주의는 타인이 완벽하기를 바라는 것으로 자기 지향적 완벽주의와 달리 높은 기준과 평가가 타인을 향하는 경우를 말하며, 중요한 타인이 기준에 부합하지 않을 때 적대감을 경험하기도 하여 대인관계에 문제가 예상된다. 마지막으로, 사회적으로 부과된 완벽주의는 세 가지 유형 중에서도 여러 연구에서 일관되게 부정적 속성이 있는 것으로 보고되었는데(Chang & Rand, 2000), 이는 타인이 자신에게 부과하는 기대나 수준을 충족시키지 않으면 자기를 거부할 것이라는 비합리적 신념과 관련된다.

Frost 등(1990)은 완벽주의자들이 보이는 인지, 행동, 발달적 측면을 고려하여 ‘실수에 대한 염려’, ‘수행에 대한 의심’, ‘부모의 기대’, ‘부모의 비판’, ‘개인 기준’, ‘조직화’로 구성된 다차원적 완벽주의 척도를 개발하였다. 6개의 하위척도를 각각 살펴보면, 첫째, 실수에 대한 염려는 성취에 대한 욕구보다 실수나 실패에 대한 두려움 때문에 노력하는 것으로 과도한 염려를 반영한 것이고, 둘째, 수행에 대한 의심은 자신의 과제 수행 능력에 대한 의심을 반영한다. 셋째, 부모의 기대는 자신에게 부여되는 부모의 높은 기대에 대한 인식을 말하며, 넷째, 부모의 비판은 부모가 자신의 실수나 실패에 대해 지나치게 비판적이라고 생각하는 경향을 나타낸 것이다. 다섯 번째, 조직화는 정리정돈과 조직화하는 것을 선호하는 것이고, 마지막으로 여섯 번째, 개인 기준은 자신에게 매우 높은 기준을 세우는 경향과 긍정적 자기개념을 포함한다(Frost 등, 1990; 김정화, 2011).

Slaney와 Johnson(1992)는 완벽주의의 정의적 속성에 긍정적인 측면과 부정적인 측면이 모두 있는 것에 착안하여, 이를 함께 측정할 수 있는 척도개발의 중요성을 주장하였다. 이에 따라 완벽주의의 긍정적 측면과 부정적 측면을 포함하는 완벽성향 척도(APS)를 개발하였고, 1996년에는 3가지 차원의 완벽성향 척도 개정판(APS-R)을 발표하였다. 하위요인으로는 높은 기준, 질서, 불일치 이렇게 3가지 차원이며, 요인별 구성내용은 다음과 같다. 첫째, 높은 기준은 자신의 행동이나 수행에 대한 높은 기준을 설정하는 것이고, 둘째, 질서는 업무나 사물을 조직하는데 깔끔한 것을 선호하는 경향성을, 셋째, 불일치는 이상적인 자기와 실제적 자기 간에 차이를 지각하는 정도로 정의된다.

2) 평가염려 완벽주의의 개념

Dunkley와 Blankstein(2000)은 위에서 설명한 다차원적 완벽주의 척도들이,

비슷한 내용을 중첩시켜 측정하고 있는 점을 지적하며, 척도 재구성의 필요성을 제기하였다. 이에 다차원적 완벽주의 척도들을 재구성한 경험적 연구들이 축적되었고, 연구목적에 부합하는 보다 적절한 완벽주의 구성개념을 찾기 위해 세 척도들 중 두 가지 혹은 세 가지 모두를 사용하는 경우가 증가하였다(서은경, 2011).

다차원적 완벽주의 척도들의 재구성을 시도한 Dunkley와 Blankstein(2002)은 FMPS와 HMPS, APS-R에 대한 확인적 요인분석을 실시하여 적응적인 측면을 포함하고 있는 요인과 부적응적인 측면을 포함하는 요인, 2개의 상위 구조를 발견하였다. 여기서 적응적인 측면을 포함하는 요인은 개인기준 완벽주의(personal standards perfectionism)로, 부적응적인 측면을 포함하는 요인은 ‘평가염려 완벽주의’(evaluative concerns perfectionism)로 명명되었다.

하위요인을 살펴보면, 개인기준 완벽주의에는 HPMS의 자기 지향 완벽주의와 FMPS의 개인 기준, APS-R의 높은 기준이 확인되었고, 평가염려 완벽주의에는 HMPS의 사회적으로 부과된 완벽주의, FMPS의 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심, 그리고 APS-R의 불일치가 포함되었다.

개인기준 완벽주의자들은 성취 지향적이고 자신에게 엄격한 평가와 높은 기준을 갖는 반면, 타인의 인정이나 부정적 평가에 대한 두려움을 느끼지 않아 긍정적으로 평가된다(Hewitt & Flett, 1991b). 반면에 평가염려 완벽주의자들은 과도한 자기비판과 자기 책망으로 무가치감과 절망감을 쉽게 느끼고(Blatt, 1995), 실수를 실패로 해석하여 자신의 수행에 대한 가치를 저평가하는 경향이 있다(Juster, Heimberg, Frost, Holt, Mattia, & Faccenda, 1996). 또한 타인이 자신에게 세운 목표를 달성하지 못할 때 비난을 받을 것이라고 생각하여, 대인관계에서 친밀감을 형성하기 어렵고 스스로 거리를 두고 외로움을 느끼곤 한다(Dunkley & Blankstein, 2000).

이같이 완벽주의의 긍정적인 면과 부정적인 면을 살펴보면, 완벽주의의 높은 기준 자체가 문제로 여겨지는 것이 아니라, 개인기준 완벽주의적인 적응

적인 성향이 사용되는지, 평가염려 완벽주의적인 부적응적인 성향이 발휘되는지의 여부를 파악하는 것이 중요하게 생각된다.

4. 정서조절곤란

1) 정서조절과 정서조절곤란의 개념

‘사람은 감정의 동물이다’는 말이 있듯이 인간은 삶에서 다양한 정서를 경험하고 이를 표현하거나 참는 방식으로 사회에 적응한다. 이는 정서를 효과적으로 조절하는 것이 개인의 정신건강에 중요한 요소로 손꼽는 점이다(이지영, 2003; Salovey & Mayer, 1990). 하지만 18세기 이전까지만 하더라도 정서는 합리적인 사고와 행동을 방해하는 요인으로 여겨져 정서에 대한 부정적인 인식이 강하였고(Cole, Michel, & Teti, 1994), Kant로 대표되는 순수이성론은 인간이 감정을 억제하고 이성적인 행동을 하는 능력을 선천적으로 가지고 있는 점이 동물과 다르다고 주장하였다(이훈구, 이수정, 이은정, 박수애, 2002). 이러한 인식의 변화는 Darwin(1965)이 진화론적 입장에서 정서의 순기능에 초점을 맞춘 후부터 정서가 인류의 진화에 필요했던 적응적인 측면이라는 점에 관심을 갖기 시작했다(Cole, Michel, & Teti, 1994; Greenberg, 2002). 최근에는 정서를 개인의 삶에서 무시하거나 억제해야 하는 비합리적이고 본능적인 현상이 아닌 생존과 적응을 위해 고려해야 할 삶의 필수적인 부분으로 받아들여지고 있으며, 여러 연구자들이 정서에 대한 관심과 이를 조절하는 적응적인 방식에 관심을 갖게 되었다(이지영, 2003; Salovey & Mayer, 1990).

정서조절은 직접적으로 경험하는 정서경험과는 달리 정서관리(management)와 관련된 경험(Mayer, Salovey, Gomber-Kaufman & Blainey, 1991)으로 이해되는데, Levenson(1994)은 8가지로 정서조절의 양상

을 구분하였다. 첫째는 ‘통제의 방향’으로 정서를 억제할 것인가 확장할 것인가를 말하였고, 둘째는 ‘통제된 정서’의 수가 단일정서인지, 다중정서인지를 생각해야하며, 셋째는 정서강도 수준이 변화되는 것인지, 한 정서가 다른 정서로 대체되는 것인지, 정서를 숨기는 것이지를 말하는 ‘변화의 본질’이다. 넷째는 ‘시도되는 통제의 준거’로 조절하려는 바가 정서의 선행조건 혹은, 주관적 경험, 표현행동, 생리적 변화에 따라 구분하는 것이고, 다섯 번째는 ‘의도’로, 자발성과 비자발성과 관련되었으며, 여섯 번째는 의식적, 무의식에 따른 ‘자각’을 일곱 번째는 통제의 시작이라는 관점에서 정서조절을 경험되는 정서 이전과 이후에 하는 지로 살폈으며, 마지막으로 정서조절의 대상이 자신 혹은 타인 어느 쪽을 택하는지에 대한 ‘통제의 목표’로 구분하였다.

이처럼 정서조절은 한 가지 방략을 단편적으로 사용하여 이루어지는 것이 아니라, 처한 상황이나 겪는 감정 등에 따라 사용하는 방략들이 달라지며, 한 가지 이상의 방략들이 동원되어 여러 단계들을 거치는 복합적인 과정이다 (Greenberg, 2002). 정서조절의 복합적인 측면을 고려한 통합적인 개념제시로 주목을 받고 있는 Gratz와 Roemer(2004)는 정서조절과 정서조절곤란에 대한 기존의 개념들과 선행 연구들을 두루 살펴본 내용들을 바탕으로 정서조절에 대한 포괄적인 정의를 제안하였다.

Gratz와 Roemer(2004)가 정의한 정서조절의 개념은 정서를 자각하고 수용하여, 부정적인 정서를 경험할 때 부적절하거나 충동적인 행동을 억제하고 개인이 희망하는 목표와 일치되게 행동하는 능력이며, 개인적인 목표와 상황적인 요구를 충족시키기 위해 상황에 맞는 적절한 정서조절 전략을 발휘하는 융통성을 포함한다. 이러한 정서조절 능력이 결핍 될 경우 정서조절곤란이 발생한다고 보았다.

이에 기초하여, Gratz와 Roemer(2004)는 기존의 측정도구들보다 더 포괄적으로 정서조절곤란을 평가하기 위해 정서조절곤란 척도(Difficulties in Emotional Regulation Scale; DERS)를 개발하였고, 하위척도는 총 6 개로 정

서반응에 대한 비수용성, 목표지향적 행동의 어려움, 충동통제곤란, 정서적 자각의 부족, 정서적 명료성의 부족, 정서조절전략들에 대한 접근 제한의 개념을 포함한다.

정서조절곤란(difficulties in emotional regulation)과 관련된 많은 연구들에서 심리적 부적응 및 정신 병리에 대한 관련성을 보고하였는데, 이는 정서조절곤란이 인지적 기능을 손상시킬 뿐만 아니라 사회적·직업적 기능에 부정적인 영향을 미치기 때문(Cole, Michel, & Teti, 1994; Garber & Dodge, 1991)이라 생각하고, 정서조절의 실패를 정신 병리의 핵심으로 보았다. 이와 관련된 정신 병리로는 공황장애(Levitt et al., 2004), 섭식장애(Wagner & Linehan-fischer, 2001), 불안과 우울장애(Campbell-sills et al., 2006), 외상 후 스트레스장애(Price et al., 2005), 일반화된 불안장애(Menninetal, 2005) 등을 들 수 있다(양경은, 2010 재인용).

5. 내현적 자기애와 평가염려완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안의 관계

1) 내현적 자기애와 사회불안

대인관계에서 느끼는 사회불안의 특성은, 매사에 주목받고 칭찬받고 싶으면서도 자신을 무가치하게 여기고 평가에 예민하여 회피적인 방식으로 대인관계를 맺는 내현적 자기애와 상당한 관계가 있는 것으로 보인다.

사회적 상황이나 활동 상황에서 창피하고 당황스럽게 행동할까봐 두려움을 갖는 것은 사회불안 성향이 강한 사람들의 특징으로, 자기애자들은 이를 예측할 수 있는 역기능적 측면을 가지고 있다. 이는 자기애의 주요 특성인 거대자기 환상과 특권의식 및 양가적 자존감과 관련된 것으로 내현적 자기애만이 가지고 있는 고유특징을 고려해 봤을 때, 외현적 자기애와는 다른 양상으

로 사회불안에 영향을 미칠 것으로 생각된다(한혜림, 2004).

내현적 자기에 성향자들은 수줍음이 많고 대인관계에서 자신의 위치나 상황에 지나치게 민감하고 타인의 반응에 예민하다. 또한, 부정적 평가에 취약하여 이것에 늘 촉각이 곤두세워져 있고 가능한 한 다른 사람들이 자신을 좋게 봐주길 원하여 자신의 부족한 모습을 보이거나 창피를 당할 위기에 놓이는 것을 어떻게든 회피하려 들어 대인관계에서 쉽게 불편감을 느낀다(권석만, 한수정, 2000). 이는 외현적 자기애자가 취약한 자기상을 보상하기 위해 자기고양전략으로부터 이득을 얻는 것과 달리, 내현적 자기애자는 자기고양 전략에도 실패하여 자존감도 낮기 때문에(Rose, 2002; Wink, 1991), 다른 사람들과 관계를 형성해가는 데 있어서 일반사람들 보다 더 높은 수준의 불안을 경험할 것으로 예측된다.

이와 관련하여 여러 연구들에서 경험적으로 증명되었는데, 이인숙(2002), 박영주(2013) 등은 내현적 자기애와 사회불안 간에 높은 정적 상관이 있음을 보고하였고, 내현적 자기애 성향이 높을수록 불안 수준이 높고 완벽주의를 추구하게 되며, 강박증상을 보일 가능성이 높다고 밝혔다(박동숙, 2004). 또한 한혜림(2004)은 내현적 자기애가 수치심 경향성을 매개로 사회불안에 유의미한 정적 상관을 보인다고 보고하였다.

2) 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의

경쟁구조의 현대사회는 최선 보다 최고를 중요시 여기는 사회적 분위기로 변화해가고 개인주의 성향은 점점 짙어져, 자신만의 개성을 강조하고 표현하는 것이 긍정적으로 받아들여지고 있다. 어떤 점에선 이러한 사회적 분위기가 현대인들에게 완벽주의와 자기애적인 성향을 바라는 것으로 느껴지기도 한다.

완벽주의란 끊임없이 비현실적인 높은 기준을 유지하고자 하는 성향으로 자기애가 취약한 자기를 감추기 위해 방어적인 방법으로 웅대한 자기를 추구

하는 면이 비슷하다.

Freud(1953)는 자기애의 특성으로 자기충분성과 완벽함에 대한 추구를 기술하였고 Kernberg(1975)는 타인의 칭찬에 과도하게 의존적이고 완벽한 지혜에 강한 욕구가 있다는 점을 보고하고 있어, 이론적으로도 자기애성의 특성 중 완벽주의를 찾아볼 수 있다.

자기애성은 앞서 설명한 바와 같이 내현적 자기애와 외향적 자기애성향으로 구분되는데, 이원희, 안창일(2005)은 Robbins와 Dupont(1992)의 대인관계 원형 모델에서 외현적 자기애 성향자와 내현적 자기애 성향자가 각기 다른 하위척도끼리의 상관을 보인 점과 임혜진(1996)의 연구에 기초하여, 외현적 자기애와 내현적 자기애가 각각 다른 다차원적 완벽주의 하위척도와 관계를 맺을 것이라고 생각하였다. 이에 HMPS(Hewitt & Flett, 1991a)와 자기애적 성격검사(NPI), 자기애적 성격장애 척도(NPDS)를 가지고 요인분석한 결과, 자기 지향적 완벽주의는 외현적 자기애와 내현적 자기애에, 타인 지향적 완벽주의는 외현적 자기애에, 사회부과적 완벽주의는 내현적 자기애와 상관이 있는 것으로 나타났다. 이처럼 자기애 성향에 따라 다차원적 완벽주의의 각기 다른 하위요인과 관련성을 보여주어 두 자기애 간의 차이를 확인시켜주었고, 본 연구의 관심변인인 평가염려 완벽주의의 하위요인인 사회부과적 완벽주의가 내현적 자기애와 정적상관을 갖는 것을 확인할 수 있었다.

또한 내현적 자기애는 거대 자기에 대한 욕구로 이상적 자기에 대한 기준이 높지만 실제 상황에서는 자기고양의 실패로 실제 자기와의 불일치를 경험하게 되는데, 완벽주의를 설명하는 자기 불일치 이론(self-discrepancy theory, Higgins, 1987)은 이러한 내현적 자기애 성향과 비슷한 맥락을 설명하고 있어 둘 사이의 밀접한 관계를 예측할 수 있다.

3) 내현적 자기애와 정서조절곤란

자기에 성향자들은 자신의 감정을 적절한 수준으로 표현하지 못하고 지나치게 억압하고 누르며 마음속에 쌓아두거나 수동공격적인 방식으로 표현하는 면이 있다(한수정, 권석만, 2000). Morf와 Rhodewalt(1993)는 자기에 성향자들이 사람들의 무시나 부정적인 평가에 특히 취약해서 쉽게 자존감에 상처를 받고 화를 내게 된다고 하였는데, 이에 대해 Akhtar와 Thompson(1982)은 자기에 성향자가 자각하지 못하는 자신에 대한 무가치감이나 열등감을 감추려는 동기가 강하기 때문이라고 설명하였다.

이처럼 자기에 성향자는 자존감 손상으로 인한 고통스러운 감정을 빨리 피하기 위해 과격한 분노 반응과 같은 부적응적인 대처행동을 보이는데, 내현적 자기에의 경우 타인에게 예민하고 관계적으로 불안하며 소심하기 때문에 더 많은 적대감을 느낄 수 있다(백승혜, 현명호, 2008). 이는 특별한 대우를 해줄 것을 적극적으로 요구하거나 특별한 대우를 받고 있다고 오지각하며 자기고양 방어를 하고, 타인에게 부정적인 평가를 받을 시에 즉각적으로 분노 반응을 보이는 외현적 자기에 성향자(Morf & Rhodewalt, 1993)와 비교된다. 내현적 자기에 성향자는 자신의 감정보다 상대의 긍정적 평가가 더 중요하여 겉으로는 타인에게 복종적이고 순응하는 모습을 보이지만 내적으로는 부정적 반응을 억압하며 자신의 감정을 지속하는 방식으로 유보하고 있어 내면적 적대감이 더 크게 지각될 가능성이 있다(Robbins & Dupont, 1992). 이러한 특징은 다른 양상의 정서적, 대인관계적 문제를 보일 가능성을 시사한다(이준득 등, 2007).

Rusting과 Larsen(1997)은 신경증적 성향이 높은 사람이 부적정서에 민감하여 반추를 많이 하거나 무시를 하는 식으로 정서조절을 한다고 말하였는데, 내현적 자기에와 신경증적 경향성이 높은 정적 상관을 갖는 연구결과가 있어(정남운, 2001; 강선희, 2002), 내현적 자기에 역시 정서조절곤란에 어려움이 있을 것으로 생각된다. 또한, Rosenberg(1965)는 자존감과 정서조절 간에 관계를 설명하며, 자존감이 낮은 사람들은 부정적 정서로부터 회복하기

힘들다고 말하였는데, 내현적 자기에 성향자들은 낮은 자존감을 보이고 있으므로 부정적 정서를 경험하는 상황에서 이를 다루기 어려울 것으로 예측된다 (신혜인, 2009에서 재인용).

국내 연구에서도 신혜인(2009)이 내현적 자기에 성향이 높은 사람들은 정서 강도가 높고, 정서인식의 명확성이 낮으며, 정서조절방략 중 회피분산적 정서조절방략을 많이 사용하는 것을 발견하였다. 이는 내현적 자기에 성향이 높은 사람들이 정서를 경험하는 크기는 크지만 경험하는 정서를 명확하게 인식하고 표현하는 능력이 떨어진다는 것을 시사하고 있어, 정서조절의 어려움을 간접적으로 증명하였다. 또한, 자신의 정서를 조절하기 위해 사람들을 만나 이야기하거나 주위의 도움이나 조언을 구하는 등의 적극적이고 적응적인 정서조절방식보다는 무시하거나 회피하는 식의 소극적이고 부적응적인 방식을 많이 사용하는 것으로 생각되어 대인관계 안에서의 어려움도 있을 것으로 예측된다.

4) 평가염려 완벽주의와 사회불안

완벽주의자들은 지나치게 높은 목표를 세워두고 이를 이루기 위해 끊임없이 노력하며 ‘해야만 한다’는 당위적인 비합리적 신념을 가지고 있다. 이 때문에 남들로부터 ‘완벽하지 않다’는 평을 듣는 것을 두려워하고 사고와 정서를 타인과 공유하지 않으려 하고, 사소한 비판에도 방어적 반응을 보여 대인관계 안에서 불안을 경험할 가능성이 크다.

Shafran과 Mansell(2001)는 완벽주의가 다른 정신병리보다 사회불안과 더 관련이 있다고 보고하였는데, Lundh와 Ost(1996)의 연구에서는 평가염려 완벽주의가 사회불안과 관련성이 있고 개인기준 완벽주의는 사회불안과 관련성이 없다는 결과를 보여 완벽주의 분류에 따른 차이를 보여주었다.

다차원적 완벽주의 척도를 가지고 완벽주의와 사회불안의 관계를 탐색한

선행연구들을 살펴보면, Frost 등(1990)이 개발한 FMPS의 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심이 사회불안과 정적상관을 보였고, Hewitt와 Flett(1991a)이 개발한 HFMP의 사회부과적 완벽주의는 외로움, 부끄러움, 부정적 평가에 대한 두려움과 관련이 있는 것으로 나타났다(Flett, Hewitt, Blankstein, Solnik, & Van Brunschot, 1996). 이 같은 결과는 모두 평가염려 완벽주의에 해당되는 하위척도들로 평가염려 완벽주의가 사회불안과 유의미한 정적 상관이 있음을 시사하고 있다.

사회불안을 설명하는 대표적인 이론 중 하나인 자기제시이론은 자기제시동기와 자기제시기대 간의 차이가 클수록 사회불안을 야기한다고 설명하였는데, 박소영(2005)은 역기능적 완벽주의, 즉 평가염려 완벽주의가 자기제시동기가 높아 기능적 완벽주의(개인기준 완벽주의)에 비해 자기제시기대와 자기제시동기간 차이가 높고 사회불안도 더 높아진다고 보고하였다. 또한, 김현희와 김창대(2011)는 평가염려 완벽주의자들이 심리적 부적응을 반영하는 불안과 우울수준에서 개인기준 완벽주의자와 비완벽주의자 집단 보다 높다고 보고하였고, 김민선과 서영석(2009)은 완벽주의 성향이 강할수록 사회불안이 증가하며 이를 부정적인 평가에 대한 두려움이 더 가중시킨다고 설명하였다.

이러한 관련성은 임상 집단에서도 일관적으로 나타났는데, Purdon, Hita와 Swinson(1998)의 연구에서 사회불안 환자들은 강박장애, 공황장애 등의 다른 불안장애로 진단받은 사람들 보다 평가염려 완벽주의 수준이 유의미하게 높은 수준으로 나타나 평가염려 완벽주의와 사회불안의 강한 관련성을 시사하였다(Juster et al, 1996 재인용).

5) 정서조절곤란과 사회불안

정서조절곤란은 사회불안을 비롯한 대인관계의 적응을 예측하는 핵심적인 요소로 활발히 연구되어 왔다.

Summerfeldt등(2006)은 정서를 적응적으로 관리하고 조절하는 것이 수행불안과는 관련이 없지만, 대인불안과는 높은 관련성을 갖는다고 설명하여, 대인관계의 적응을 예측하고 궁극적으로는 대인불안을 감소시키는 요인으로서도 정서조절이 영향을 미친다는 점을 시사하였다. 또한 자신의 정서를 명확히 인식하고, 스스로 자신의 정서 상태를 조절할 수 있다고 생각하는 것은 불안을 낮게 지각하고, 자기효능감에 영향을 미치는 중요한 심리적 적응 변인으로 제시되었다(Fernández-Berrocal, et al., 2006).

국내에서는 오은혜 등(2009)이 대학생을 대상으로 사회불안에 정서조절곤란이 미치는 영향을 연구하였는데, 우울수준과 부정적인 사회적 자기 개념의 영향을 통제하든 하지 않던 간에 사회적 상호작용불안 및 사회공포증상 양자 모두와 유의미한 관계가 있다는 것을 밝혔다. 또한 사회불안에서 정서조절곤란의 고유역할을 구체적으로 알아본 결과, 사회적 상호작용불안에서는 정서에 대한 비수용성과 정서에 대한 주의·지각 부족 및 정서적 명료성 부족이, 사회공포증상에 대해서는 정서적 명료성 부족, 정서에 대한 비수용성 및 정서에 대한 주의·자각 부족이 각각 독립적으로 영향을 미친다고 설명하였다.

그 외에도, 정서조절곤란이 걱정, 상태불안, 우울증상의 영향을 통제하고 난 후에도 일반화된 불안증상에 유의하게 영향을 주는 것이 밝혀졌으며(서우정, 조용래, 2012), 정서인식을 명확히 하고 조절하며, 부정적인 정서를 개선하고자 하는 기대가 높은 사람은 문제 해결 능력과 대처능력이 더 높은 반면, 불안 수준은 낮은 것으로 평가되어(Brown & Schutte, 2006) 정서조절곤란과 사회불안의 밀접한 관련성을 나타냈다.

6) 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란

평가염려 완벽주의자들은 완벽주의 성향 중에서도 부적응적인 면을 포함하는데, 자신에게 지나치게 높은 기준을 가지며 이상적인 자기를 꿈꾸지만 실제적 자기와의 차이는 커서 부정적 자기개념이 강하고 자기 수행에 대한

신랄한 비난과 자신의 능력에 대한 의심이 짙다. 또한, 무가치감과 절망감을 쉽게 느끼고(Blatt, 1995), 실수를 실패로 해석하여 자신의 수행에 대한 가치를 저평가 한다(Juster et al., 1996). 이로 인해 스트레스 상황과 같은 부정적 경험들을 다루는 데에 일반 사람들보다 더 큰 불편감을 느끼고, 타인의 평가에 많은 비중을 두기 때문에 우울, 불안에 취약하다고 추정할 수 있다.

Folkman과 Lazarus(1984)는 대처를 “개인의 자원을 약화시키거나 (능력 범위를 초과하는) 개인 내적·외적 요구들을 조절하기 위한 끊임없는 인지적·행동적 노력”이라 정의하였는데, 평가염려 완벽주의와 대처행동에 관한 선행연구에서는 평가염려 완벽주의 성향이 높은 사람이 주로 역기능적 대처양식으로 평가되는 정서중심 대처를 사용한다고 보고하며 스트레스 상황에서 문제 자체를 해결하기보다 정서적 고통에 초점을 두고 회피하는 방식으로 대처하는 면이 두드러진다(Blankstein & Dunkley, 2002; Flett, et al., 1996)고 설명하였다. Blankstein과 Dunkley(2002) 역시, 실패에 대해 과도하게 동기화된 평가염려 완벽주의자는 지각된 스트레스 사건에 대처하는 전략이 부족하여 심리적 고통을 경험한다고 보았고, Aldea와 Rice(2006)는 평가염려 완벽주의자들이 정서조절전략에 문제가 있어 심리적 고통을 겪게 될 것이라고 언급하였다. 국내 연구에서는 김정화(2011)가 타인의 비판이나 염려를 지나치게 의식하는 평가염려 완벽주의가 높을수록 자신의 감정을 표현하는 것에 두려움을 겪음으로써 정서조절곤란의 수준이 높아진다고 설명한 바 있다.

이러한 선행연구들은 평가염려 완벽주의자가 스트레스 상황에서 적절히 정서를 다루지 못해 대처능력이 떨어지는 면을 보여주었고 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란 간에 깊은 관련이 있음을 시사하였다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 참가자

본 연구는 2013년 10월 한 달간 서울 및 경기도 소재 대학에 재학 중인 대학생과 직장인, 기독교인 등 20~30대 성인 남녀를 대상으로 편의표집법을 통해 총 430명에게 자기보고식 질문지를 완성하게 하였다. 회수된 420여부의 질문지 중 성실도가 떨어지는 질문지를 제외한 나머지 406부를 최종 분석에 사용하였다. 질문지는 총 143문항으로 내현적 자기애 척도(CNS), 사회적불안 및 회피척도(SADS), 평가염려완벽주의(ECPS), 정서조절곤란(K-DERS)으로 구성되었으며 응답 소요시간은 약 15분이었다. 분석대상자의 일반적 특성은 <표 1>에 제시된 바와 같다.

<표 1> 인구통계학적 특성

변인	구분	빈도수(명)	구성 비율(%)
성별	남	201	49.5
	여	205	50.5
직업	대학생	93	22.9
	직장인	242	59.6
	취업준비생	36	8.9
	대학원생	35	8.6
연령	20세 ~ 24세	121	29.8
	25세 ~ 29세	116	28.6
	30세 ~ 34세	121	29.8
	35세 ~ 39세	48	11.8
평균연령	28.1세	-	-
계	전체	406	100%

2. 측정 도구

본 연구의 주요 변인은 내현적 자기애, 평가염려완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안이다. 이 변인들을 측정하기 위해 내현적 자기애 척도(45문항, 5점 척도)와 사회적 회피 및 불안 척도(28문항, 5점 척도), 평가염려완벽주의 측정을 위해 다차원적 완벽주의 척도 중에서 ‘실수에 대한 염려’ 및 ‘수행에 대한 의심 척도’(13문항, 5점 척도), ‘사회적으로 부과된 완벽주의 척도’(15문항, 7점 척도), 완벽성향 척도에서 ‘불일치 척도’(12문항, 7점 척도)를 선택하였고, 한국판 정서조절곤란 척도(30문항, 5점 척도)를 사용하였다. 각 검사의 구체적인 내용은 다음과 같다.

1) 내현적 자기애 척도(Covert Narcissism Scale: CNS)

본 연구에서는 내현적 자기애를 측정하기 위해 강선희와 정남운(2002)이 개발한 내현적 자기애 척도(CNS)를 사용하였다. 본 척도는 Ahktar와 Thompson(1982)의 “자기애적 성격장애의 임상적 특성”을 참고하여 비 임상 집단을 대상으로 개발되었으며, 총 45문항의 Likert 5점 척도(1점: 전혀 그렇지 않다~5점: 매우 그렇다)로 구성되어 있다. 점수 범위는 45점에서 225점이며 점수가 높을수록 내현적 자기애 성향이 강함을 의미한다.

강선희와 정남운(2002)은 요인분석을 통해 5개의 하위요인을 확인하였으며, 이를 외현적 자기애와 내현적 자기애의 공통요인과 내현적 자기애만의 고유요인으로 분류하였다. 외현적 자기애와 내현적 자기애의 공통요인 2개는 인정욕구/거대자기 환상(9문항, “나는 내가 잘 한 일에 대해서 다른 사람이 알아주기를 바란다”), 착취/자기중심성(9문항, “속기보다 차라리 남을 속이는 것이 좋다”)으로 명명하였으며, 내현적 자기애만의 고유요인 3개는 목표불안정(9문항, “나에게 미래는 막연하고 불확실하게 보인다”), 과민/취약성(10문항,

“나는 가끔 남의 비평을 너무 심각하게 받아들인다”), 소심/자신감 부족(8문항, “나는 다른 사람들의 눈치를 많이 살피는 편이다”)으로 명명하였다.

강선희와 정남운(2002)의 연구에서 척도의 하위요인들의 내적 합치도(Cronbach's α)는 전체 .90, 목표불안정 .84, 인정욕구/거대자기 환상 .76, 착취/자기중심성 .71, 과민/취약성 .80, 소심/자신감 부족 .75였다. 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .78~.92로 나타났으며, 본 연구 결과는 <표 2>에 제시하였다.

<표 2> 내현적 자기에 척도의 문항 구성

구분	문항수	문항번호	내적합치도
목표불안정	9	5, 15, 20*, 23, 29, 30, 37*, 42, 44	.92
인정욕구/거대자기 환상	9	2, 6, 7, 13, 17, 24, 33, 38, 43	.80
착취/자기중심성	9	4, 9, 11, 12, 16, 22, 27, 35, 45	.76
과민/취약성	10	3, 8, 10, 14, 19, 25, 26, 31, 36, 40	.82
소심/자신감 부족	8	1, 18, 21, 28, 32, 34*, 39, 41	.77
전체	45		.91

주. * 는 역채점 문항

2) 사회적 회피 및 불안 척도(Social Avoidance and Distress Scale: SADS)

본 연구에서는 사회불안을 측정하기 위하여 Watson과 Friend(1969)가 사회적 상황에서 불안을 경험하는 정도와 잠재적으로 위협적인 사회적 상황을 회피하려는 경향을 측정하기 위해 개발한 사회적 회피 및 불안 척도(SADS)를 사용하였다. 이는 원래 진위형으로 개발되었으나 이정운과 최정훈(1997)이 한국판으로 변안하는 과정에서 척도의 점수 분포의 편포를 피하고 개인 간의 차이를 극대화하기 위해 5점 척도로 수정한 것을 사용하였다. 총 28개의 문

항으로 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)에 이르기까지 5점 척도 상에 평정하도록 구성되어 있으며 점수가 높을수록 사회적 회피 및 불편감의 정도가 높은 것을 의미한다. 이정윤(1997)의 연구에서 대학생 집단의 경우 28점-63점이면 사회불안 증상이 없는 것으로, 64점-81점이면 약한 정도의 사회불안 증상, 82점-98점이면 중간정도의 사회불안 증상, 99점-140점이면 심한 정도의 사회불안 증상을 보이는 것으로 분류할 수 있다고 설명하였고, 일반인 집단의 경우는 28점-60점이면 사회 불안증상이 없는 것으로, 61점-76점이면 약한 정도의 사회불안 증상, 77점-92점이면 중간 정도의 사회불안 증상, 94점-140점이면 심한 정도의 사회불안증상으로 분할점(cut-off score)을 제시하였다.

요인분석을 통해 2요인이 확인되었는데, 하나는 ‘사회적 상황을 회피하고자 하는 특성(“잘 알지 못하는 사람에게 말을 거는 것을 피하려 한다”)’이었고, 다른 하나는 ‘사회적 상황에서 느끼는 불안한 특성(“모르는 사람들 속에 있으면 보통 마음이 편치 않다”)’이었다. 이정윤과 최정훈(1997)의 한국판 SADS의 내적 합치도(Cronbach’s α)는 .92, 반분신뢰도는 .94였으며, 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .88이었다. 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach’s α)는 .86~.93으로 나타났으며 본 연구 결과는 <표 3>에 제시하였다.

<표 3> 사회적 회피 및 불안 척도의 문항구성

구분	문항수	문항번호	내적합치도
사회적 회피	14	2, 4*, 8, 9*, 13, 17*, 18, 19*, 21, 22*, 24, 25*, 26, 27*	.86
사회적 불안	14	1*, 3*, 5, 6*, 7*, 10, 11, 12*, 14, 15*, 16, 20, 23, 28*	.90
전체	28		.93

주. * 는 역채점 문항

3) 평가염려 완벽주의 척도(Evaluative Concerns Perfectionism Scale: ECPS)

본 연구에서는 Blankstein과 Dunkley(2002)가 Frost 등(1990)의 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: 이하 FMPS), Hewitt와 Flett(1991a)의 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: 이하 HMPS), 그리고 Slaney, Mobley, Trippi, Ashby, & Johnson(1996)의 완벽주의 성향 척도 개정판(Almost Perfectionism Scale-Revised: 이하 APS-R)을 사용하여, ‘개인기준 완벽주의’와 ‘평가염려 완벽주의’로 구분한 것을 따랐다.

‘평가염려 완벽주의’ 척도의 하위요인은 HMPS의 ‘사회적으로 부과된 완벽주의’, FMPS의 ‘실수에 대한 염려’와 ‘수행에 대한 의심’, 그리고 APS-R의 ‘불일치’로 구성된다. 김희현(2009), 박영주(2013)의 연구에서도 동일한 하위요인을 선별해서 사용하였다.

(1) 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)

실수에 대한 염려 및 수행에 대한 의심을 측정하기 위해 Frost 등 (1990)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도를 정승진(1999)이 번안하고 박영주(2013)가 수정 보완한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 35문항, 6개 하위요인으로 실수에 대한 염려(9문항), 수행에 대한 의심(4문항), 부모의 기대(5문항), 부모의 비난(4문항), 개인기준(7문항), 조직화(6문항)가 포함되어 있고, 5점 Likert 척도(1점: 전혀 그렇지 않다~5점: 매우 그렇다)로 평정하며 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 6개의 하위요인 중 실수에 대한 염려(“내가 실수를 적게 할수록 사람들은 나를 더 좋아할 것이다”)와 수행에 대한 의심(“일을 자꾸 되풀이하기 때문에 일처리가 늦어지는 경향이

있다”) 문항만을 사용하였다. 박영주(2013)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .73~.85이었으며, 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach α)는 .75~.87로 나타났다.

(2) 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)

사회적으로 부과된 완벽주의를 측정하기 위해 Hewitt과 Flett(1991a)의 다차원적인 완벽주의 척도를 한기연(1994)이 번안하고, 박영주(2013)가 수정, 보완한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 45문항, 3개의 하위요인으로 자기 지향적 완벽주의(15문항), 타인 지향적 완벽주의(15문항), 사회적으로 부과된 완벽주의(15문항)로 구성되어 있다. 7점 Likert 척도(1점: 전혀 그렇지 않다~7점: 매우 그렇다)로 평정하며 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 척도의 하위 요인 중 사회적으로 부과된 완벽주의 문항(“사람들은 나에게서 완벽함을 기대한다”)만을 사용하였다. 김희현(2009)의 연구에서 사회적으로 부과된 완벽주의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .75였고, 박영주(2013)는 .74였으며, 본 연구에서는 .78로 나타났다.

(3) 완벽성향척도(APS-R)

불일치(Discrepancy)를 측정하기 위해 Slaney 등(1996)의 완벽성향척도를 김수연(2005)이 원저자 중 한 명인 Slaney 교수로부터 제공받은 한국어 번안판을 사용하였다. 이 척도는 총 23문항으로 높은 기준(7문항), 정돈(4문항), 불일치(12문항)로 구성되어 있고, 7점 Likert 척도(1점: 전혀 그렇지 않다~7점: 매우 그렇다)로 평정하며, 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 불일치 문항(“성취한 것에 대해 결코 만족하지 않는다”)만을 사용하였다. 김희현(2009)의 연구에서 불일치의 내적합치도(Cronbach's

a)는 .86이었고, 박영주(2013)는 .91, 본 연구에서는 .92였다.

본 연구에서 측정된 평가염려 완벽주의 척도의 문항 구성을 <표 4>에 제시하였다.

<표 4> 평가염려 완벽주의 척도의 문항 구성

	구분	문항수	문항 번호	내적합치도
FMPS	실수에 대한 염려	9	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 13	.84
	수행에 대한 의심	4	5, 10, 11, 12	.75
	(전체)	13		.87
HMPS	사회적으로 부과된 완벽주의	15	1, 2*, 3, 4, 5, 6*, 7, 8*, 9, 10, 11, 12*, 13, 14, 15*	.78
APS-R	불일치	12	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	.92
	전체	40		.93

주. * 는 역채점 문항

4) 한국판 정서조절곤란 척도(Difficulties in Emotion Regulation Scale: K-DERS)

이 척도는 Gratz와 Roemer(2004)가 정서조절의 포괄적인 정의를 제안하고 이를 적절하게 측정하기 위해 총 36문항으로 구성된 문항의 자기-보고형 검사이다. 본 연구에서는 원판 DERS(Difficulties in Emotion Regulation Scale)를 조용래(2007)가 우리말로 번역한 한국판 DERS를 사용하였다. K-DERS도 원판과 마찬가지로 각 문항 내용이 평소 자신에게 얼마나 자주 해당되는지 그 정도를 5점 Likert 척도(1점: 전혀 그렇지 않다~5점: 매우 그렇다)로 평정하고 총점이 높을수록 정서조절곤란의 정도가 더 크다는 점을 의미한다. K-DERS의 하위요인은 원판과 마찬가지로 6개의 하위요인으로 구성되어 있고, 각 요인은 ‘충동통제곤란(“나는 화가 나거나 기분이 나쁘면 나를 통제하

기 어려워진다”)', '정서에 대한 주의와 자각 부족("나는 내 감정에 대해 분명하게 알고 있다")', '정서에 대한 비수용성("나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그런 감정을 느끼는 나 자신에 대해 화가 난다")', '정서적 명료성의 부족("나는 내가 어떤 감정을 느끼고 있는지 잘 모른다")', '정서조절전략에 대한 접근 제한("나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 기분이 더 좋아지는 데 오랜 시간이 걸린다")'과 '목표지향행동의 어려움("나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 집중하기 어렵다")'이다.

본 연구에서는 총 36개 문항 중 조용래(2007)의 연구결과, 문항 및 요인 분석에서 예상과 반대 방향의 결과가 나온 17번 문항과 요인 부하량이 낮은 20, 22, 24, 33, 36문항을 제외한 30 문항 수를 사용하였다. 조용래(2007)의 연구에서 한국판 DERS의 내적 합치도(Cronbach α) 전체는 .93이었고, 6개의 하위 척도들의 내적 합치도(Cronbach α)는 .73~.90이었으며, 이은비(2013)의 연구에서는 내적 합치도(Cronbach α)가 .92였다. 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach α)는 .82~.93이었고, 정서조절곤란 척도의 문항구성은 아래 <표 5>와 같다.

<표 5> 한국판 정서조절곤란 척도의 문항구성

구분	문항수	문항번호	내적합치도
총동통제곤란	5	3, 14, 18, 23, 28	.91
정서에 대한 주의와 자각 부족	7	1*, 2*, 6*, 7*, 8*, 10*, 29*	.80
정서에 대한 비수용성	7	11, 12, 19, 20, 21, 25, 26	.90
정서적 명료성의 부족	3	4, 5, 9	.82
정서조절전략에 대한 접근 제한	5	15, 16, 24, 27, 30	.84
목표지향행동의 어려움	3	13, 17, 22	.87
전체	30		.93

주. * 는 역채점 문항

3. 자료분석 절차

본 연구의 자료 분석을 위해 PASW statistics 18.0을 사용하여 측정도구의 신뢰도 분석 및 주요 변인의 기술통계와 상관분석을 실시하였다. 주요 변인의 평균, 표준편차, 상관관계 값을 얻었으며, 이를 통해 자료의 일반적 경향성과 변인 간 관련성을 살펴보았다. 이후, 연구모형의 적합도를 평가하고 매개효과를 확인하기 위해 Mplus 6.0(Muthén & Muthén, 2010)을 사용하여 구조방정식 모형(Structural Equation Modeling, 이하 SEM) 검증을 실시하였고, 마지막으로 매개효과의 유의성을 검토하기 위해서 Bootstrapping 검증을 실시하였다.

분석에 사용된 구체적인 절차는 다음과 같다.

첫째, 각 잠재변인을 측정하는 측정도구의 신뢰도 검정을 위해 내적합치도(Cronbach's α)를 산출하고, 잠재 변인들 간의 상관, 평균, 표준편차를 확인하였다.(신뢰도는 앞장에 기술된 측정도구의 각 문항구성 표에 기재하였음)

둘째, 본 연구에서 사용된 척도가 구인하고 있는 잠재변인에 대한 측정변인을 다음과 같이 생성하였다.

먼저 사회불안을 예측하는 내현적 자기에와 평가염려 완벽주의, 정서조절 곤란 간에 높은 상관이 존재하여 다중공선성이 유발되는 것으로 판단되었다. 이에 내현적 자기에 문항을 중심으로 높은 상관($\geq .40$)을 보인 문항을 제거함으로써 중복적으로 측정된 정보를 통제하였다. 문항 제거 후, 개념영역대표성(domain representative) 방식을 이용하여 각 잠재변인들의 하위요인을 4개의 문항꾸러미로 제작하였고 이를 측정변인으로 지정하였다.

셋째, 측정변인 간의 상관, 평균, 표준편차를 확인하였다.

넷째, 측정모형의 타당성을 검증하기 위해 확인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis, 이하 CFA)을 실시하고 적합도 및 요인부하량을 확인하였다.

다섯째, 본 연구에서 설정한 연구모형의 타당성을 검증하기 위해 RMSEA, CFI, TLI를 확인하였다. 모형 적합도를 평가하기 위해서는 여러 적합도 지수가 사용되는데, 본 연구에서는 홍세희(2000)의 연구를 바탕으로 CFI, TLI, RMSEA를 사용하였다. χ^2 값은 사례 수에 민감하고 영가설이 상당히 엄격하기 때문에(MacCallum, Browne, & Sugawara, 1996; 홍세희, 2000에서 재인용), χ^2 통계치는 보고만 하고 모형 적합도에 대한 판단기준으로 삼지는 않았다. CFI와 TLI는 1에 가까울수록 우수한 모형임을 의미하며, CFI, TLI가 .90이상이면 그 모형의 적합도가 좋은 것을 의미한다(홍세희, 2000). 일반적으로 RMSEA는 <.05이면 좋은 적합도, <.08이면 괜찮은 적합도로, <.10이하이면 보통 적합도, >.10이면 나쁜 적합도로 받아들여진다(Browne & Cudeck, 1993; 홍세희, 2000에서 재인용).

여섯째, 매개효과의 유의성을 검토하기 위해 Bootstrapping 검증을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 주요변인의 기술통계 및 상관분석

1) 주요 변인의 기술 통계치 및 상관관계

본 연구에서 연구문제를 검증하기 위한 기초 자료로서 각 잠재변인들의 상관, 평균, 표준편차의 기술 통계 결과를 <표 6>에 제시하였다.

변인	1	2	3	4
1. 내현적자기애	-			
2. 평가염려완벽주의	.634**	-		
3. 정서조절곤란	.666**	.637**	-	
4. 사회불안	.492**	.386**	.275**	-
<i>M</i>	117.05	129.53	73.40	75.13
<i>SD</i>	20.77	27.65	17.96	15.91

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

분석결과, 각 변인들 간 상관의 범위는 .28~.67이었으며, 모든 변인간 상관이 통계적으로 매우 유의미하였다($p < .01$). 차례대로 살펴보면, 내현적 자기애는 평가염려완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안과 매우 유의미한 정적상관($r = .634, p < .01$; $r = .666, p < .01$; $r = .492, p < .01$)을 보였다. 평가염려완벽주의는 정서조절곤란, 사회불안과 유의미한 정적상관($r = .637, p < .01$; $r = .386, p < .01$)을 보였고, 정서조절곤란 역시 사회불안과 유의미한 정적상관($r = .275, p < .01$)이 있는 것으로 나타났다. 따라서 ‘내현적 자기애는 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안과 정적상관이 있을 것이다.’라고 한 가설 1-1과 ‘평가염려

완벽주의는 정서조절곤란, 사회불안과 정적상관이 있을 것이다.’라고 한 가설 1-2, ‘정서조절곤란은 사회불안과 정적상관이 있을 것이다.’는 가설 1-3이 지지되었다.

한편, 본 연구 참여자들의 사회불안 점수의 평균은 75점으로 이정윤과 최정훈(1997)의 연구에서 대학생 집단(평균 21.30세)의 경우 64점-81점이면 약한 정도의 사회불안 증상을, 일반인 집단(평균 30.49세)의 경우 61점-76점이면 약한 정도의 사회불안 증상을 보이는 것으로 분류한 것에 비추어 볼 때, 본 연구 참가자들이 약한 정도의 사회불안 증상을 경험하고 있다고 볼 수 있다.

2. 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란의 매개효과 검증

1) 초기 연구모형의 적합도

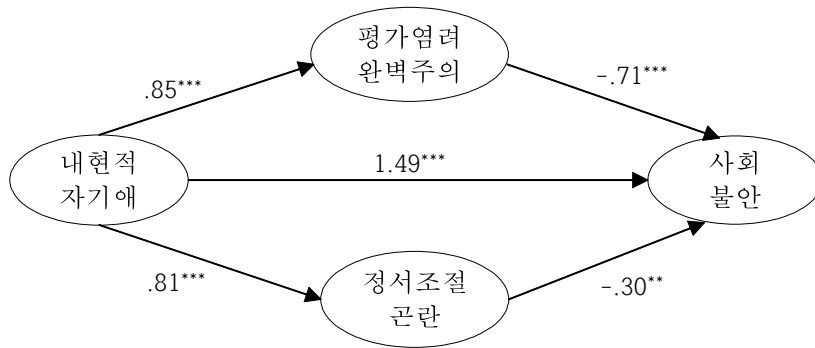
내현적자기애와 사회불안의 관계에서 평가염려완벽주의와 정서조절곤란이 매개하는지 확인하기 위해 매개모형 검증을 실시하였다. 각 잠재변인을 구인하는 측정변수들을 척도의 하위요인 개수대로 사용하여 연구모형 적합도를 측정된 결과, <표 7>에서 볼 수 있는 바와 같이 χ^2 (df=99, N=406)=649.72, $p < .001$, CFI=.842 TLI=.808 RMSEA=.117(90% confidence interval: .11, .13)로 나타나 적합도 지수 평가에서 적합도 기준(TLI>.90, CFI>.90, RMSEA<.08)에 전반적으로 미치지 못하였다.

<표 7> 초기 연구모형의 적합도 지수

적합도 지수	χ^2 (df)	CFI	TLI	RMSEA[90% CI]
초기모형	649.72(99)***	.842	.808	.117[.109, .126]

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

한편, 연구모형에 따라 경로계수를 측정한 결과, 주요 잠재변인 간 상관관계가 모두 정적상관을 보인 것과 다르게 <그림 2>와 같이, 평가염려완벽주의와 정서조절곤란이 사회불안에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났고, 이로 인해 표준화 계수임에도 내현적 자기애에서 사회불안으로 향하는 값이 1.49($p < .001$)로 나타나 연구모형의 문제점이 시사되었다.



참조. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 모수 추정치는 표준화계수

<그림 2> 초기 연구모형

위와 같은 결과가 나타난 이유는 사회불안을 예측하는 주요 변인 간 상관관계가 높아 다중공선성의 문제가 발생한 것으로 여겨진다. 즉, 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란의 상관관계가 높아 사회불안을 설명해주는 경로계수의 영향력이 충분히 드러나지 않은 것이다. 이는 앞서 설명한 PASW 18.0을 이용한 주요 변인 간 상관분석 결과와 상의한 결론이지만 Mplus 6.0을 활용한 상관분석에서는 내현적 자기애와 평가염려완벽주의, 정서조절곤란 간에 .80이상($r = .823$, $p < .001$)의 상관을 보이거나 이와 가까운 수치($r = .784$, $p < .001$)로 보고되어 다중공선성의 문제가 있는 것으로 판단되었다. Mplus는 구조방정식 모형과 종단자료 분석을 위해 고안된 프로그램으로, 여러 개의 측정변수에서 추출된 공통변량을 이론변수로 사용하여 측정오류가 통제되는 구조방정식 모형의 장점(홍세희, 2000)이 반영되어 있어서 위와 같은 결과차

이가 나타난 것으로 해석된다. Mplus 6.0을 이용한 주요변인 간의 상관은 <표 8>과 같다.

<표 8> 주요변인 간의 상관 및 기술통계 (N=406)

변인	1	2	3	4
1. 내현적자기애	-			
2. 평가염려완벽주의	.823***	-		
3. 정서조절곤란	.784***	.743***	-	
4. 사회불안	.649***	.347***	.404***	-
<i>M</i>	117.05	129.53	73.40	75.13
<i>SD</i>	20.77	27.65	17.96	15.91

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

2) 수정된 연구모형의 적합도

다중공선성을 해결하기 위해 내현적 자기애 척도를 중심으로 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란 간에 높은 상관($\geq .40$)을 보인 문항 총 22(내현적자기애 6개, 평가염려완벽주의 10개, 정서조절곤란 6개)개를 삭제하였다. 이후, 개념영역대표성(domain representative) 방식(Kishton & Widaman, 1994)을 이용하여 각 잠재변인들의 하위요인을 4개의 문항꾸러미로 제작하였고 이를 측정변인으로 지정하였다. 문항꾸러미는 모든 문항을 측정변인으로 사용하는 것보다 자료의 비정규성 수준을 줄일 수 있고, 추정 모수의 수를 감소시킬 수 있어 표본이 커야하는 문제를 해결할 수 있으며, 개별 문항의 독특한 특성에 의해 결과가 왜곡되는 단점을 줄여 결과적으로 모형의 적합도가 증가되는 장점이 있어(Bagozzi & Edwards, 1998; Bandalos, 2002; Bandalos & Finney, 2001; Russell, Kahn, Spoth, & Altmaier, 1998; 서영석, 2010에서 재인용), 본 연구의 모형 적합도를 증가시키고자 사용하였다.

문항꾸러미를 통해 만들어진 측정변수들의 상관이 <표 9>에 제시되었다.

<표 9> 주요 변인 및 각 측정변인 간의 상관계수

변인	1	1-1	1-2	1-3	1-4	2	2-1	2-2	2-3	2-4	3	3-1	3-2	3-3	3-4	4	4-1	4-2	4-3	4-4	
1	1																				
1-1	.893**	1																			
1-2	.882**	.717**	1																		
1-3	.873**	.710**	.727**	1																	
1-4	.851**	.697**	.643**	.624**	1																
2	.576**	.436**	.569**	.620**	.394**	1															
2-1	.509**	.374**	.507**	.521**	.381**	.884**	1														
2-2	.529**	.421**	.498**	.592**	.346**	.872*	.682**	1													
2-3	.461**	.336**	.470**	.539**	.273**	.856**	.638**	.689**	1												
2-4	.514**	.396**	.515**	.519**	.373**	.882**	.729**	.696**	.677**	1											
3	.571**	.488**	.512**	.499**	.499**	.576**	.536**	.496**	.413**	.566**	1										
3-1	.529**	.458**	.480**	.449**	.460**	.533**	.480**	.471**	.391**	.523**	.907**	1									
3-2	.519**	.443**	.454**	.463**	.454**	.519**	.450**	.459**	.387**	.523**	.932**	.811**	1								
3-3	.511**	.421**	.466**	.451**	.448**	.545**	.514**	.454**	.395**	.539**	.921**	.763**	.821**	1							
3-4	.531**	.461**	.471**	.460**	.463**	.506**	.517**	.426**	.335**	.482**	.894**	.728**	.772**	.781**	1						
4	.460**	.460**	.332**	.375**	.440**	.234**	.179**	.275**	.120**	.251**	.390**	.390**	.376**	.319**	.338**	1					
4-1	.409**	.417**	.294**	.312**	.404**	.197**	.177**	.220**	.062	.235**	.372**	.369**	.364**	.300**	.326**	.849**	1				
4-2	.391**	.412**	.257**	.302**	.395**	.132**	.086	.191**	.032	.163**	.299**	.286**	.304**	.250**	.250**	.912**	.749**	1			
4-3	.458**	.437**	.360**	.387**	.417**	.287**	.214**	.331**	.184**	.283**	.393**	.411**	.366**	.319**	.338**	.915**	.711**	.746**	1		
4-4	.382**	.374**	.273**	.335**	.355**	.213**	.161**	.235**	.144**	.213**	.326**	.323**	.309**	.267**	.291**	.885**	.588**	.755**	.793**	1	
1. 내현적 자기애		1-1. 자기애1		1-2. 자기애2.		1-3. 자기애3.		1-4. 자기애4													
2. 평가염려완벽주의		2-1. 완벽주의1		2-2. 완벽주의2		2-3. 완벽주의3		2-4. 완벽주의4													
3. 정서조절곤란		3-1. 정서조절곤란1		3-2. 정서조절곤란2		3-3. 정서조절곤란3		3-4. 정서조절곤란4													
4. 사회불안		4-1. 사회회피1		4-2. 사회회피2		4-3. 사회불안1		4-4. 사회불안2													

참조. N=406 * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

(1) 측정모형 검증

주요 변인 및 측정변인 간의 상관을 살펴보면, 사회회피2와 완벽주의1, 완벽주의 3을 제외한 모든 변인에서 유의미한 정적상관($p < .01$)이 나타났다. 수정된 연구모형의 측정변인들이 해당 잠재변인을 적절히 구인하고 있는지 확인하기 위해 측정모형을 검증하여 측정모형의 적합도와 측정모형의 요인부하량을 <표 10>과 <표 11>에 제시하였다. 측정모형 검증은 연구에서 사용한 측정변인들이 잠재변인을 적절히 구인하고 있는지 확인하기 위해 확인적 요인분석을 실시하는 것으로 본 연구에서처럼 문항꾸러미를 사용했을 경우 측정모형 검증이 필요하다(서영석, 2010).

측정모형 검증결과, 모형의 적합도 지수는 $\chi^2(df=98, N=406)=356.07$, TLI=.94, CFI=.95, RMSEA= .081(90% confidence interval: .07, .09)로 나타나 모든 적합도 지수가 적절한 것으로 보인다.

<표 10> 측정모형의 적합도 지수

적합도 지수	$\chi^2(df)$	CFI	TLI	RMSEA[90% CI]
측정모형	356.066(98)***	.950	.939	.081[.072, .090]

참조. N=406 * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

잠재변인과 측정변인 간 요인부하량 수치 .77~.92 이상으로 통상적인 수용기준인 .40(Ford, MaCcallum, & Tait, 1986; 최인성, 2013에서 재인용)에 비해 상당히 높은 수준으로 나타나, 모든 측정변인들이 잠재변인에 통계적으로 유의하게($p < .001$) 적재된 것이 확인되었다. 이러한 결과들을 바탕으로 볼 때, 16개의 측정변인으로 4개의 잠재변인을 구인하는 측정모형이 모두 타당한 것으로 확인되었다.

<표 11> 측정모형의 요인부하량

측정변인	β (표준화계수)	S.E(표준오차)	C.R(표준화계수/ 표준오차)
내현적 자기애			
자기애 1	.79***	.02	36.51
자기애 2	.87***	.02	53.63
자기애 3	.90***	.02	61.68
자기애 4	.85***	.02	49.96
평가염려 완벽주의			
완벽주의 1	.85***	.02	47.67
완벽주의 2	.85***	.02	48.17
완벽주의 3	.85***	.02	47.94
완벽주의 4	.77***	.02	33.14
정서조절곤란			
정서조절곤란 1	.83***	.02	44.49
정서조절곤란 2	.83***	.02	43.03
정서조절곤란 3	.79***	.02	35.46
정서조절곤란 4	.86***	.02	51.05
사회불안			
사회회피 1	.87***	.01	61.22
사회회피 2	.92***	.01	86.22
사회불안 1	.90***	.01	72.66
사회불안 2	.85***	.02	54.27

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

(2) 연구모형 검증

연구모형 적합도를 측정한 결과, <표 13>에서 볼 수 있는 바와 같이 ($df = 99$, $N=406$) = 492.86, $p < .001$, CFI = .924 TLI = .908로 나타나 적절한 적합도를 보였지만, RMSEA는 .099(90% confidence interval : .090, .108)로 Brown과 Cudeck(1993)이 나쁜 모형으로 제시한 .010에 근접하였다. 이에

수정지수(Modification index) 값을 적용하여 이를 수정하고자 시도하였다. 수정지수 값을 10이상으로 설정하고, 측정변수 간의 M.I.가 높은 순으로 변수의 특성을 고려하여 수정하였으며, 그 결과는 <표 12>에 제시되었다.

<표 12> 수정지수

	M.I.	E.P.C
자기애1 ↔ 자기애4	48.17	-.06
완벽주의2 ↔ 완벽주의3	17.3	.03

참조. N=406 * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

잠재변인을 측정하는 측정변인 내 높은 상관인 연구모형에 영향을 미치는 것으로 판단되어 제시된 수정지수에 근거하여 상관을 주었다. 수정지수를 적용하여 연구모형의 적합도를 확인 한 결과, χ^2 (df= 97, N=406) = 417.31, $p < .001$, CFI = .938 TLI = .923, RMSEA .090(90% confidence interval : .081, .099)로 적절한 적합도 지수가 나타났다.

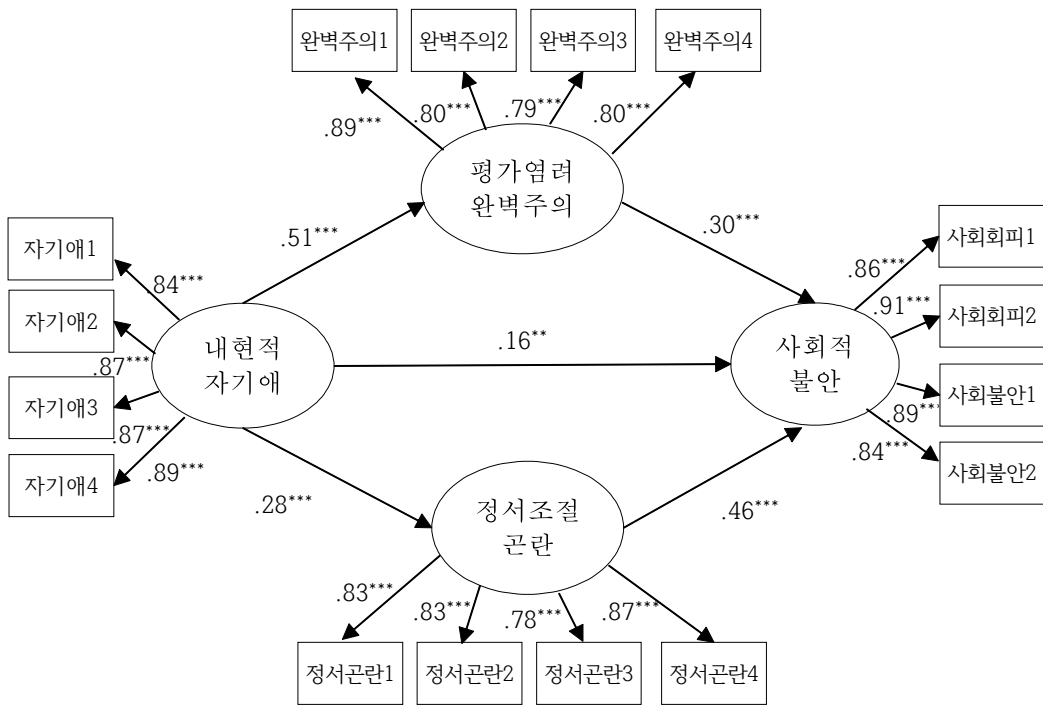
<표 13> 수정된 연구모형의 적합도 지수

적합도 지수	χ^2 (df)	CFI	TLI	RMSEA[90% CI]
초기모형	649.72(99)***	.842	.808	.117[.109, .126]
수정모형1	492.856(99)***	.924	.908	.099[.090, .108]
수정모형2	417.307(97)***	.938	.923	.090[.081, .099]

참조. N=406 * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

본 연구의 분석결과 수정된 연구모형은 연구모형의 검증 결과 내현적 자기애가 평가염려 완벽주의에 영향을 미치는 경로($\beta=.51$, $p<.001$)와 평가염려 완

벽주의가 사회불안에 영향을 미치는 경로($\beta=.30, p<.001$), 내현적 자기애가 정서조절곤란에 영향을 미치는 경로($\beta=.28, p<.001$), 정서조절곤란이 사회불안에 영향을 미치는 경로($\beta=.46, p<.001$), 내현적 자기애가 사회불안에 영향을 미치는 경로($\beta=.16, p=.001$) 모두 정적으로 유의미하게 나타났다. 최종모형의 검증결과를 <그림 3>에 제시하였다.



참조. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 모수 추정치는 표준화계수

<그림 3> 최종연구모형 검증 결과

3) 수정된 연구모형의 매개효과 유의성 검증

내현적 자기애가 사회불안에 미치는 영향에서 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란의 매개효과가 유의미한지 확인하기 위하여 Bootstrapping 방식을 사

용하였다. 이 방법은 기존의 매개효과 검증이 가질 수 있는 간접효과의 표준 오차를 Bootstrapping을 이용해서 추정하는 방법으로 95%의 신뢰구간을 제시하고 그 구간에 0을 포함하지 않으면 통계적으로 유의미한 것으로 본다(서영석, 2010). 본 연구의 매개효과 검증 결과를 <표 14>에 제시하였다.

<표 14> Bootstrapping 절차를 통한 직·간접효과 검증결과

경로	직접효과	간접효과
내현적 자기애 → 평가염려완벽주의	.51***	
평가염려완벽주의 → 사회불안	.30***	.15*** (.06, .25)
내현적 자기애 → 사회불안	.16**	
내현적 자기애 → 정서조절곤란	.28***	
정서조절곤란 → 사회불안	.46***	.13*** (.04, .21)
내현적 자기애 → 사회불안	.16**	
총 간접효과		.28*** (.16, .40)

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

내현적 자기애와 사회불안 관계에서 평가염려완벽주의의 간접효과는 .15($p < .001$)로 나타났고, 내현적 자기애와 사회불안 관계에서 정서조절곤란의 간접효과는 .13($p < .001$)으로 유의미 하게 나타났다. Bootstrapping의 95% 신뢰구간에서도 0을 포함하지 않는 것으로 드러나 최종연구모형 설계대로 내현적 자기애와 사회불안의 관계에서 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란이 정적으로 부분 매개하는 것으로 검증되었다. 또한, ‘내현적 자기애는 평가염려 완벽주의를 매개로 사회불안에 영향을 미칠 것이다.’는 가설2-1과 ‘내현적 자기애는 정서조절곤란을 매개로 사회불안에 정적으로 영향을 미칠 것이다.’는 가설2-2, ‘내현적 자기애는 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란을 매개로 사회불안에 정적으로 영향을 미칠 것이다.’는 가설2-3이 모두 지지되었다.

한편, 평가염려 완벽주의와 정서조절 곤란의 매개효과가 갖는 상대적 비중을 검토하면 사회불안에 대한 매개요인들의 영향력 정도를 파악할 수 있다. 내현적 자기애가 사회불안에 미치는 총 간접효과(.28)에서 각각의 매개변인이 차지하는 비율을 살펴보면, 평가염려 완벽주의는 약 54(.15/.28)%, 정서조절곤란은 약 46(.13/.28)%로 상대적으로 평가염려 완벽주의가 좀 더 큰 영향력을 갖는 것으로 보인다.

V. 논의

1. 연구결과에 대한 논의

본 연구는 내현적 자기애가 사회불안에 유의미한 영향을 준다는 여러 연구들(박영주, 2013; 오하연, 2012; 최인선, 2013 등)을 바탕으로, 내현적 자기애와 사회불안 사이에 어떤 중간 변인들이 개입하고 있는지 파악하고 변인들 간의 구조를 확인하고자 하였다. 이를 위해 내현적 자기애와 사회불안의 선행연구들을 분석하여, 인지적 측면을 설명할 수 있는 평가염려 완벽주의와 정서적 측면을 설명할 수 있는 정서조절곤란을 매개변인으로 선정하였고, 이들이 내현적 자기애와 사회불안 간의 관계에서 구조모형의 변인으로서 타당한지 모형 적합도를 확인하였고, 두 매개변인의 매개효과를 검증하였다. 이를 통해 내현적 자기애와 사회불안 사이의 메커니즘을 보다 폭넓게 이해하는데 경험적인 증거를 마련하고, 내현적 자기애가 성격적 차원이라는 점을 고려하여 실제 상담 장면에서 보다 다루기 쉬운 요인들에 초점을 맞추어 효과적인 치료적 계획과 심리치료 개입을 제시하고자 하였다. 주요 연구결과 및 시사점을 이론적 배경 및 선행 연구들과 관련지어 논의하자면 다음과 같다.

첫째, 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란, 사회불안과의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시한 결과, 모든 변인 간에 통계적으로 유의미한 정적상관으로 나타나 첫 번째 가설이 지지되었다.

이를 구체적으로 살펴보면, 내현적 자기애 성향이 강할수록 평가염려 완벽주의 성향이 높아지는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Freud(1953)와 Kernberg(1975)가 자기애의 특징 중 완벽에 대한 강한 욕구가 있음을 언급한 것과 이원희, 안창일(2005)의 연구에서 내현적 자기애가 자신에 대한 높은 기준과 자기 몰입적 특징을 지니는 자기 지향적 완벽주의와 타인의 기준에 부

합되어야 인정받을 수 있다고 생각하는 사회부과적 완벽주의와 정적상관을 갖는다는 연구결과에 대해 경험적인 지지를 하고 있다고 볼 수 있다. 이는 내현적 자기에 성향이 타인의 시선이나 기준에 지나치게 민감하고 취약하여 실제 자기를 편안히 받아들이지 못하고 이상적 자기와 끊임없이 비교하며 보다 완벽해지려 노력함으로써 이를 보상하려는 경향이 있는 것으로 볼 수 있다.

평가염려 완벽주의가 높을수록 사회불안도 높은 것으로 나타났는데, 이는 완벽주의가 다른 정신병리보다 사회불안과 상관이 높고(Shafran & Mansell, 2001), 사회불안이 개인기준 완벽주의와는 관계가 없지만 평가염려 완벽주의와는 관련이 있다(Lundh & Ost, 1996)는 선행연구를 부분적으로 지지하는 결과이다. 평가염려 완벽주의는 지나치게 높은 목표를 세워두고 이를 이루기 위해 끊임없이 노력하며 ‘해야만 한다’는 당위적인 비합리적 신념을 가진 경우가 많아 이를 달성하고자 하는 동기는 높은 편이지만 자기에게 제시한 목표 수준이 비현실적으로 높고 이를 해내리라는 자기기대는 상대적으로 떨어지는 편이다(박소영, 2005). 이러한 기준은 다른 사람이 자신을 바라보는 기준에 동일하게 적용되어 목표를 달성하지 못하거나 부적절감을 가질 시, 더 큰 위축감을 느끼게 되고 이 영향으로 사회관계 안에서 보다 많은 불편감을 경험할 것으로 생각된다.

내현적 자기에 성향이 높을수록 정서조절의 어려움이 더 심해질 것으로 예측되었다. 이는 내현적 자기에 성향이 높을수록 정서에 쉽게 압도되어 정서를 크게 경험하는 편이지만 이를 명확하게 인식하고 표현하는 능력은 떨어져 정서조절에 어려움을 가질 것이라고 추정한 신희인(2009)의 연구를 경험적으로 뒷받침하는 결과이다. 내현적 자기에 성향자는 사람들의 무시나 부정적인 평가에 취약하여 이를 예민하게 받아들이고 쉽게 자존감에 상처를 받는 편인데 이 과정에서 자연스럽게 경험하는 부정적 정서들을 표현하지 못하고 억압하며 오랜 시간 유지하기 때문에 정서조절의 어려움이 생기는 것으로 보인다

(Robbins & Dupont, 1992). 이러한 면은 대처기술에도 영향을 미쳐 수동공격적인 방식(한수정, 권석만, 2000)으로 왜곡시켜 표현하거나 내적 적대감을 지속시켜 부정적 정서를 쉽게 회복하지 못할 것으로 생각되고 이에 내현적 자기에 성향자의 스트레스가 상당할 것으로 예상된다.

정서조절의 어려움이 클수록 사회불안이 높아지는 것으로 나타났다. 정서를 명확히 인식하거나 적절히 표현하는데 어려움이 있을 경우 사회불안과 밀접한 관련이 있고 한편으로는 대인관계의 적응을 예측할 수 있다는 연구(Emmons & Colby, 1995)결과와 일맥상통한다. 또한 정서를 적응적으로 조절하고 관리하는 것이 대인불안과 높은 관련성을 갖는다(Summerfeldt, et al., 2006)는 연구결과와 대학생을 대상으로 사회불안에 정서조절곤란이 미치는 영향이 우울수준과 부정적인 사회적 자기 개념을 통제하든 하지 않던 간에 유의미한 것으로 보고된 연구(오은혜 등, 2009)결과와도 일치하여 정서조절곤란과 사회불안 간의 밀접한 관계를 경험적으로 확인하였다.

평가염려 완벽주의가 높을수록 정서조절 곤란이 상승된다는 결과가 나타났다. 이는 평가염려 완벽주의자들이 정서조절전략에 문제가 있어 심리적 고통을 경험(Aldea & Rice, 2006)하고 스트레스 사건에 정서중심 대처양식을 보이며 문제 자체를 해결하기보다 정서적 고통을 회피하려는 대처방식을 취한다(Blankstein & Dunkley, 2002; Flett, et al., 1996)는 연구들의 타당성을 설명해주는 결과이다. 평가염려 완벽주의자들은 이상적인 자기와 실제적 자기와의 간극이 커 무가치감과 절망감을 쉽게 느끼는 편인데 이를 적절히 다루지 못하고 회피하는 방식으로 정서를 처리함으로써 정서조절의 어려움을 갖는 것으로 확인되었다.

내현적 자기에 성향이 높을수록 사회불안을 예측할 수 있다는 결과가 나타났다. 이는 내현적 자기에와 사회불안의 관련성에 관한 많은 선행연구들과 일치하는 결과(권은미 등, 2009; 김진영, 2010; 박영주, 2013; 오하연, 2012; 윤성민, 신희천, 2007; 이아름, 2011; 장건희, 2007; 한혜림, 2004; Smolewska &

Dion, 2005; Dickinson & Pincus, 2003)이며, 내현적 자기애가 사회불안을 경험하는 사람들의 근본적 원인이 되는 성격적 특성일 수 있다는 선행연구들의 가정(권은미 등, 2009; 최인선, 2013)을 확인한 결과라고 볼 수 있다.

둘째, 본 연구에서 매개변인으로 선정한 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란이 내현적 자기애와 사회불안 간에 부분 매개하는 것으로 나타나 두 번째 가설이 지지되었다. 이를 구체적으로 살펴보면, 내현적 자기애와 사회불안의 관계에서 평가염려 완벽주의가 부분 매개하는 것으로 나타났다. 결과의 의미를 생각해 본다면, 수치심은 자신의 기준에 미치지 못할 때 느끼는 감정으로 내현적 자기애자는 내면화된 수치심이 높은 것으로 알려져 있다(박경순, 2011). 이는 높은 평가예민성이 있는 것으로도 이해되는데 거대자기를 보호하려는 내현적 자기애자는 지금보다 더 완벽해지려 노력하면서 이를 보상하려는 면을 가지고 있다. 하지만 이런 완벽성의 추구가 부적응하게 나타나면 평가염려 완벽주의 성향이 짙어져 과도한 자기비판과 자기 책망을 하기 쉬워지고, 실수를 실패로 해석하면서 무가치감, 절망감을 경험하게 된다. 또한, 자신의 수행을 저평가하고 자존감이 낮기 때문에 사람들에게 자기 본연의 모습을 드러낼 자신이 없어 깊은 관계를 맺지 못하고 고립감을 경험할 것으로 생각된다. 사회불안을 경험하면서도 상호교류가 부족하여 기대에 부응하지 못할 시 비난받을 것이라는 잘못된 신념 등의 인지적 왜곡이 강화되고 사회관계 내에서의 불편감은 더 증가하여 사회불안이 상당할 것으로 생각된다.

이와 같은 결과는 박영주(2013)의 연구와도 일치된 결과인데, 연구방법적인 부분에 분명한 차이가 있다. 먼저, 본 연구에서는 사회불안을 측정하는 도구를 다르게 사용하여 연구 참여자들의 불안 수준을 분할점을 기준으로 파악하였고, 중다회귀분석을 통해 매개효과를 확인한 것과 다르게 구조방정식을 모형틀을 통해 매개효과를 측정하였다. 구조방정식 모형은 여러 개의 측정변인을 이용해서 추출된 공통변량을 잠재변인으로 사용하므로 측정오차가 통제되기

때문에 보다 정확한 결과를 제시하는 장점이 있다. 또한, 간접효과는 정상분포를 이루지 않기 때문에 표준오차를 이용한 Z검증(sobel 검증)을 실시할 경우 부정확한 결과를 산출(서영석, 2010)할 수도 있는데, 박영주(2013)의 연구에서는 왜도와 첨도의 자료가 제시되지 않은 채 Sobel 검증을 진행하여 이러한 내용을 확인할 수 없었다. 하지만 본 연구에서는 간접효과가 정상분포를 이뤄야 한다는 가정에 영향을 받지 않는(서영석, 2010) Bootstrapping 검증을 이용하여 간접효과를 측정하여 유의미함을 확인하였다.

정서조절곤란 역시 내현적 자기애와 사회불안의 관계에서 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이는 내현적 자기애가 정서조절곤란을 가질 것이라는 선행연구(신혜인, 2009)와 정서조절 곤란이 사회불안을 더 강화시킬 것이라는 선행연구(오은혜 등, 2009; Summerfeldt, et al., 2006)를 이어주는 경험적 연구가 되었다. 정서조절 곤란은 어떤 사건에서 경험된 정서를 조절하는 능력이 결핍된 것으로 정서에 쉽게 압도되는 내현적 자기애자들이 경험하는 어려움 중 하나로 생각된다. 특히 내현적 자기애자는 자기고양 방어의 실패로 겉으로 표현되지 않는 적대감이나 분노가 오래 지속되는 편이라 정서조절 곤란의 어려움이 높을 경우 내적 스트레스가 더 심해질 것으로 보이고 해결되지 않은 감정들로 인해 대인관계에 어려움이 생길 것으로 예측되는데, 다른 사람에게 좋은 인상을 보이며 괜찮은 사람으로 남고 싶은 자기애적 욕구를 만족시키고자 회피하는 방식으로 이를 채우거나 부정적 감정들이 들킬 것에 대한 염려로 사회불안을 경험할 것이라 생각된다.

한편, 이상에서 살펴본 바와 같이 내현적 자기애와 사회불안의 관계에서 평가염려 완벽주의와 정서조절 곤란이 정적으로 부분 매개한다는 본 연구의 결과는 내현적 자기애 성향자가 사회불안의 어려움으로 상담받기를 원할 시에 Leary와 Kowalski(1990)의 자기 제시 모델을 바탕으로 통합적인 치료적 개입을 세우는 경험적 근거가 될 수 있다.

사회불안을 설명하는 대표적인 모델인 Leary와 Kowalski(1990)의 자기 제시 모델은 자기제시 동기와 자기제시 기대의 차이가 클수록 사회불안을 더 경험할 것이라고 설명하였다. 내현적 자기에 성향자들은 타인에게 좋은 인상을 주길 바라고 높은 평가를 받길 원하여 더 완벽해지려고 노력한다는 면에서 자기제시 동기가 높다고 볼 수 있다. 하지만 비현실적으로 높은 기준을 스스로에게 요구하고 이를 충족시키지 못할 시에는 자신을 신랄하게 비난하며 타인의 비판과 기대를 습관적으로 염려하는 면이 있어서 성공적으로 타인에게 특정한 인상을 보일 수 있을 것이라는 자기제시 기대가 낮다고 볼 수 있다. 또한 이 과정에서 유발되는 부정적 정서들을 적절히 조절하지 못하고 오랜 시간 심리적 고통이 지속될 것으로 생각되어 사회불안을 더 쉽게 경험할 것으로 생각된다. 이는 자기제시 모델을 보다 넓은 의미에서 경험적으로 확인 한 결과로 이해될 수 있고, 통합적인 치료적 계획을 세우는 근거가 될 수 있다. 즉 내현적 자기에 성향자들이 사회불안의 어려움으로 심리치료가 필요할 시에, 내현적 자기에 어린 시절부터 형성되어 온 성격적 차원이라는 점을 고려하여 이를 직접적으로 변화시키려 애쓰기보다 내현적 자기에 성향자들의 인지적 왜곡과 긴밀한 관계를 보이는 평가염려 완벽주의를 변화시키고 정서조절 능력을 향상시키는 것에 초점을 맞추는 것이 사회불안을 낮추는데 더 효율적일 것으로 여겨진다. 본 연구에서 평가염려 완벽주의의 간접효과가 좀 더 높은 비율로 나타났으므로 인지적으로 왜곡된 사고에 초점을 맞추어 상담을 진행하면서 순간적으로 접촉되는 정동의 변화들을 알아차리고 적절히 표현할 수 있도록 돕는 것이 효과적일 것이라 생각된다.

이 같은 내용을 바탕으로 본 연구의 의의를 다음과 같이 정리할 수 있다.

첫째, 내현적 자기에와 사회불안의 관계에서 평가염려 완벽주의가 매개변인 역할을 한다는 사실을 확인하였다. 본 연구는 선행연구에서 중다회귀분석을 통해 매개효과를 측정 한 방법과 다르게 측정오차를 통제할 수 있는 구조

방정식 모형으로 매개효과를 확인하여 보다 정확한 연구결과를 도출하였고, 평가염려 완벽주의가 매개변인으로서 적합하다는 점이 재확인된 연구라는데 의미가 있다.

둘째, 내현적 자기애와 사회불안의 관계에서 정서조절 곤란이 매개변인으로서 영향을 미친다는 연구문제가 최초로 검증되었다. 내현적 자기애자는 거대자기 욕구와 취약성을 모두 가지고 있기 때문에 우울, 불안, 수치심 등의 정서를 종종 느끼고 적대감, 분노 등의 부적 감정을 쉽게 털어내지 못하고 유지하는 면이 많은데 정서조절의 어려움을 경험하면서 사회불안이 더 강해지는 것을 경험적으로 검증한데에 의의가 있다.

셋째, 내현적 자기애 성향이 사회불안을 경험하는 사람들의 성격특성으로 어떤 메커니즘을 통해 영향을 미치는지 경험적으로 확인해봄으로써 관련 변인들의 역동을 보다 폭넓게 이해하고 경험적인 증거를 마련하였다는데 의의가 있다.

넷째, 내현적 자기애자들의 사회불안을 치료하는데 있어서 평가염려 완벽주의와 정서조절 곤란과 같은 보다 다루기 쉬운 변인을 찾아내어 통합적 관계모형을 구축하고 효과적인 치료적 계획 및 심리치료 개입을 제시하고자 하였다는 것에 의의가 있다.

2. 연구의 제한점과 제언

본 연구의 제한점과 그에 따른 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 서울시와 경기도에 소재한 20~30대 성인 남녀만을 대상으로 조사하여 지역적, 문화적 특징이 통제되지 못하였기 때문에 연구결과를 우리나라 모든 성인이나 다른 연령대로 일반화하여 해석하지 못하는데 제한점을 갖고 있다. 이에 후속 연구에서는 다양한 지역과 연령 집단을 대상으로

이루어지는 것이 바람직할 것으로 보인다.

둘째, 본 연구의 연구대상이 20~30대 일반 성인으로 구성되어 있어서 내현적 자기애와 사회불안을 설명하는데 제한이 있을 수 있다. 후속 연구에서는 임상집단을 비교대상으로 반복 연구하여 유의미한 차이가 있는지 확인하여 본 연구결과를 보다 정교화 하는 것이 의미가 있을 것으로 생각된다.

셋째, 본 연구는 자기보고식 설문지를 이용한 양적 연구방법을 사용하였기에 연구 참여자들이 방어적 태도로 응답하였거나 사회적으로 바람직하다고 생각되는 응답으로 고의적 응답을 했을 가능성이 있어 편향된 결과를 얻을 것을 간과할 수 없다. 이에 후속 연구에서는 자료의 신뢰성과 객관성을 보완하기 위해 자기 진술식 조사 이외에 객관성 있는 측정 방법을 병행할 필요가 있다. 예를 들어 관찰자 평정을 통한 자기애 측정 검사를 함께 하는 방법(Wink, 1992; 강선희, 정남운, 2002에서 재인용) 등을 생각할 수 있다.

넷째, 매개변수로 평가염려 완벽주의와 정서조절곤란을 선정하여 부분매개 효과 결과를 얻었다. 이에 다른 매개변인에 대한 가능성을 배제할 수 없으므로, 지속적인 모형검증이 필요한 것으로 생각된다. 특히, 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란 간에 높은 상관을 보여 다중공선성의 문제가 야기되어 이를 해결하기 위한 통계적 방법을 사용하여 구조모형을 검증할 수 있었다. 이에 후속연구에서는 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의, 정서조절곤란 간의 선행연구를 보다 세밀히 분석하고 같은 척도를 활용하여 재검증하거나 다른 검사척도를 활용하여 비교해 보는 것도 좋을 것으로 생각된다. 한편, 본 연구에서는 예측변인과 매개변인 간의 높은 상관을 보여 다중공선성의 문제가 있는 것으로 연구결과를 해석하였지만 평가염려 완벽주의나 정서조절 곤란이 억제변인일 가능성을 간과할 수는 없다. 예측변인이 결과변인에 미치는 직접효과와 간접효과의 부호가 정반대일 경우 억제효과가 존재할 가능성이 커지며, 이 경우 매개변인은 억제변인이 된다(Cohen et al., 2003; MacKinnon, Krull, & Lockwood, 2000; Shrout & Bolger, 2000; 서영석,

2010에서 재인용). 이에 후속연구에서 본 매개변인으로 구조모형을 검증할 경우, 예측변인이 결과변인을 설명하는 양이 늘어나거나 부호가 반대로 나올 시 이를 고려해야 할 것이다.

다섯째, 본 연구에서는 내현적 자기에와 정적 상관을 갖는 평가염려 완벽주의와 정서조절 곤란을 매개변인으로 활용하여 사회불안 간의 관계를 설명하였다. 이는 취약 요인을 매개변인으로 채택한 연구결과로, 후속연구에서는 내현적 자기에와 사회불안 간의 관계에서 적응적인 요인으로 보이는 매개변인을 선정하여 사회불안을 낮추는 구조모형을 검증함으로써 사회불안의 어려움으로 상담실을 찾는 내현적 자기에 성향자들에게 긍정적인 자원을 찾아 개입하는데 도움이 될 것으로 생각된다.

여섯째, 내현적 자기에 성향이 강한 사회불안 집단을 대상으로 평가염려 완벽주의와 관련된 인지적 왜곡 수정과 정서조절곤란의 어려움을 완화시키는 체험적 치료를 통합적으로 진행하고 이들의 사회불안이 유의미하게 감소되는지 본 연구의 임상적 검증을 할 필요가 있다.

일곱째, 본 연구에서는 구조방정식 모델을 적용하여 선행연구와 이론적 바탕을 근거로 변인들 간의 관계를 검증하였다. 하지만 변인들 간의 양방향적 관계가 존재 할 가능성을 완전히 배제할 수 없으므로, 후속연구에서는 변인 간의 인과 관계를 명확히 밝힐 수 있는 종단연구를 진행하여 변인들 간의 변화를 확인해볼 필요가 있다.

참 고 문 헌

- 강선희 (2002). 내현적 자기에 척도의 개발 및 타당화 연구. 가톨릭대학교 석사 학위 논문.
- 강선희, 정남운 (2002). 내현적 자기에 척도의 개발 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(4), 969-990.
- 강진화 (2009). 자기제시동기및자기제시기대가사회불안에미치는영향 : 자의식의 매개효과 검증. 성신여자대학교 석사 학위 논문.
- 권석만, 한수정 (2000). 자기에성 성격장애. 서울: 학지사
- 권은미, 신민섭, 김은정 (2009). 내현적 자기가 사회공포증에 미치는 영향 : 사회적 자기 효능감의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 일반, 28(3), 627-642
- 김남재 (2004). 자기제시 동기와 대인간 평가가 사회불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 23(3), 677-695
- 김민경, 현명호 (2013). 내면화된 수치심과 사회불안의 관계에서 자기제시 동기, 자기제시기대 및 정서표현갈등의 매개효과: 대학생들을 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 32(1), 161-176
- 김민선, 서영석 (2009). 평가염려 완벽주의와 심리적 고통의 관계: 정서중심 대처와 지각된 효능감의 매개효과. 한국심리학회지: 여성, 14(3), 427-446
- 김민선, 서영석 (2009). 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계: 부정적 평가에 대한 두려움과 자기제시동기의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 일반, 28(3), 325-545
- 김은정 (2000). 사회공포증. 서울: 학지사
- 김은혜 (2009). 공적 자의식 자기제시 동기에 따른 내현적 자기에와 완벽주의의 관계. 이화여자대학교 석사학위 논문.

- 김정은, 손정락 (2012). 수용전념치료가 평가염려 완벽주의적 대학생들의 평가염려 완벽주의, 부정적 평가에 대한 두려움, 경험 회피 및 자기 효능감에 미치는 효과. 한국임상심리학회지: 임상, 31(3), 749-771
- 김정화 (2011). 평가염려 완벽주의와 개인기준 완벽주의가 정서조절곤란에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. 아주대학교. 석사 학위 논문.
- 김진영 (2010). 내현적 자기에 성향과 사회불안의 관계에서 사회적으로 부과된 완벽주의의 매개효과. 전남대학교. 석사 학위 논문.
- 김현희, 김창대 (2011). 완벽주의자 하위 유형 분류 연구 : 평가염려 · 개인 기준 완벽주의자 중심으로. 상담학연구, 12(1), 373-391
- 김희현 (2009). 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계 : 사후반추사고의 매개효과 검증. 성신여자대학교. 석사 학위 논문.
- 박경순 (2011). 수치심(Shame)과 자기에(Narcissism)의 정신분석적 이해. 한국심리학회지: 일반, 30(3), 889-907
- 박동숙 (2004). 내현적 자기에와 불안, 완벽주의, 강박증상간의 관련성. 성신여자대학교. 석사 학위 논문.
- 박세란, 신민섭, 이훈진 (2005). 외현적 · 내현적 자기에의 자기평가와 정서 특성. 한국심리학회지: 임상, 24(2), 255-266
- 박영주 (2013) 내현적 자기에가 사회적 상호작용 불안에 미치는 영향: 평가염려 완벽주의의 매개효과. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사 학위 논문.
- 백승혜, 현명호 (2008). 내현적, 외현적 자기에성향자의 적대감, 분노경험수준 및 분노표현양식. 한국심리학회지: 임상, 27(4), 1001-1017
- 서나리 (2011). 내현적 자기에가 대인불안에 미치는 영향: 자기제시동기와 자기제시기대 차이의 매개효과. 가톨릭대학교. 석사 학위 논문.
- 서선이 (2007). 내현적 자기에와 정서조절이 심리적 부적응에 미치는 영

- 향. 가톨릭대학교. 석사 학위 논문.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려사항. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(4), 1147-1168
- 서은경 (2011). 슈퍼바이저의 완벽주의와 개인수퍼비전 작업동맹의 관계 수치심, 자기수용, 인지대처의 매개효과. 이화여자대학교. 박사 학위 논문.
- 신혜인 (2009). 내현적 자기에 성향자의 정서경험특성과 정서조절방략이 우울에 미치는 영향. 가톨릭대학교. 상담심리대학원. 석사 학위 논문.
- 양경은 (2010). 불확실성에 대한 인내력 부족과 정서조절 곤란이 걱정에 미치는 영향: 경험적 회피의 매개효과. 가톨릭대학교. 석사 학위 논문.
- 오은혜, 노상선, 조용래 (2009). 부정적인 사회적 자기 개념과 정서조절곤란 이대학생의 사회불안에 미치는 영향. 인지행동치료, 19(1)
- 오하연 (2012). 내현적 자기에와 사회불안의 관계: 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. 서울여자대학교 특수치료전문대학원. 석사 학위논문.
- 윤성민, 신희천 (2007). 내현적 자기에와 사회적 상호작용 불안에 미치는 영향: 경험회피의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료 19(4), 967-982
- 이승현 (2011). 내현적 자기에 성향이 우울에 미치는 영향: 인지적 정서조절 전략의 매개효과. 성신여자대학교. 석사 학위 논문.
- 이원희 (2005). 자기에와 다차원적 완벽주의의 관계. 한국심리학회지: 임상, 24(1), 19-36
- 이인숙 (2002). 대학생의 자기에 성향과 대인불안 및 방어성 간의 관계. 서강대학교. 석사학위 논문.

- 이정윤, 최정훈 (1997). 한국판 사회공포증 척도(K-SAD, K-FNE)의 신뢰도 및 타당도 연구. 한국심리학회지: 임상, 16(2), 251-264
- 이준득, 서수균, 이훈진 (2007). 내현적·외현적 자기에 성향자의 자기개념 명료성과 부정적 정서특성. 한국심리학회지: 임상, 26(2), 463-377
- 이지원, 장은영 (2011). 외현, 내현적 자기에 그리고 자기고양동기가 우울에 미치는 영향에 대한 중단 연구. 한국심리학회지: 임상, 20(20), 441-457
- 이지영 (2003). 정서지능에 대한 연구 고찰. 학생연구(서울대학교). 37(1), 61-77
- 이훈구, 이수정, 이은정, 박수애 (2002). 정서심리학. 서울: 법문사
- 정남운 (2001). 자기에적 성격검사의 요인구조와 아이젠크 성격차원 및 자존감과 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료: 13(2), 221-237
- 정미라 (2010). 내현적자기애가 분노표현에 미치는 영향: 내면화된 수치심의 매개효과. 성신여자대학교. 석사 학위 논문.
- 조용래 (2007). 정서조절곤란의 평가: 한국판 척도의 심리측정적 속성. 한국심리학회지: 임상, 26(4), 1015-1038
- 주창윤 (2013). 허기사회. 경기도: 글항아리
- 최인선 (2013). 내현적 자기애가 사회불안에 미치는 영향 : 내면화된 수치심과 사회적 자기효능감의 매개효과. 숙명여자 대학교. 석사 학위 논문.
- 최정인 (2009). 평가적 피드백에 따른 자기에 성향자의 자존감 변화 및 정서조절방략. 서울대학교. 석사 학위 논문.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성 : 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교. 박사 학위 논문.
- 한혜림 (2004). 자기에가 사회불안에 미치는 영향: 수치심 경향성을 매개변인으로. 연세대학교. 석사 학위 논문.

- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 선정 기준과 그 근거. 한국심리학회지: 임상, 19(1), 161-177.
- Akhtar, S., & Thomson, J. A. (1982). Overview: Narcissistic personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 139, 12-20.
- Aldea, M. A., & Rice, K. G.(2006). The role of emotional dysregulation in perfectionism and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 498-510.
- Blankstein, K. R, & Dunkley, D. M. (2002). Evaluative concerns, self-critical and personal standards perfectionism: A structural equation modeling strategy. In G. L, Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research and treatment* (pp. 285-315). Washington, DC: American Psychological Association.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50, 1003-1020.
- Brown, R. F., & Schutte, N. S. (2006). Direct and indirect relationships between emotional intelligence and subjective fatigue in university students. *Journal of Psychosomatic Research*. 60(6), 585-593.
- Carroll, Hoenigmann-Stovall, N., & Whitehead III., G. I. (1996). Interpersonal consequences of narcissism. *Psychological Reports*, 79, 1267-1272.
- Chang, E. C., & Rand, K. L. (2000). Perfectionism as a predictor of subsequent adjustment Evidence for a specific diathesis-stress mechanism among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 129-137.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective.

Monographs of the Society for Research in Child Development,
59(2-3), 73-102.

- Dickinson, K. A., & Pincus, A. (2003). Interpersonal analysis of grandios and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, 17, 188-207.
- Dunkley, D. M., & Blankstein, K. R. (2000). Self-critical perfectionism, coping, hassles and current distress: A structural equation modeling approach. *Cognitive therapy and Research*, 24(6), 713-730.
- 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), 947-959.
- Fernández-Berrocal, P., Alcaide, R., Extremera, N. & Pizarro, D. (2006). The Role of Emotional Intelligence in Anxiety and Depression among Adolescents. *Individual Differences Research*, 4(1), 16-27.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein K. R., Solnik, M. & Van Brunschot, M. (1996). Perfectionism, Social Problem-solving ability, And Psychological Distress. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy* 14(4), 245-274.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & DeRosa, T. (1996). Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*, 20, 143-150.
- Folkman, S., Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*,

14(5), 449-468.

- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. L. Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Difference*, 14(1), 119-126.
- Garber, J. & Dodge, K. (1991). *The development of emotion regulation and dysregulation*. New York: Cambridge University Press.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54.
- Greenberg, L. S. (2002). *Emotion-focused therapy. Coaching clients to work through their feelings*. Washington: American Psychological Association.
- Hendin, H. M., & Cheek, J. M. (1997). Assessing hypersensitivity narcissism: A reexamination of Murray's Narcism Scale. *Journal of Research in Personality*, 31, 588-599.
- Hewitt, P. L., & Flett. G. L. (1989). The multidimensional Perfectionism Scale; Development and validation. *Canadian Psychology*, 30, 339.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). Perfectionism in self and social context: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991b). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 98-101.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319-340.

- 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*, 403-410.
- Kishton, J. M., & Widaman, K. F. (1994). Unidimensional versus domain representative parceling of questionnaire items: An empirical example. *Educational and Psychological Measurement, 54*, 757-765. (Serial publication #74)
- Kohut, H (1999). 자기의 분석. (이재훈 역). 서울: 한국심리치료연구소 (원전은 1971에 출판)
- Kohut, H. (2006). 자기의 회복. (이재훈 역). 서울: 한국심리치료연구소 (원전은 1977에 출판)
- Laplanche & Pontalis (1973). *the language on psychoanalysis*. London : The Hogarth Press.
- Lasch, C. (1989). 나르시시즘의 문화. (최경도 역). 서울: 문학과 지성사. (원전은 1979에 출판)
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1990). Impression management: A literature review and two-component model. *Psychological Bulletin, 107*, 34-47.
- Levenson, R. W. (1994). Emotional control : Variation and consequences. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The mature of emotion*(pp. 273-279). New York : Oxford University Press.
- Lundh, L. G., & Ost, L. G. (1996). Stroop interference, self focus, and perfectionism in social phobics. *Personality and Individual Differences, 20*, 725-731.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Gomber-Kaufmann, S. G., & Blainey, K. (1991). A broader conception of mood experience. *Journal of Personality*

and social Psychology, 60, 100-111.

- Mennin, D. S., Holaway, R. M., Fresco, D. M., Moore, M. T., & Heimberg, R. G. (2007). Delineating components of emotion and its dysregulation in anxiety and mood Psychopathology. *Behavior Therapy, 38*, 284-302.
- Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (1993). Narcissism and self-evaluation maintenance: Explorations in object relations. *Personality and Social Psychology Bulletin, 19*, 668-676.
- Mullins, L. S., & Kopelman, R. E. (1988). Toward an assessment of the construct validity of four measures of narcissism. *Journal of Personality Assessment, 52*, 610-625.
- Otto F. Kernberg (2008). (윤순임 역). 경계선 장애와 병리적 나르시시즘. 서울: 학지사 (원전은 1975에 출판)
- Pincus, A. L., & Lukowitsky, M. R. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology, 6*, 421-446.
- Raskin, R., & Hall, C. S. (1979). A narcissistic personality inventory. *Psychological Reports, 45*, 590.
- Raskin, R., & Hall, C. S. (1981). The Narcissistic Personality Inventory: Alternate form reliability and further evidence of construct validity. *Journal of Personality Assessment, 45*, 159-162.
- Rathvon, N., & Holmstrom, R. W. (1996). An MMPI-2 portrait of narcissism. *Journal of Personality Assessment, 66*, 1-19.
- Robbins, S. B., & Dupont, P. (1992). Narcissistic needs of the self and perceptions of interpersonal behavior. *Journal of Counselling Psychology, 39(4)*, 462-467.

- Rose (2002). The happy and unhappy faces of narcissism. *Personality and Individual Differences*, *33*, 379-391.
- Rusting, C. L., & Larsen, R. J. (1997). Extraversion, neuroticism, and susceptibility to positive and negative affect: A test of two theoretical models. *Personality and Individual Differences*, *22*, 607-612.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, *9*, 185-211.
- Sedikides, C., Rudich, E, Gregg, A, Kumashiro, M., & Rusbult, C. (2004). Are Normal Narcissists Psychologically Healthy?: Self-Esteem Matters. *Journal of Personality and Social Psychology*, *87*, 400-416.
- Schlenker, B. R. & Leary, M. R. (1990). Social anxiety and self-representation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, *92*, 647-669.
- Shafran R., & Mansell W. (2001). Perfectionism and psychology: A review of research and treatment. *Clinical Psychological Review*, *21*, 879-906.
- Slaney, R. B., & Johnson, D. G., (1992). *The Almost Perfect Scale*. Unpublished manuscript, The Pennsylvania State University.
- Slaney, R. B., Mobley, M., & Trippi, J. T., Ashby, J. S., & Johnson, D. G. (1996). *The Almost Perfect Scale-Revised*. Pennsylvania State University, University Park.
- Smolewska, K., & Dion, K. (2005). Narcissism and adult attachment: A multivariate approach. *Self and Identity*, *4*, 59-68.
- Summerfeldt, L. J., Kloosterman, P. H., Antony, M. M., & Parker, J. D. A. (2006). Social Anxiety, Emotional Intelligence, and Interpersonal

Adjustment. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 28(1), 57-68.

Vertue, F. M. (2003). From adaptive emotion to dysfunction: an attachment perspective on social anxiety disorder. *Review of Personality and Social Psychology*, 7(2), 170-191.

Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 590-597.

ABSTRACT

The Effects of Covert Narcissism on Social Anxiety: The Mediating Effects of Evaluative Concerns on Perfectionism and the Difficulties in Emotion Regulation

Kim Hyun-A

Department of psychology

The Graduate School of

Sungshin Woman's University

The purpose of this study is to set up a casual structure model mediated separately by evaluating the concerns of perfectionism and its difficulties in regulating emotions regarding the effects of covert narcissism on social anxieties and verifying the model's "goodness-of-fit" in empirical terms as well as its mediating effects on the parameters of its mediating effects.

In order to reach this goal, the paper formulates its study questions as follows: First, is there any correlation among the variables of covert narcissism, those of evaluative concerns perfectionism, those of difficulties in emotion regulation, and those of social anxiety? Secondly, does covert narcissism influence social anxiety significantly with the mediation of

evaluative concerns over perfectionism and difficulties in emotion regulation?

To solve the above study questions, this article adopts the following statistic: 406 adults in Gyeonggi, Seoul within the age range of their 20s and 30s. They were pre-selected to fill in the self-administered questionnaire sheet including the covert narcissism scale, evaluative concerns of the perfectionism scale, difficulties in emotion regulation scale, social anxiety, and the avoidance scale. After checking to see if the data collected was appropriate for analyzing the structural equation model in applying the structural equation model, the study verifies whether or not the hypothesis model was accurate where the two parameters mediating effects were significant; the study model was verified with *Mplus* 6.0, and lastly, the significance of their mediating effects i.e., “the Bootstrapping test” was evaluated.

The results can be summarized as follows: First, the statistical analysis shows that most of the variables of covert narcissism, evaluative concerns perfectionism, difficulties in emotion regulation, and social anxiety are significantly positively correlated with each other. Secondly, in regards to the effects of covert narcissism on social anxiety, evaluative concerns on perfectionism and difficulties in emotion regulation do partial mediation.

This study implies that the hypothesis model of social anxiety through the adoption of covert narcissism, evaluative concerns on perfectionism, and the management of difficulties in emotion regulation as its variables, is appropriate. The study makes a contribution to suggest that the insights of understanding the psychological characteristics of covert,

narcissistic personality and the therapeutic intervention of counselors played a role of mediation in the correlation of covert narcissism with social anxiety by proving the evaluative concerns on perfectionism and the difficulty in emotion regulation.

Finally, the limitations of the study were discussed along with suggestions for further research.

key words: covert narcissism, social anxiety, evaluative concerns perfectionism, difficulties in emotion regulation

부 록

부록 1. 내현적 자기애 척도 (CNS)

부록 2. 사회적 회피 및 불안 척도 (SADS)

부록 3. 평가염려 완벽주의 척도

부록 3-1. 실수에 대한 염려 및 수행에 대한 의심 척도 (FMPS 중)

부록 3-2. 사회적으로 부과된 완벽주의 척도 (HMPS 중)

부록 3-3. 불일치 척도 (APS-R 중)

부록 4. 한국판 정서조절곤란 척도 (K-DERS)

부록 1. 내현적 자기애(Covert Narcissism Scale: CNS)

다음은 여러분 자신에 대해서 느낄 수 있는 여러 가지 측면들을 나열한 것입니다. 항목들을 하나씩 읽어 나가면서 각각의 항목이 자신을 나타내고 있는 정도를 적당한 숫자에 √ 표해 주시기 바랍니다.

(1) 전혀 그렇지 않다 (2) 대체로 그렇지 않다 (3) 보통이다 (4) 대체로 그렇다 (5) 매우 그렇다

	문 항	1	2	3	4	5
1	나는 다른 사람들의 눈치를 많이 살피는 편이다.					
2	나는 모든 사람들이 나를 좋아하고 나에게 잘 대해주기를 바란다.					
3	비판 받았을 때, 나는 쉽게 굴욕감을 느낀다.					
4	나는 나를 좋아하는 사람들이 그 마음을 증명해 보이게 위해서, 나를 위해 많은 돈을 쓰기를 바란다.					
5	많은 고민을 했지만, 아직도 인생의 목표에 대해서 갈피를 못 잡고 있다.					
6	나는 나를 내가 아닌 다른 어떤 유명한 사람처럼 그려보고 싶다					
7	나는 다른 사람들의 존경을 받으려고 너무 애쓰는 것 같다.					
8	나는 가끔 남의 비평을 너무 심각하게 받아들인다.					
9	나는 다른 사람들이 부탁을 해 올 때에 때때로 짜증이 난다.					
10	가족들 중에는 내가 이기적이라고 말하는 사람이 있다.					
11	나에게 즐거운 일이라면 다른 사람에게 피해가 된다고 하더라도 포기하지 않는다.					
12	나는 다른 사람이 자기 문제로 와서 내 시간을 요구하거나 공감해 주기를 요구할 때, 말을 못해도 괴롭고 귀찮다.					
13	나는 내가 잘 할 일에 대해서 다른 사람이 알아주기를 바란다.					

	문 항	1	2	3	4	5
16	속기보다 차라리 남을 속이는 것이 좋다.					
17	나는 내게 부족한 것(예를 들면, 외모나 돈, 혹은 능력 같은 것)을 가지고 있는 사람들을 보면 질투가 난다.					
18	때때로 나는 그렇게 하는 것이 필요한 경우에도 내 자신을 주장하지 못할 때가 있다.					
19	다른 사람들과 비교해 봤을 때, 내 인생은 남들보다 불행한 일이 더 많은 것 같다.					
20	내 삶의 목표는 비교적 명확하다.					
21	나는 겁이 많고 소심한 사람이다.					
22	다른 사람들과 똑같은 대접을 받아 자존심이 상했던 경우가 있다.					
23	나는 내가 하는 일에서 진정한 즐거움을 찾지 못하고 있다.					
24	나는 여러 가지 일에 모두 뛰어나기를 바란다.					
25	사람들이 나의 결점을 알아차릴까 봐 자주 두렵다.					
26	내가 보잘 것 없는 존재로 느껴질 때가 있다.					
27	필요하다면 나는 내가 원하는 것을 얻기 위해 사람들을 교묘히 이용할 것이다.					
28	나는 어떤 모임에 참석하든 항상 사람들 눈에 잘 띄지 않는 구석진 자리에 앉는 편이다.					
29	나는 내가 다음에 무엇을 하게 될지 전혀 모르겠다.					
30	직업을 통해 내가 무엇을 추구해야 할지 전혀 모르겠다.					
31	나는 창피스러운 일을 당하면, 두고두고 생각하며 괴로워하는 편이다.					
32	나는 대부분의 사람들에 비해 활기가 적은 편이다.					
33	나는 사람들이 왜 나의 장점을 좀 더 알아주지 않는지 의아하게 생각한다.					
34	나는 사람들이 많이 모인 곳이나 친하지 않은 사람 앞에서 별로 긴장하지 않는다.					

	문 항	1	2	3	4	5
37	나는 지금 내가 하는 일에 만족을 느낀다.					
38	다른 사람들이 나에게 주목하고 높이 평가해 주었으면 좋겠다.					
39	나는 혼자서는 결정을 잘 내리지 못하는 것 같다.					
40	요 며칠 동안 나는 계속 슬프고 우울했는데 쉽게 이런 기분이 나아질 것 같지 않다.					
41	누군가가 보고 있는 자리에서 일하는 것은 아주 힘이 든다.					
42	나는 일의 의미를 찾기가 어렵다.					
43	항상 다른 사람으로부터 인정받고 지지받고 싶다.					
44	나의 문제는, 내가 무엇이 되고 싶은지를 정말 모른다는 것이다.					
45	기회만 된다면, 나는 죄책감 없이 다른 사람들을 이용할 것이다.					

부록 2. 사회적 회피 및 불안 척도(Social Avoidance and Distress Scale: SADS)

다음 문항들은 사회적 상황에서 경험할 수 있는 생각과 감정에 대한 것입니다. 각 문항들을 읽고, 자신과 가장 가까운 정도를 하나만 골라서 √표 해주시기 바랍니다.

(1) 전혀 그렇지 않다 (2) 약간 그렇다 (3) 웬만큼 그렇다 (4) 꽤 그렇다 (5) 매우 그렇다

	문 항	1	2	3	4	5
1	익숙하지 않은 사회적 상황에서도 편안함을 느낀다					
2	사람들과 적극적으로 어울려야 하는 자리는 피하려고 한다					
3	낯선 사람들과 함께 있을 때 쉽게 마음이 편안해진다					
4	특별히 사람들을 피하고 싶은 생각은 없다					
5	사람들과 어울리는 모임에서 종종 당황함을 느낀다					
6	사람들과 어울리는 모임에서 대개 차분하고 편안하다					
7	이성에게 말을 걸 때 대체로 마음이 편하다					
8	잘 알지 못하는 사람에게 말을 거는 것을 피하려 한다					
9	새로운 사람과 만날 기회가 오면 자주 응한다					
10	우연하게 남녀가 같이 모이는 자리에서 종종 예민해지고 긴장된다					
11	사람을 잘 알게 되기 전까지는 같이 있는 것이 긴장된다					

	문 항	1	2	3	4	5
13	사람들로부터 떨어져 있고 싶을 때가 자주 있다					
14	모르는 사람들 속에 있으면 보통 마음이 편치 않다					
15	사람을 처음 만날 때 대체로 편안함을 느낀다					
16	사람들에게 소개될 때면 긴장하고 마음을 줄인다					
17	밤에 낯선 사람이 꼭 차 있을 때도 거리낌 없이 들어 갈 수 있다					
18	사람들이 모여 있는데 다가가서 어울리는 것을 피하고 싶다					
19	윗사람이 나와 이야기하기를 원하면 거리낌 없이 응한다					
20	많은 사람들과 어울릴 때 신경이 예민해진다					
21	사람을 피하려는 경향이 있다					
22	파티나 친목회에서 기꺼이 사람들에게 말을 건넨다					
23	사람들이 많이 모인 집단에서는 좀처럼 마음이 편하지 않다					
24	사람들과 어울려야 하는 약속을 피하려고 자주 핑계를 생각해 낸다					
25	때때로 사람들을 소개시켜 주는 책임을 맡는다					
26	공식적으로 사람들과 어울려야 하는 모임은 피하려고 한다					
27	사람들과 어울려야 하는 약속이면 대체로 다 지킨다					
28	다른 사람들과 쉽게 편해질 수 있다					

부록 3. 평가염려 완벽주의 척도

부록 3-1. (FMPS 중) 실수에 대한 염려 및 수행에 대한 의심 척도

다음 문항들을 읽고 자신과 가장 가까운 정도를 하나만 골라서 √표 해주시기 바랍니다.

(1) 전혀 그렇지 않다 (2) 대체로 그렇지 않다 (3) 보통이다 (4) 대체로 그렇다 (5) 매우 그렇다

	문 항	1	2	3	4	5
1	만일 내가 직장이나 학업에서 실패한다면, 나는 한 인간으로서 실패한 것이다.					
2	만일 내가 실수를 했다면 속상해하는 것은 당연한 일이다.					
3	다른 사람이 나보다 더 잘하는 것을 볼 때, 나는 그 일 전체를 다 실패한 것처럼 느낀다.					
4	부분적으로 실패하는 경우도 나에게는 완전히 실패한 것과 다름없다.					
5	나는 신중하게 어떤 일을 했는데도 그 일이 제대로 되지 않았다고 느낄 때가 자주 있다.					
6	나는 무슨 일에서든지 최고가 아니면 싫다.					
7	내가 실수를 하면 나에 대한 사람들의 평가가 낮아질 것이다.					
8	남들만큼 잘하지 못하면 나는 뒤떨어진 사람이 될 것이다.					
9	내가 항상 잘하지 못하면 사람들은 나를 존중하지 않을 것이다.					
10	일상생활의 간단한 일에 대해서도 잘 마무리 되지 않은 것 같은 미심쩍은 생각이 든다.					
11	일을 자꾸 되풀이하기 때문에 일처리가 늦어지는 경향이 있다.					
12	무슨 일이든지 내 마음에 들게 제대로 하려면 시간이 무척 오래 걸린다.					

부록 3-2. HMPS 중 사회적으로 부과된 완벽주의 척도

다음 문항들을 읽고 자신과 가장 가까운 정도를 하나만 골라서 √표 해주시기 바랍니다.

- (1) 전혀 그렇지 않다 (2) 거의 그렇지 않다 (3) 별로 그렇지 않다 (4) 보통이다
 (5) 조금 그렇다 (6) 거의 그렇다 (7) 매우 그렇다

	문 항	1	2	3	4	5	6	7
1	다른 사람이 내게 기대하는 것을 만족시키기가 어렵다.							
2	내 주위 사람들은 내가 실수를 할 수도 있다고 쉽게 인정한다.							
3	내가 일을 잘 할수록 사람들은 내가 더 잘할 것으로 기대한다.							
4	내가 하는 일이 최고가 아니라면 사람들은 나를 형편없게 볼 것이다.							
5	나의 주변 사람들은 내가 모든 일을 성공시키기를 기대한다.							
6	내가 모든 일을 잘하지 않더라도 사람들은 나를 좋아할 것이다.							
7	일을 성공시킨다는 것은 다른 사람을 기쁘게 하기 위해서 더욱 열심히 일을 해야 한다는 뜻이다.							
8	내가 어떤 일에서 성공하지 못하더라도 사람들은 나를 괜찮은 사람이라고 생각한다.							
9	나는 사람들이 내게 너무 많은 요구를 한다고 생각한다.							
10	내가 실수했을 때 사람들은 비로 나타내지는 않지만 매우 실망할 것이다.							
11	나의 가족은 내가 완벽하기를 바란다.							
12	부모님이 내가 모든 면에서 뛰어나기를 기대하지는 않는다.							
13	사람들은 나에게서 완벽함을 기대한다.							

부록 3-3. APS-R 중 불일치 척도

다음 문항들을 읽고 자신과 가장 가까운 정도를 하나만 골라서 √표 해주시기 바랍니다.

- (1) 전혀 그렇지 않다 (2) 거의 그렇지 않다 (3) 별로 그렇지 않다 (4) 보통이다
 (5) 조금 그렇다 (6) 거의 그렇다 (7) 매우 그렇다

	문 항	1	2	3	4	5	6	7
1	목표를 달성할 수 없을 때 종종 좌절감을 느낀다.							
2	충분히 최선을 다하고 있는 것 같지 않다.							
3	나의 높은 기준에 도달한 적이 거의 없다.							
4	최선을 다하는 것만으로는 결코 충분한 것 같지 않다.							
5	성취한 것에 대해 결코 만족하지 않는다.							
6	나의 기대에 미치지 못하는 것에 대해 자주 걱정한다.							
7	내가 한 일은 내 기준에 거의 못 미친다.							
8	최선을 다했다는 것을 알 때조차도 만족하지 못한다.							
9	내가 세운 높은 기준을 거의 충족시킬 수 없다.							
10	내가 한 일의 결과에 대해 거의 만족하지 않는다.							
11	내가 한 일이 훌륭하다고 느낀 적이 거의 없다.							
12	일이 끝난 후 좀 더 잘 했어야 한다는 생각에 낙담할 때가 많다.							

부록 4. 한국판 정서 조절 곤란 척도(Difficulties in Emotion Regulation Scale: K-DERS)

다음 문항들을 읽고, 평소 여러분에게 해당되는 번호에 $\sqrt{\text{표}}$ 해주시기 바랍니다.

(1) 전혀 그렇지 않다 (2) 대체로 그렇지 않다 (3) 보통이다 (4) 대체로 그렇다 (5) 매우 그렇다

	문 항	1	2	3	4	5
1	나는 내 감정에 대해 분명하게 알고 있다.					
2	나는 내가 어떻게 느끼는지에 대해 주의를 기울인다.					
3	나는 감정에 압도되고 감정을 통제하기 힘들다고 생각한다.					
4	나는 내가 어떤 감정을 느끼고 있는지 잘 모른다.					
5	나는 내 감정을 이해하기 어렵다.					
6	나는 내 감정에 주의를 기울인다.					
7	나는 내가 어떻게 느끼고 있는지를 정확하게 안다.					
8	내가 무엇을 느끼고 있는 지에 대해 관심이 있다.					
9	나는 내가 어떻게 느끼는지가 혼란스럽다.					
10	나는 화가 나거나 기분이 나쁠 때, 내 감정이 어떤지 알아차린다.					
11	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그런 감정을 느끼는 나 자신에 대해 화가 난다.					

	문 항	1	2	3	4	5
13	나는 화가 나거나 기분이 나쁠 때, 일을 끝마치기가 어렵다.					
14	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면 나를 통제하기 어려워진다.					
15	나는 화가 나거나 기분이 나쁠 때, 내가 그런 상태로 오랫동안 있을 거라고 생각한다.					
16	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 결국에는 내가 아주 우울해질 거라고 생각한다.					
17	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 다른 일들에 집중하기가 어렵다.					
18	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 자제하지 못한다고 느낀다.					
19	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그렇게 느끼는 것에 대해 부끄럽게 느낀다.					
20	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내가 나약한 사람처럼 느껴진다.					
21	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그렇게 느끼는 것에 대해 죄책감을 느낀다.					
22	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 집중하기 어렵다.					
23	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 행동을 통제하기가 어렵다.					
24	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 기분을 더 좋아지게 하기 위해 내가 할 수 있는 일이 아무 것도 없다고 믿는다.					
25	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그렇게 느끼는 나 자신에게 짜증이 난다.					
26	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 나 자신에 대해 기분이 매우 나빠지기 시작한다.					
27	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그 상태에 빠져 허우적거린다.					
28	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 행동에 대한 통제력을 잃어버린다.					