

사회부와 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 매개효과*

이 은 진 원 성 두 김 은 정[†]
청주 스마일센터 아주대학교 심리학과

본 연구는 사회부와 완벽주의가 사회불안에 영향을 미치는 기제를 인지적 측면에서 통합적으로 이해하는 데 초점을 맞추고, 사회부와 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기비난과 완벽주의적 자기제시가 매개 역할을 하는지 검증하였다. 이를 위해 대학생 347명을 대상으로 사회부와 완벽주의 척도, 자기비난 척도, 완벽주의적 자기제시 척도, 그리고 사회적 상호작용 불안 척도와 사회 공포증 척도를 실시하였으며, 수집된 자료를 구조방정식 모형을 통해 분석하였다. 연구 결과, 사회부와 완벽주의와 사회불안 간의 관계를 자기비난과 완벽주의적 자기제시가 연속 매개하는 것으로 나타났다. 또한 사회부와 완벽주의와 완벽주의적 자기제시 간의 관계를 자기비난이 부분 매개하였고, 자기비난과 사회불안 간의 관계를 완벽주의적 자기제시가 부분 매개하였다. 매개효과의 차이검증에서 자기비난의 단일 매개효과가 완벽주의적 자기제시의 단일 매개효과, 그리고 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 연속 매개효과에 비해 유의미하게 큰 것으로 나타났다. 본 연구의 결과는 사회부와 완벽주의 경향을 보이는 사람들에게 대한 개입에 있어 자기비난과 완벽주의적 자기제시를 감소시키는 데 초점을 맞추는 것(예, 자비중심치료)이 사회불안의 발생과 유지 가능성을 낮추는 데 효과적일 수 있음을 제안한다.

주요어 : 사회불안, 사회부와 완벽주의, 완벽주의적 자기제시, 자기비난

* 본 논문은 제1저자의 석사학위 논문 중 일부를 수정 및 보완한 것으로, 일부 내용은 한국임상심리학회
의 2014년 가을 학술대회에서 포스터 발표되었음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 김은정 / 아주대학교 심리학과 / (16499) 경기도 수원시 영통구 월드컵로
206 / E-mail : kej@ajou.ac.kr

사회불안장애(Social Anxiety Disorder, SAD) 또는 사회공포증(Social Phobia, SP)은 ‘타인에게 면밀히 관찰될 수 있는 하나 이상의 사회적 상황, 예를 들어 낯선 사람을 만나거나 다른 사람 앞에서 수행을 하는 장면에 노출되기를 극심히 두려워하거나 불안해하는 것’을 일컫는다(APA, 2013). 정신질환실태역학조사(보건복지부, 2016)에 따르면, 국내 사회공포증의 평생 유병률이 1.6%로 나타났다. 이는 2011년에 실시한 동일 조사에 비해 3배 가까이 증가한 것이다. 사회불안이 학업적, 직업적, 및 사회적 기능에 부정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 (Furmark, 2002; Ledley & Heimberg, 2006; Stein & Gorman, 2001) 삶의 만족도 및 질을 떨어뜨린다는 점(Hambrick, Turk, Heimberg, Schneier, & Liebowitz, 2003; Mogotsi, Kaminer, & Stein, 2000)에서 사회공포증은 중요한 정신장애 중 하나로 인식되어 왔다. 이를 반영하듯, 국내외 수많은 연구자들이 사회불안의 원인과 결과, 치료 등에 관심을 갖고 연구해왔다. 본 연구에서는 사회불안의 발생과 유지에 취약한 성격 특성 중 하나로 대표되는 완벽주의에 초점을 맞추고자 한다.

완벽주의(Perfectionism)는 ‘상황이 요구하는 것 이상의 높은 수준의 수행을 자신이나 타인에게 요구하는 것’으로 정의된다(Hamachek, 1978). 초기에 Hamachek(1978)은 완벽주의를 정상적 완벽주의와 신경증적 완벽주의로 구분했으나, 1990년대 이후로 완벽주의를 보다 더 다차원적으로 이해하려는 시도가 이어지고 있다(Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990; Hewitt & Flett, 1991a). 그 중에서도 Hewitt과 Flett(1991a)은 완벽주의를 완벽함에 대한 요구가 향하는 방향에 따라 자기-지향적(Self-oriented), 타인-지향적(Other-oriented), 그리고 사

회부과(Socially Prescribed) 완벽주의 등 세 가지 차원으로 나누어 설명한다. 자기-지향적 완벽주의는 자기 자신에게 과도하게 높은 비현실적 기준을 세우고 자신의 행동을 엄격하게 평가하고 비난하며, 완벽하고자 하는 동기를 스스로에게 부과하는 것을 말한다. 이에 비해 타인-지향적 완벽주의는 다른 사람에게 비현실적인 기준을 적용하고 그 기준에 맞추어 완벽하게 행동하길 기대하며, 타인의 행동을 엄격하게 평가하는 것을 의미한다. 마지막으로 사회부과 완벽주의는 의미 있는 타인이 자신에게 부과한 과도하고 비현실적인 기준과 기대를 충족시켜야만 승인과 인정을 얻을 수 있다는 신념이나 지각을 포함한다.

사회부과 완벽주의는 완벽주의의 세 가지 차원 중 가장 부적응적인 차원으로 알려져 있다(김윤희, 서수균, 2008; Besser, Flett, & Hewitt, 2010). 사회부과 완벽주의가 실패나 실수, 통제력 상실에 대한 두려움, 자신에 대한 비합리적인 사고, 지연행동 등 일상적인 사회적 혹은 대인관계적 문제와 관련이 있을 뿐 아니라(Blankstein, Flett, Hewitt, & Eng, 1993; Flett, Blankstein, Hewitt, & Dynin, 1994; Flett, Blankstein, Hewitt, & Koledin, 1992), 수면 장애, 자살 행동, 우울 등 보다 심각한 심리적 부적응과도 관계가 있다는 것이 밝혀졌다(Azevedo et al., 2010; Flett, Hewitt, & Heisel, 2014; Hewitt, Flett, Ediger, Norton, & Flynn, 1998).

특히 사회부과 완벽주의가 높은 사람들의 경우 사회적 실패에 대한 두려움을 호소하며(Blankstein et al., 1993), 타인의 비판에 민감하고, 부정적 평가에 대한 두려움이 높은 것으로 나타났다(Frost & Dibartolo, 2002; Hewitt & Flett, 1991b). 이와 일관되게, 한정숙, 최승원, 김미리혜(2014)의 연구에서 사회부과 완벽

주의가 사회불안에 끼치는 직·간접 효과가 모두 유의한 것으로 나타났다. 이성령과 홍혜영(2015) 또한 회귀분석을 통해 사회부과 완벽주의의 수준이 높을수록 사회불안의 수준이 높아짐을 확인하였다. 이 같은 내용을 종합해 보면, 자신에 대한 타인의 기준이 과중하며 통제 불가능하다는 지각, 그 기준에 미치지 못해 부정적 평가를 받을까 하는 두려움, 그리고 타인으로부터의 인정과 관심을 얻고자 하는 욕구와 같은 사회부과 완벽주의자들의 특징이 사회불안의 핵심 증상들과 밀접한 관계가 있는 것으로 보인다. 따라서 본 연구는 사회부과 완벽주의가 사회불안에 유의미한 영향을 끼칠 것으로 예측했다.

이처럼 완벽주의 성격 특성, 특히 사회부과 완벽주의가 사회불안에 끼치는 영향은 다수의 연구를 통해 밝혀져 왔다. 그러나 사회불안의 예방 및 치료적 개입에 대한 통합적 접근을 위해서는 사회부과 완벽주의가 어떠한 기제를 통해 사회불안에 영향을 끼치는지 보다 면밀하게 살펴볼 필요가 있다. 그간 많은 연구자들이 둘 간의 관계에 관여하는 변인들을 살펴봤으나, 본 연구에서는 특히 자기비난과 완벽주의적 자기제시를 매개변인으로서 함께 살펴보았다. 자기비난과 완벽주의적 자기제시 각각이 사회부과 완벽주의 및 사회불안과의 관계에서 갖는 밀접한 관련성 혹은 영향에 대해서는 이미 다수의 연구를 통해 밝혀진 바 있으나, 이 두 변인을 함께 검토한 연구는 아직까지 매우 드물다.

먼저 자기비난(Self-blame)이란 자신이 경험한 것에 대해 자신을 비난하는 사고로서, 발생한 사건을 자신이 저지른 실수라고 생각하거나 자신의 잘못이라고 생각하는 것이며(Anderson, Miller, Riger, Dill, & Sedikides, 1994), 죄책감과

무가치함을 동반하는 자기에 대한 가혹한 평가로 개념화 될 수 있다(Powers, Zuroff, & Topciu, 2004).

완벽주의자가 경험하게 되는 다양한 심리적 어려움은 자기비난으로 인해 나타날 수 있다. 완벽주의자들은 과제를 수행하는데 있어 목표를 달성하는 것에만 몰두하며, 자신이 완벽하고자 하는 영역에서의 수행 결과에 의존해 자신을 평가한다(Shafran, Cooper, & Fairburn, 2002). 완벽주의자들의 목표는 실제로 달성 불가능한 측면이 많기 때문에, 수행에서의 결핍을 야기하고 좌절을 자초하게 될 가능성이 높다. 이는 결국 자기비난으로 이어지게 되며, 설사 그들이 초기에 설정한 기준에 도달한다 하더라도, 완벽주의자들은 다시 도달하지 못할 더 높은 목표를 세우고 성취를 위해 고군분투하기 때문에 자기비난의 과정은 피하기 어렵다. 실제로 적응적 완벽주의, 부적응적 완벽주의, 비완벽주의 집단을 비교한 연구에서 부적응적 완벽주의 집단의 자기비난 점수가 유의미하게 높은 것으로 밝혀진 바 있으며(Grzegorek, Slaney, Franze, & Rice, 2004), 본 연구에서 초점을 맞춘 완벽주의 차원인 사회부과 완벽주의는 임상 및 준임상 표본에서 자기비난과 유의미한 관련성이 있었다(Dunkley & Blankstein, 2000; Hewitt & Flett, 1991b; Hewitt & Flett, 1993; Wyatt & Gilbert, 1998; Gilbert, Durrant, & McEwan, 2006에서 재인용). 국내 연구자들 또한 사회부과 완벽주의 혹은 사회부과 완벽주의 요소를 포함하는 부적응적 완벽주의가 자기비난을 통해 자살사고, 신경성 폭식증 등에 영향을 끼친다는 것을 밝혔다(고은영, 최바울, 이소연, 이은지, 서영석, 2013; 손은정, 2011).

한편 그간 많은 연구자들이 우울 증상에 대

한 예측 변인으로 자기비난을 다뤄왔으며, 비교적 최근에서야 자기비난이 사회불안에 대한 유의미한 예측 변인임을 검증하는 연구가 증가하고 있다(e.g., Cox, Fleet, & Stein, 2004; Cox, Rector, Bagby, Swinson, Levitt, & Joffe, 2000; Cox, Walker, Enns, & Karpinski, 2002). 특히 Regev, Shahar와 Lipsitz(2012)는 사회적 위협 없이 혼자 있는 상황에서는 자신에 대해 보다 긍정적 관점을 유지할 수 있는 반면 사회적 상황에서는 자기비난적 사고가 활성화된다는 사회불안의 인지 모형(Clark & Wells, 1995)에 따라, 자기비난을 사회적 영역과 비사회적 영역으로 구분해 사회불안에 대한 영향을 검증하였다. 그 결과 자기비난은 영역에 관계없이 사회불안에 대한 유의미한 예측 변인으로 확인되었다. 아직까지 사회부과 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기비난의 역할을 살펴본 연구는 많지 않으나, 이러한 선행 연구의 결과에 기초할 때 본 연구에서는 독립 변인인 사회부과 완벽주의와 종속 변인인 사회불안 간의 관계를 자기비난이 매개 할 수 것으로 보았다.

다음으로 완벽주의적 자기제시(Perfectionistic Self-Presentation)란 완벽주의 특성의 대인관계적 표현형으로서, 자신을 완벽하게 보이고자하는 노력들을 의미한다(Hewitt et al., 2003). 오랜 시간에 걸쳐 완벽주의 차원의 내용과 수준이 심리적 적응과 고통에 중요한 영향을 끼친다는 것은 명백히 밝혀져 왔지만, 그 표현적 측면은 상대적으로 충분한 주목을 받지 못했다. 즉 완벽주의에서 뿐만 아니라, 성격과 정신병리 간의 관계에 대한 과거의 대다수 연구들은 성격 특성의 내용적 측면, 즉 기질의 수준 차이와 같은 정적 측면을 주로 다뤄왔다. 그러나 몇몇 연구자들에 의해 이 같은 접근만으로

는 성격이 심리적 문제를 발생 및 유지시키는 과정을 간과하게 되며(Wachtel, 1994), 성격을 내용적 측면과 표현적 측면으로 구분할 필요가 있다는 주장이 제기되었다(e.g., Buss & Finn, 1987; Paulhus & Martin, 1987; Hewitt et al., 2003에서 재인용). 이러한 주장을 받아들여 Hewitt 등(2003)은 완벽주의가 겉으로 드러나는 표현적 측면, 즉 대인관계적 측면이 완벽주의를 이해하는 데 특히 중요하다고 보고, 완벽주의적 자기제시의 개념을 제안했다.

사회불안은 자신을 완벽하게 제시하고자 하는 특성인 완벽주의적 자기제시와 밀접한 관계가 있다. 구체적으로 사회불안의 임상적 징후를 살펴보면, 자신이 타인에게 보이는 방식에 상당한 관심을 갖는 동시에 자신의 진실한 모습을 드러내면 다른 사람들이 거절할 것이라 믿으며 참된 모습을 감추려 노력한다(Leary & Kowalski, 1995; Meleshko & Alden, 1993). 최근 완벽주의적 자기제시와 사회불안 간의 관계를 보다 직접적으로 지지하는 연구들이 늘어나고 있다. 먼저 Hewitt 등(2003)은 완벽주의적 자기제시 측정치에서 높은 점수를 받은 사람들이 타인의 행동과 이용 가능한 사회적 비교 단서에 민감했다는 점을 통해, 완벽주의적 자기제시가 사회적 상황과 관련된 두려움과 관련될 수 있다고 보았다. 실제로 사회 공포증으로 진단 받은 환자와 지역사회 참가자를 대상으로 여러 완벽주의 차원과 완벽주의적 자기제시 수준의 차이를 알아본 Jain과 Sudhir(2010)의 연구에서, 완벽주의적 자기제시 측정치는 사회불안 측정치와 유의미한 상관을 보였으며, 임상 집단과 통제 집단을 잘 구분하는 것으로 나타났다. 국내 연구(강병은, 신현숙, 2019; 김다정, 오경자, 2017; 백수현, 2012)에서도 완벽주의적 자기제시가 사회불안

에 통계적으로 유의미한 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 나아가 완벽주의적 자기제시가 다차원적 완벽주의 차원들을 통제 한 후에도 동일한 사회불안 측정치들에 유의미한 영향을 끼침이 밝혀졌는데(Flett, Coulter, & Hewitt, 2012; Hewitt et al., 2003), 특히 Mackinnon, Battista, Sherry 그리고 Stewart(2014)가 21일 간의 일일 측정치를 사용하여 완벽주의적 자기제시가 사회불안에 미치는 영향을 검증한 결과, 완벽주의적 자기제시는 사회부과 완벽주의, 완벽주의 인지, 우울 기분을 통제 한 후에도 사회불안에 대한 강건한 예측변인임이 밝혀졌다. 이는 완벽주의적 자기제시가 완벽주의 차원들과 구분되는 일관되고 안정적인 구성개념으로 사회불안의 지표에 고유한 영향을 미칠 가능성을 의미하는 것이다.

완벽주의적 자기제시가 심리적 어려움을 야기하는 데 있어 안정적인 성질을 갖는 성격 측면 중 하나로 여겨져 오긴 했으나, 몇몇 연구자들은 완벽주의적 자기제시가 대처 전략, 특히 '완벽해야 한다'는 사회적 압력에 대한 인상 관리의 한 형태로도 볼 수 있음을 언급했다(Hewitt et al., 2003). 완벽주의적 자기제시의 수준이 높은 사람들은 스스로를 완벽과는 거리가 멀다고 여기며 자신에게 부과된 사회적 기대들을 충족시킬 수 없다고 여기기 때문에 자신의 진실한 모습을 드러내길 꺼린다(Flett & Hewitt, 2013). 즉 자신의 능력에 대한 부정적 기대와 자기비하적 태도로 인해 자신을 있는 그대로 보이면 인정과 수용을 받을 수 없을 것이라 생각하여, 자기부적절감을 방어하고 거절에 대한 염려로부터 개인을 보호하기 위해 자신의 불완전한 측면은 숨기고 완전하다고 느끼는 측면만을 드러내려는 완벽주의적 자기제시 경향이 나타날 수 있다.

비록 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 순차적 관계를 직접 증명한 선행 연구는 부족한 실정이나, 일부 연구를 통해 그 관련성을 살펴볼 수가 있다. Mushquash와 Sherry(2012)의 연구에서 사회부과 완벽주의가 자기비난을 평가하는 문항으로 측정된 완벽주의적 불일치(perfectionistic discrepancy)와 완벽주의적 자기제시, 우울의 순차적 매개를 통해 자기파괴적 행동(self-defeating behavior)에 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 구체적으로 사회부과 완벽주의자는 '다른 이들의 기대를 충족시키지 못했다'며 스스로에 대해 부정적이고 가혹한 평가, 즉 자기비난으로 특징지어지는 인지적 양상을 보이는데, 이에 대한 보상적 대처로서 자신을 가능한 한 이상적인 모습으로 보이려는 완벽주의적 자기제시 경향을 나타내게 되며, 그 결과 부정 정서와 문제 행동이 뒤따른다는 설명이다. 이는 사회불안에 대한 인지적 모델들(e.g., Clark, 2005, Clark & Wells, 1995)과 일치하는 설명으로, Clark(2005)는 사회불안이 자기의심(self-doubt)과 타인으로부터의 부정적 평가를 피하기 위해 모든 불완전함을 은폐해야 한다는 인지 과정에 의해 유지된다고 제안한 바 있다. 사회불안에서 보이는 자기의심이 근본적으로 자신에 대한 부정적 지각과 비판적인 자기 평가와 밀접하다는 점에서 자기비난으로 대표될 수 있고, 이에 대한 보상적 기제로 나타나는 자기은폐 양상이 완벽주의적 자기제시로 개념화될 수 있다고 할 때, Clark(2005)의 인지 모형은 사회불안을 이해하는 데 있어 자기비난과 완벽주의적 자기제시를 순차적으로 살펴볼 필요성을 강하게 시사한다.

종합적으로, 본 연구에서는 사회부과 완벽주의가 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 순차적 매개를 통해 사회불안을 야기할 것으로

보고, 이를 검증하였다. 이러한 시도는 사회불안을 설명하는데 있어 그간 함께 탐색되지 않았던 변인들 간의 관계를 확인해 기존의 연구 영역을 확장 및 통합함으로써 임상 현장에서 치료 방향을 구체화하는 데 기여할 것으로 보인다. 연구 모형은 그림 1, 그림 2, 그림 3과 같으며, 자기비난과 완벽주의적 자기제시 사이의 인과관계를 직접적으로 지지하는 연구가 부족한 실정을 고려해 그림 4와 같은 경쟁 모형을 세웠다.

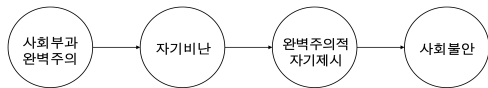


그림 1. 연구모형 1 (완전 매개)

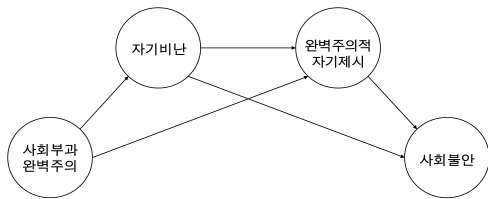


그림 2. 연구모형 2 (부분 매개 1)

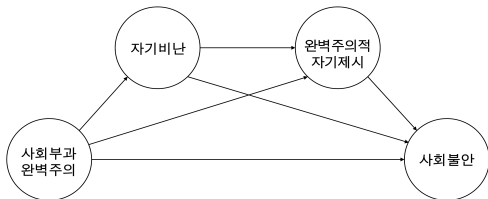


그림 3. 연구모형 3 (부분 매개 2)

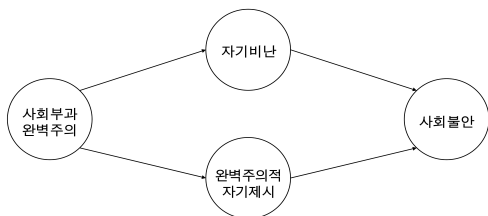


그림 4. 경쟁모형 (이중 매개)

방 법

연구 참가자

본 연구는 수도권 소재의 대학교에 재학 중인 대학생을 대상으로 실시되었다. 구체적으로 본 연구의 목적, 연구 참여의 이익과 위험에 대해 충분히 이해하고 연구 참여 동의서에 자발적으로 동의한 367명이 설문 조사에 참여하였다. 응답에는 대략 15분 정도 소요되었고, 설문지를 완성한 참가자에게 소정의 보상을 지급하였다. 참가자의 성별은 남성이 140명(38.15%), 여성이 227명(61.85%)이었으며, 평균 연령은 22.02($SD=2.33$)세로 나타났다.

연구 참가자 중 설문지에 불성실한 응답과 극단치를 보인 20명을 제외하고, 남학생 130($M=22.91$, $SD=2.35$)명, 여학생 217($M=21.44$, $SD=2.17$)명, 총 347($M=21.99$, $SD=2.35$)명의 결과가 분석에 사용되었다.

측정 도구

사회불안

본 연구에서는 상호작용 불안과 수행 불안으로 구분되는 사회불안의 특징을 아우르고자, 측정치로 사회적 상호작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale; SIAS)와 사회 공포증 척도(Social Phobia Scale; SPS)로부터 얻은 점수를 합산한 값을 사용하였다.

사회적 상호작용 불안 척도

이 척도는 Mattick과 Clarke(1997)가 ‘대인간 상호작용 과정에서 겪는 불안의 정도’를 측정하기 위해 개발한 척도로서, 본 연구에서는 김향숙(2001)이 번안 및 타당화한 것을 사용했

다. Mattick과 Clarke(1997)의 연구에서 사용된 전체 표본에 대한 내적 합치도(Cronbach's α)는 .94였으며, 백수현(2012)의 연구에서 내적 합치도는 .90으로 나타났다. 본 연구에서는 .93으로 나타났다.

사회 공포증 척도

이 척도는 Mattick과 Clarke(1997)가 '다른 사람이 자신을 주시하는 상황에서 발생하는 주시불안과 무엇을 수행하는 과정에서 다른 사람의 시선이 의식되는 상황에서 발생하는 수행불안의 정도'를 측정하기 위해 개발한 척도로서, 본 연구에서는 김향숙(2001)이 번안 및 타당화한 것을 사용했다. Mattick과 Clarke(1997)의 연구에서 사용된 전체 표본에서 내적 합치도는 .94였으며, 백수현(2012)의 연구에서 내적 합치도는 .92로 나타났다. 본 연구에서는 .91로 나타났다.

사회부과 완벽주의 척도

사회부과 완벽주의를 측정하기 위해 다차원적 완벽주의 척도(Multi-dimensional Perfectionism Scale; MPS)를 사용했다. 이 척도는 Hewitt과 Flett(1991b)이 완벽주의를 다차원적인 관점에서 측정하기 위해 '완벽 행동을 요구받는 대상 그리고 그 기준을 누가 부과하는지'에 따라 '자기지향 완벽주의(Self-Oriented Perfectionism)(15문항)', '타인지향 완벽주의(Other-Oriented Perfectionism)(15문항)', '사회부과 완벽주의(Socially Prescribed Perfectionism)(15문항)'로 분류해 개발한 것으로서, 본 연구에서는 한기연(1993)이 번안한 것을 사용했다. Hewitt과 Flett(1991b)의 연구에서 하위 척도 별 내적 합치도는 각각 .88, .74, .81이었으며, 차미희(2013)의 연구에서 하위 척도 별 내적 합치도는 .87,

.80, .75로 나타났다. 본 연구에서는 사회부과 완벽주의를 측정하는 15문항만 사용했으며, 내적 합치도는 .84로 나타났다.

자기비난 척도

자기비난을 측정하기 위해 Blatt, D'Afflitti와 Quinlan(1976)의 "우울 경험 질문지(Depressive Experiences Questionnaire; DEQ)"를 조재임(1996)이 한국어로 번안 및 타당화한 것을 사용했다. 의존성, 자기비난, 효능감으로 구성된 3가지 하위 척도 중 자기비난을 측정하는 22문항만을 사용하였는데, 이는 죄책감, 내적 공허감, 자신의 잘못으로 인한 관계 악화, 자신에 대한 엄격한 기준에서 오는 불만, 실패에 대한 두려움의 정도를 측정한다. 조재임(1996)의 연구에서 내적 합치도는 .83이었다. 본 연구에서는 .92로 나타났다.

완벽주의적 자기제시 척도

완벽주의적 자기제시의 측정치로 Hewitt 등(2003)이 '타인에게 완벽하게 보이고 싶은 성향의 정도'를 측정하기 위해 개발한 "완벽주의적 자기제시 척도(Perfectionistic Self-Presentation Scale; PSPS)"를 하정희(2011)가 한국어로 번안 및 타당화한 "한국판 완벽주의적 자기제시 척도(Perfectionistic Self-Presentation Scale-Korean version; PSPS-K)"를 사용했다. 이 척도는 완벽주의적 자기노력(Perfectionistic Self Promotion)(8문항), 불완전함 노출 기피(Nondisplay of Imperfection)(5문항), 불완전함 은폐 노력(Nondisclosure of Imperfection)(6문항)의 3가지 하위척도, 총 19문항으로 이루어져있다. Hewitt 등(2003)의 연구에서 내적 합치도는 .78~.86이었다. 하정희(2011)의 연구에서 전체 척도의 내적 합치도는 .85였고, 하위척도의 내적 합치

도는 각각 .88, .75, .75였다. 본 연구에서 전체 척도의 내적 합치도는 .89, 하위척도별 내적 합치도는 각각 .89, .80, .80.으로 나타났다.

통계적 분석

SPSS 18.0을 사용하여 수집된 자료의 전반적인 기초 통계 분석과 주요 변인 간 상관관계를 분석하였다. 매개 가설 검증은 구조방정식 모형 프로그램인 AMOS 18.0과 Mplus 4.2를 사용하였다.

설정된 모형의 적합도를 판단하기 위해 χ^2 뿐만 아니라, CFI(Comparative Fit Index), NFI(Normed Fit Index), TLI(Tucker-Lewis Index), RMSEA(Root Mean Square of Error Approximation)를 포함한 적합도 지수를 사용했다. 적합도 판단에는 다양한 기준이 있지만, 본 연구에서는 홍세희(2000)에 따라 CFI, NFI, TLI의 값이 .90이상인 경우 적합한 것으로 보았다. RMSEA는 그 값이 .05에서 .08 사이인 경우 좋은 적합도를 갖는 것으로 판단했다(Browne, Cudeck Bollen, & Long, 1993). 다음으로 본 연구의 자료를 가장 잘 설명하는 최종 모형을 채택하기 위해 카이제곱 차이 검증(Chi-Square Difference Test, CSDT)을 실시했으며, 매개효과의 유의미성은 Bias Corrected(BC) Bootstrapping으로 검증했다. 95%신뢰구간 사이에 0이 포함되지 않는

경우 .05 수준에서 매개효과가 유의하다고 판단했다(Shrout & Bolger, 2002).

결 과

상관 분석

본 연구의 주요 변인들 간 상관 계수는 표 1에 제시한 바와 같다. 모든 변인들 간의 관계에서 유의미한 정적 상관관계($r=.47\sim.67, p<.01$)가 나타났다.

측정 모형의 검증

연구 모형의 검증에 앞서, 먼저 본 연구의 측정 변인들이 잠재 변인들을 잘 측정하고 있는지 확인하고자 측정 모형 검증을 실시하였다.

그 결과, 각 잠재 변인에 대한 측정 변인들의 요인 값이 모두 유의미 하였고($p<.001$), 측정 모형은 좋은 적합도를 가지고 있는 것으로 나타났다, $\chi^2(38)=102.762, p<.001, NFI=.951, TLI=.954, CFI=.969, RMSEA=.070$. 따라서 본 연구에 사용된 잠재 변인이 각각의 측정 변인들로 적합하게 조직화되었다고 할 수 있다.

표 1. 주요 변인들 간 상관 계수

	1	2	3	4
1. 사회불안	1			
2. 사회부과 완벽주의	.47**	1		
3. 완벽주의적 자기제시	.48**	.57**	1	
4. 자기비난	.67**	.61**	.49**	1

** $p < .01$

연구 모형의 검증

먼저 완전 매개 모형인 연구 모형1의 적합도 지수는 $\chi^2(41)=163.445, p<.001, NFI=.923, TLI=.920, CFI=.941, RMSEA=.093$ 으로 나타났다. NFI와 TLI, CFI는 양호한 수준이나 RMSEA가 .08을 초과하여, 본 연구의 기준을 충족하지 못했다. 부분 매개 모형인 연구 모형2는 $\chi^2(39)=106.079, p<.001, NFI=.950, TLI=.954, CFI=.967, RMSEA=.071$ 좋은 적합도를 나타냈다. 마지막으로 연구 모형3은 $\chi^2(38)=102.762, p<.001, NFI=.951, TLI=.954, CFI=.969, RMSEA=.070$ 로 좋은 적합도를 지닌 한편, 사회부과 완벽주의에서 사회불안으로 가는 직접 경로가 유의미 하지 않은 것으로 나타났다. 연구 모형2와 연구 모형3 간 카이자승 차이 검증을 실시한 결과, 두 모형 간의 적합도 차이가 유의미하지 않은 것으로 나타났다 (CSDT[$df=1$]=3.317<3.84, m). 이러한 경우, 자유도가 더 큰 모형의 적합도가 더 양호한 것으로 판단하는 바(홍세희, 2000), 연구 모형2가 채택되었다.

다음으로 이중 매개 모형인 경쟁 모형은 $\chi^2(40)=113.136, p<.001, NFI=.946, TLI=.951, CFI=.964, RMSEA=.073$ 로 좋은 적합도를 보였다. 그러나 카이자승 차이 검증 결과, 경쟁

모형과 연구 모형2 간의 적합도 차이가 유의미한 것으로 나타나(CSDT[$df=1$]=7.057, $p<.01$), 연구 모형2가 최종 모형으로 채택되었다. 즉 본 연구의 자료에는 사회부과 완벽주의가 자기비난과 완벽주의적 자기제시를 거쳐 사회불안에 영향을 미치는 직접 경로에 더해, 사회부과 완벽주의와 완벽주의적 자기제시 사이를 자기비난이 부분 매개하고 자기비난이 사회불안에 미치는 영향을 완벽주의적 자기제시가 부분 매개하는 간접 경로가 포함된 모형이 가장 적합하다고 할 수 있다. 본 연구에서 검증한 모형들의 모형별 적합도는 표 2, 경로계수는 그림 5, 6, 7, 8에 제시 되었다. 덧붙여 최종 모형은 사회불안의 변량 중 64.1%를 설명하는 것으로 나타났다.

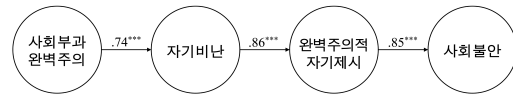


그림 5. 연구모형 1 (완전 매개)

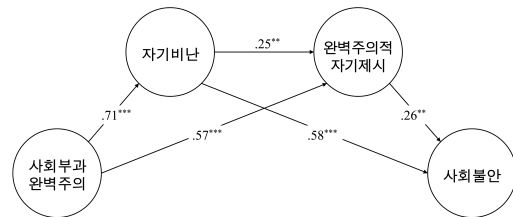


그림 6. 연구모형 2 (부분 매개 1)

표 2. 모형별 적합도

모형	χ^2	df	NFI	TLI	CFI	RMSEA
연구 모형1	163.445***	41	.923	.920	.941	.093
연구 모형2	106.079***	39	.950	.954	.967	.071
연구 모형3	102.762***	38	.951	.954	.969	.070
경쟁 모형	113.136***	40	.946	.951	.964	.073

*** $p < .001$

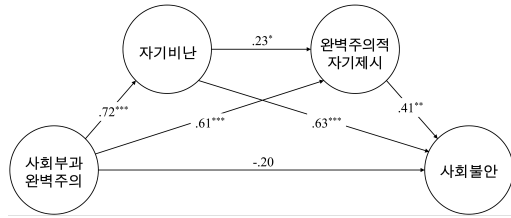


그림 7. 연구모형 3 (부분 매개 2)

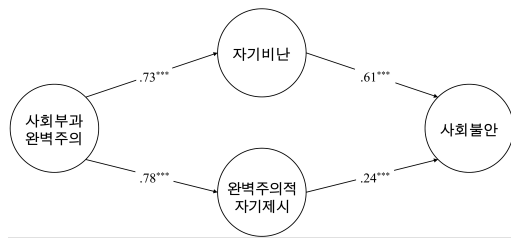


그림 8. 경쟁모형 (이중 매개)

매개효과의 검증

모형 비교를 통해 선택된 최종 모형(연구 모형2)의 매개효과 유의미성을 검증하기 위해 BC Bootstrapping을 실시한 결과, 매개효과가 유의미한 것으로 나타났다. 구체적으로 사회부과 완벽주의가 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 연속 매개를 통하여 사회불안으로 향

하는 간접효과에 대한 추정치는 .207이었으며 95% BC 신뢰구간(.036, .594) 사이에 0이 포함되지 않아 유의미한 것으로 나타났다. 또한 사회부과 완벽주의가 자기비난(1.270, 2.403)과 완벽주의적 자기제시(.247, 1.212) 각각의 매개를 통해 사회불안에 미치는 영향도 유의미한 것으로 나타났다. 마지막으로 전체 매개효과에 대한 추정치는 2.658이었으며, 이 또한 유의미한 것으로 나타났다(95% BC 신뢰구간 2.109, 3.315). 각각의 효과에 대한 추정치와 표준오차, 신뢰구간은 표 3에 제시되어 있다.

추가적으로 경로 간 매개효과의 차이 검증을 실시하였다. 연속 매개 경로와 자기비난 및 완벽주의적 자기제시의 단일 매개 경로를 비교했을 때, 자기비난(95% BC 신뢰구간 -2.271, -0.856)과 완벽주의적 자기제시(95% BC 신뢰구간 -1.060, -0.080) 각각의 단일 매개효과가 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 연속 매개효과에 비해 유의미하게 강한 것으로 나타났다. 또한 사회부과 완벽주의와 사회불안의 관계에서 자기비난이 완벽주의적 자기제시에 비해 유의미하게 강한 매개효과를 갖는 것으로 나타났다(95% BC 신뢰구간 0.292, 2.030).

표 3. 최종 모형의 매개효과 검증

경로	B	S.E.	95% CI (BC)	
			Lower	Upper
자기비난 매개효과(a)	1.796	.287	1.270	2.403
완벽주의적 자기제시 매개효과(b)	.656	.238	.247	1.212
연속 매개효과(c)	.207	.130	.036	.594
전체 매개효과	2.658	.306	2.109	3.315

주. N=347, Bootstrap Samples=5000, CI (BC)=bias corrected confidence interval.

- (a)사회부과 완벽주의→자기비난→사회불안, (b)사회부과 완벽주의→완벽주의적 자기제시→사회불안,
- (c)사회부과 완벽주의→자기비난→완벽주의적 자기제시→사회불안.

논 의

본 연구는 사회부과 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향에서, 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 순차적 매개효과를 검증하였다. 연구 결과, 자기비난과 완벽주의적 자기제시를 통해 사회불안으로 가는 연속 매개 경로가 유의미한 것으로 나타났으며, 이 때 사회부과 완벽주의가 사회불안으로 가는 직접 경로는 유의미하지 않았다.

본 연구 결과를 보다 구체적으로 살펴보면 다음과 같다. 먼저 사회부과 완벽주의가 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 순차적 매개효과를 통해 사회불안에 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 본 연구에서 사회부과 완벽주의와 사회불안의 상관이 유의미했으나, 자기비난과 완벽주의적 자기제시가 포함된 최종 모형에서 사회부과 완벽주의가 사회불안으로 가는 직접 경로가 유의미하지 않은 점에 주목할 필요가 있다. 이는 사회부과 완벽주의 성격 자체가 사회불안의 직접적인 원인이 되기보다는, 사회부과 완벽주의자들의 빈번한 자기비난과 그에 대한 완벽주의적 자기제시 경향으로 인해 사회불안이 야기된다는 것을 의미한다.

지금까지 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 관계를 직접 탐색한 경험적 연구는 매우 드물다. 그러나 본 연구에서 설정한 변인들 간의 관련성은 서론에 언급했듯 사회불안에 대한 고전적 이론(Clark & Wells, 1995)과 일맥상통한다. Clark와 Wells(1995)의 인지적 모델에서 사회불안이 있는 사람은 타인의 기준과 반응에 대한 예민성이 높아 관찰자적 관점에서 자신에게 초점을 맞추는 경향이 두드러지며, 이는 부정적인 자기 인상(self-impression)을 형성하고, 안전 행동(safety behavior)의 활성화로 이어

진다. 사회부과 완벽주의가 타인의 관점에 기반해 자신을 평가하는 성격 특성이라는 점, 부정적인 자기 인상의 형성 과정이 결국 자기비난의 과정이며, 부정적 평가로부터 자신을 보호하려는 시도로 완벽주의적 자기제시 경향이 나타나게 된다는 점을 고려하면, 사회불안의 발생과 유지에 있어 사회부과 완벽주의와 자기비난, 완벽주의적 자기제시로 이어지는 순차적 경로는 타당해 보인다.

더불어 자기비난의 측정치로 평가된 완벽주의적 불일치가 완벽주의적 자기제시, 우울 정동의 연속 매개를 통해 자기과외적 행동을 야기함을 밝힌 Mushquash와 Sherry(2012)의 연구 결과에 더해, 자기비난과 인스타그램 피드백에 대한 정서적 반응 사이의 관계에서 자기제시 양식이 갖는 매개효과를 검증한 Jackson과 Luchner(2018)의 연구 결과에서도 자기비난과 완벽주의적 자기제시 사이의 방향성을 추측해 볼 수 있다. Jackson과 Luchner(2018)는 자기비난과 인스타그램 피드백에 대한 정서적 반응 사이의 관계에서 자기제시 양식이 갖는 매개효과를 검증한 결과, SNS에 실생활 속 자신의 모습을 있는 그대로 드러내는 형태의 자기제시 양식은 자기비난과 부적 상관을 보이는 한편, 자기비난이 게시물에 대한 부정적 정동을 야기하는 과정에서 자기기만적 자기제시 양식의 매개효과가 유의미함을 밝혔다. 비록 이들의 연구에서 완벽주의적 자기제시와 개념적 맥락을 같이 할 수 있을 것으로 보이는 이상적 자기제시(ideal self-presentation)나 자기감명/비교(self-impress/compare) 양식의 매개효과는 유의미하지 않았으나, 완벽주의적 자기제시가 진실한 자신의 모습을 드러내길 꺼리는 양상을 반영하는 개념임을 고려할 때, 이 같은 결과는 자기비난이 다양한 심리적 어려움을 초

래하는 데 있어 완벽주의적 자기제시가 매개 역할을 함을 고려할 필요성을 내포하고 있는 것으로 보인다.

종합할 때, 사회부과 완벽주의가 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 연속 매개를 통해 사회불안에 영향을 끼침을 밝힌 본 연구는 사회불안에 대한 이론적 설명과 그간의 선행 연구들의 결과를 부분적으로 지지하는 것으로, 미처 탐색되지 않았던 변인들 간의 관계를 확인하여 연구 영역을 확장했다는 데 의의가 있다.

다음으로 사회부과 완벽주의와 사회불안의 관계에서 자기비난의 매개효과가 자기비난에서 완벽주의적 자기제시로 이어지는 연속 매개 경로 및 완벽주의적 자기제시의 단일 매개 경로의 효과와 비교하여 유의미하게 더 강한 것으로 나타났다. 완벽주의적 자기제시의 단일 매개 경로 또한 연속 매개 경로와 비교해서는 유의미하게 강한 효과를 가지고 있었다. 이는 본 연구에서 사회부과 완벽주의와 완벽주의적 자기제시의 순차적 매개효과에 강조점을 두는 것과는 다소 상이하고 아쉬운 결과이다. 특히 사회부과 완벽주의가 사회불안에 끼치는 영향에 있어 자기비난의 매개효과가 매우 두드러지는 것으로 나타났다. 이는 자기비난의 영향을 통제하면 완벽주의의 어떤 차원도 심리적 고통을 유의미하게 예측하지 못한다는 Dunkley, Blankstein, Zuroff, Lecce와 Hui (2006)의 연구 결과와 일치하는 부분으로, 자기비난이 사회부과 완벽주의와 사회불안의 관계를 설명하는 데 매우 중요한 변인임을 시사한다.

그러나 연구 모형의 비교 검증에서 자기비난에서 완벽주의적 자기제시로 가는 순차적 경로가 삭제된 경쟁 모형에 비해 최종 모형이

통계적으로 유의미하게 양호한 적합도를 보인 점에 주목할 필요가 있다. 비록 변인 간의 인과적 관계에 대해서는 후속 연구를 통해 추가적으로 검증할 필요가 있겠으나, 본 연구의 최종 모형이 사회불안의 변량 중 결코 적지 않은 64.1%를 설명하고 있다는 점을 고려하면 본 연구에서 확인한 사회불안에 대한 인지행동적 통합 모형은 임상적으로 상당한 의미가 있다.

본 연구 결과에 따른 치료적 함의는 다음과 같다. 부적응적 완벽주의가 사회불안의 치료 효과를 저해함이 밝혀졌지만(Frost, Clossner, & Maxner, 2010), 성격 자체를 바꾸기 위해서는 많은 시간과 노력이 소모되기 때문에, 그보다는 성격으로 인해 야기되는 부정적 결과를 개선시키는 것이 효율적이라 할 수 있다. 본 연구의 결과에 따르면, 사회부과 완벽주의를 조절하기 위한 개입과 함께 그로 인해 야기된 자기비난과 완벽주의적 자기제시에 개입함으로써 사회불안의 발생과 악화로부터 개인을 보호할 수 있을 것이다. 제 3세대 인지행동치료라 할 수 있는 마음챙김(Mindfulness)과 관련된 요소들이 자기비난과 완벽주의적 자기제시를 감소시키는 데 도움이 되는 것으로 알려져 있다. 예를 들어, 자기자비(self-compassion; Neff, 2003)에 주목할 필요가 있다. 자기자비는 고통이나 실패의 상황에서 자신을 비난하기보다는 이해하고, 자신의 경험을 따로 분리하기보다는 부정적인 측면 또한 보편적인 인간의 조건의 일부로서 인식하고 받아들이는 과정을 포함하는 개념이다(Neff, 2003). 자기자비는 특히 자기 비난에 대한 해독제로서 기능하며(Germer, 2009), 자기불구화(self-handicapping) 전략의 감소를 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다(Petersen, 2014). 여기서 자기불구화 전략은 선

행 연구(Hewitt et al., 2003)에서 완벽주의적 자기제시와 유사한 방어적 대처전략임이 밝혀진 바 있다. 즉 자기자비 수준이 높을수록 자신을 비난하기보다는 자신의 다양한 측면을 이해하고 수용하게 되며, 그에 따라 자신의 긍정적 측면뿐만 아니라 부정적 측면도 자신의 일부로 인정하게 됨으로써 완벽주의적 자기제시 경향 또한 줄어든 것이다. 아직까지 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기자비의 치료적 효과를 직접 검증한 연구는 없으나, 부적응적 완벽주의와 사회불안의 관계에서 자기자비의 매개효과가 반복적으로 검증되고 있으며(e.g., 김진호, 장성숙, 2018; 김현지, 하정, 2019), 완벽주의 및 사회불안 각각에 대한 자비중심 치료(Compassion Focused Therapy, CFT)의 효과 검증이 이루어지고 있다. 먼저 이수민, 양난미(2018)의 연구에서 부적응적 완벽주의 경향을 지닌 대학생들을 대상으로 단기의 자기자비 프로그램을 실시한 결과, 부적 정서와 우울 및 불안이 유의하게 감소하였고, 김민주(2016)는 부적응적 완벽주의의 일종인 평가염려 완벽주의의 수준이 높은 대학생들을 대상으로 자기자비 글쓰기를 시행하여 자기비난의 유의한 감소를 확인하였다. 한편 사회불안장애 임상군은 건강한 대조군에 비해 자기자비의 수준이 유의하게 낮았으며(Werner et al., 2012), 자비중심 치료(Compassion Focused Therapy, CFT)는 사회불안 증상의 심각도를 감소시키는 데 유의한 효과를 보였다(Gharraee, Tajrishi, Farani, Bolhari, & Farahani, 2018). 본 연구 및 선행 연구의 결과를 종합해볼 때, 사회부과 완벽주의자들에게 자기자비를 증진시키는 훈련을 실시한다면 자기비난과 완벽주의적 자기제시를 따라 사회불안으로 이어지는 양상을 감소시킬 수 있을 것이라 기대하며, 이를

보다 직접적으로 검증하는 후속 연구의 필요성을 제안한다.

본 연구는 이 같이 임상심리학적 함의뿐만 아니라 몇 가지 제한점도 갖고 있다. 첫째, 연구가 종단적이 아닌 횡단적으로 이루어졌다는 점이다. 비록 본 연구의 연구 모형들이 변인들 간의 경로가 다른 방향으로 그려졌던 다른 경쟁 모형에 비해 좋은 적합도를 가지고 있었긴 하지만 횡단적 설계만으로는 변인들 간의 인과관계를 명백히 설명하는 데 한계가 있다. 특히 앞서 언급했듯 본 연구에서 사회부과 완벽주의가 자기비난과 완벽주의적 자기제시의 연속 매개를 통해 사회불안에 끼치는 영향이 유의미하긴 하였으나, 다른 경로에 비해 그 효과 추정치가 작았다. 따라서 종단적 설계를 사용하는 후속 연구를 통해 연속 매개 경로의 인과성을 검증하는 과정이 필요하다.

둘째, 본 연구에서 사용된 표본이 대학생으로 제한되기 때문에, 사회불안장애를 가지고 있는 임상군에서도 동일한 결과가 적용될 수 있을지 후속 연구가 필요하다. 따라서 향후 연구들은 환자군은 물론, 보다 다양한 표본을 대상으로 본 연구의 가설을 검증할 필요가 있다. 그럼에도 불구하고, 대학생의 약 22%가 사회불안을 경험하고 있으며(Strahan, 2003), 정신건강의학과에 내원해 사회 공포증으로 진단된 환자들이 청년기에서 성인 초기에 가장 많이 내원하는 것으로 나타났다는 점(김형태, 이시형, 이성희, 1987)을 고려할 때, 대학생을 대상으로 연구를 실시한 것 또한 중요한 임상적 의의를 지닐 수 있다.

참고문헌

- 강병은, 신현숙 (2019). 간호대학생의 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 적응적 인지적 정서조절전략의 조절효과. *인문사회* 21, 10(3), 33-48.
- 고은영, 최바울, 이소연, 이은지, 서영석 (2013). 사회부과적 완벽주의와 자살사고의 관계: 자기비난과 심리적 극통의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 25(1), 63-81.
- 김다정, 오경자 (2017). 완벽주의적 자기제시가 사회불안에 미치는 영향: 자기효능감의 조절효과. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 26(1), 56-63.
- 김민주 (2016). 자기자비 글쓰기가 평가염려 완벽주의를 가진 대학생의 자기비난 및 정서에 미치는 효과. *아주대학교 석사학위 청구논문*.
- 김윤희, 서수균 (2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(3), 581-613.
- 김진호, 장성숙 (2018). 사회부과적 완벽주의와 사회불안의 관계: 자기자비의 매개효과. *인간이해*, 39(2), 109-125.
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위 유형의 기억 편향. *서울대학교 석사학위 청구논문*.
- 김현지, 하정 (2019). 대학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계. *학습자중심교과교육학회*, 19(17), 353-375.
- 김형태, 이시형, 이성희 (1987). 사회공포증의 유형별 임상고찰. *대한신경정신의학회*, 26(3), 517-524.
- 백수현 (2012). 완벽주의적 자기제시와 사회적 불안과의 관계에서 정서자각 및 정서표현 양가성의 매개효과. *전북대학교 석사학위 청구논문*.
- 보건복지부 (2016). 2016년도 정신질환실태 역학조사.
- 손은정 (2011). 완벽주의, 자기비난, 자기의식, 신체불만족 및 신경성 폭식증 증상 간의 관계. *한국심리학회지: 일반*, 30(1), 165-183.
- 이성령, 홍혜영 (2015). 직장인의 사회부과 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향: 자기위로능력의 조절효과. *통합치료연구*, 7(2), 35-57.
- 이수민, 양난미 (2018). 부적응적 완벽주의 경향을 가진 대학생을 위한 자기자비 단기 개입 프로그램 개발 및 효과성 검증. *인간이해*, 39(2), 47-72.
- 조재임 (1996). 우울의 두 차원에 관한 연구. *고려대학교 석사학위 청구논문*.
- 조혜수, 권영민 (2009). 아동 및 청소년용 우울 경험질문지(DEQ-A)의 타당화. *한국심리학회지: 발달*, 22(3), 145-167.
- 차미희 (2013). 사회부과 완벽주의와 우울의 관계에서 Mattering, 자존감의 매개효과 비교: 사회적 단절 모델을 바탕으로. *아주대학교 석사학위 청구논문*.
- 하정희 (2011). 한국판 완벽주의적 자기제시 척도(PSPS-K)의 개발과 타당화. *상담학연구*, 12(4), 1211-1230.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성, 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. *고려대학교 박사학위 청구논문*.
- 한정숙, 최승원, 김미리혜 (2014). 사회부과 완벽주의 및 자기지향 완벽주의와 사회불안의 관계: 자의식과 정서표현갈등의 매개효과-여대생을 대상으로. *한국심리학회지:*

- 건강, 19(3), 791-816.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 19(1), 161-177.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th ed.* Washington, DC: Author text revision.
- Anderson, C. A., Miller, R. S., Riger, A. L., Dill, J. C., & Sedikides, C. (1994). Behavioral and Characterological Attributional Styles as Predictors of Depression and Loneliness: Review, Refinement, and Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(3), 549-558.
- Azevedo, M. H., Bos, S. C., Soares, M. J., Marques, M., Pereira, A. T., Maia, B., Gomes, A. A., & MacEdo, A. (2010). Longitudinal study on perfectionism and sleep disturbance. *World Journal of Biological Psychiatry*, 2(2), 476-485.
- Bagby, R. M., Parker, J. D. A., Joffe, R. T., & Buis, T. (1994). Reconstruction and validation of the Depressive Experiences Questionnaire. *Assessment*, 1(1), 59-68.
- Besser, A., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2010). Perfectionistic Self-Presentation and Trait Perfectionism in Social Problem-Solving Ability and Depressive Symptoms. *Journal of Applied Social Psychology*, 40(8), 2121-2154.
- Blankstein, K. R., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Eng, A. (1993). Dimensions of perfectionism and irrational fears: An examination with the fear survey schedule. *Personality and Individual Differences*, 15(3), 323-328.
- Blatt, S. J., D'Afflitti, P., & Quinlan, D. M. (1976). Experiences of depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 85(4), 383-389.
- Browne, M. W., & Cudeck, R., Bollen, K. A., & Long, J. S. (1993). *Alternative ways of assessing model fit.* Sage Focus Editions, 136-162.
- Buss, A. H., & Finn, S. E. (1987). Classification of personality traits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(2), 432-444.
- Clark, D. M. (2005). A cognitive perspective on social phobia. Crozier, W., & Alden, L. E. (Eds.). *The essential handbook of social anxiety for clinicians* (pp. 193-218). New York: Wiley.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, and Treatment* (pp. 69-93). New York: Guilford Press.
- Cox, B. J., Fleet, C., & Stein, M. B. (2004). Self-criticism and social phobia in the US national comorbidity survey. *Journal of Affective Disorders*, 82(2), 227-234.
- Cox, B. J., Rector, N. A., Bagby, R. M., Swinson, R. P., Levitt, A. J., & Joffe, R. T. (2000). Is self-criticism unique for depression? A comparison with social phobia. *Journal of Affective Disorders*, 57, 223-231.
- Cox, B. J., Walker, J. R., Enns, M. W., & Karpinski, D. C. (2002). Self-criticism in generalized social phobia and response to cognitive-behavioral treatment. *Behavior Therapy*, 33(4), 479-491.
- 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.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Zuroff, D. C., Lecce, S., & Hui, D. (2006). Neediness and connectedness and the five-factor model of personality. *European Journal of Personality*, 20(2), 123-136.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Dynin, C. B. (1994). Dimensions of perfectionism and Type A behaviour. *Personality and Individual Differences*, 16(3), 477-485.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality*, 20(2), 85-94.
- Flett, G. L., Coulter, L.-M., & Hewitt, P. L. (2012). The Perfectionistic Self-Presentation Scale-Junior Form: Psychometric Properties and Association With Social Anxiety in Early Adolescents. *Canadian Journal of School Psychology*, 27(2), 136-149.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2013). Disguised Distress in Children and Adolescents "Flying Under The Radar": Why Psychological Problems Are Underestimated and How Schools Must Respond. *Canadian Journal of School Psychology*, 28(1), 12-27.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Heisel, M. J. (2014). The Destructiveness of Perfectionism Revisited: Implications for the Assessment of Suicide Risk and the Prevention of Suicide. *Review of General Psychology*, 18(3), 156-172.
- Frost, R. O., Clossner, K., & Maxner, S. (2010). Social Anxiety Disorder and Its Relationships to Perfectionism. In S. G. Hofmann, & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social Anxiety* (pp. 119-145). Oxford, UK: Elsevier.
- Frost, R. O., & DiBartolo, P. M. (2002). Perfectionism, anxiety, and obsessive-compulsive disorder. In G. L. Flett, & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 341-371). Washington, DC: American Psychological Association.
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Furmark, T. (2002). Social phobia: overview of community surveys. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 105(2), 84-93.
- Germer, C. K. (2009). *The mindful path to self-compassion*. New York: Guilford Press.
- Gharraee, B., Tajrishi, K. Z., Farani, A. R., Bolhari, J., & Farahani, H. (2018). A Randomized Controlled Trial of Compassion Focused Therapy for Social Anxiety Disorder. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 12(4). doi: 10.5812/ijpbs.80945.
- Gilbert, P., Durrant, R., & McEwan, K. (2006). Investigating relationships between perfectionism, forms and functions of self-criticism, and sensitivity to put-down. *Personality and Individual Differences*, 41(7), 1299-1308.
- Grzegorek, J. L., Slaney, R. B., Franze, S., & Rice, K. G. (2004). Self-Criticism, Dependency, Self-Esteem, and Grade Point Average Satisfaction among Clusters of Perfectionists and Nonperfectionists. *Journal of Counseling*

- Psychology*, 51(2), 192-200.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.
- Hambrock, J. Turk, C., Heimberg, R., Schneier, F., & Liebowitz, M. (2003). The experience of disability and quality of life in social anxiety disorder. *Depression and Anxiety*, 18(1), 46-50.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(1), 98-101.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991b). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization assessment and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: a test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(1), 58-65.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Ediger, E., Norton, G. R., & Flynn, C. A. (1998). Perfectionism in chronic and state symptoms of depression. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 30(4), 234-242.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The Interpersonal Expression of Perfection: Perfectionistic Self-Presentation and Psychological Distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1303-1325.
- Jackson, C. A., & Luchner, A. F. (2018). Self-presentation mediates the relationship between Self-criticism and emotional response to Instagram feedback. *Personality and Individual Differences*, 133, 1-6.
- Jain, M., & Sudhir, P. M. (2010). Dimensions of perfectionism and perfectionistic self-presentation in social phobia. *Asian Journal of Psychiatry*, 3(4), 216-221.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995). The self-presentation model of social phobia. In R. G. Heimberg & M. R. Liebowitz (Eds.), *Social Phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 94-112). New York: Guilford Press.
- Ledley, D. R., & Heimberg, R. G. (2006). Cognitive vulnerability to social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(7), 755-778.
- Mackinnon, S. P., Battista, S. R., Sherry, S. B., & Stewart, S. H. (2014). *Personality and Individual Differences*, 56(1), 143-148.
- Mackinnon, S. P., & Sherry, S. B. (2012). Perfectionistic self-presentation mediates the relationship between perfectionistic concerns and subjective well-being: A three-wave longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 53(1), 22-28.
- Mackinnon, S. P., Sherry, S. B., Gahan, A. R., Stewart, S. H., Sherry, D. L., Allen, S. L., Fitzpatrick, S., & McGrath, D. S. (2011). Reformulating and testing the perfectionism model of binge eating among undergraduate women: A short-term, three-wave longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 58(4), 630-646.
- Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1997). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social.

- Behaviour Research and Therapy*, 36(4), 455-525.
- Meleshko, K. G., & Alden, L. E. (1993). Anxiety and self-disclosure: Toward a motivational model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(6), 1000-1009.
- Mogotsi, M., Kaminer, D., & Stein, D. J. (2000). Quality of life in the anxiety disorders. *Harvard Review Psychiatry*, 8(6), 273-282.
- Mushquash, A. R., & Sherry, S. B. (2012). Understanding the socially prescribed perfectionist's cycle of self-defeat: A 7-day 14-occasion daily diary study. *Journal of Research in Personality*, 46(6), 700-709. doi: 10.1016/j.jrp.2012.08.006.
- Neff, K. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Paulhus, D. L., & Martin, C. L. (1987). The structure of personality capabilities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(2), 354-365.
- Petersen, L-E. (2014). Self-compassion and self-protection strategies: The impact of self-compassion on the use of self-handicapping and sandbagging. *Personality and Individual Differences*, 56, 133-138.
- Powers, T. A., Zuroff, D. C., Topciu, R. A. (2004). Covert and overt expressions of self-criticism and perfectionism and their relation to depression. *European Journal of Personality*, 18(1), 61-72.
- Regev, R., Shahar, G., & Lipsitz, J. D. (2012). Is social self-criticism a unique vulnerability dimension for social anxiety and depression? *International Journal of Cognitive Therapy*, 5(2), 211-218.
- Shafran, R., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (2002). Clinical perfectionism: A cognitive behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 40(7), 773-864.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-467.
- Strahan, E. Y. (2003). The effects of social anxiety and social skills on academic performance. *Personality and Individual Differences*, 34(2), 347-366.
- Stein, M. B., & Gorman, J. M. (2001). Unmasking social anxiety disorder. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 26(3), 185-189.
- Wachtel, P. L. (1994). Cyclical processes in personality and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 51-55.
- Werner, K. H., Jazaieri, H., Goldin, P. R., Ziv, M., Heimberg, R. G., & Gross, J. (2012). Self-compassion and social anxiety disorder. *Anxiety, Stress, and Coping*, 25(5), 543-558.
- Wyatt, R., & Gilbert, P. (1998). Dimensions of perfectionism: a study exploring their relationship with perceived social rank and status. *Personality and Individual Differences*, 24(1), 71-79.
- 원고접수일 : 2019. 11. 11.
수정원고접수일 : 2020. 01. 13.
게재결정일 : 2020. 01. 13.

The Relationship between Socially Prescribed Perfectionism and Social Anxiety: The Mediating Roles of Self-blame and Perfectionistic Self-presentation

Eun Jin Lee

Cheongju Smile Center

Sung-Doo Won

Department of Psychology, Ajou University

Eun Jung Kim

This study investigated the mediating roles of self-blame and perfectionistic self-presentation on the relationship between socially prescribed perfectionism and social anxiety to form an integrated understanding of the related cognitive mechanisms. A total of 347 undergraduate students completed questionnaires assessing the tendencies of socially prescribed perfectionism, social anxiety, perfectionistic self-presentation, and self-blame. Using structural equation modeling, the results indicated that self-blame and perfectionistic self-presentation sequentially mediated the effect of socially prescribed perfectionism on social anxiety. Additionally, self-blame partially mediated the relationship between socially prescribed perfectionism and perfectionistic self-presentation, and perfectionistic self-presentation partially mediated the relationship between self-blame and social anxiety. Furthermore self-blame demonstrated larger mediating effects than other mediating paths. These findings suggested that interventions to prevent individuals with socially prescribed perfectionism from developing social anxiety symptoms (e.g., compassion-focused therapy) should focus on reducing self-blame and perfectionistic self-presentation. The study's limitations and future directions for research were discussed.

Key words : social anxiety, socially prescribed perfectionism, perfectionistic self-presentation, self-blame