

행동억제기질과 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향: 부정적 자동적 사고와 정서조절곤란의 간접효과[†]

전 병 윤 이 민 규[‡]
경상대학교 심리학과

본 연구는 20대 초반의 청년들이 겪고 있는 사회불안에 미치는 영향을 알아보기 위하여 행동억제 기질과 부모의 심리적 통제를 사회불안에 미치는 변인으로 가정하고 부정적 자동적 사고와 정서 조절곤란의 간접효과를 검증하였다. 이를 위해 전국의 20~25세 남녀 399명을 대상으로 행동억제 기질, 부모의 심리적 통제, 정서조절곤란, 부정적 자동적 사고, 사회불안에 대한 질문지를 사용하여 온라인 설문조사를 실시하였다. 측정변인들의 관계를 상관분석을 통해 검토하였고, 변인들의 구조적 관계를 살펴보고, 간접효과 검증을 위해 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 행동억제기질은 사회불안에 유의하게 영향을 주었으며, 부정적 자동적 사고를 매개하여 사회불안에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 부모의 심리적 통제는 사회 불안에 유의한 영향을 주지 못하였으나, 부정적 자동적 사고를 매개하여 사회불안에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 행동억제기질, 부모의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 정서조절곤란, 부정적 자동적 사고가 순차적으로 매개하여 사회불안에 유의하게 영향을 주었다. 이러한 결과를 바탕으로 본 연구의 의의 및 제한점에 대해 논의하였다.

주요어: 행동억제기질, 부모의 심리적 통제, 정서조절곤란, 부정적 자동적 사고, 사회불안

[†] 이 논문은 전병윤의 석사학위 청구논문을 수정 정리한 것임.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 이민규, (52828) 경남 진주시 진주대로 501 경상대학교 심리학과, Tel: 055-772-1264, E-mail: rmk92@chol.com

사회불안은 사회적 상황에서 다른 사람의 평가를 두려워하기 때문에 발생하는 불안증상으로, 타인에게 노출되는 사회적 상황에서 지속적으로 두려움을 느끼고, 수치스럽거나 당혹스러운 방식으로 행동할까 두려워하는 인지적·정서적 반응을 보이는 것으로 정의할 수 있다(American Psychiatric Association, 2013). 사회불안이 높은 사람들은 비주장적이고, 사회적 상황에서 자신의 행동을 철회하며, 자기 확신이 없고, 사회적 활동에서 높은 수준의 억제력을 나타낸다. 대부분 사람들에게 일정 수준의 불안은 적절한 사고와 행동할 수 있게 하는 생산적인 반응이며 동기이므로, 우리로 하여금 미리 준비하고 대비할 수 있게 긍정적인 기능을 한다. 하지만 이러한 불안이 정상적인 범위가 넘어설 정도로 심해질 경우 정신적·신체적 고통을 초래하게 되며, 부정적인 영향을 미칠 가능성이 높다.

특히 초기 성인기는 발표 수업, 진로 및 취업과 관련된 평가 경험이 증가하는 시기이며, 이 시기에 사회불안이 높을 경우 효율적인 학업수행, 진로 탐색 혹은 진로 선택 등 다양한 수행 상황에서 어려움을 경험하기 쉽다(이현주, 2008). 사회적 상황의 유형에 따라 차이가 있기는 하지만 우리나라의 경우 24.7%의 대학생이 사교적인 모임에서 불안을 느끼고, 54.9%의 대학생이 면접시험 상황에서 불안을 느끼며, 다른 사람과의 일상적인 만남의 경우에도 8.5%의 대학생이 중도 이상의 불안을 경험한다고 한다(김은정, 2016). 사회불안 장애를 겪는 많은 사람들은 사회불안이 청소년기부터 시작되었다고 보고하지만 대부분 환자들은 자신이 내성적인 사람, 수줍은 사람이기 때문에 어려움을 겪는다고 여기고 이에 대한 치료를 받지 않고 있다. 따라서 사회불안은 청소년기나 성

인 초기와 같이 조기에 발견하고 치료할 필요가 있다(손정아, 권정혜, 2001).

사회불안에 대한 치료로 1990년부터는 인지치료와 행동치료가 통합된 인지행동치료(Cognitive Behavior Therapy: CBT)가 최근까지 적용되어 왔다. CBT는 주로 인지적 모형에 기초하여 부정적 사고와 신념을 적응적인 것으로 바꾸는 인지적 재구성에 초점을 맞추거나, 행동적 모형에 기초하여 점진적으로 실제 상황에 직면하여 훈련하는 노출훈련 혹은 전반적인 사회적 기술 향상에 중점을 두는 것 혹은 이들을 통합하여 구성한 것들이다(김정민, 2006; Albano, Dibartolo, Holt, Heimberg, & Barlow, 1995; Gallagher, Rabian, & McCloskey, 2004; Hayward et al., 2000). 이러한 인지행동치료의 효과는 모든 사회불안장애 환자들에게 일관적으로 나타나지 않으며, CBT 치료 종결 시 유의한 향상을 얻지 못한 치료 비반응자 비율의 범위가 25~64%에 이른다(임수지, 김소정, 권정혜, 2016). 따라서 사회불안장애에 대한 보다 일관적인 치료를 얻기 위해서 인지적인 측면 외에 다른 측면들을 고려해볼 필요가 있다.

Barlow(2002)는 사회불안의 원인을 크게 생물학적 취약성, 환경적 요인 및 심리적 요인 세 가지로 구분했다. 생물학적 취약성은 유전 및 타고난 기질, 환경적 요인은 부모의 양육방식, 외상경험 등 그리고 심리적 요인에는 인지적·정서적인 측면들을 포함할 수 있다. 본 연구는 Barlow(2002)가 제안한 3요인을 바탕으로 사회불안과 생물학적 취약성 및 환경적 요인 사이에 작용하는 심리적인 변인을 찾아내고자 한다.

사회불안과 밀접하게 연관되어 있는 생물학적 취약성으로 행동억제기질이 있다. 회구하는 자극

을 향해 다가가는 행동을 일으키는 뇌 체계와 협조하는 자극을 피할 수 있도록 행동을 멈추게 하는 뇌 체계가 존재하며, 이 두 체계가 행동의 조절과 통제에 매우 중요하고, 이 체계들에서의 차이가 개인차의 중요한 바탕이 된다. 일반적으로 바라는 자극을 향해 나아가게 하는 행동체계를 행동활성화체계(Behavioral Activation System: BAS)라 부르며, 진행 중인 행동을 멈추도록 해서 혐오적 결과를 예방하거나 피할 수 있게 하는 체계를 행동억제체계(Behavioral Inhibition System: BIS)라 부른다(김교현, 김원식, 2001). 행동억제체계는 유인보다 처벌에 더 예민하고 위협적인 상황에 직면했을 때, 직면한 단서로부터 철회하거나 불안을 발달시킬 위험에 처할 가능성을 높게 만든다(Kagan, Reznic, & Snidman, 1988). 이 체계가 활성화되면 각성증가, 주의 증가, 정보처리 증가, 그리고 불안을 초래하며, 바람직하지 못한 특정한 자극이나 처벌로부터 철회하게 하여서 행동을 억제시킨다(이유리, 2012). 선행 연구에 따르면 행동억제기질이 높은 것으로 분류되었던 아동의 61%가 12년 후에도 사회불안을 보고한 반면 행동억제기질이 낮은 아동은 27%만이 사회불안을 보고하였으며(Schwartz, Snidman, & Kagan, 1999), 행동억제기질이 높은 아동은 친구들 앞에서 발표하기, 낯선 사람 만나기 등 사회불안 환자들이 두려워하는 상황에서 불안을 보고하였다(Biederman et al., 1993). 또, 행동억제와 사회불안 간에 회피 전략, 수동적 철회, 낯선 이에게 과묵함 등의 행동적 징후가 유사하다는 것을 밝혀냈고, 국내에서는 오경자와 양윤란(2003)은 행동억제기질이 청소년기에 사회불안을 지속적으로 기여하는 변인임을 추적연구로 밝혔으며, 최미미(2008), 허유정(2002)

의 연구에서도 행동억제기질이 사회불안에 중요한 영향을 미친다고 밝혀냈다.

행동억제는 불안이나 두려움과 밀접한 관련이 있으며, 정서조절 능력의 부족과도 연계된다는 연구들이 있다(Calkins & Fox, 1992). 행동억제체계에서 민감성 차이가 정서 양식에서 차이를 만들고 이러한 정서 양식은 정신병리의 취약성과 관련을 보인다. 행동억제가 높은 아동들은 부정적인 정서를 느끼는 상황을 건설적인 행동을 통하여 수정하기보다 부적응적인 정서조절전략인 회피 지향적인 전략을 적용하는 경향성이 많다는 것을 확인하였다(Kagan et al., 1988). 또, 행동억제가 높은 사람은 일상에서의 스트레스 사건에서 부정적인 정서를 강하게 느낄 수 있으며 이와 같이 행동억제와 부정적 정서상태의 유의한 관련은 정서장애를 예측한다(Biederman et al., 1990). 행동억제기질이 높은 사람들에게 부정적 정서에 민감하게 반응하는 경향은 정서조절의 어려움을 나타낸다. 정서 반응성은 사건에 대한 정서적 반응의 수준을 말하는 것으로 동일한 경험을 하더라도 개인의 기질, 환경에 따라 정서 반응성에 차이가 있을 수 있으며, 당면한 사건이 생리학적 범위와 경험적 범위에서 스스로 조절할 수 없을 때 정서 반응성은 더욱 커진다(Melamed, 1987). 따라서 타고난 기질인 행동억제의 수준으로 인해 발생한 정서조절곤란은 사회적 상호작용에서 부적응적인 정서를 경험하고 회피하는 행동을 보이는 사회불안과 밀접하게 관련되어 있다고 볼 수 있다(백민정, 2014). 정서조절이 어려운 사람들은 자기 자신, 자신의 미래, 주변환경 등에 대해서 비현실적으로 왜곡된 부정적이고 비관적인 생각과 심상을 현저하게 많이 가지고 있고, 이러한 사고들은 생활주

변 속의 사소한 자극에 의해 자동적으로 생성되는 경향이 나타낸다(김유경, 2004). 한편, 부적응적인 정서조절전략을 사용한 집단에서는 부정적 자동적 사고가 증가하였고, 적응적인 정서조절전략을 사용한 집단에서는 부정적 자동적 사고가 감소하였다는 연구결과(김아리, 2011)와 임상적으로 우울한 사람에게 애매한 시나리오를 주었을 때, 우울하지 않은 집단에 비해 우울한 사람들이 부정적인 해석을 더 많이 한다는 연구결과(Butler & Mathews, 1983)를 통해 정서조절이 어려운 집단일수록 부정적이고 왜곡된 사고를 가질 수 있음을 알 수 있다.

한편, 부모의 관심과 사랑은 자녀와의 안정된 애착 관계를 형성하게 되고, 정서와 인지를 적응적으로 조절할 수 있는 건강한 성격으로 발달할 수 있도록 돕는다(이시은, 이재창, 2005). 하지만 부모가 자녀를 지나치게 간섭하거나 높은 통제 수준 보일 때 부모와 자녀는 갈등이 심해지고 부적응적인 결과를 나타낼 수 있다. 최근, 흔히 나타나고 있는 자녀에 대한 과잉보호는 부모가 대학생 자녀의 성공을 위해 물질적·정서적 지원뿐 아니라 자녀 삶의 결정권까지 갖고 영향을 끼치기 때문에 자녀는 성인이 되어서도 대학생활의 적응, 취업준비 등 독립적으로 자신의 일을 선택·결정하고 책임지는 것에 대해 어려움을 느끼고, 주어진 역할에 대해 혼란과 불안감으로 자존감 저하, 우울 등 정신적 건강문제를 경험하기도 한다(유태정, 김석선, 2015). 이러한 이유로 사회불안의 원인을 파악하는데 환경적 요인으로 부모의 양육방식을 살펴보는 것이 적절하다. 부모의 심리적 통제는 부모가 설정한 기대에 충족하는 행동을 자녀가 하지 않았을 때, 심리적 수단을 이용하

여 자녀의 개인적, 심리적 영역에 지나치게 영향력을 주게 하는 부모의 양육행동 및 양육태도를 말한다(윤은영, 이지연, 2016). 심리적 통제는 행동에 대한 규제가 아닌 자녀의 심리적인 규제와 통제로 자녀의 심리적 자기가 침해되며, 암시적이고 이중적인 방법으로 미묘하게 상호작용해 간접적으로 자녀를 다룬다는 점에서 다른 차원의 양육행동과 차이를 보인다(박신영, 2014). 심리적 통제를 하는 부모는 자녀에게 자유로운 감정과 의사표현을 제한하고 심리적 영역을 통제함으로써 자녀에게 정서적인 욕구를 좌절시키며, 자아비난이나 부적응적 정서조절을 나타낸다(전미숙, 손은정, 2013). 좌절감, 우울감을 느낀 자녀는 자기 자신이나 타인, 세계에 대해 부정적으로 평가하는 사고 경향이 생기며, 또래 관계에서의 부정적 경험 역시 부정적인 자동적 사고의 발생과 작용을 촉진한다. 이렇게 형성된 자기 자신, 타인, 세상에 대한 부정적인 평가적 사고로 인해 청소년들은 낮은 사회적 상호작용을 회피하고 사회적 상황에서 적절히 참여하지 못하는 문제 행동을 하게 되므로 사회불안이 더욱 심화될 수 있다(이주영, 2009). 선행 연구들에 따르면 부모의 심리적 통제는 건강한 자기의 내면화에 어려움이 있고(Barber & Harmon, 2002), 사회적 상호작용 불안 수준은 부모의 통제적인 양육의 영향을 많이 받고, 부모의 과잉된 통제에 의한 간섭이 높을 시 자녀가 경험하는 대인불안 수준이 높을 가능성이 크다고 보고한다(서경현, 유재민, 안경미, 2008). 자녀가 부모로부터 정서 및 언어적 침해 행동을 많이 받는다고 느낄수록 자신이 타인에게 기대를 충족시켜주지 못한다고 느끼거나 자신이 가지는 기대에도 충족시키지 못한다고 느끼므로 부적절감과 함

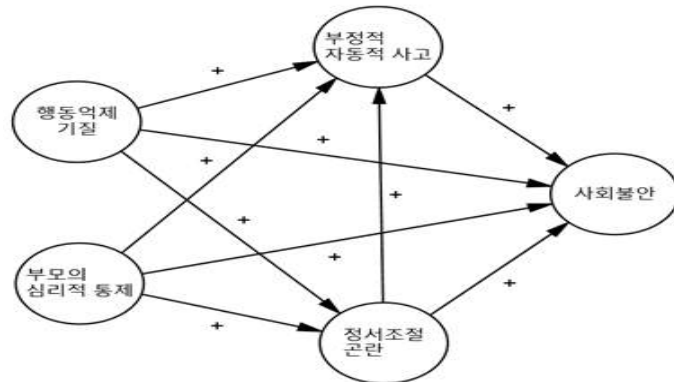


그림 1. 연구 모형

게 불안수준이 높아진다(안명희, 2010). 본 연구에서 이와 같은 이유로 사회불안의 환경적인 요인으로 부모의 심리적 통제를 다루고자 한다.

청소년을 대상으로 이루어진 사회불안 연구는 많지만(강민지, 김광웅, 2008; 도현정 2013; 정문경, 오은주, 2016), 20대 초반 청년들을 대상으로 이루어진 사회불안 연구는 그 중요성에 비해서 많이 부족한 실정이다. 사회불안의 어떠한 요인들 중 개별적으로 사회불안의 발달과 유지에 충분한 설명을 할 수 없기에 여러 요인들의 구조적 관계를 통해서 사회불안을 밝혀내고자 한다. 앞서 보았듯이 다양하고 상이한 측면에서 사회불안의 관계를 밝혀 사회불안을 더 넓고 통합적인 관점에서 해석하고자 한다. 이후 임상 방면에서도 사회불안이 높은 청년들을 대상으로 이를 활용하여 치료적 개입을 할 수 있도록 이론적 근거를 마련하고자 하는 것이 본 연구의 목표이다.

본 연구의 가설은 다음과 같다.

1. 행동억제기질은 사회불안에 정적 영향을 미칠 것이다.
2. 부모의 심리적 통제는 사회불안에 정적 영향을

미칠 것이다.

3. 정서조절곤란과 부정적 자동적 사고가 사회불안에 정적 영향을 미칠 것이다.

4. 행동억제기질과 부모의 심리적 통제는 정서조절곤란에 정적 영향을 미쳐 사회불안에 간접적인 영향을 미칠 것이다.

5. 행동억제기질과 부모의 심리적 통제는 부정적 자동적 사고에 정적 영향을 미쳐 사회불안에 간접적인 영향을 미칠 것이다.

6. 행동억제기질과 부모의 심리적 통제는 정서조절곤란과 부정적 자동적 사고에 순차적으로 정적 영향을 미치고 사회불안에 정적으로 간접적인 영향을 미칠 것이다.

방법

참여자

본 연구는 성인초기에 해당하는 전국의 20~25세 성인 남녀를 대상으로 온라인 리서치회사에 설문을 의뢰하였다. 설문에 불성실하게 응답한 데

이터를 제외하고 총 399명의 자료가 수집되었으며, 최종분석에 사용하였다. 연구에 참여한 사람의 평균연령은 23.18세($SD=1.58$), 남자가 194명(48.6%), 여자가 205명(51.4%)이었다.

연구절차

본 연구는 2016년 9월 A대학교 기관생명윤리위원회(IRB)의 승인(GIRB-A15-Y-0029)을 받아 진행하였으며, 전국의 20~25세 성인 남녀를 대상으로 이루어졌다. 자기보고식 설문조사로 설문 구성 작업과 온라인 설문조사는 2016년 9~10월에 걸쳐 진행되었다. 온라인 설문조사의 경우 응답자와 직접 대면할 수 없기 때문에 온라인설문 화면의 첫 슬라이드에는 조사의 목적과 내용을 넣고 동의를 구한 뒤에 진행하였다. 동의 내용에는 익명성 보장과 연구 외의 목적으로 자료를 사용하지 않을 것, 연구 참여 중 발생하는 불편감에 대한 책임 등에 대한 내용이 포함되어 있다.

측정도구

행동억제기질. 행동활성화체계(Behavioral Activation System)와 행동억제체계(Behavioral Inhibition System)를 측정하기 위해 Carver와 White(1994)가 개발한 미국판 BAS/BIS척도를 국내에서 김교현과 김원식(2001)이 번안하고 타당화한 한국판 행동활성화 및 행동억제체계 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 20문항으로 구성되어 있고 4점 척도(1점 '전혀 아니다' ~ 4점 '언제나 그렇다')로 평정하는 자기보고식 측정도구이다. 행동활성화체계(BAS)는 3개의 하위요인으로 추동

(drive) 4문항, 보상민감성(reward responsiveness) 5문항, 재미추구(fun seeking) 4문항으로 구성되어 있고 행동억제체계(BIS)는 단일요인 7문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 행동억제체계(BIS)가 사회불안을 발생시키는 요인으로서 작용할 것인지 확인하기 위한 목적이므로 행동억제체계(BIS) 7문항만 사용하였다. 행동억제체계 척도의 점수범위는 최저 7점에서 최고 28점으로 점수가 높을수록 행동억제체계의 활성화 수준이 높다는 것을 의미한다. 행동억제체계(BIS) 척도는 단일요인이기 때문에 본 연구에서는 문항 묶음(item parceling)을 통해 2개의 하위요인으로 구성하였다. 김교현 등(2001)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .78로 나타났으며 본 연구에서는 전체 내적 합치도(Cronbach's α)는 .76, 하위요인의 내적합치도는 각각 .64, .60으로 나타났다. (ex. 문항 1. 나쁜 일이 일어날지도 모른다는 생각이 들면, 나는 보통 크게 흥분하게 된다.)

부모의 심리적 통제. 부모의 심리적 통제를 측정하기 위해 Soenens과 Vansteenkiste(2007)이 개발한 심리적 통제 척도(The Dependency-oriented and Achievement-oriented Psychological Control Scale: DAPCS)를 국내에서 박성연과 이은경(2009)이 번안 및 타당화한 척도를 사용하였다. 원척도는 20문항으로 구성되어 있지만 박성연과 이은경(2009)의 타당화 연구에 따라 요인에 속하지 않은 3문항을 제외한 뒤 17문항을 분석에 사용하였다. 본 척도는 5점 척도(1점 '전혀 그렇지 않다' ~ 5점 '매우 그렇다')로 평정하는 자기보고식 측정도구이며 하위요인으로 자녀가 부모에게 의지하지 않을 때 부모가 나타내는 부정적

태도를 평정하는 분리불안 심리적 통제 9문항과 부모의 높은 기대와 기대에 부응하지 못할 경우에 나타내는 부모의 부정적인 태도를 평정하는 성취지향 심리적 통제 8문항으로 구성되어 있다. 본 척도는 동일한 문항에 아버지와 어머니를 각각 분리하여 평정하고 점수가 높을수록 자녀가 지각하는 부모의 심리적 통제가 높다는 것을 의미한다. 부모의 심리적 통제 척도의 점수 범위는 최저 17점에서 최고 85점으로 점수가 높을수록 자녀가 지각하는 부모의 심리적 통제가 높다는 것을 의미한다. 박성연 등(2009)의 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 각각의 하위요인에서 .85~.90으로 나타났으며, 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 부의 분리불안 .87, 부의 성취지향 .95, 모의 분리불안, .89, 모의 성취지향 .95로 나타났다.(ex. 문항 1. 나의 아버지·어머니는 내가 문제가 생겼을 때 아버지·어머니에게 도움을 요청하지 않으면 섭섭해 하신다.)

정서조절곤란. 성인들의 정서조절곤란을 측정하기 위해 Gratz와 Roemer(2004)가 개발한 정서조절곤란 척도(Difficulties in Emotional Regulation Scale: DERS)를 국내에서 조용래(2007)가 번안하고 타당화한 K-DERS를 사용하였다. 각 문항은 5점 척도(1점 '전혀 그렇지 않다' ~ 5점 '매우 그렇다')로 평정하는 자기보고식 측정도구로 점수가 높을수록 정서조절곤란 정도가 높은 것을 의미한다. 조용래(2007)가 타당화한 척도는 35개의 문항으로 6가지 요인으로 구성되어 있다. 한편 Buckholdt, Parra, Jobe-Shields(2009)는 DERS를 Thompson(1994)의 정의에 따라 세 요인으로 범주화하였다. '정서적 자각의 부족'과

'정서적 명료성 부족'은 '정서 모니터'로, '정서반응에 대한 비수용성'과 '정서조절전략들에 대한 접근 제한'은 '정서 평가'로, '충동통제곤란'과 '목표 지향적 행동을 수행하는 데 있어 어려움'은 '정서 조절'로 범주화하였다. 본 연구에서는 정서조절곤란을 명확하고 간결하게 개념화하기 위해 Buckholdt 등(2009)이 범주화한 개념에 따라 하위 요인을 구성하여 사용하였다. 정서조절곤란 척도의 점수 범위는 최저 35점에서 최고 175점으로 점수가 높을수록 정서조절의 어려움을 나타낸다. Buckholdt 등(2009)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .92로 나타났으며, 본 연구에서 전체 내적합치도(Cronbach's α)는 .93, 하위요인 별로 각각 .76, .89, .93으로 나타났다. (ex. 문항 31. 나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 행동에 대한 통제력을 잃어버린다.)

부정적 자동적 사고. 사회적 상호작용을 하는 동안 개인의 머릿속에 떠오른 자동적 사고들을 곧바로 측정하기 위해 Glass, Merluzzi, Biever와 Larsen(1982)이 개발한 사회적 상호작용에 대한 자기진술검사-II(Social Interaction Self - Statement Test-II: SISST-II)를 국내에서 조용래(1999)가 번안하고 개정된 척도를 사용하였다. 이 척도는 사회불안과 관련된 자동적 사고를 측정하기 위해 만들어진 것으로 지난 일주일간 사회적 상호작용을 하면서 각각의 생각들이 얼마나 자주 떠올랐는지를 측정한다. 본 척도는 총 30문항으로 구성되어 있고 5점 척도(1점 '거의 떠오르지 않았다.' ~ 5점 '아주 자주 떠올랐다.')로 평정하는 자기보고식 측정도구이다. 조용래(1999)의 연구에서 요인분석 결과 요인부하량이 낮은 8문항을 제외

하였고 긍정형 자동적 사고 9문항 부정형 자동적 사고 13문항으로 타당화하였다. 본 연구에서는 사회적 상호작용 상황에서 부정적 자동적 사고가 미치는 영향을 연구할 목적이므로 부정형 자동적 사고 13문항만을 연구에 사용하였다. 부정형 자동적 사고 척도의 점수 범위는 최저 13점에서 최고 65점으로 점수가 높을수록 사회적 상황에서 부정적 자동적 사고가 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서는 부정형 자동적 사고를 문항 묶음(item parceling)을 통해 2개의 하위요인으로 구성하였다. 조용래(1999)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .91로 나타났으며, 본 연구에서 전체 내적합치도(Cronbach's α)는 .93, 하위요인은 각각 .87, .86으로 나타났다. (ex. 문항 1. 나는 할 말이 생각나지 않을 때 내 자신이 매우 불안해짐을 느낄 수 있다.)

사회불안. 사회적 상황에서 타인과 상호작용할 때 나타나는 불안을 측정하기 위해 Mattick과 Clarke(1998)가 개발한 사회적 상호작용 불안척도(Social Interaction Anxiety Scale: SIAS)를 국내에서 김향숙(2001)이 번안하고 타당화한 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 19문항이며 단일요인으로 구성되어 있으며, 각 문항은 5점 척도(1점 '전혀 그렇지 않다.' ~ 5점 '매우 그렇다.')로 평정하는 자기보고식 측정도구이다. 사회불안 척도의 점수 범위는 최저 19점에서 최고 95점으로 점수가 높을수록 사회불안이 높다는 것을 의미한다. 사회적 상호작용 불안척도(SIAS)는 단일요인이기 때문에 본 연구에서는 문항 묶음(item parceling)을 통해 3개의 하위요인으로 구성하였다. 김향숙(2001)의 연구에서 내

적합치도(Cronbach's α)는 .92으로 나타났고 본 연구에서 전체 내적합치도(Cronbach's α)는 .94, 각각의 하위요인은 .83, .81, .85로 나타났다. (ex 문항3. 나 자신이나 내 감정에 대해서 말해야 할 때면 긴장된다.)

문항묶음

문항묶음(item parceling)은 잠재변수를 측정하기 위해 사용된 관측변수들이 많을 경우 이들을 합산하거나 평균을 구해, 하나 이상의 꾸러미를 만든 다음에 이 꾸러미를 측정변인으로 이용하는 것을 의미한다(배병렬, 2011). 잠재변수를 측정하기 위해 개별문항을 그대로 사용하는 것보다 여러 문항 등을 통합하여 사용하게 되면, 측정변수의 정규성 및 연속성 가정을 더 잘 만족시킬 수 있기 때문에 문항묶음화는 자료를 다루는 중요한 기술이다(이지현, 김수영, 2016). 문항묶음을 통해 분석을 할 경우 모델 인과 모수의 검정통계량은 크게 변하지 않지만, 전반적 적합도 지수의 측면에서는 RMSEA를 제외한 주요 모델 적합도 지수 GFI, CFI의 값들이 상당히 좋아지므로(조현철, 강석후, 2007) 보다 안정적인 모수 추정이 가능하다. 본 연구에서 행동억제기질, 부정적 자동적 사고, 사회불안을 측정하는 척도는 하나의 개념을 구성하고 있는 단일요인이므로 각각 문항묶음을 실시하였다. SPSS에서 탐색적 요인분석을 실시한 뒤 요인부하량이 큰 문항들을 순차적으로 배정하여 요인부하량의 평균이 유사하게 묶이도록 하위요인을 구성하였고 요인부하량이 낮은 문항은 제외하였다. 만약 묶음을 형성하기 위한 개별문항의

개수가 충분한 상황이라면, 일반적으로 요인 당 세 개의 문항 묶음이 적절하지만 개수가 충분하지 못한 상황이라면 두 개의 문항묶음도 가능하다(이지현, 김수영, 2016). 따라서 사회불안은 개별문항의 개수가 충분하여 3개의 하위요인을 구성하였고, 행동억제기질과 부정적 자동적 사고는 2개의 하위요인으로 구성하였다.

인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis: CFA)을 하였다. 모수 추정방식은 자료의 다변량 정규성 가정을 전제로 하는 최대우도법을 사용하였고, 변인들 간의 간접효과는 부트스트랩(bootstrap)방식을 사용하여, 이를 통해 간접효과를 검증하였다.

결 과

분석방법

자료 분석은 SPSS 21.0과 AMOS 21.0을 사용하여 분석하였다. 자료점검을 위해 빈도분석 및 기술통계를 실시하였고, 정상성 검증을 위해 각각의 변인의 왜도와 첨도를 확인하였다. 측정도구의 신뢰도는 Cronbach's α 를 산출하여 평가하였으며, 구성개념의 타당성을 살펴보기 위해 타당화 연구 결과에 따라 요인을 구성하거나 SPSS 21.0의 요인분석 결과에 따라 문항묶음으로 요인을 구성하여 확

각 변인별 상관분석 및 기술통계

행동억제기질, 부모의 심리적 통제, 부정적 자동적 사고, 정서조절곤란, 사회불안의 관계를 살펴보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 모든 변인들 간의 유의수준 .05이하에서 유의미한 정적 상관이 나타났다. 각 변인 간 상관계수, 유의확률, 평균 및 표준편차를 표 1에 제시하였다.

표 1. 변인 간 상관계수, 평균 및 표준편차(N = 399)

	1	2-1	2-2	3	4	5	M(SD)
1	-						16.04(3.47)
2-1	.12*	-					29.04(10.85)
2-2	.15**	.67**	-				28.56(10.64)
3	.37**	.35**	.42**	-			39.63(13.44)
4	.48**	.35**	.40**	.71**	-		26.36(10.32)
5	.49**	.22**	.28**	.53**	.71**	-	32.78(11.28)

주. 1. 행동억제기질, 2-1. 부의 심리적 통제, 2-2. 모의 심리적 통제, 3. 정서조절곤란, 4. 부정적 자동적 사고, 5. 사회불안
** $p < .01$, * $p < .05$.

표 2. 측정변인 간 상관계수, 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도(N = 399)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
행동억 제기질	1	-													
	2	.620**	-												
	3	.184**	.056	-											
부모의 심리적 통제	4	.160**	.029	.771**	-										
	5	.215**	.084	.604**	.560**	-									
	6	.199**	.003	.514**	.649**	.730**	-								
정서조 절근란	7	.391**	.218**	.304**	.316**	.387**	.380**	-							
	8	.447**	.289**	.255**	.275**	.295**	.324**	.770**	-						
	9	.224**	.094	.284**	.260**	.294**	.313**	.563**	.475**	-					
부정적 자동적 사고	10	.476**	.329**	.353**	.328**	.378**	.379**	.654**	.644**	.509**	-				
	11	.518**	.337**	.285**	.292**	.347**	.349**	.610**	.587**	.502**	.864**	-			
사회 불안	12	.478**	.356**	.198**	.196**	.206**	.228**	.410**	.431**	.406**	.629**	.653**	-		
	13	.513**	.363**	.251**	.216**	.260**	.292**	.472**	.466**	.440**	.648**	.655**	.871**	-	
	14	.476**	.328**	.235**	.210**	.225**	.246**	.437**	.447**	.431**	.440**	.647**	.812**	.799**	-
M	1.	7.49	8.55	15.15	13.88	15.21	13.35	14.63	13.57	11.43	12.92	13.43	13.01	9.90	9.87
SD	2.	1.88	1.97	5.31	6.22	5.57	5.87	6.59	5.37	3.39	5.63	5.33	4.40	3.78	3.80
왜도		-.04	.00	.41	.88	.29	.64	.53	.47	-.08	.49	.42	.39	.32	.30
첨도	3.	-.24	-.63	-.31	.39	-.49	-.47	-.73	-.47	-.82	-.51	-.64	-.43	-.68	-.62

주. 1. 행동억제기질1, 2. 행동억제기질2, 3. 부의 분리불안, 4. 부의 성취지향, 5. 모의 분리불안, 6. 모의 성취지향, 7. 정서 평가, 8. 정서 조절, 9. 정서 모니터, 10. 부정적 자동적 사고1, 11. 부정적 자동적 사고2, 12. 사회불안1, 13. 사회불안2, 14. 사회불안3.

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

측정모형검증

본 연구의 분석에서 사용된 모든 변인들은 정상성 가정을 충족시키는 것으로 나타났으며 본 연구에서 사용된 변수의 평균 및 표준편차, 왜도와 첨도는 표 2에 제시하였다. 본 연구의 모형이 전반적으로 적합한지를 확인하기 위해 측정모형 검증을 실시한 결과, 통계적으로 수용할 만한 수준으로 나타났다 $\chi^2(65, N=399) = 183.299, p < .001, GFI = .942, TLI = .959, CFI = .971, RMSEA = .068(90\% \text{ 신뢰구간 } .056 \sim .079)$. 측정모형의 잠재변인과 측정변인 간의 모든 모수추정치는

.65에서 .95의 범위로 나타났고 유의수준 .001에서 통계적으로 유의하였다. 연구에 사용된 잠재변인과 측정변인과의 모수추정치는 표 3에 제시하였다. 표준 모수추정치가 .30 이상이 되어야함을 고려해볼 때(Hair et al., 1992; 최혜숙, 2012에서 재인용), 모든 측정 변인들은 해당 잠재변인을 적절하게 측정하고 있으므로 구조모형에 투입할 수 있을 것으로 보인다.

표 3. 잠재변인과 측정변인 간의 모수 추정치(N = 399)

잠재변인	측정변인	<i>B</i>	β	<i>S.E.</i>	<i>C.R.</i>	<i>p</i>
행동억제 기질	행동억제기질 1	1.00	.95	-	-	-
	행동억제기질 2	.72	.65	.07	9.85	***
아버지의 심리적 통제	부의 분리불안	.78	.84	.04	18.37	***
	부의 성취지향	1.00	.92	-	-	-
어머니의 심리적 통제	모의 분리불안	.91	.83	.05	17.67	***
	모의 성취지향	1.00	.88	-	-	-
부정적 자동적 사고	부정적 자동적 사고 1	1.00	.94	-	-	-
	부정적 자동적 사고 2	0.97	.92	.03	30.14	***
정서조절 곤란	정서 평가	1.00	.90	-	-	-
	정서 조절	.76	.85	.04	20.70	***
	정서 모니터	.35	.62	.03	13.40	***
사회불안	사회불안 1	1.00	.93	-	-	-
	사회불안 2	.86	.93	.03	32.52	***
	사회불안 3	.81	.87	.03	27.30	***

*** $p < .001$.

표 4. 구조모형의 경로계수

		<i>B</i>	β	<i>S.E.</i>	<i>C.R.</i>	<i>p</i>	
행동억제기질	→	사회불안	.68	.21	.16	4.35	***
부모의 심리적 통제	→	사회불안	-.02	-.02	.04	-.57	-
정서조절곤란	→	사회불안	-.06	-.07	.07	-.98	-
부정적 자동적 사고	→	사회불안	.57	.70	.06	9.18	***
행동억제기질	→	부정적 자동적 사고	.94	.24	.18	5.28	***
부모의 심리적 통제	→	부정적 자동적 사고	.13	.12	.05	2.55	*
정서조절곤란	→	부정적 자동적 사고	.67	.61	.06	10.97	***
행동억제기질	→	정서조절곤란	1.35	.38	.20	6.90	***
부모의 심리적 통제	→	정서조절곤란	.40	.40	.06	7.07	***

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

구조모형검증

구조모형의 경로는 그림 1에 제시하였다. 구조모형검증 결과, 본 연구의 구조모형의 적합도는 $\chi^2(65, N=399) = 173.299, p < .001$, 였으며, $GFI = .942, TLI = .959, CFI = .971, SRMR = 0.385, RMSEA = .068(90\% \text{ 신뢰구간 } .056 \sim .079)$ 로 전반적으로 양호하여 수용할 만한 것으로 나타났다. 따라서 각 변인들 간 관계에 대한 경로계수를 검토하였고, 결과는 표 4에 제시하였다. 행동억제기질에서 사회불안으로 이르는 경로, $\beta = .21, p < .001$, 와 부정적 자동적 사고가 사회불안에 미치는 경로, $\beta = .70, p < .001$, 는 유의하였으나, 부모의 심리적 통제와 정서조절곤란이 사회불안에 미치는 경로는 유의하지 않았다. 또한, 행동억제기질이 부정

적 자동적 사고에 미치는 경로, $\beta = .24, p < .001$, 와 부모의 심리적통제가 부정적 자동적 사고에 미치는 경로, $\beta = .12, p < .05$, 모두 유의하였고, 행동억제기질이 정서조절곤란에 미치는 경로, $\beta = .38, p < .001$, 와 부모의 심리적통제가 정서조절곤란에 미치는 경로, $\beta = .40, p < .001$, 또한 모두 유의하였다.

수정모형설정

본 연구에서는 경쟁모형 없이 제안모형만을 추정하는 단일연구모형을 제안했다. 초기 설정한 가설에 따라 행동억제기질과 부정적 자동적 사고에서 사회불안으로 가는 경로가 .001 유의수준에서 유의했지만 가설과는 다르게 부모의 심리적 통제

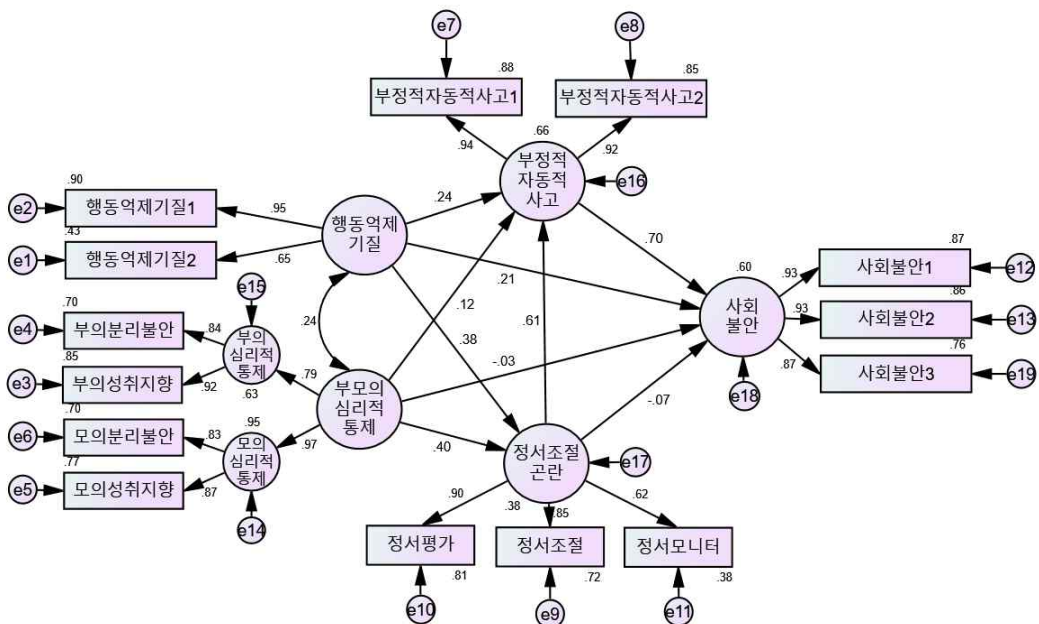


그림 2. 구조모형의 표준화 경로계수

와 정서조절곤란에서 사회불안으로 가는 직접 경로는 유의하지 않았다. 따라서 제안모형에서 유의하지 않는 경로를 제거하여 모형을 재설정하는 사후적 모형수정(post-hoc model modification) 방법을 통해 수정모형을 구축하였다. 사후적 모형수정은 표본의 크기가 작으면 문제가 되며, 특히 측정오차 간에 상관되도록 설정하는 측정오차상관(correlated measurement error)의 경우에는 더욱 문제가 된다. 따라서 사후모형수정은 합리적 근거

를 토대로 이루어져야 하며, 사회과학의 경우 최소한 표본크기가 200 ~ 400이 되어야 한다. 그렇지 않을 경우에는 하지 않는 것이 좋다(배병렬, 2011: 김혜지, 2014에서 재인용). 본 연구의 제안 모형은 측정오차상관이 설정되지 않았고, 표본의 크기가 약 400개이므로 사후모형수정이 가능한 것으로 판단되어 모형을 수정하였다.

이러한 모형비교는 구조방정식 모델링(SEM)에서는 연구모형 이외에도 다른 모형이 자료에 적

표 5. 연구모형과 수정모형의 적합도 지수

	χ^2	<i>df</i>	<i>p</i>	GFI	TLI	CFI	SRMR	RMSEA (90%신뢰구간)	$\Delta\chi^2$ (<i>df</i>)
연구 모형	183.299	65	.000	.942	.959	.971	.0385	.068 (.056~.079)	
수정 모형	184.947	67	.000	.941	.961	.971	.0380	.067 (.055~.078)	1.648 (2)

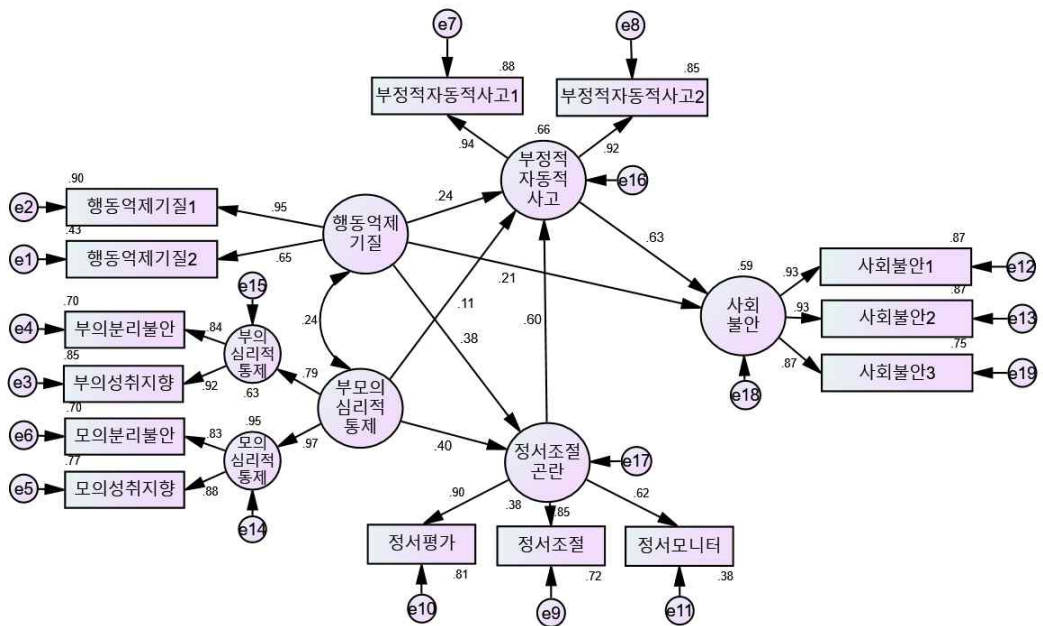


그림 3. 수정모형의 표준화 경로계수

합할 수 있기 때문에 모형을 비교 검증하는 과정이 필요하다. 모형비교는 연구모형과 수정모형의 χ^2 의 차이($\Delta\chi^2$), 적합도 지수의 크기 등을 검토하여 최적의 모형을 선택하는 절차를 말한다. 모형비교의 결과는 표 5에 제시하였다. 연구모형에 수정모형이 내포되어 있으므로 차이검증을 통해 두 모형을 비교하였다. 연구모형과 수정모형 간 차이는 $\Delta\chi^2 = 1.648(\Delta df=2)$ 로써 임계치 3.84보다 작으므로 두 모형 간의 값의 차이는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 두 모형 간의 차이가 유의하면 자유도가 작은 모형을 선택하며 두 모형 간의 차이가 유의하지 않으면 두 모형 간 합치도 차이가 없는 것임으로 간결성의 원칙에 따라 더 간단한 모형, 즉 자유도가 더 큰 모형이 선호된다. 따라서 간결성의 원칙에 따라 수정 모형이 더 적합하다 볼 수 있다.

간접효과검증

본 연구의 구조모형에서 잠재변인들 간에 간접효과가 통계적으로 유의하게 나타나는지 알아보

기 위해 부트스트랩 절차를 사용하였다. 부트스트랩은 매개효과의 표준오차에 대한 정확한 추정치를 얻을 수 있는 방법으로, 부트스트랩 실행을 위해 원자료(N=399)에서 무선 표집으로 생성된 2000개의 자료가 모수추정에 사용되었고, 신뢰구간은 95%으로 설정하였다. 부트스트랩 방법을 통해 얻은 변인들 간의 직접효과, 간접효과의 유의수준은 표 6에 제시하였다.

검증 결과, 행동억제기질이 사회불안으로 향하는 직접효과, $\beta=.21, p<.01$, 와 정서조절곤란, 부정적 자동적 사고를 통한 간접효과, $\beta=.30, p<.01$, 가 모두 유의한 것으로 나타났다. 또한 부모의 심리적 통제에서 정서조절곤란과 부정적 자동적 사고를 통하여 사회불안으로 향하는 간접효과, $\beta=.22, p<.01$, 도 유의한 것으로 나타났다.

본 연구의 모형은 변인이 여러 개 있는 다중간접영향모형(Multiple indirect effect model)이다. 다중간접영향모형의 경우 특정간접효과와(Specific indirect effect)와 전체간접효과(Total indirect effect)에 대해 별도의 부트스트랩이 실시되어야 하지만 전체간접효과에 대한 결과만 제공하기 때문

표 6. 사회 불안에 대한 각 변인들의 직접효과, 간접효과(N = 399)

		직접효과	간접효과
행동억제기질	→	정서조절곤란	.38**
행동억제기질	→	부정적 자동적 사고	.24**
행동억제기질	→	사회불안	.21**
부모의 심리적 통제	→	정서조절곤란	.40**
부모의 심리적 통제	→	부정적 자동적 사고	.11*
부모의 심리적 통제	→	사회불안	-.22**
정서조절곤란	→	부정적 자동적 사고	.60**
정서조절곤란	→	사회불안	-.38**
부정적 자동적 사고	→	사회불안	.63**

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

표 7. 경로의 특정간접효과

					B	Lower	Upper	p		
행동억제 기질	→	부정적 자동적 사고	→	사회불안	.487	.286	.743	.000**		
부모의 심리적 통제	→	부정적 자동적 사고	→	사회불안	.065	.009	.125	.024*		
행동억제 기질	→	정서조절 곤란	→	부정적 자동적 사고	→	사회 불안	.462	.295	.700	.001**
부모의 심리적 통제	→	정서조절 곤란	→	부정적 자동적 사고	→	사회 불안	.137	.087	.199	.001**

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

에 개별적인 간접효과를 살펴보기 위해서 팬텀변수를 사용하였다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009; 오유미, 2016에서 재인용).

그 결과 행동억제기질이 사회불안에 미치는 영향에서 부정적 자동적 사고의 간접효과, $B=.487$, $p<.01$, 와 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향에서 부정적 자동적 사고를 간접효과, $B=.065$, $p<.05$, 는 모두 유의하였다. 또한 행동억제기질에서 정서조절곤란과 부정적 자동적 사고를 순차적으로 경유하여 사회불안에 미치는 간접효과, $B=.462$, $p<.01$, 가 유의했고, 부모의 심리적 통제에서 정서조절곤란과 부정적 자동적 사고를 순차적으로 경유하여 사회불안에 미치는 간접효과, $B=.137$, $p<.01$, 역시 유의하게 나타났다.

논 의

본 연구는 사회불안과 생물학적 취약성 및 환경적 요인 사이에 작용하는 심리적인 변인을 알아보고 이들 변인간의 구조적 관계를 살펴보고자 하였다.

본 연구의 첫 번째 가설은 행동억제기질은 사

회불안에 정적 영향을 미칠 것이라고 가정하였다. 검증 결과, 행동억제기질이 사회불안으로 향하는 직접 경로가 유의한 것으로 나타났다. 이는 행동억제기질이 높은 사람은 부정적인 평가를 두려워하여 사회적 상황을 회피하고, 사회적 상황에서 능숙하게 행동하지 못해 더 불안을 느낀다고 할 수 있다. 이는 행동억제기질과 사회불안과의 관계에 대한 기존의 연구결과(오경자, 양윤란, 2003; 최미미, 2008; Biederman et al., 1990)와 일치한다.

두 번째 가설은 부모의 심리적 통제는 사회불안에 정적 영향을 미칠 것이라고 가정하였다. 검증 결과, 가설과는 달리 부모의 심리적 통제가 사회불안으로 향하는 직접 경로가 유의하지 않았다. 이는 김송아(2008), 안명희(2010), 류아영, 유순화, 윤경미(2014)의 연구와는 상반되는 결과를 나타냈다. 하지만 허재홍(2006)의 연구에서는 부모의 양육행동이 사회불안에 직접 영향을 미치지 않는다는 것을 확인했고 최미미(2008)의 연구에서는 부모의 양육행동과 사회불안 간의 관계에서 역기능적 신념과 정서조절곤란이 완전 매개한다는 것을 밝힘으로써 부모의 양육행동과 사회불안증상 수준에 대해 직접적인 영향이 아닌 간접적으로 영

향을 미친다는 점을 시사했다(김소연, 2014). 또한 청소년을 대상으로 한 연구에서 부모의 양육행동이 사회불안에 직접 영향을 미치는 것으로 나타났지만 대학생을 대상으로 한 연구(변경란, 2015; 최미미, 2008; 허재홍, 2006)에서는 직접적인 영향을 미치지 않은 것으로 봤을 때, 발달 단계의 차이에서 비롯될 가능성도 있다.

세 번째 가설은 정서조절곤란과 부정적 자동적 사고가 사회불안에 정적 영향을 미칠 것이라고 가정하였다. 검증 결과, 부정적 자동적 사고에서 사회불안으로 향하는 직접 경로가 유의했지만 정서조절곤란에서 사회불안으로 향하는 직접 경로는 유의하지 않았다. 이는 부정적인 내용의 자동적 사고가 활성화 될수록 사회적 상호작용 상황에서 사회적 관계를 회피하게 되고 더욱 두려움을 느끼게 된다는 것을 의미하지만 정서조절의 어려움을 겪는다고 해서 사회불안이 나타난다는 것을 의미하지는 않는다. 이러한 결과는 부정적 자동적 사고가 사회불안으로 영향을 미친다는 임지연(2000), 송은영, 하은혜(2005), 김지은(2013)의 연구결과와 동일하다. 하지만 정서조절곤란이 사회불안으로 이어질 수 있다는 김윤아(2014), 유승재(2014)의 결과와는 상반된다.

네 번째 가설은 행동억제기질과 부모의 심리적 통제는 정서조절곤란에 정적 영향을 미쳐 사회불안에 간접적인 영향을 미칠 것이라고 가정하였다. 세 번째 가설에서 정서조절곤란에서 사회불안으로 향하는 직접 경로가 유의하지 않았으므로 네 번째 가설은 지지되지 않았다. 이는 정서조절의 어려움이 사회불안을 직접적인 영향을 주기보다는 정서조절이 어려운 사람들은 사소한 자극에도 위협과 관련된 생각이 자기도 모르게 더 빨리 떠

오르게 되고, 그에 따라 불안을 유발하는 것으로 볼 수 있다.

다섯 번째 가설은 행동억제기질과 부모의 심리적 통제는 부정적 자동적 사고에 정적 영향을 미쳐 사회불안에 간접적인 영향을 미칠 것이라고 가정하였다. 검증 결과, 행동억제기질에서 사회불안으로 향하는 정적영향에서 부정적 자동적 사고가 간접적으로 영향을 미쳤고 마찬가지로 부모의 심리적 통제에서 사회불안으로 향하는 정적영향에서도 부정적 자동적 사고가 간접적으로 영향을 미쳤다. 이는 행동억제기질을 가진 사람들은 위협적인 자극에 대한 정보처리 편향을 가질 가능성이 높고, 사회적 상황에서 떠오르는 자동적 사고가 부정적으로 나타날 수 있으며, 사회적 상황에 대한 왜곡된 지각으로 사회불안 증상을 일으킬 수도 있다. 또한 부모로부터 지나친 심리적 간섭을 받으면 자신이 할 수 있는 것이 아무것도 없다는 무력감을 발생시킬 가능성이 높고, 자기 자신이나 타인을 부정적으로 평가하는 사고 경향이 생겨 사회적 상황에서 적절하게 대처하지 못하여 사회불안을 야기할 수 있다.

여섯 번째 가설은 행동억제기질과 부모의 심리적 통제는 정서조절곤란과 부정적 자동적 사고에 순차적으로 정적영향을 미치고 사회불안에 정적으로 간접적인 영향을 미칠 것이라고 가정하였다. 검증 결과, 두 가설 모두 지지되었다. 즉, 낮은 상황이나 친숙하지 않은 사람들을 두려워하고 회피로 일관되게 반응하는 기질이 높은 사람들은 부정적인 정서를 느끼는 상황에서 건설적인 행동을 통해 수정하기보다는 부적응적인 정서조절전략을 적용하는 경향성을 보이고, 그러한 사람들은 사회적 상황에서 부정적 자동적 사고가 증가함으로써

과도한 두려움을 느끼게 된다. 또한 부모의 심리적 통제를 많이 지각하는 자녀들일수록 자신의 정서를 다루는데 어려움을 느끼고 이는 부정적 자동적 사고를 증가시켜 사회적 상황에서 불안을 느끼고 정상적인 상호작용을 하기 힘들게끔 만든다고 볼 수 있다.

본 연구에서는 행동억제기질, 부모의 심리적 통제, 부정적 자동적 사고, 정서조절곤란에서 사회불안으로 이어지는 과정을 살펴봄으로써 사회불안을 야기하는 다양한 기제를 밝혀냈다. 연구결과를 통해 얻을 수 있는 임상적 시사점과 함의는 다음과 같다.

첫째, 행동억제기질이 높은 청년에게 사회불안의 예방적 개입을 하는 것이 필요하다. 행동억제기질이 높은 청년은 친숙하지 않은 스트레스 상황과 대상으로부터 철회하고 사회적 상황에서 상호작용이 감소되며 회피할 가능성이 높다. 따라서 행동억제기질이 높은 청년에게 사회적 상황에서 대처 기술을 함양시킬 수 있는 프로그램을 실시한다면 사회불안 증상이 감소하는 효과가 있을 것이라고 기대된다.

둘째, 부모의 심리적 통제는 청년의 사회불안을 예측하는데 직접적으로 유의한 영향을 미치지 못하였으나 정서조절곤란과 부정적 자동적 사고를 통하여 간접적으로 영향을 미쳤다. 본 표본의 대상은 성인 초기 청년을 대상으로 하였기 때문에 부모 교육을 통해 부모의 심리적 통제를 변화시키기에는 한계가 있고, 직접적인 영향은 적을 것으로 예상된다. 따라서 성인 초기의 사회불안은 환경적인 측면을 바꾸는 것이 현실적으로 어려울 수 있으므로 심리적 변인들에 초점을 맞추어 치료를 해야 한다. 즉, 부정적 자동적 사고를 확인하

고 평가하여 적응적인 자동적 사고로 재구성하는 작업과 함께 자신의 정서를 충분히 경험하고 정서가 자신들의 욕구와 목표에 관해 전달하는 정보를 명료화하며, 적응적 행동을 동기화시키기 위하여 그들의 정서를 사용하도록 돕는 치료적 접근(Greenberg, Rice, & Elliott, 1993: 오은혜, 노상선, 조용래, 2009에서 재인용)을 사용할 필요가 있다.

셋째, 사회불안에 영향을 미치는 기질적, 환경적, 인지적, 정서적 변인의 관계를 살펴보면서 사회불안에 대한 통합적인 이해를 제시했다. 선행연구들에서 사회불안과 관련하여 인지적인 변인을 중심으로 연구하였으며, 인지치료 및 인지행동치료가 사회불안의 치료에서 가장 핵심적으로 다루지고 있다. 본 연구에서 하나의 요인이 사회불안에 영향을 미친다고 설명하기는 어렵다는 것을 밝혀냈으므로, 마음챙김, ACT와 더불어 정서중심의 치료 방법을 개발할 필요가 있을 것이다.

이러한 연구 결과를 체계적으로 적용하기 위해서는 후속연구에서 추가적으로 검증되어야 할 부분과 몇 가지 제한점이 있다. 첫째, 본 연구는 온라인 설문조사 진행되었으므로, 표본 대표성 문제와 불성실 응답이 연구의 신뢰성을 저하시킬 가능성이 높다. 하지만, 전국의 20~25세 청년들을 무작위로 배정하였고, 시간이 지나치게 짧거나 긴 응답자의 반응은 설문 도중 제외되었으므로 어느 정도의 한계점은 극복하였다고 볼 수 있다.

둘째, 본 연구는 모든 변인을 동일한 시점에서 설문조사를 통해 실시하였다. 이러한 횡단적인 연구는 각 변인들 간의 인과관계에 대한 정보를 명료하게 제공하지는 못한다. 후후 연구에서는 일정한 시간간격을 두고 조사를 실시하여 인과관계를

명백하게 밝힐 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 모든 변인을 측정하는데 자기 보고식 설문지로 실시하였다. 자기보고식 측정법이 지니는 오차의 문제가 반영되었을 가능성이 있다. 추후 연구에서는 부모나 친구, 전문가의 다각적인 평가와 함께 연구할 필요가 있다.

넷째, 본 연구에서 기질적 요인을 행동억제기질, 환경적 요인을 부모의 심리적 통제로만 국한시켰다. 성인 초기에는 부모님의 역할보다 교우관계나 이성관계가 사회적 관계의 학습에 더욱 중요한 역할을 할 수도 있다. 따라서 사회불안에 영향을 미치는 환경적 요인과 기질적 요인을 본 연구의 결과로만 일반화하기는 어렵다. 추후 연구에서는 다양한 환경적 요인과 기질적 요인을 검토할 필요가 있겠다.

다섯째, 본 연구는 대안모형을 가정하지 않고 연구자가 설정한 모형과 수정모형으로 결론을 도출하는 연구이다. 따라서 변인들 간의 관련성 및 논리적 근거가 명확하게 있어야하나 정서조절곤란, 부정적 자동적 사고의 관계에 대한 연구는 부족하고 본 연구의 결과만으로 두 변인의 선행관계를 확실히 할 수 없다. 추후 연구에서는 이 두 변인간의 선행관계를 검토할 필요가 있다.

참 고 문 헌

강민지, 김광웅 (2008). 사회적 상황에서의 외상경험에 따른 청소년의 사회불안: 또래관계의 중재 효과. 청소년상담연구, 16(1), 87-101.
 김교현, 김원식 (2001). 한국판 행동활성화 및 행동억제 체계(BAS/BIS) 척도. 한국심리학회지: 건강, 6(2), 19-37.

김소연 (2014). 행동억제기질과 부모의 심리적 통제가 청소년의 사회불안 증상에 미치는 영향: 불안통제감과 경험회피의 매개효과. 아주대학교 석사학위 청구논문.
 김송아 (2008). 아동이 지각한 부와 모의 심리통제가 아동의 사회불안에 미치는 영향. 숙명여자대학교 석사학위 청구논문.
 김아리 (2011). 정서 조절 방식이 불안정 애착 성인의 정서 및 자동적 사고에 미치는 영향. 영남대학교 석사학위 청구논문.
 김유경 (2004). 청소년의 내면화-외현화 문제행동에 따른 인지적 특성: 비합리적 신념, 자동적 사고와 문제해결능력을 중심으로. 연세대학교 석사학위 청구논문.
 김윤아 (2014). 부적응적 자기초점주의와 초기 성인기 사회불안의 관계: 정서조절곤란과 안전행동의 매개효과. 이화여자대학교 석사학위 청구논문.
 김은정 (2016). 이상심리학 시리즈 사회불안장애. 서울: 학지사.
 김정민 (2006). 청소년의 사회불안 감소를 위한 인지행동집단상담 프로그램의 효과. 한국상담학회지, 7(2), 541-556.
 김주환, 김민규, 홍세희 (2009). 구조방정식모형으로 논문 쓰기. 서울: 커뮤니케이션북스.
 김지은 (2013). 청소년의 외상경험이 사회불안에 미치는 영향: 부정적 자동적 사고의 매개효과. 경상대학교 석사학위 청구논문.
 김향숙 (2001). 사회공포증 하위 유형의 기억 편향. 서울대학교 석사학위 청구논문.
 김혜지 (2014). 내현적 자기애, 수치심, 우울이 대학생의 폭식에 미치는 영향. 경상대학교 석사학위 청구논문.
 도현정 (2013). 여자 청소년의 행동억제기질과 섭식태도가 사회불안에 미치는 영향: 사회적 체형불안의 매개효과를 중심으로. 명지대학교 석사학위 청구논문.
 류아영, 유순화, 윤경미 (2014). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제가 대인불안에 미치는 영향. 열린교육연구, 22, 135-155.
 박성연, 이은경 (2009). 청소년기 자녀에 대한 부모의

- 심리적 통제 구성요소의 타당성 연구: 분리불안 심리적 통제와 성취지향 심리적 통제. *아동학회지*, 30(2), 211-229.
- 박신영 (2014). 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향: 거부 민감성과 역기능적 완벽주의의 역할. *서울대학교 석사학위 청구논문*.
- 배병렬 (2011). Amos 19 구조방정식 모델링 원리와 실제. 서울: 청람.
- 백민정 (2014). 중학생의 행동억제기질과 사회불안의 관계: 정서조절곤란의 매개효과. *서강대학교 석사학위 청구논문*.
- 변경란 (2015). 부모의 심리적 통제와 행동억제기질이 사회불안에 미치는 영향: 부정적 자기개념과 타인인정추구의 매개효과. *아주대학교 석사학위 청구논문*.
- 서경현, 유제민, 안경미 (2008). 초등학생 사회불안의 예측모형: 행동억제, 부모양육태도 및 자기효능감을 중심으로. *한국심리학회지: 일반*, 27(3), 675-693.
- 손경아, 권정혜 (2001). 사회공포증이 있는 청소년들의 인지행동집단치료 효과. *인지행동치료*, 1(1), 77-92.
- 송은영, 하은혜 (2005). 청소년의 외상경험, 완벽주의 성향, 부정적 사고가 사회불안에 미치는 영향. *인지행동치료*, 8(1), 41-56.
- 안명희 (2010). 어머니의 불안정 성인애착이 자녀의 문제행동에 미치는 영향: 어머니의 정서와 심리적 통제의 매개. *한국심리학회지*, 29(4), 867-885.
- 오경자, 양윤란 (2003). 청소년기 사회불안의 발생과 유지의 심리적 기제 I: 행동억제 기질, 부모 양육태도 및 외상경험의 영향. *한국심리학회지: 임상*, 22, 557-576.
- 오유미 (2016). 아동·청소년기 복합외상경험과 성인기 대인외상의 관계: 해리경험, 관계중독, 내면화된 수치심의 매개효과. *경상대학교 석사학위 청구논문*.
- 오은혜, 노상선, 조용래 (2009). 부정적인 사회적 자기개념과 정서조절 곤란이 대학생의 사회불안에 미치는 영향. *인지행동치료*, 9(10), 75-89.
- 유승재 (2014). 자기몰입과 사회불안에서 정서조절곤란의 매개효과. *경북대학교 석사학위 청구논문*.
- 유태정, 김석선 (2015). 대학생이 지각한 부모의 양육태도가 우울과 스마트폰 중독에 미치는 영향. *정신간호학회지*, 24(2), 127-135.
- 윤은영, 이지연 (2016). 부모의 심리적 통제가 대학생의 진로정체감에 미치는 영향: 심리적 독립과 대인관계 유능성의 매개효과. *사회과학연구*, 42(3), 191-213.
- 이유리 (2012). 행동 억제/활성화 체계와 인지적 정서조절 전략과의 관계: 정서인식 명확성을 조절변인으로. *한양대학교 석사학위 청구논문*.
- 이주영 (2009). 부모 양육태도와 또래관계가 청소년기 사회적 위축행동에 미치는 영향: 자동적 사고를 매개로. *서울대학교 석사학위 청구논문*.
- 이지현, 김수영 (2016). 문항유음. *한국심리학회지: 일반*, 35(2), 327-353.
- 이시은, 이재창 (2005). 대학생의 애착유형, 부모·또래 애착, 그리고 정서적 특성과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(4), 947-963.
- 이현주 (2008). 대학생의 이미지 평가 및 이미지 형성이 진로자기효능감 향상에 미치는 영향 분석. *인하대학교 박사학위 청구논문*.
- 임지연 (2000). 역기능적 신념 및 부정적 자동적 사고와 사회적 자기효능감이 발표불안에 미치는 영향. *가톨릭대학교 석사학위 청구논문*.
- 임수지, 김소정, 권정혜 (2016). 사회불안장애 인지행동집단치료에서의 치료 반응자 특성 연구. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 35(2), 309-333.
- 전미숙, 손은정 (2013). 어머니의 심리적 통제가 청소년의 공격성에 미치는 영향. *청소년시설행정*, 11(2), 19-27.
- 정문경, 오은주 (2016). 청소년이 지각한 부모의 양육태도와 삶의 만족도의 관계에서 자기효능감에 매개효과. *청소년시설행정*, 14(2), 83-93.
- 조용래 (1999). 역기능적 신념과 사회공포증상간의 관계에서 부적응적인 자동적 사고의 매개효과 검증: 구조방정식모델 접근법을 사용하여. *한국심리학회지: 임상*, 18(1), 17-36.
- 조용래 (2007). 정서조절곤란의 평가: 한국판 척도의 심리측정적 속성. *한국심리학회지: 임상*, 26(4),

- 1015-1038.
- 조현철, 강석후 (2007). 구조방정식 모델에서 항목묶음이 인과 모수의 검정과 적합도 평가에 미치는 영향. *Journal of Global Academy of Marketing*, 17(3), 133-153.
- 최미미 (2008). 지각된 부모 양육행동과 행동억제가 대학생의 사회불안에 미치는 영향: 역기능적 신념과 정서조절곤란의 매개효과 검증. 한림대학교 석사학위 청구논문.
- 최혜숙 (2012). 통제소재와 자아탄력성 그리고 스트레스가 긍정 및 부정 정서에 미치는 영향. 경상대학교 석사학위 청구논문.
- 허유정 (2002). 청소년의 행동억제 기질과 지각된 부모 양육행동이 사회공포증에 미치는 영향. 고려대학교 석사학위 청구논문.
- 허재홍 (2006). 사회불안 치료기제 모형 검증. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- Albano, A. M., Dibartolo, P. M., Holt, C. S., Heimberg, R. G., & Barlow, D. H. (1995). Cognitive-behavioral group treatment for social phobia in adolescents: A preliminary study. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 183, 649-656.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical manual of mental disorders (5th ed)*. Washington, DC: Author.
- Barber, B. K., & Harmon, E. L. (2002). Violating the self: Parental psychological control of children and adolescents. In B. K. Barber (Ed.), *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents* (pp. 15-52). Washington, DC: American Psychological Association.
- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. New York: Guilford.
- Biederman, J., Rosenbaum, J. F., Bolduc-murphy, E. A., Faraone, S. V., Chaloff, J., Hirshfeld, D. R., & Kagan, J. (1993). A 3-year follow-up of children with and without behavioral inhibition. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 32(4), 814-821.
- Biederman, J., Rosenbaum, J. F., Hirshfeld, D. R., Faraone, S. V., Bolduc, E. A., Gersten, M., & Reznick, J. S. (1990). Psychiatric correlates of behavioral inhibition in young children of parents with and without psychiatric disorders. *Archives of General Psychiatry*, 47(1), 21-26.
- Buckholdt, K. E., Parra, G. R., & Jobe-Shields, L. (2009). Emotion Regulation as a Mediator of the Relation Between Emotion Socialization and Deliberate Self Harm. *American journal of orthopsychiatry*, 79(4), 482-490.
- Butler, G., & Mathews, A. (1983). Cognitive processes in anxiety. *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 5, 51-62.
- Calkins, S. D., & Fox, N. A. (1992). The relations among infant temperament, security of attachment, and behavioral inhibition at twenty four months. *Child development*, 63(6), 1456-1472.
- Carver, S. C., & White, T. L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 319 - 333.
- Gallagher, H. M., Rabian, B. A., & McCloskey, M. S. (2004). A brief group cognitive-behavior intervention for social phobia in childhood. *Journal of Anxiety Disorders*, 18, 459-479.
- Glass, C. R., Merluzzi, T. V., Biever, J. L., & Larsen, K. H. (1982). Cognitive assessment of social anxiety: Development and validation of a self statement questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 37-55.
- 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., Rice, L., & Elliott, R. (1993). *Process-experiential therapy: Facilitating emotional change*. New York: Guilford.
- Hayward, C., Varady, S., Albano, A. M., Thienemann, M., Henderson, L., & Schatzberg, A. F. (2000). Cognitive-behavioral group therapy for social phobia in female adolescents: Results of a pilot trial. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 39, 721-726.
- Kagan, J., Reznick, J. S., & Snidman, N. (1988). Biological bases of childhood shyness. *Science*, 240, 117-256.
- 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*, 36, 455-470.
- Melamed, S. (1987). Emotional reactivity and elevated blood pressure. *Psychosomatic Medicine*, 49(3), 217-225.
- Schwartz, C., Snidman, N., & Kagan, J. (1999). Adolescent social anxiety as an outcome of inhibited temperament in childhood. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 38(8), 1008-1015.
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2007, March). Distinguishing among types of psychological control: separation-anxious versus achievement-oriented psychological control. In A. Assor (Chair), *Disentangling the construct of parental control: conceptual and measurement issues*. Symposium conducted at the Biennial Meeting of the Society for Research on Child Development (SRCD), Boston, MA.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 59(23), 25-52.
- 원고접수일: 2017년 3월 19일
논문심사일: 2017년 4월 4일
게재결정일: 2017년 10월 2일

The Effects of Behavioral Inhibition and Parents' Psychological Control on Social Anxiety: The Indirect Effects of Negative Automatic Thoughts, Emotional Dysregulation

ByungYoon Jeon

MinKyu Rhee

Department of Psychology, Gyeongsang National University

This study examined the effects of behavioral inhibition and parent's psychological control on social anxiety, by considering negative automatic thoughts and emotional dysregulation as mediating variables; the study's purpose is to examine various variables affecting social anxiety experienced by young people in Korean society. For this study, questionnaires on behavioral inhibition, parent's psychological control, negative automatic thoughts, emotional dysregulation, social anxiety were administered to 399 adults throughout in the whole country. The data were analyzed through a reliability analysis, descriptive statistics analysis, correlation analysis, factor analysis, measurement model analysis, structural mode analysis used SPSS 21.0, AMOS 21.0. To verify the research model, Structural Equation Modeling(SEM) was used. In addition, the Bootstrapping method was used to examine the indirect effects. The major results are follows. First, negative automatic thoughts indirectly impacted behavioral inhibition and social anxiety. Second, negative automatic thought indirectly affected parents' psychological control and social anxiety. Third, a multiple indirect effect of emotional dysregulation and negative automatic thoughts between behavior inhibition and social anxiety was significant. Fourth, a multiple indirect effect of emotional dysregulation and negative automatic thought between parents' psychological control and social anxiety was significant. Based on these results, some suggestions and limitations of this study are discussed, as well as future study direction.

Keywords: behavior inhibition, parents' psychological control, emotional dysregulation, negative automatic thoughts, social anxiety.