

# 대학생의 부적응적 자기초점주의, 사회불안 및 우울 간의 관계: 재확인 추구의 중재효과를 중심으로<sup>†</sup>

박 은                      김정민<sup>‡</sup>  
명지대학교 아동학과

본 연구의 목적은 대학생의 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구가 사회불안과 우울에 미치는 상대적 설명력과 함께 부적응적 자기초점주의와 사회불안 및 우울 간의 관계에 대한 재확인 추구의 중재효과를 살펴보는 것이다. 이를 위해 서울, 경기, 인천, 기타 소재 10개 대학교의 학생 481명을 대상으로 자기초점주의 척도(SDSAS), 재확인 추구 척도(RSS), 사회적 상호작용불안 척도(SIAS), Beck 우울 척도(BDI)를 사용한 질문지 조사를 실시하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 사회불안을 설명하는 변인은 부적응적 자기초점주의, 의사결정, 사회적 애착인 한편, 대학생의 우울을 설명하는 변인은 부적응적 자기초점주의로 나타났다. 둘째, 재확인 추구는 부적응적 자기초점주의와 사회불안 간의 관계에 대해 중재효과를 갖는 반면, 부적응적 자기초점주의와 우울 간의 관계에 대해서는 중재효과를 갖지 않는 것으로 나타났다. 연구 결과를 바탕으로, 본 연구의 시사점과 제한점 및 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어: 부적응적 자기초점주의, 재확인 추구, 사회불안, 우울, 대학생

<sup>†</sup> 본 연구는 박은(2017)의 석사학위논문 일부 수정, 보완한 것임.

<sup>‡</sup> 교신저자(Corresponding author) : 김정민, (03674) 서울시 서대문구 거북골로 34 명지대학교 아동학과, Tel: 02-300-0603, E-mail: jmkim122@mju.ac.kr

성인기 초기는 18~29세에 해당하는 청소년기~성인기의 과도기적 단계이다(Havighurst, 1972; Levinson, 1978). 이 시기는 정체감 확립, 자율성 및 선택에 따른 책임, 친밀한 관계 형성 등 이전 단계에 비해 다양하고 복잡한 발달 과업들이 부여됨으로써 스트레스에 취약하도록 이끈다(김은정, 2014; 김재희, 박은규, 2016). 최근 실시된 역학조사에 따르면, 사회불안과 우울은 성인기 초기 가장 빈번하게 보고되는 정서행동문제로 밝혀졌는데, 18~29세 사회불안장애의 유병률은 0.5%, 우울장애의 유병률은 4.0%로 다른 연령대에 비해 상대적으로 높은 것으로 드러났다(보건복지부, 서울대학교 의과대학, 2011; American College Health Association, 2012). 사회불안(social anxiety)은 사회적 상호작용 상황 또는 수행 상황과 같은 하나 이상의 사회적 상황에서 친밀하지 않은 타인 또는 타인에 의한 평가에 노출되는 것에 대한 지속적이고 현저한 두려움을 가리키며(American Psychiatric Association, 2013), 우울(depression)은 슬픈 기분, 무기력, 무가치감, 절망, 흥미 상실 등의 특징을 보이는 정서적 침체 상태를 의미한다(Katona, Cooper, & Robertson, 2015). 이 시기에 경험하는 사회불안과 우울은 개인의 심리적 독립 및 대인관계의 어려움을 초래할 뿐 아니라(이소연, 오인수, 2015; Strahan, 2003) 나아가 물질 남용, 자살 시도 등과도 밀접한 관련이 있는 것으로 확인되었다(보건복지부, 서울대학교 의과대학, 2011; Brådvik, 2013; Karpyak et al., 2016).

근래 들어 사회불안과 우울 관련 선행연구들은 이들 장애의 발병 및 유지 기제를 설명하는 인지적 모델에 관심을 기울여 왔다. 이들 연구들은 대

부분 장애의 유형에 따른 특정 부정적 사고 및 신념과 같은 인지적 “내용”을 다룬 것들이 많으며(장하연, 조용래, 2012; 조은진, 손정락, 2016; 최은숙, 김완일, 2014; 허연주, 이민규, 2015; Boden et al., 2012), 상대적으로 인지적 “과정”에 관해서는 알려진 것이 많지 않다. 인지적 과정은 이들 장애와 관련하여 정보 인식 혹은 처리 과정상의 특징을 의미하는 것으로 이는 다시 개인내적 변인과 타인과의 상호작용 변인으로 구분할 수 있다(Byrow & Peters, 2017; Leary, 2010; Watkins, 2016).

먼저, 본 연구에서는 인지적 과정 변인 중 개인내적 변인으로 자기초점주의(self-focused attention)에 주목하였다. 이는 스스로에게 주의를 집중하여 높은 자기 자각 상태를 유지하는 것으로, 최근 사회불안 및 우울의 관련 변인으로 주목을 받고 있다(심은수, 이봉건, 2016; 옥주희, 김은정, 2015; 원영주, 조성호, 2013; 이인혜, 2008; 이지영, 2010; 이지영, 권석만, 2009; 장진이, 곽노은, 이지연 2016; 함성민, 현명호, 2015; Ingram, 1990). 자기초점주의는 적응적 자기초점주의와 부적응적 자기초점주의로 분류되며, 이 중 사회불안과 우울에 영향을 미치는 부적응적 자기초점주의는 자기에게 과도하게 주의를 집중하여 적절한 주의 전환의 곤란과 그로 인한 심리적 어려움을 초래하는 것을 지칭한다(이지영, 권석만, 2005; Ingram, 1990). 사회불안의 경우, 개인이 사회적 위협을 느끼는 상황에 노출되었을 때, 주의를 자기에게 집중시킴으로써 스스로의 생리적 각성, 신체적 반응 등을 실제보다 과장되게 지각한 결과 사회불안이 증가하게 된다고 보았다(Clark & Wells, 1995; Hofmann, 2007). 이러한 가정은 부

적응적 자기초점주의와 사회불안이 상호 연관 있음을 보고한 선행연구들에 의해 지지되었다(옥주희, 김은정, 2015; 원영주, 조성호, 2013; 이지영, 2010; 이지영, 권석만, 2009; Bögels & Lamers, 2002; Woody, 1996). 또한 우울의 경우, 자기에 대한 지나친 주의가 자기와 관련된 부정적인 사고를 활성화시켜 우울이 촉발될 수 있다고 보았다(함성민, 현명호, 2015; Beck, 1967). 실제 우울 집단과 비우울집단을 비교한 연구에서 우울집단이 비우울집단에 비해 자기초점적 반응을 보였으며(최이순, 김영환, 1991), 우울 수준이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 자기초점주의적 사고 내용이 더 부정적인 것으로 보고되는 등 부적응적 자기초점주의와 우울의 관련성이 제시되었다(이인혜, 2008; 이지영, 2010; 이지영, 권석만, 2005; Ingram & Smith, 1984)

다음으로, 본 연구에서는 인지적 과정 변인 중 타인과의 상호작용 변인으로 재확인 추구(reassurance seeking)를 가정하였다. 재확인 추구는 이미 제공받은 충분한 정보가 있음에도 불구하고 자신의 심리적 고통을 감소시키기 위해 반복적으로 타인에게 그 정보를 요구하는 것을 의미한다(Rector, Kamkar, Cassin, Ayearst, & Laposa, 2011). 최근 수행된 소수의 연구들에 의하면, 재확인 추구하고 사회불안은 상호 연관이 있으며, 이는 특히 사회적 상호작용 상황에서 두드러진 것으로 나타났다(김화영, 박기환, 2015; Cogle et al., 2012). 즉, 상황에 대한 충분한 정보가 있음에도 타인의 부정적 평가 또는 반응에 대한 두려움을 감소시키기 위해 타인에게 지속적으로 확인하는 것과 관련된다(Parrish & Radomsky, 2010). 이러한 재확인 추구는 일시적

인 불안의 감소를 가져올 수 있으나 결국 재확인 추구의 빈도를 증가시키고 불안을 유지시키는 것으로 알려져 있다(Abramowitz, Schwartz, & Whiteside, 2002; Mcmanus, Sacadura, & Clark, 2008).

한편, 재확인 추구하고 우울 관련 선행 연구들의 보고는 일관적이지 않다. 몇몇 선행연구들은 재확인 추구하고 우울 간의 연관성을 보고하였는데(Davila, 2001; Evraire & Dozois, 2014; Joiner & Schmidt, 1998; Shaver, Schachner, & Mikulincer, 2005), 자기의 가치를 타인에게 확인하고자 하는 시도는 타인으로부터 긍정적인 피드백을 얻는다 하더라도 이를 불신함으로써 실패하기 쉬우며 그 결과 재확인 추구를 반복하게 됨으로써 우울에 기여한다고 가정하였다(Hames, Hagan, & Joiner, 2013; Joiner & Metalsky, 2001). 또 다른 연구들은 재확인 추구 행동 자체보다 반복되는 재확인 추구 행동으로 인해 타인에게 불편감을 끼침으로써 부정적인 대인관계 결과가 초래되어 우울이 증가된다고 주장하였다(Haefel, Voelz, & Joiner, 2007; Potthoff, Holahan, & Joiner, 1995). 이와는 대조적으로, 재확인 추구를 통해 받은 긍정적 피드백이 우울을 감소시킬 가능성이 제안되기도 하였다(Greenberg, 1999).

이들 선행연구들은 인지적 과정 변인인 부적응적 자기초점주의 혹은 재확인 추구가 각각 사회불안이나 우울과 어떤 관련이 있는지 알아보고자 하였으나, 인지적 과정을 개인내적 변인과 타인과의 상호작용 변인으로 구분하고 이들이 사회불안과 우울에 영향을 미치는 상대적 비중에 대해 살펴보는 데는 미치지 못하였다. 이에 본 연구는 인지적 과정 변인 중 개인내적 변인인 부적응적 자

기초점주의와 타인과의 상호작용 변인인 재확인 추구가 사회불안 및 우울을 예측하는 상대적 설명력을 확인하고자 하였다.

한편, 앞서 기술한 바와 같이 자기초점주의의 증가에 따라 사회불안이 증가하는 것으로 나타났으나(옥주희, 김은정, 2015; 원영주, 조성호, 2013; 이지영, 권석만, 2009; Bögels & Lamers, 2002; Woody, 1996), 안전행동의 수준이 자기초점주의와 사회불안 간의 관계에 영향을 미칠 것으로 예상하였다. 안전행동은 사회적 상황에서 지각된 위협으로부터 주의를 돌리고 안전감을 얻으려는 의도적인 회피 행동을 가리킨다(Salkovskis, 1991), 이는 일시적으로 사회불안의 감소를 가져올 수 있으나, 불안을 일으키는 자극에 직면하지 않는다는 점에서 기타 회피 행동과 마찬가지로 궁극적으로 불안을 증폭시킬 뿐만 아니라, 부자연스러운 안전행동 자체로 인한 부정적인 반응을 야기할 가능성이 높은 것으로 알려졌다(Mcmanus et al., 2008; Okajima, Kanai, Chen, & Sakano, 2009; Wells et al., 1996). 이러한 관점에서 볼 때, 재확인 추구는 불안을 낮추기 위해 반복하여 타인으로부터의 동의를 구하는 일종의 안전행동으로 볼 수 있으므로(Cogle et al., 2012; Cuming et al., 2009; Parrich & Radomsky, 2010), 자기초점주의가 사회불안에 미치는 영향을 배가시킬 것으로 예상할 수 있다. 또 다른 가정은 자기초점주의 수준이 매우 높은 경우, 재확인 추구의 타인과의 상호작용 요소가 오히려 사회불안을 완화시킬 수 있는 가능성도 배제할 수 없다. 특히 재확인 추구가 신경증적 경향, 수줍음뿐만 아니라(김화영, 박기환, 2015; Cogle et al., 2012), 외향성, 사회성 과도 관련이 있다는 보고(Joiner, Metalsky, Katz,

& Beach, 1999)는 이러한 가정을 뒷받침한다. 이에 본 연구는 재확인 추구를 자기초점주의와 사회불안 간의 관계를 중재하는 잠재적 변인으로 설정하였다.

반면, 우울의 경우, 앞서 기술한 바와 같이 자기초점주의와 우울 간의 연관성이 보고되었으나(이인혜, 2008; 이지영, 2010; 이지영, 권석만, 2005; 최이순, 김영환, 1991; 함성민, 현명호, 2015; Ingram & Smith, 1984), 재확인 추구와 우울 간의 관계에 대한 선행 연구 결과들은 다소 일관적이지 않다(Davila, 2001; Evraire & Dozois, 2014; Haefel et al., 2007; Hames et al., 2013; Joiner & Metalsky, 2001; Joiner & Schmidt, 1998; Potthoff et al., 1995; Shaver et al., 2005). 본 연구는 이들 선행연구 결과들을 근거로 재확인 추구를 자기초점주의와 우울 간의 관계를 중재하는 잠재적 변인으로 가정하였다. 즉, 재확인 추구를 통해 타인으로부터 얻은 긍정적인 피드백을 사회적 지지로 지각함으로써 재확인 추구가 자기초점주의와 우울 간의 관계에서 적응적으로 기능할 가능성과 더불어, 사회불안의 경우와 같이 재확인 추구에 의해 외부로 주의를 전환됨으로써 재확인 추구가 과도한 자기초점주의와 우울 간의 관계를 완충하는 역할을 할 가능성 모두 고려하였다.

종합하면, 본 연구에서는 인지적 과정 변인 중 개인내적 변인인 부적응적 자기초점주의와 타인과의 상호작용 변인인 재확인 추구가 대학생의 사회불안과 우울을 예측하는 상대적 설명력이 어떠한지 살펴보고, 나아가, 부적응적 자기초점주의와 사회불안 및 우울 간의 관계에서 재확인 추구의 중재효과는 각각 어떠한지 알아보하고자 하였다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 서울, 경기, 인천 및 기타 소재의 10개 대학(교)에 재학 중인 남녀 대학생 560명을 대상으로 질문지를 실시하였다. 회수된 560개의 질문지 중 응답이 누락된 87부를 제외한 총 473부의 질문지를 최종 분석 자료로 사용하였다. 연구대상의 성별 구분은 남자 201명(42.20%), 여자 272명(57.80%)이었으며, 연령 범위는 18-29세였다.

### 측정도구

**자기초점주의 척도(Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social Situation; SDSAS).** 본 연구에서는 사회적 상황에서의 부적응적 자기초점주의를 측정하기 위해 이지영과 권석만(2005)이 개발한 척도를 사용하였다. 본 척도는 '일반적 자기초점주의' 9문항과 '자기몰입' 21문항으로 구성되어 있으며, 본 연구에서는 자신에게 과도한 주의를 기울이고 주의 전환이 어려운 부적응적 자기초점주의를 측정하는 '자기몰입' 척도의 21문항을 사용하였다. 각 문항은 Likert식 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 되어 있으며, 점수가 높을수록 부적응적 자기초점주의 성향이 높음을 의미한다. 본 연구에서 척도의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95였다.

**재확인 추구 척도(Reassurance Seeking Scale; RSS).** 본 연구에서는 재확인 추구 성향을 측정하기 위해 Rector 등(2011)이 개발한 척도를

연구자가 번안한 후 관련 전공의 교수와 원어민이 재검토 과정을 거쳤다. RSS의 총 30문항에 대한 요인분석을 실시한 결과, 의사 결정 11문항, 사회적 애착 7문항, 일반적 위협 6문항으로 나누어졌으며, 공통성이 0.4이하 혹은 요인부하량(Factor loading)이 .30-.40 미만이거나 부하량의 차이가 .10 미만인 6개의 문항이 제외되었다(Floyd & Widaman, 1995). 각 문항은 Likert식 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 되어 있으며, 점수가 높을수록 재확인 추구 성향이 높음을 의미한다. 본 연구에서 전체 척도의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .96이었으며, 각 하위 척도별 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 의사결정 .92, 사회적 애착 .88, 일반적 위협 .84였다.

**사회적 상호작용불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale; SIAS).** 본 연구에서는 사회불안을 측정하기 위해 Mattick과 Clarke(1998)이 개발한 척도를 김향숙(2001)이 번안, 타당화한 것을 사용하였다. 본 척도는 타인과 만나고 대화하는 것, 이성 혹은 낯선 사람과 어울리는 것 등에 대한 대인 간 상호작용 시 겪는 불안을 측정하기 위한 19문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert식 5점 척도(0=전혀 그렇지 않다, 4=매우 그렇다)로 되어 있으며, 점수가 높을수록 사회불안이 높음을 의미한다. 본 연구에서 척도의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91이었다.

**Beck 우울 척도(Beck Depression Inventory; BDI).** 본 연구에서는 우울을 측정하기 위해 Beck(1967)이 개발한 척도를 이영호와 송종용(1991)이 번안, 타당화한 것을 사용하였다. 본

척도는 우울의 정서적, 인지적, 동기적, 생리적 증상을 포함하는 21문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 0에서 3점까지 4점 척도로, 4개의 진술문 중 자신에게 가장 가깝다고 생각하는 하나를 선택하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 우울이 높음을 의미한다. 본 연구에서 척도의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90이었다.

### 분석방법

최종 수집된 자료들은 SPSS WIN 21.0 통계 프로그램을 사용하여 통계 처리되었다. 각 척도의 신뢰도 측정을 위해 Cronbach's  $\alpha$  계수를 산출하였으며, 자료 분석을 위해 평균, 표준편차, 독립표본 t검정, Pearson의 상관관계분석, 단계적(Stepwise) 및 위계적(Hierarchical) 중다회귀분석을 실시하였다. 위계적 중다회귀분석은 Aiken과 West(1991)가 제안한 방식에 따라 실시되었으며, 상호작용항으로 인해 발생할 수 있는 다중공선성의 위험을 낮추기 위해 독립 및 중재변인을 평균 중심화(mean centering)하여 사용하였다. 1단계에서는 독립변인인 부적응적 자기초점주의와 중재변인인 재확인 추구를 투입하고, 2단계에서는 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구의 상호작용항을 투입하여 상호작용효과가 유의한지 살펴보았다. 마지막으로 중재효과가 유의한 경우, 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구 점수의 평균을 기준으로 상집단(+1SD)과 하집단(-1SD)으로 나누어 도식화 한 후, 단순기울기 검정을 실시하였다 (Aiken & West, 1991).

## 결 과

### 변인들의 성차

대학생의 부적응적 자기초점주의, 재확인 추구, 사회불안, 우울의 평균 및 표준편차는 표 1과 같다. 변인별 성차를 확인하기 위해 독립표본 t검정을 실시한 결과, 표 1과 같이 재확인 추구의 하위 요인인 의사결정 및 일반적 위협, 우울은 여성이 남성에게 비해 유의하게 높은 것으로 나타났다. 이후 분석에서 우울의 경우 성별의 효과를 통제하였다.

### 변인들 간의 상관관계

대학생의 부적응적 자기초점주의, 재확인 추구, 사회불안, 우울 간의 관계를 살펴보기 위해 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과는 표 2와 같다. 분석 결과, 모든 변인들은 상호 유의한 정적 상관을 나타냈다.

### 대학생의 사회불안 및 우울에 대한 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구의 상대적 설명력

대학생의 사회불안 및 우울에 대한 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구의 상대적 설명력을 알아보기 위해 사회불안 혹은 우울을 종속변수로, 상관관계분석에서 사회불안과 혹은 우울과 유의한 관계를 보인 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구의 하위 요인들을 독립변수로 투입하여 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. Durbin-Watson 검정 결과, D-W 계수는 1.81-2.05로 2에 근접하

게 나타나 잔차항 간의 상관성이 없음이 확인되었다. 또한 공차한계(Tolerance)는 .61-.99로 모두 1 이상이고, 분산팽창계수(VIF)는 1.01-1.64로 모두 10이하이므로 다중공선성의 문제는 없는 것으로

나타났다. 분석 결과는 표 3과 같다. 분석 결과, 사회불안을 설명하는 변인은 부적응적 자기초점주의,  $\beta=.49, p<.001$ , 의사결정,  $\beta=.18, p<.001$ , 사회적 예측,  $\beta=-.14, p<.01$ ,의 순으로 나

표 1. 성별에 따른 평균과 표준편차 및 차이검증

변인	전체(N=473)	남(n=201)	여(n=272)	t
	M(SD)	M(SD)	M(SD)	
1. 부적응적 자기초점주의	51.42(17.48)	53.08(16.85)	50.20(17.86)	1.78
2. 재확인 추구	89.60(20.61)	86.45(21.16)	91.93(19.91)	-2.88**
2-1. 의사 결정	36.63(8.38)	35.17(8.64)	37.71(8.03)	-3.29**
2-2. 사회적 예측	19.21(5.62)	18.78(5.66)	19.52(5.58)	-1.43
2-3. 일반적 위협	16.73(4.78)	15.95(4.79)	17.31(4.69)	-3.09**
3. 사회불안	29.15(13.27)	27.83(13.67)	30.12(12.91)	-1.86
4. 우울	7.06(7.35)	5.53(6.86)	8.19(7.50)	-3.96***

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

표 2. 변인들 간의 상관관계

	1	2	2-1	2-2	2-3	3	4
1. 부적응적 자기초점주의	1						
2. 재확인 추구	.41***	1					
2-1. 의사 결정	.32***	.90***	1				
2-2. 사회적 예측	.37***	.84***	.60***	1			
2-3. 일반적 위협	.42***	.88***	.74***	.64***	1		
3. 사회불안	.49***	.26***	.25***	.14**	.27***	1	
4. 우울	.31***	.16***	.15**	.09*	.21***	.38***	1

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

표 3. 대학생의 사회불안 및 우울에 대한 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구의 상대적 설명력

종속변인	독립변인	B	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$	F
사회불안	1. 부적응적 자기초점주의	.37	.49***	.24		149.40***
	2. 의사결정	.29	.18***	.25	.01	78.57***
	3. 사회적 예측	-.34	-.14**	.26	.01	55.88***
우울	1. 부적응적 자기초점주의	.14	.33***	.10		51.15***
	2. 성별	3.06	.21***	.14	.04	38.31***

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

타났다. 구체적으로, 부적응적 자기초점주의는 사회불안에 대해 전체 변량의 24%를 설명하는 것으로 나타났으며,  $F=149.40$ ,  $p<.001$ , 이에 의사결정,  $F=78.57$ ,  $p<.001$ , 과 사회적 애착,  $F=55.88$ ,  $p<.001$ ,이 각각 1%의 설명력을 추가하여 전체 설명력은 총 26%였다.

우울의 경우, 성별에 따라 유의한 차이를 보였으므로 성별을 더미 변수로 투입하여 분석을 진행하였다. 분석 결과, 우울을 설명하는 변인은 부적응적 자기초점주의,  $\beta=.33$ ,  $p<.001$ , 성별,  $\beta=.21$ ,  $p<.001$ ,의 순으로 나타났다. 구체적으로, 부적응적 자기초점주의는 우울에 대해 전체 변량의 10%를 설명하는 것으로 나타났으며,  $F=51.15$ ,  $p<.001$ , 이에 성별이 4%의 설명력을 추가하여 전체 설명력은 총 14%였다,  $F=38.31$ ,  $p<.001$ .

**대학생의 부적응적 자기초점주의와 사회불안 및 우울 간의 관계에서 재확인 추구의 중재효과**

대학생의 부적응적 자기초점주의와 사회불안 및 우울 간의 관계에 대한 재확인 추구의 중재효과를 살펴보기 위해 Aiken과 West(1991)가 제안한 방식에 따라 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. Durbin-Watson 검정 결과, D-W 계수는 1.82-2.07로 2에 근접하게 나타나 잔차항 간의 상

관이 없음이 확인되었다. 또한 공차한계는 .38-.96로 .1이상이고, 분산팽창계수는 1.04-2.61로 10이하이므로 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다. 분석 결과는 표 4와 같다.

1단계에서 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구를 투입한 결과, 사회불안의 총 변량 중 24%를 설명하는 것으로 나타났다. 2단계에서 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구의 상호작용항을 추가했을 때 사회불안에 대한 설명력은 4%증가하여 총 28%의 설명력을 나타냈다,  $\beta=-.29$ ,  $p<.001$ . 즉, 대학생의 재확인 추구가 부적응적 자기초점주의와 사회불안 간의 관계에서 중재효과를 갖는 것으로 해석할 수 있다.

상호작용효과를 구체적으로 살펴보기 위해, 부적응적 자기초점주의 점수와 재확인 추구 점수 각각의 평균을 기준으로 상집단(+1SD)과 하집단(-1SD)으로 나누어 도식화 한 그래프는 그림 1과 같다. 그림 1에서 보는 바와 같이, 부적응적 자기초점주의가 낮을 경우 재확인 추구가 높은 집단이 재확인 추구가 낮은 집단에 비해 사회불안이 더 높은 반면, 부적응적 자기초점주의가 높을 경우 재확인 추구가 낮은 집단이 재확인 추구가 높은 집단에 비해 사회불안이 더 높음을 알 수 있다. 단순회귀선의 유의성 검정 결과, 재확인 추구가 높을 때,  $\beta=.27$ ,  $p<.01$ , 와 재확인 추구가 낮을

표 4. 대학생의 부적응적 자기초점주의와 사회불안의 간의 관계에서 재확인 추구의 중재효과

종속변인	단계	독립변인	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$
사회불안	1	부적응적 자기초점주의(A)	.46***	.24		79.15***
		재확인 추구(B)	.07			
	2	부적응적 자기초점주의(A)	.48***	.28	.04	60.57***
		재확인 추구(B)	.29***			
		A × B	-.29***			

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



때,  $\beta=.67, p<.001$ , 모두 단순회귀선의 기울기가 유의한 것으로 나타났다.

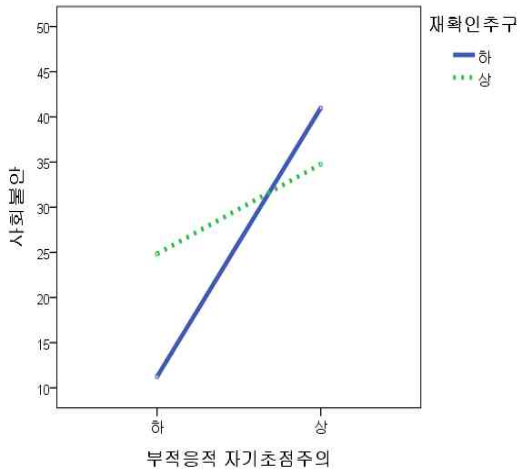


그림 1. 대학생의 부적응적 자기초점주의와 사회불안의 간의 관계에서 재확인 추구의 중재효과

다음으로, 대학생의 부적응적 자기초점주의와 우울 간의 관계에서 재확인 추구의 중재효과를 검증한 결과는 표 5와 같다. 1단계에서 성별을 투입한 후, 2단계에서 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구를 투입한 결과, 우울의 총 변량 중

14%를 설명하는 것으로 나타났다. 3단계에서 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구의 상호작용항을 추가했을 때 우울에 대한 설명력은 증가하지 않았으며, 상호작용항의 효과도 유의하지 않았다,  $\beta=-.07, p=.301$ . 즉, 대학생의 재확인 추구는 부적응적 자기초점주의와 우울 간의 관계에서 중재효과를 갖지 않는 것으로 해석할 수 있다.

### 논 의

본 연구는 대학생의 사회불안 및 우울에 대한 부적응적 자기초점주의와 재확인 추구의 상대적 설명력을 알아보고, 부적응적 자기초점주의와 사회불안 및 우울 간의 관계에서 재확인 추구의 중재역할 여부를 확인하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과를 토대로 한 논의는 다음과 같다.

첫째, 대학생의 사회불안과 우울을 가장 잘 예측하는 변인은 공통적으로 부적응적 자기초점주의로 나타났다. 이는 자기에게 과도한 주의를 기울여 몰입할수록 사회불안과 우울의 증가를 초래함을 의미한다. 이러한 결과는 사회불안과 부적응적 자기초점주의 간의 연관성을 보고한 선행 연

표 5. 대학생의 부적응적 자기초점주의와 우울 간의 관계에서 재확인 추구의 중재효과

종속변인	단계	독립변인	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$	
우울	1	성별	.18***	.03		15.63***	
		성별	.21***				
	2	부적응적 자기초점주의(A)	.33***	.14	.11	25.48***	
		재확인 추구(B)	.00				
	3		성별	.21***	.14	.00	19.39***
			부적응적 자기초점주의(A)	.33***			
재확인 추구(B)			.05				
		A × B	-.07				

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

구 결과들과 부합한다(옥주희, 김은정, 2015; 원영주, 조성호, 2013; 이지영, 권석만, 2009). 대인 간 상호작용 시 지나친 자기초점주의는 자신의 신체적 각성 상태 또는 불안 정도를 과장되게 지각하도록 이끌며, 이로 인해 타인이 자신에 대해 부정적으로 인식할 것을 우려하여 사회불안이 증가하는 것으로 볼 수 있다. 사회적 상황에서의 과도한 자기초점주의는 파국화, 자신의 대처 능력에 대한 축소화(minimization) 등 부적응적 사고 및 신념에 몰입하도록 함으로써(홍연근, 이경수, 송호준, 백미숙, 2005; 홍은지, 김정민, 한지영, 2016; Kashdan & Roberts, 2004) 사회불안이 증가할 가능성도 생각할 수 있다.

또한, 부적응적 자기초점주의는 대학생의 우울을 예측하는 변인으로 드러났는데, 이는 부적응적 자기초점주의와 우울이 관련이 있다는 결과들과 유사한 맥락으로 이해할 수 있다(이인혜, 2008; 이지영, 권석만, 2005; 장진이 외, 2016). 이러한 결과는 자기초점주의가 낮은 중요감(significance) 및 안전감(security) 등의 부적응적 자기 관련 도식을 활성화시킴으로써 우울을 증가시키는 것으로 설명할 수 있다(함성민, 현명호, 2015; Monfries & Kafer, 1994). 또한 지나친 자기초점주의가 낮은 에너지 수준 및 사회적 고립에 영향을 미치거나, 우울 관련 신체적 증상에 대한 과도한 주의가 신체화(somatic) 반응을 악화시킴으로써 우울 수준에 개입할 가능성도 고려할 수 있겠다(이선주, 하은혜, 2010; 홍은지 외, 2016).

둘째, 재확인 추구는 대학생의 사회불안을 예측하는 또 다른 변인으로 밝혀졌는데, 이 중 의사결정 및 사회적 애착 관련 재확인 추구가 사회불안을 설명하는 것으로 나타났다. 이는 의사결정에

대해 확신하지 못해 이를 타인에게 재확인하는 경향이 높을수록 사회불안이 증가함을 가리키는 것으로, 의사결정에 대한 재확인 추구하고 상태-특질 불안 간의 상관 관계를 보고한 선행 연구 결과(김슬기, 장혜인, 2014)에 의해 뒷받침된다. 의사결정에 대한 재확인 추구는 스스로 내리는 결정에 따른 책임을 회피하는 안전행동으로 점차 타인의 판단과 피드백에 의존하도록 함으로써 사회불안이 가중되는 것으로 이해할 수 있다. 또한 의사결정 시의 빈번한 재확인 추구 성향은 낮은 자기효능감을 부추김으로써 실패 혹은 타인의 부정적인 평가에 대한 두려움이 증가하는 것으로도 볼 수 있다.

한편, 사회적 애착 관련 재확인 추구 역시 사회불안을 예측하는 것으로 나타났는데, 의사결정을 위한 재확인 추구하고 달리 사회불안을 감소시키는 것으로 드러났다. 이는 재확인 추구가 사회불안을 증가시킨다는 기존 연구 결과(김화영, 박기환, 2015; Rector et al., 2011)와 상충되는 것으로, 사회적 관계에서 타인의 관심을 확인하고 소속감을 느끼기 위한 재확인 추구 성향은 오히려 사회불안을 낮추는 결과를 가져올 가능성을 암시한다. 또한 재확인 추구를 통해 타인과의 친밀한 관계에 대한 긍정적 피드백을 얻을 경우 사회불안이 낮아질 가능성 또한 고려할 수 있다. 반면, 일반적 위협에 대한 재확인 추구는 사회불안을 예측하지 않는 것으로 나타나, 재확인 추구의 특정 유형, 즉, 사회적 상황에서의 문제해결 혹은 대인 간 상호작용 관련 재확인 추구 성향이 사회불안과 직접적인 연관이 있음을 알 수 있다. 이러한 결과들은 재확인 추구의 역기능적 역할을 보고한 기존 선행 연구들과 달리 재확인 추구가 그 유형에 따

라 적응적 영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

셋째, 성별은 대학생의 우울을 예측하는 또 다른 변인으로 드러났다. 이는 선행 연구들을 통해 보고된 우울의 성차와 부합하는 것으로, 여성이 남성보다 우울에 특히 취약함을 의미한다(김영운, 이은진, 김범준, 2011; 이동훈 외, 2013). 반면, 사회불안과 달리 재확인 추구는 우울을 예측하지 않는 것으로 나타났다. 이는 사회적 지지를 높게 지각하는 경우 재확인 추구의 정도가 우울을 예측하지 않으며, 사회적 지지를 낮게 지각하는 경우에 오히려 우울이 증가한다는 연구 결과(Haefel et al., 2007)와 연관지어 볼 수 있을 것이다. 즉, 재확인 추구는 지각된 사회적 지지, 대인관계 스트레스, 타인의 부정적 반응 등과 결합하여 우울에 기여하는 요인임을 고려할 때(Joiner et al., 1999), 재확인 추구 자체가 아닌 재확인 추구로 인해 야기될 수 있는 대인관계상의 부정적 결과가 우울에 영향을 미칠 가능성이 있다. 또 다른 가능성은 재확인 추구를 통한 타인의 긍정적 반응이 특정 사회적 상황에 국한된 불안을 일시적으로 감소시키는 데는 효과적이거나, 자기 가치와 관련한 부정적 사고에 영향을 미쳐 우울을 완화시키기에는 충분하지 않을 수 있는 것이다. 이에 관해서는 관련 후속 연구 결과들이 축적된 이후에 추가적인 논의가 이루어질 수 있을 것이다.

넷째, 재확인 추구는 부적응적 자기초점주의와 사회불안 간의 관계를 중재하는 것으로 나타났다. 구체적으로, 부적응적 자기초점주의가 낮은 경우 재확인 추구 성향이 높은 집단이 재확인 추구 성향이 낮은 집단에 비해 사회불안이 높은 반면, 부적응적 자기초점주의가 높은 경우 재확인 추구 성향이 낮은 집단이 재확인 추구 성향이 높은 집

단에 비해 사회불안이 높았다. 이는 단순히 부적응적 자기초점주의의 수준이 사회불안을 결정하는 것이 아니라 재확인 추구의 정도에 따라 다른 양상을 보일 수 있음을 의미한다. 먼저, 자신에게 주의가 과도하게 집중되어 있지 않은 상태에서의 재확인 추구는 기존 연구 결과들(김화영, 박기환, 2015; Parrich & Radomsky, 2010)과 유사하게 안전행동으로서 기능하여 궁극적으로 사회불안을 가중시키는 것으로 보인다. 그러나 주의가 자신에게 지나치게 집중되어 적절한 전환이 어려운 상태에서는 재확인 추구 성향이 높은 집단이 그렇지 않은 집단보다 오히려 사회불안이 낮았는데, 이러한 결과는 재확인 추구 성향이 불안을 증가시킨다는 기존 연구 결과들과 상충되는 것이다(Greenberg, 1999; Joiner et al., 1999). 즉, 부적응적 자기초점주의가 높은 경우 재확인 추구는 자기몰입에서 주의의 방향을 타인에게로 돌려 타인과 상호작용 하도록 유도함으로써 주의를 전환시키는 효과를 가져오며, 그 결과 부정적 정서를 보다 용이하게 조절할 수 있는 기능적인 역할을 담당한다고 볼 수 있다. 이는 주의를 자신에게서 외부 환경으로 전환하는 것이 사회불안을 개선하는데 효과적이었던 연구 결과들(원영주, 조성호, 2013; Mörtberg, Hoffart, Boecking, & Clark, 2015)에 근거한다.

반면, 재확인 추구는 부적응적 자기초점주의와 우울 간의 관계를 중재하지 않는 것으로 나타났다. 이는 재확인 추구가 사회불안을 예측하는 것과 달리 우울에는 별다른 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 예상 가능한 결과이다. 이러한 결과는 자신이 우울하다는 사실에 초점을 맞추고 자신의 우울 증상과 그 의미, 우울 증상이 초래할

결과 등을 지속적으로 떠올리는 반추 과정이 우울을 악화시킨다는 연구 결과들(이소연, 신민섭, 김은정, 2010; 이혜림, 최윤경, 2012)로 미루어볼 때, 우울의 경우 재확인 추구와 같은 외적인 피드백보다 반추와 같은 내적 처리 과정이 상대적으로 더 중요한 것처럼 보인다.

종합하면, 앞서 논의한 본 연구의 결과들은 대학생의 사회불안과 우울의 예방 및 치료적 개입에 유용한 기초 자료를 제공할 것으로 기대된다. 구체적으로, 인지적 과정의 특징 중 하나인 부적응적 자기초점주의는 사회불안과 우울을 예측하는 주요 변인임이 드러났으므로, 사회불안 혹은 우울 관련 부적응적 사고 및 신념 등의 인지적 내용을 다루는 기존의 인지적 재구성 작업 이외에 자기에게 집중된 주의를 전환시키는 주의력 훈련이 병행된다면 더욱 효과적일 것이다. 또한 사회불안의 경우, 문제해결 훈련을 통해 의사결정 관련 재확인 추구 행동을 감소시키는 한편, 사회적 기술 훈련을 통해 적절한 사회적 애착 관련 재확인 추구 행동을 학습하도록 하는 것도 유용할 것이다. 특히 사회불안에 대한 개입은 부적응적 자기초점주의 수준에 따라 재확인 추구 성향의 촉진 또는 억제 여부를 고려하여 예방 교육 및 치료 계획을 세우는 것이 필요할 것으로 보인다.

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 대상은 사회불안장애, 우울장애의 임상적 기준을 충족하는 임상집단이 아니므로 본 연구 결과를 일반화 하는 데 신중을 기해야 할 것이다. 둘째, 본 연구에서 측정된 사회불안은 대인관계 상황에서 느끼는 사회적 상호작용불안에 초점을 맞추고 있으므로 발표와 같은 특정 과제를 수행하는 경우 느끼는 수행불안과

는 차이가 있을 수 있다. 후속 연구에서는 사회적 상호작용불안과 수행불안을 구분하여 관련 변인들 간의 양상을 비교해 보는 것이 필요할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 김슬기, 장혜인 (2014). 불확실성에 대한 인내력 부족과 지각된 부모의 과보호가 불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 19(4), 997-1020.
- 김영운, 이은진, 김범준 (2011). 대학생의 자기애, 우울과 정신병질 성향과의 관계. 한국심리학회지: 여성, 16(1), 97-113.
- 김은정 (2014). 20대 청년층의 새로운 생애발달단계로서 '성인모색기'에 관한 탐색 연구. 담론 201, 17(3), 83-129.
- 김재희, 박은규 (2016). 청년의 성인초기 발달과업 성취 유형이 사회적 고립감에 미치는 영향. 한국청소년연구, 27(3), 257-284.
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위유형의 기억 편향. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김화영, 박기환 (2015). 부정적 및 긍정적 평가에 대한 두려움과 사회불안의 관계에서 재확인 추구의 매개효과. 인지행동치료, 15(1), 137-153.
- 보건복지부, 서울대학교 의과대학 (2011). 2011 정신질환실태 역학조사. [http://www.mohw.go.kr/front\\_new/jb/sjb030301vw.jsp?PAR\\_MENU\\_ID=03&MENU\\_ID=032901&CONT\\_SEQ=336979&page=1](http://www.mohw.go.kr/front_new/jb/sjb030301vw.jsp?PAR_MENU_ID=03&MENU_ID=032901&CONT_SEQ=336979&page=1)에서 2016. 11. 23 인출.
- 심은수, 이봉건 (2016). 자기초점주의와 사회불안의 관계에서 자기자비의 조절효과. 스트레스研究, 24(2), 65-74.
- 옥주희, 김은정 (2015). 부정적 자기개념과 자기개념 명확성이 사회불안에 미치는 영향: 부적응적 자기초점적 주의의 매개효과. 인지행동치료, 15(3), 619-637.
- 원영주, 조성호 (2013). 자기초점적 주의가 사회적 상호

- 작용 불안에 미치는 영향: 탈중심화의 매개효과. *인간이해*, 34(2), 173-191.
- 이동훈, 함경애, 김지윤, 김민경, 정성원, 김정범 (2013). 성별에 따른 주요우울증의 DSM-IV 증상 연구. *재활심리연구*, 20(3), 501-522.
- 이선주, 하은혜 (2010). 여자 청소년의 우울증상과 신체화 증상의 관계에서 인지적 요인의 매개효과. *한국심리학회지: 학교*, 7(1), 55-68.
- 이소연, 신민섭, 김은정 (2010). 반추적, 반성적, 경험적 자기초점화가 우울 기분에 미치는 영향. *인지행동치료*, 10(1), 75-95.
- 이소연, 오인수 (2015). 평가염려 완벽주의와 내현적 자기애가 대학생의 발표불안에 미치는 관계: 사회적 자기효능감과 부정적 평가두려움의 매개효과. *청소년학연구*, 22(8), 53-75.
- 이영호, 송종용 (1991). BDI, SDS, MMIP-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 10(1), 98-113.
- 이인혜 (2008). 자기초점주의가 자전기억의 과일반화와 우울에 미치는 효과: 자기초점주의의 적응성과 부적응성. *한국심리학회지: 임상*, 27(3), 633-651.
- 이지영 (2010). 자기초점적 주의 성향과 정신병리의 관계-적응적 대 부적응적 자기초점적 주의. *한국심리학회지: 일반*, 29(2), 371-388.
- 이지영, 권석만 (2005). 자기초점적 주의 성향 척도의 개발. *한국심리학회지: 임상*, 24(2), 451-464.
- 이지영, 권석만 (2009). 사회불안과 자기초점적 주의 성향의 관계. *인지행동치료*, 9(1), 39-55.
- 이혜림, 최윤경 (2012). 자전적 기억의 과일반화와 반추가 우울에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 31(2), 523-540.
- 장진이, 광노은, 이지연 (2016). 청소년의 우울과 부적응적 자기초점주의, 정서조절, 거부민감성의 구조적 관계. *청소년복지연구*, 18(1), 285-304.
- 장하연, 조용래 (2012). 타인의 인정에 대한 과도한 요구 신념과 정서적 고통 감내력이 사회적 수행불안에 미치는 영향. *인지행동치료*, 12(3), 299-313.
- 조은진, 손정락 (2016). 인지행동 집단치료 프로그램이 대학생의 취업 스트레스, 역기능적 태도 및 우울에 미치는 효과. *한국심리학회지: 임상*, 35(1), 121-138.
- 최은숙, 김완일 (2014). 초기부적응도식과 우울과의 관계에서 자기개념명료성의 매개효과. *상담학연구*, 15(1), 109-123.
- 최이순, 김영환 (1991). 우울증과 초점주의의 대상 및 내용. *한국심리학회지: 임상*, 10(1), 330-343.
- 함성민, 현명호 (2015). 자기초점 주의와 우울의 관계에서 반추적 반응양식에 의해 조절되는 자기비판의 매개효과: 남녀차이를 중심으로. *스트레스研究*, 23(4), 225-235.
- 허연주, 이민규 (2015). 지각된 스트레스와 우울과의 관계에서 회피성 신념과 경험회피의 조절 효과. *한국심리학회지: 건강*, 20(1), 193-211.
- 홍연근, 이경숙, 송호준, 백미숙 (2005). 자기초점주의, 특성불안, 자기효능감이 사회공포에 미치는 영향. *특수교육재활과학연구*, 51(1), 267-286.
- 홍은지, 김정민, 한지영 (2016). 중년기 성인의 부적응적 자기초점주의, 파국화 및 반추가 건강염려경향성에 미치는 영향. *정서·행동장애연구*, 32(2), 289-307.
- Abramowitz, J. S., Schwartz, S. A., & Whiteside, S. P. (2002). A contemporary conceptual model of hypochondriasis. *Mayo Clinic Proceedings*, 77(12), 1323-1330.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- American College Health Association (2012). *National college health assessment II: Reference group executive summary*. Hanover, MD: American College Health Association.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5 (5th ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

- Boden, M. T., John, O. P., Goldin, P. R., Werner, K., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2012). The role of maladaptive beliefs in cognitive-behavioral therapy: Evidence from social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy, 50*(5), 287-291.
- Bögels, S. M., & Lamers, C. T. J. (2002). The causal role of self-awareness in blushing-anxious, socially-anxious and social phobics individuals. *Behaviour Research and Therapy, 40*(12), 1367-1384.
- Brådvik, L. (2013). Last suicide attempt before completed suicide in severe depression: An extended suicidal process may be found in men rather than women. *Archives of Suicide Research, 17*(4), 426-433.
- Byrow, Y., & Peters, L. (2017). The influence of attention biases and adult attachment style on treatment outcome for adults with social anxiety disorder. *Journal of Affective Disorders, 217*(1), 281-288.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia diagnosis, assessment and treatment* (pp. 69-93). New York: Guilford Press.
- Cogle, J. R., Fitch, K. E., Fincham, F. D., Riccardi, C. J., Keough, M. E., & Timpano, K. R. (2012). Excessive reassurance seeking and anxiety pathology: Tests of incremental associations and directionality. *Journal of Anxiety Disorders, 26*(1), 117-125.
- Cuming, S., Rapee, R. M., Kemp, N., Abbott, M. J., Peters, L., & Gaston, J. E. (2009). A self-report measure of subtle avoidance and safety behaviors relevant to social anxiety: Development and psychometric properties. *Journal of Anxiety Disorders, 23*(7), 879-883.
- Davila, J. (2001). Refining the association between excessive reassurance seeking and depressive symptoms: The role of related interpersonal constructs. *Journal of Social and Clinical Psychology, 20*(4), 538-559.
- Evraire, L. E., & Dozois, D. J. A. (2014). If it be love indeed tell me how much: Early core beliefs associated with excessive reassurance seeking in depression. *Canadian Journal of Behavioural Science, 46*(1), 1-8.
- Floyd, F. J., & Widaman, K. F. (1995). Factor analysis in the development and refinement of clinical assessment instruments. *Psychological Assessment, 7*(3), 286-299.
- Greenberg, J. (1999). Is the proposed role of excessive reassurance-seeking in depression excessive? *Psychological Inquiry, 10*(4), 291-293.
- Haefel, G. J., Voelz, Z. R., & Joiner, T. E. (2007). Vulnerability to depressive symptoms: Clarifying the role of excessive reassurance seeking and perceived social support in an interpersonal model of depression. *Cognition and Emotion, 21*(3), 681-688.
- Hames, J. L., Hagan, C. R., & Joiner, T. E. (2013). Interpersonal processes in depression. *Annual Review of Clinical Psychology, 9*(1), 355-377.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*(3rd ed.). New York: David McKay.
- Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implication. *Cognitive Behavior Therapy, 34*(4), 193-209.
- Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychological Bulletin, 107*(2), 156-176.
- Ingram, R. E., & Smith, T. W. (1984). Depression and internal versus external focus of attention. *Cognitive Therapy and Research, 8*(2), 139-151.

- Joiner, T. E., & Metalsky, G. I. (2001). Excessive reassurance seeking: Delineating a risk factor involved in the development of depressive symptoms. *Psychological Science, 12*(5), 371-378.
- Joiner, T. E., Metalsky, G. I., Katz, J., & Beach, S. R. (1999). Depression and excessive reassurance-seeking. *Psychological Inquiry, 10*(3), 269-278.
- Joiner, T. E., & Schmidt, N. B. (1998). Excessive reassurance-seeking predicts depressive but not anxious reactions to acute stress. *Journal of Abnormal Psychology, 107*(3), 533-537.
- Karpyak, V. M., Biernacka, J. M., Geske, J. R., Abulseoud, O. A., Brunner, M. D., Chauhan, M., ... Onsrud, D. A. (2016). Gender specific effects of comorbid depression and anxiety on the propensity to drink in negative emotional states. *Addiction, 111*(8), 1366-1375.
- Kashdan, T. B., & Roberts, J. E. (2004). Social anxiety's impact on affect, curiosity, and social self-efficacy during a high self-focus social threat situation. *Cognitive Therapy and Research, 28*(1), 119-141.
- Katona, C., Cooper, C., & Robertson, M. (2015). *Psychiatry at a glance (6th ed.)*. London: Wiley-Blackwell.
- Leary, M. R. (2010). Social anxiety as an early warning system: A refinement and extension of the self-presentation theory of social anxiety. In S. G. Hofmann & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives (2nd ed.)* (pp. 471-486). Burlington: Elsevier.
- Levinson, D. J. (1978). *The seasons of a man's life*. New York: Ballantine.
- Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measure of social phobia and scrutiny and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 38*(4), 243-257.
- Mcmanus, F., Sacadura, C., & Clark, D. M. (2008). Why social anxiety persists: An experimental investigation of the role of safety behaviours as a maintaining factor. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 39*(2), 147-161.
- Monfries, M. M., & Kafer, N. F. (1994). Private self-consciousness and fear of negative evaluation. *Journal of Psychology, 128*(4), 447-454.
- Mörtberg, E., Hoffart, A., Boecking, B., & Clark, D. M. (2015). Shifting the focus of one's attention mediates improvement in cognitive therapy for social anxiety disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 43*(1), 63-73.
- Okajima, I., Kanai, Y., Chen, J., & Sakano, Y. (2009). Effects of safety behavior on the maintenance of anxiety and negative belief social anxiety disorder. *International Journal of Social Psychiatry, 55*(1), 71-81.
- Parrish, C. L., & Radomsky, A. S. (2010). Why do people seek reassurance and check repeatedly? An investigation of factors involved in compulsive behavior in OCD and depression. *Journal of Anxiety Disorders, 24*(2), 211-222.
- Potthoff, J. G., Holahan, C. J., & Joiner, T. E. (1995). Reassurance seeking, stress generation, and depressive symptoms: An integrative model. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*(4), 664-670.
- Rector, N. A., Kamkar, K., Cassin, S. E., Ayearst, L. E., & Laposa, J. M. (2011). Assessing excessive reassurance seeking in the anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders, 25*(7), 911-917.
- Salkovskis, P. M. (1991). The importance of behaviour in the maintenance of anxiety and panic: A cognitive account. *Behavioural Psychotherapy, 19*(1), 6-19.

- Shaver, P. R., Schachner, D. A., & Mikulincer, M. (2005). Attachment style, excessive reassurance seeking, relationship processes, and depression. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*(3), 343-359.
- Strahan, E. Y. (2003). The effects of social anxiety and social skills in academic performance. *Personality and Individual Differences, 34*(2), 347-366.
- Watkins, E. R. (2016) *Rumination focused cognitive behavioral therapy for depression*. New York: Guilford Press.
- Wells, A., Clark, D. M., Salkovskis, P., Ludgate, J., Hackmann, A., & Gelder, M. (1996). Social phobia: The role of in-situation safety behaviors in maintaining anxiety and negative beliefs. *Behavior Therapy, 28*(1), 153-161.
- Woody, S. R. (1996). Effects of focus of attention on anxiety levels and social performance of individuals with social phobia. *Journal of Abnormal Psychology, 105*(1), 61-69.

원고접수일: 2017년 2월 27일

논문심사일: 2017년 3월 5일

게재결정일: 2017년 5월 29일



한국심리학회지: 건강

The Korean Journal of Health Psychology

2017. Vol. 22, No. 3, 669 - 685

---

# The Relationship Among College Students' Maladaptive Self-Focused Attention, Social Anxiety, and Depression: The Moderating Effect of Reassurance Seeking

Eun Park

Jung-Min Kim

Department of Child Development and Education,  
Myongji University

The purpose of this study is to investigate the relative influences of college students' maladaptive self-focused attention and reassurance seeking concerning both social anxiety and depression; it is also, to examine the moderating effects of reassurance seeking on the relationship between maladaptive self-focused attention and social anxiety, and also, between maladaptive self-focused attention and depression. For the study, 481 students from 10 colleges in Seoul, Gyeonggi, Incheon and other areas were asked to complete questionnaires for the Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social Situation (SDSAS), the Reassurance Seeking Scale (RSS), the Social Interaction Anxiety Scale (SIAS) and the Beck Depression Inventory (BDI). The results of this study are as follows: first, maladaptive self-focused attention, decision-making, social attachment were significant predictors of college students' social anxiety, while maladaptive self-focused attention was the only significant predictor of college students' depression. Second, reassurance seeking had a moderating effect on the relationship between maladaptive self-focused attention and social anxiety, but not on the relationship between maladaptive self-focused attention and depression. Based on the results of this study, the implications and limitations of this study as well as suggestions for future research were discussed.

*Keywords:* maladaptive self-focused attention, reassurance seeking, social anxiety, depression, college students