

사회불안과 인지 및 정서적 공감[†]

황 예 진*

중앙보훈병원
정신건강의학과 수련생

양 재 원[‡]

가톨릭대학교 심리학과
부교수

본 연구는 실험적 방식의 측정을 통해 타인에 대한 개인의 공감 능력을 측정하고 이에 사회불안이 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 77명의 대학생(남 18명, 여 59명)에게 자기보고식 척도로 사회불안의 정도를 측정한 뒤, 3분 길이 영상 총 8개(긍정 4개, 부정 4개)를 제시하였다. 실험 자극으로는 20대 남녀 4명(남 2명, 여 2명)이 본인의 긍정적/부정적인 자서전적 경험에 대해 이야기 하는 모습을 촬영한 영상을 사용하였다. 참가자는 영상을 시청하면서 영상 속의 화자가 경험하였을 것으로 추정되는 긍정/부정 정서와 참가자 본인의 긍정/부정 정서를 연속적으로 기록하였다. 이를 바탕으로 참가자가 화자의 정서를 정확히 추정한 정도인 인지적 공감과, 화자의 정서와 동일한 정서를 느낀 정도를 정서적 공감을 측정하였다. 상관분석 결과, 사회불안 수준은 긍정 정서에 대한 정서적 공감과 유의한 부적 상관을 보였다. 고사회불안 집단과 통제집단으로 나누어 집단간 차이를 확인한 결과, 부정 정서에 대한 인지적 공감에서 유의미한 차이가 나타났다. 이는 사회불안이 높은 사람들은 상대가 보이는 긍정 정서와 동일한 정서를 느끼는 데 어려움이 있고, 사회불안 수준이 임상적 주의가 필요할 만큼 높은 사람일수록 일반적인 사람들보다 타인의 부정 정서 상태를 더 민감하게 인식할 가능성을 시사한다.

주요어: 사회불안, 인지적 공감, 정서적 공감

[†] 이 논문은 제1저자(2022)의 석사학위 논문을 수정, 보완한 것임. 본 논문의 일부 내용은 2021년 한국임상심리학회 춘계학술대회에서 포스터 발표되었음.

* 제1저자: 황예진, 중앙보훈병원 정신건강의학과 수련생.

[‡] 교신저자(Corresponding author): 양재원, (14662) 경기도 부천시 지봉로 43, 가톨릭대학교 심리학과 부교수, Tel: 02-2164-5538, E-mail: jwyang@catholic.ac.kr

사회불안(social anxiety)은 누구라도 처음 보는 사람과의 대화, 발표, 면접과 같은 상황에서 느낄 수 있는 보편적인 정서이다. 그러나 개인의 일상 생활에 지장이 있을 정도로 사회적 상황에서 느끼는 불안 증상이 과도하다면 사회불안장애(social anxiety disorder)로 진단될 수 있다(American Psychiatric Association, 2013).

사회불안장애의 주된 특징은 사회적 상황에서의 인지적 편향과 그에 따른 정서적 반응의 조절 곤란이다(Morrison & Heimberg, 2013). 사회불안이 높은 사람일수록 타인의 생각과 감정을 실제보다 더 부정적으로 인식·해석하고(Clark & Wells, 1995), 긍정적 자극을 회피하며(Talyor, Bomyea, & Amir, 2010) 본인이 느끼는 높은 수준의 부정적 정서를 적응적으로 조절하지 못하는 경향이 있다(Goldin, Manber, Hakimi, Canli, & Gross, 2009). 이로 인해 사회불안장애 환자들은 상황에 적절하지 않은 정서적 및 행동적 반응을 보이거나 사회적 장면을 반복적으로 회피하여 광범위한 대인관계 문제를 겪을 수 있다(Kashdan & Breen, 2008).

그동안 사회불안장애 환자의 대인관계 문제를 다룬 기존의 연구들은 환자 본인만의 정보처리와 정서 경험을 주로 다뤘다. 그러나 최근 학계에서는 이들이 타인과의 상호작용 속에서 상대의 정서와 생각, 의도 등을 추론하고 정서적으로 반응하는 사회 인지(social cognition) 영역을 함께 살펴볼 필요성을 제시하고 있다(Alvi, Kumar, & Tabak, 2022; Morrison et al., 2016). 사회 인지는 개인의 사회적 기능에 기초가 되는 요인으로, 타인의 표정과 자세와 같은 사회적 신호를 정보 처리하는 하위 과정과 이러한 사회적 신호들을 중

합해 그 사람의 정서 상태와 생각 등을 추론하는 상위 과정으로 구성된다. 특히 사회 인지의 상위 과정엔 우리의 공감적 기능이 관여하는 것으로 알려져 있다(Green, Horan, & Lee, 2015). 이를 종합해볼 때, 사회불안장애 집단의 대인관계 문제에 영향을 미치는 요인이 공감적 기능의 손상과 연관됐을 가능성을 고려해볼 수 있다.

Zaki와 Ochsner(2012)에 따르면 공감은 크게 세 가지 요소로 구성된다. 먼저 인지적 공감(cognitive empathy)은 타인의 정서를 정확하게 인식하고 추론하는 능력이며 정서적 공감(affective empathy)은 우리가 상대의 정서 상태와 동일한 정서를 느끼고 표현하는 능력이다. 마지막으로 친사회적 관심(prosocial concern)은 인지적 공감과 정서적 공감을 거쳐 타인의 고통을 염려하고 돕고자 하는 행동적인 성격이 강한 요인에 해당한다. 한편 공감을 다룬 선행연구들은 공감이 항상 사회적 관계에 정적인 영향을 미치는 것은 아니라는 점을 지적한다. 상대의 긍정 정서에 대한 인지적 및 정서적 공감은 친사회적 신호로 작용하여 관계 만족도와 정적 상관이나 나타났으나(전희정, 양재원, 2019) 상대의 부정 정서에 대한 인지적 및 정서적 공감은 그 정도가 과도하면 심리적 고통에 압도되거나 자기방어적 행동을 취하여 오히려 관계의 질에 부정적 영향을 주는 것으로 나타났다(Zaki, 2020). 높은 사회불안 집단에서 나타나는 낮은 긍정 정서와 부정적 신호에 대한 민감성을 고려해볼 때, 타인의 정서에 대한 공감이 각 정서에 따라 차이가 있을 가능성을 추론해볼 수 있다.

최근 Pittelkow, Aan Het Rot, Seidel, Feyel와 Roest(2021)는 메타 분석을 통해 사회불안과 공감

을 다룬 설문 연구를 탐색하였다. 그 결과 사회불안 수준과 정서적 공감 간에 정적 상관성이 나타났으며 인지적 공감의 경우 사회불안장애 임상 집단에서만 변인 간 부적 상관성이 나타났다. 또한 국내의 경우 사회불안과 공감을 함께 다룬 연구가 아직 충분하지 않은 편으로 사회불안과 공감, 사회적 기술, 분노표현양식이 대인관계만족도에 미치는 영향을 살펴보거나(김여흠, 이윤주, 2013) 사회불안과 공적 자의식, 초점주의 역기능이 공감 능력에 미치는 영향을 다룬 설문 연구(김환, 2015)가 대부분에 그치고 있었다. 그러나 자기보고식 척도로 측정된 공감능력은 사회적 바람직성 등이 개입되기 쉽고(Ickes, Stinson, Bissonnette, & Garcia, 1990) 상대의 정서가에 대한 공감을 객관적으로 측정하기 어려운 한계가 존재하기에 수행을 기반으로 한 실험 연구의 필요성을 제시해볼 수 있겠다.

한편 기존의 실험 연구에서는 사회불안 집단이 통제 집단보다 정서가가 모호하거나 부정적 정서 자극에 대한 공감적 정확도가 떨어진다는 결과가 보고되어왔다(Alvi et al., 2022; Hezel & McNally, 2014). 사회불안 집단은 사소한 사회적 위협 신호에도 높은 부정적 정서 상태가 지속되기 쉽기에(Goldin, 2009) 상대의 부정적 정서에 대한 반응으로 촉발된 높은 부정적 정서 상태가 참여자의 공감적 기능에 영향을 미쳤을 가능성이 있다(Auyeung & Alden, 2020). 즉, 부정적 정서에 대한 정서적 공감은 일반 집단보다 높으나 이것이 더 정확한 인지적 공감으로 이어지진 않을 가능성을 제시해볼 수 있다. 또한 Morrison 등(2016)은 한 인물이 자신의 부정적, 긍정적 정서 경험을 이야기하는 영상을 실험 자극으로 사용하였다. 연

구 결과, 사회불안 집단과 통제 집단 간 인지적 공감의 차이는 나타나지 않았으나 긍정 정서에 대한 정서적 공감만이 통제 집단보다 유의미하게 낮은 수준으로 나타났다. 이는 사회불안이 높은 사람들의 긍정 정서에 대한 낮은 반응성과 긍정 정서의 표현을 과도하게 억제하는 특성이 결과에 영향을 미쳤을 가능성을 시사한다(Kashdan & Breen, 2008).

그러나 기존의 실험 연구 역시 정서가와 공감 유형 조건에 따른 영상의 개수를 균일하게 제시하지 않거나(Morrison et al., 2016) 실제 사회적 맥락이 반영되지 않아 생태학적 타당도가 떨어지는 정지된 사람의 눈 사진을 실험 자극으로 사용하였고(Hezel & McNally, 2014) 영상 자극을 끝까지 시청한 후 참여자의 회고에 근거하여 정서 반응을 측정해 반응을 실시간으로 측정하지 못하였다는 한계가 존재한다(Auyeung & Alden, 2020).

따라서 본 연구는 기존 연구의 한계점을 보완하여 사회불안 수준과 인지적 공감 및 정서적 공감의 관련성을 살펴보고자 하였다. 높은 사회불안 집단과 통제 집단 간 인지적 공감은 유의미한 차이가 나타나지 않지만, 정서적 공감에서 집단 간 차이가 나타날 것이라는 기본 가정을 바탕으로 다음과 같은 연구 가설을 검증하고자 하였다. 첫째, 사회불안이 높을수록 부정적 경험 영상에 대해 더 높은 정도의 정서적 공감을 나타낼 것이다. 둘째, 사회불안이 높을수록 긍정적 경험 영상에 대해 더 낮은 정도의 정서적 공감을 나타낼 것이다.

방 법

연구 대상

국내 대학에 재학 중인 대학(원)생 77명을 대상으로 연구를 진행하였다. 교내 심리학 관련 수업의 사이버캠퍼스에 모집 문건을 올려 참가자를 모집하였다. 참가자의 평균 연령은 23.23세 ($SD=1.93$)이며 남성이 18명(23.4%), 여성이 59명(76.6%)이었다.

측정 도구

사회적 상호작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale: SIAS). 사회적 상호작용 불안 척도는 Mattick과 Clarke(1998)이 개발하고 김향숙(2001)이 번안 및 타당화한 것이다. 이 척도는 사회적 상호작용 상황에서 경험하는 두려움을 측정하는 20문항으로 구성되어 있다. 총점은 0점에서 80점까지 분포되어 있고 5점 리커트 척도로 평정한다. 본 연구에서 나타난 내적 일치도(Cronbach's α)는 .92였다.

한국판 사회 공포증 척도(Korean-Social Phobia Scale: K-SPS). 한국판 사회 공포증 척도는 Mattick과 Clarke(1998)이 개발하고 김향숙(2001)이 번안하였다. 많은 사람들 앞에서 발표를 하거나 식사를 하는 등 개인이 수행상황에서 느끼는 두려움을 측정하는 문항들로 구성되어 있다. 총점은 0점에서 80점까지 분포되어 있고 5점 리커트 척도로 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서의 내적 일치도는 .91였다.

실험 프로그램

참가자의 인지적 공감과 정서적 공감을 실험적으로 측정하기 위해 선행 연구를 참고하여 CARMA(Girard, 2014) 프로그램을 활용하였다(전희정, 양재원, 2019). 참가자는 CARMA 프로그램을 통해 영상을 보면서 키보드 방향키나 마우스로 자신이 경험한 부정적, 긍정적 정서 또는 영상 속 인물의 정서를 0~100점 사이에서 연속적으로 평정하였다. 0에 가까울수록 부정적, 100에 가까울수록 긍정적 정서를 의미하며 CARMA 프로그램은 실험 참가자의 평정치를 1초 단위로 추적 기록해준다. 프로그램의 사용 화면 예시를 그림 1에 제시하였다.

인지적 공감은 참가자가 영상을 보면서 기록한 영상 속 화자가 경험하는 것으로 추정되는 정서 정도와 영상 속 인물이 자신이 녹화된 영상을 보면서 기록한 정서 정도 간의 일치도를 계산한 급내상관계수(intraclass correlation coefficient: ICC)로 조작적으로 정의하였다. 인지적 공감이 높을수록 상대의 정서 상태를 정확히 인식한다는 것을 의미한다.

정서적 공감은 참가자 영상을 보면서 느껴지는 자신의 정서 정도를 기록한 측정치와 영상 속 인물이 기록한 정서 정도 간의 일치도를 계산한 ICC로 조작적으로 정의하였다. 정서적 공감이 높을수록 상대의 정서와 동일한 정서 상태를 경험하고 이를 적절하게 표현할 수 있다는 것을 의미한다.

실험 자극

연구자가 사전에 모집한 20대 성인 남녀 각 2명, 총 4명이 자신의 긍정적, 부정적 자서전적 경험에 대해 이야기하는 모습을 동의하에 녹화하였고 이 영상들을 실험 자극으로 사용하였다. 한 사람당 각 정서가 유형(긍정, 부정)별로 2개씩, 총 4개의 영상을 촬영했으며 한 영상의 길이는 실험이 지나치게 길어지는 것을 방지하기 위해 3분 이내로 제한하였다.

영상을 제작할 때, 참가자에게 영상을 시청하면서 어디에 더 초점을 두어 정서 평정을 할지 유도하기 위한 안내문이 영상이 시작되기 전에 6초 동안 나타나도록 하였다. 안내문은 두 가지 종류로 ‘영상에 등장하는 인물의 이야기를 들으면서 이 인물이 느끼고 있는 정서를 평정해주세요. 긍정 정서를 경험하는 것으로 추정되는 순간에는 바(bar)를 위로, 부정 정서를 경험하는 것으로 추정되는 순간에는 아래로 마우스 또는 키보드 방향키를 이용하여 움직여주세요.’는 인지적 공감 평정에 해당하며 ‘영상에 등장하는 인물의 이야기를 들으면서 느껴지는 나의 정서를 평정해주세요. 긍정 정서를 경험하는 것으로 추정되는 순간에는 바(bar)를 위로, 부정 정서를 경험하는 것으로 추정되는 순간에는 아래로 마우스 또는 키보드 방향키를 이용하여 움직여주세요.’는 정서적 공감 평정에 해당한다. 촬영한 16개 영상에서 동일한 내용의 영상이지만 영상 초반에 나오는 안내문만 서로 다르도록 각 영상에 2가지 안내문을 첨부하여 총 32개의 영상을 제작하였다. 따라서 실험에 사용된 영상의 총 개수는 32개이다.

실험에 사용될 영상의 정서 강도를 확인하기

위해 성인 남녀 10명(남성=5명, 여성=5명)에게 16개의 영상을 시청하면서 정서를 평정하도록 하였다. 본 실험과 마찬가지로 CARMA 프로그램을 이용해 진행하였으며 이 결과를 바탕으로 각 정서가 유형에서 평정치가 높은 남녀와 평정치가 낮은 남녀의 영상을 짝지었다. 이렇게 2개씩 짝지은 영상을 각각 평정하는 공감의 유형을 다르게 설정하여 실험 참가자가 모든 성별(남성·여성)의 각 정서가 유형(긍정·부정)에 대한 인지적 및 정서적 공감을 모두 측정하도록 실험 자극 세트를 구성하였다.

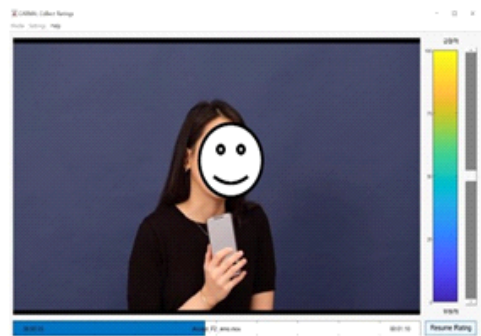


그림 1. CARMA 프로그램 사용 예시

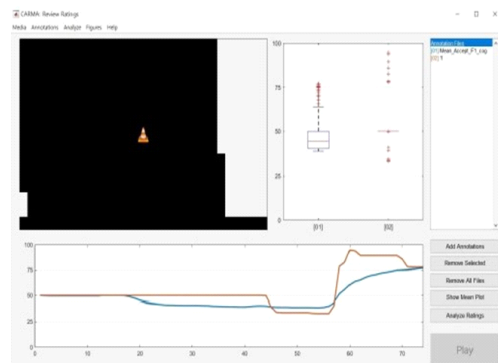


그림 2. CARMA 프로그램 review rating 화면 예시

연구 절차

연구 참여에 동의하여 실험실에 방문한 참가자들에게 실험의 목표와 절차에 대해 다시 한번 설명한 뒤, 개인정보 등의 정보 수집 및 실험 참가에 대한 동의를 서면으로 받았다. 그다음 자기보고식 설문지를 작성하도록 하여 참가자의 사회불안 수준을 측정하고, 이후에 실험과제가 진행되었다. 실험과제는 컴퓨터를 이용하여 시행되었다. 참가자는 총 8개의 영상(긍정·부정×인지적·정서적 공감×성별)을 시청하게 되며 정서가 및 공감 유형에 따른 영상 제시 순서는 모두 무선화하였다. 영상이 시작되기에 앞서 두 가지 안내문 중 하나가 검은 화면에 6초 동안 컴퓨터 모니터에 나타난다. 참가자가 영상을 모두 시청하여 평정을 모두 마치면 실험 참여에 대한 보상을 지급하는 것으로 실험을 마무리하였다. 실험을 모두 마치는 데 걸리는 시간은 약 20~25분 정도였다. 이 모든 과정은 연구자들이 소속된 기관의 생명윤리심의위원회의 심의 후에 진행되었다(IRB NO. 1040395-202008-11).

자료 분석

SPSS 25.0을 이용하여 참가자의 인구통계학적 정보에 대한 기술통계 분석을 시행하였다. 공감 변인의 경우 CARMA 프로그램의 review rating에서 각 영상에 대한 영상 속 모델의 기록과 참가자의 기록 간 ICC 수치를 산출하였다. 인지적 공감과 정서적 공감에 해당하는 참가자 개인별 ICC를 SPSS 25.0에 코딩한 후 사회불안과의 관계를 알아보기 위해 두 변인 간 상관분석을 실시

하였다. 또한, 일반 집단에 비해 상대적으로 높은 사회불안을 가진 집단이 갖는 특성을 살펴보고자 독립표본 *t*검정을 시행하였다.

결과

연구대상자 특성

연구 참가자 총 77명(남성 18명, 여성 59명)의 평균 연령은 23.23세($SD=1.93$)이었으며 자기보고식 척도인 SIAS 점수의 평균은 25.69($SD=12.88$), SPS 점수의 평균은 14.32($SD=10.57$)였다.

전체 변인의 기술통계 및 상관분석

측정변인들의 관계를 알아보기 위해 성별과 연령을 통제한 후 상관분석을 실시하였다. 먼저 인지적 공감과 정서적 공감의 상관관계를 살펴본 결과, 긍정 정서에 대한 인지적 공감과 정서적 공감 간엔 정적 상관이 나타난 반면($r=.60, p<.001$), 부정 정서에 대한 인지적 공감과 정서적 공감 간엔 유의한 상관관계가 나타나지 않았다($r=.15, p=.19$). 다음으로 사회불안과 인지적·정서적 공감 간의 상관을 살펴본 결과, 정서가와 상관없이 SIAS와 SPS를 통해 측정된 사회불안 수준과 인지적 공감 사이엔 어떠한 유의미한 관계도 확인되지 않았다. SIAS와 긍정 정서에 대한 정서적 공감 간의 부적 상관이 통계적으로 유의하게 나타났다($r=-.30, p<.01$), 예상과는 다르게 부정 정서에 대한 정서적 공감에선 유의미한 상관이 나타나지 않았다($r=.02, p=.89$). 이는 사회불안 수준이 높을수록 긍정 정서에 대한 정서적 공감이

낮아지는 경향성을 의미하는 것으로, 본 연구의 가설을 부분적으로 지지하는 결과이다. 더불어 공감 변인과의 관련성은 SPS가 아닌 SIAS에서 나타나고 있어 공감 기능의 문제는 수행상황에 대한 불안보다는 사회적 상호작용에 대한 불안과 더 크게 연관되어 있음을 알 수 있다.

집단 차이 분석

임상군에 근접할 가능성이 있는 고사회불안 집단의 특성을 좀 더 알아보고자 김소정, 윤희영, 권정혜(2013)가 제시한 SIAS의 절단점(>40)을 기준으로 고사회불안 집단과 통제 집단을 나누었다. 이 기준에 따른 고사회불안 집단은 11명(남=1명, 여=10명), 통제 집단은 66명(남=17명, 여=49명)이었으며, 집단간 성비에서 유의한 차이는 없었다($\chi^2(1, N=77)=1.48, p=.44$). 또한 두 집단간 연령에서

표 1. 집단에 따른 연령, 사회불안 증상, 인지적 및 정서적 공감의 평균과 표준편차

	고사회불안(<i>n</i> =11)	통제(<i>n</i> =66)	<i>t</i> (75)
연령	23.09 (1.81)	23.26 (1.96)	.26
SIAS	48.36 (8.20)	21.91 (9.06)	9.75***
SPS	32.73 (10.47)	11.26 (6.86)	6.57***
인지적공감 (긍정)	.59 (.45)	.57 (.36)	.17
인지적공감 (부정)	.72 (.12)	.58 (.30)	2.59*
정서적공감 (긍정)	.33 (.98)	.53 (.26)	-.69
정서적공감 (부정)	.68 (.22)	.58 (.26)	1.17

* $p<.05$, *** $p<.001$. 주. 괄호안은 표준편차, SIAS=사회적 상호작용 불안 척도, SPS=사회공포증 척도

도 유의한 차이는 없었다($t(75)=.26, p=.79$).

독립표본 t검정 실시 결과, 부정 정서에 대한 인지적 공감에서 집단 간 유의미한 차이가 나타났다($t(75)=2.59, p<.05$). 고사회불안 집단과 통제 집단의 각 정서가 유형에 대한 인지적 및 정서적 공감의 평균과 표준편차를 표 1에 제시하였다.

논 의

본 연구는 사회불안과 공감을 구성하는 요소인 인지적·정서적 공감 사이의 관계를 살펴보았으며 컴퓨터 프로그램을 이용한 수행 기반의 실험을 바탕으로 참여자의 공감을 측정하였다. 연구 결과를 종합해보면 다음과 같다.

첫째, 사회불안 수준과 상대의 긍정 정서에 대한 정서적 공감 간 부적 상관이 유의하였으며 긍정 정서에 대한 인지적 공감은 사회불안 수준과 유의한 상관성이 나타나지 않았다. 이는 연구 가설 2를 지지하는 결과로, 사회불안이 높을수록 상대가 현재 긍정 정서 상태에 있다는 것을 인식하고 추론하는 과정엔 문제가 없으나 긍정 정서를 함께 느끼고 표현하는 데 어려움이 있다는 것을 의미한다. 긍정 정서에 대한 낮은 정서적 공감은 사회불안이 높은 사람들이 사회적 상황에서 상대와 같은 긍정 정서를 쉽게 느끼지 못하고, 미소와 같은 긍정 정서 표현을 상대와 주고받는데 어렵게 하여 결과적으로 이들이 정서적으로 냉담하거나 대인 관계에 무관심한 사람으로 비칠 가능성을 높일 수 있다(Pearlstein, Taylor, & Stein, 2019). 그러나 본 연구는 참여자의 우울 수준을 측정하지 않은 바, 사회불안과 비슷한 특성을 가진 우울이 긍정 정서에 대한 정서적 공감에 영향을 미쳤

을 가능성을 배제하지 못하였기에 결과 해석에 유의가 필요하다.

둘째, 연구 가설 1과는 달리 사회불안 수준과 부정 정서에 대한 정서적 공감 간 유의한 상관은 나타나지 않았다. 이는 Morrison 등(2016)의 연구와 유사한 결과로, 사회불안장애를 특징짓는 요소가 높은 부정 정서 수준이 아닌 낮은 긍정 정서 수준이라는 최근의 관점과 맥락을 함께한다고 볼 수 있다(Kashdan & Breen, 2008). 그러나 높은 사회불안 집단은 같은 부정 정서 범주에 속하더라도 분노와 슬픔과 같은 각 하위 정서에 다른 반응을 보이는 것으로 알려져 있다(Joorman & Gollib, 2006). 본 연구는 실험 자극의 정서가 단순히 긍정과 부정, 두 가지로 구성했기에 정서적 반응의 개인차를 민감하게 반영하지 못했을 가능성이 존재한다. 추후 연구에서는 정서의 종류를 세부적으로 나누어 각 세부 정서에 대한 정서적 공감의 차이가 존재하는지 살펴볼 필요성이 있을 것이다.

셋째, 부정 정서에 대한 인지적 공감에서 임상적 절단점으로 구분한 고사회불안 집단과 통제 집단 간 유의한 차이가 나타났다. 이는 임상적으로 높은 사회불안 증상을 경험하는 사람이 그렇지 않은 사람에 비해 특징적으로 타인의 부정 정서 상태를 잘 인식한다는 것을 의미한다. 사회불안장애 임상 집단을 대상으로 한 기존 연구 역시 이들이 통제 집단보다 타인이 느끼는 부정 정서를 더 정확하게 추론한다는 결과를 제시하고 있다(Auyeung & Alden, 2020). 이는 높은 사회불안을 가진 집단이 보이는 부정 정서 정보에 대한 인지 편향을 반영하는 결과일 가능성이 시사된다(Amir, Elias, Klumpp, & Przeworski, 2003). 그러

나 앞서 언급한 대로, 본 연구는 참여자의 우울을 공변인으로 설정하지 않았기에 결과 해석에 유의가 필요하다.

본 연구의 임상적 의의는 다음과 같다. 첫째로 공감을 컴퓨터 프로그램을 활용한 수행 기반의 형식으로 측정하여 자기보고식 척도로 공감을 측정한 기존 연구에서 한계로 지목되던 사회적 바람직성과 주관성의 개입을 최소화하고자 하였다. 특히 기존의 설문 연구는 측정상의 어려움으로 인해 단순히 공감의 유형과 사회불안의 관련성을 다루는데 그치고 있으나, 본 연구는 공감의 유형을 정서별로 구분하여 타인의 정서에 대한 공감적 반응에 사회불안이 미치는 영향을 보다 구체적으로 살펴보았다. 더불어 기존 설문 연구의 경우 사회불안 수준과 정서적 공감 간 정적 상관이 반복적으로 보고되었으나(Pittellkow et al., 2021), 본 연구에선 긍정적 정서에 대한 정서적 공감과 사회불안 수준의 부적 상관이 나타나 측정 방식에 따른 결과의 차이가 존재함을 확인할 수 있었다. 이는 개인이 실제 사회적 상호작용에서 상대에게 보이는 공감적 반응과 자기보고 사이의 불일치를 반영하는 것으로, 추후 실험 연구를 통해 본 결과의 반복 검증이 필요한 것으로 사료된다.

마지막으로 공감이 풍부할수록 좋다는 통상적인 인식과는 달리 본 연구의 결과는 공감의 결핍뿐 아니라 공감의 과잉 또한 우리의 정신건강에 부정적 영향을 미칠 수 있음을 보여준다. 특히 고 사회불안 집단이 보이는 부정적 정서에 대한 높은 인지적 공감은 타인이 보이는 사소한 신호에도 그 사람이 현재 부정적 정서 상태에 있다고 추론하게 하여 자신의 사회적 부적절감과 사회적 상황에 대한 두려움이 심화되도록 작용할 수 있다.

종합해보았을 때, 상대가 현재 기분이 좋다는 것을 충분히 인식하고 추론할 순 있으나 자신은 그 사람과 같은 긍정적 정서를 느끼기 어려운 이질적 경험과 상대의 사소한 부정적 신호도 민감하게 파악하는 특성은 사회불안이 높은 이들이 사회적 상호작용 장면에서 느끼는 심리적 불편감을 더욱 심화시킬 수 있다. 따라서 치료적 개입 시 사회불안이 높은 사람들이 호소하는 대인 관계 불편감을 다룰 때, 이들의 긍정적 정서에 대한 정서적 공감을 증진하는 동시에 부정적 정서에 대한 과도한 인지적 공감은 낮추도록 하는 치료적 개입을 제안해볼 수 있을 것이다.

위와 같은 연구 결과에도 불구하고 본 연구엔 다음과 같은 한계점이 존재한다. 첫째, 연구의 대상자가 실제 사회불안장애로 진단받은 임상 집단이 아닌 일반 성인이었기에 본 연구의 결과를 일반화하기엔 한계가 존재한다. 더불어 본 연구는 SIAS척도의 임상적 절단점을 기준으로 고 사회불안 집단과 통제 집단을 구분하였으나 고 사회불안 집단에 속하는 참가자의 수가 적은 편에 속해 결과의 해석에 있어 주의가 필요할 것이다. 사회불안과 공감을 다룬 기존 연구들에서 임상 집단과 비임상 집단에서 나타나는 결과의 차이가 보고되고 있으므로(Pittelkow et al., 2021) 추후 연구는 실제 사회불안장애 임상 집단에서 나타나는 공감의 양상을 살펴볼 필요성이 제기된다. 또한, 본 연구에서 사용한 K-SPS 척도의 경우 다른 변인과 유의미한 관련성이 나타나지 않았으며 오직 SIAS 척도에서만 유의미한 결과가 나타났다. 이를 미루어 볼 때 공감적 기능은 수행 불안보다는 사회적 상호작용에서의 불안과 더 큰 관련성이 있는 것으로 추정되기에, 추후 연구에선 SIAS를 포함해 사

회적 상호작용 불안을 측정하는 또 다른 척도를 함께 사용해볼 것을 제안해볼 수 있겠다.

둘째, 높은 사회불안과 흔히 동반되는 우울의 영향성을 배제하지 못했다. 사회불안장애와 우울 장애는 발병에 있어 선후관계를 알기 어려울 정도로 공통 요인이 많고, 우울 수준이 높은 사람 역시 생활 전반에서 제한된 긍정 정서를 보이는 것으로 알려져 있다(MacLeod & Salaminiou, 2001). 본 연구는 참가자의 우울 수준을 측정하지 않아 분석 과정에서 우울을 공변인으로 설정하지 않았기에 연구의 결과를 순수한 사회불안의 효과로 보긴 어렵다. 추후 연구에서는 우울을 통제 후 공감과 사회불안 간의 고유한 관련성을 살펴볼 필요가 있을 것이다.

마지막으로 본 연구는 공감을 다룬 기존 연구들(전희정, 양재원, 2019; Ickes et al., 1990; Morrison et al., 2016)의 실험 패러다임을 참고하여 각 평정치 간 급내상관계수를 인지적·정서적 공감으로 조작적 정의하였다. 이는 참가자의 반응이 영상 속 화자의 반응과 얼마나 일치하는지를 보여주는 수치이기에 개인의 실제 공감 능력을 반영하기 보다는 공감의 정확성에 더 가깝다고 볼 수 있다. 무엇보다 본 실험 패러다임은 영상 속 화자의 반응 자체가 편향되었을 가능성을 통제하지 못하는 한계가 존재한다. 즉, 화자 본인이 경험했다고 평정한 정서 상태를 대다수의 사람들은 추론하거나 느끼지 못할 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 공감 측정의 신뢰도와 타당도를 높이기 위해 영상 속 화자의 정서 상태에 대한 참가자들의 평균적인 반응 정도를 또 다른 비교 기준으로 설정하거나(석윤주, 양재원, 2018) 근전도(EMG) 측정 장비 등을 통해 참여자의 얼굴 표정

과 같은 정서표현 정확도를 객관적으로 측정할 것을 제안해볼 수 있겠다.

참 고 문 헌

- 김소정, 윤혜영, 권정혜 (2013). 한국판 사회적 상호작용 불안척도(K-SIAS)와 한국판 사회공포증 척도(K-SPS)의 단축형 타당화 연구. *인지행동치료*, 13(3), 511-535.
- 김여흠, 이윤주 (2013). 대학생의 행복감에 영향을 미치는 사회불안, 공감, 사회적 기술, 분노표현양식, 대인관계만족에 대한 구조 방정식 모델 검증. *상담학 연구*, 14(3), 1587-1604.
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위 유형의 기억 편향. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김환 (2015). 사회불안과 공격자의식, 초점주의 역기능이 공감능력에 미치는 영향. *인지행동치료*, 15(3), 519-539.
- 석유준, 양재원 (2018). 초등학생의 얼굴표정 정서인식, 정서표현의 정확성과 또래관계. *사회과학연구*, 29(2), 45-59.
- 오은혜, 노상선, 조용래 (2009). 부정적인 사회적 자기개념과 정서조절곤란이 대학생의 사회불안에 미치는 영향. *인지행동치료*, 9(1), 75-89.
- 전희정, 양재원 (2019). 인지 및 정서적 공감과 연인의 관계만족도. *한국심리학회지: 여성*, 24(4), 465-483.
- Alvi, T., Kumar, D., & Tabak, B. A. (2022). Social anxiety and behavioral assessments of social cognition: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 311, 17-30
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Amir, N., Elias, J., Klumpp, H., & Przeworski, A. (2003). Attentional bias to threat in social phobia: Facilitated processing of threat or difficulty disengaging attention from threat? *Behaviour Research and Therapy*, 41(11), 1325 - 1335.
- Auyeung, K. W., & Alden, L. E. (2020). Accurate empathy, social rejection, and social anxiety disorder. *Clinical Psychological Science*, 8(2), 266-279.
- Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviors. *Psychological Bulletin*, 101(1), 91-119.
- Farmer, A. S., & Kashdan, T. B. (2012). Social anxiety and emotion regulation in daily life: Spillover effects on positive and negative social events. *Cognitive Behaviour Therapy*, 41(2), 152-162.
- Girard, J. M. (2014). CARMA: Software for continuous affect rating and media annotation. *Journal of Open Research Software*, 2(1), e5. doi.org/10.5334/jors.ar
- Goldin, P. R., Manber, T., Hakimi, S., Canli, T., & Gross, J. J. (2009). Neural bases of social anxiety disorder: Emotional reactivity and cognitive regulation during social and physical threat. *Archives of General Psychiatry*, 66(2), 170-180.
- Green, M. F., Horan, W. P., & Lee, J. (2015). Social cognition in schizophrenia. *Nature Reviews Neuroscience*, 16(10), 620-631.
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1997). Hiding feelings: The acute effects of inhibiting negative and positive emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, 106(1), 95 - 103.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.
- Hezel, D. M., & McNally, R. J. (2014). Theory of mind impairments in social anxiety disorder. *Behavior Therapy*, 47(4), 530-540.
- Ickes, W., Stinson, L., Bissonnette, V., & Garcia, S.

- (1990). Naturalistic social cognition: Empathic accuracy in mixed-sex dyads. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(4), 730-742.
- Izard, C., Fine, S., Schultz, D., Mostow, A., Ackerman, B., & Youngstrom, E. (2001). Emotion knowledge as a predictor of social behavior and academic competence in children at risk. *Psychological Science, 12*(1), 18-23.
- Joomann, J., & Gotlib, I. H. (2006). Is this happiness I see? Biases in the identification of emotional facial expressions in depression and social phobia. *Journal of Abnormal Psychology, 115*(4), 705-714.
- Kashdan, T. B., & Breen, W. E. (2008). Social anxiety and positive emotions: A prospective examination of a self-regulatory model with tendencies to suppress or express emotions as a moderating variable. *Behavior Therapy, 39*(1), 1-12.
- MacLeod, A. K., & Salaminiou, E. (2001). Reduced positive future-thinking in depression: Cognitive and affective factors. *Cognition & Emotion, 15*(1), 99-107.
- Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 36*(4), 455-470.
- Mennin, D. S., Holaway, R. M., Fresco, D. M., Moore, M. T., & Heimberg, R. G. (2007). Delineating components of emotion and its dysregulation in anxiety and mood psychopathology. *Behavior Therapy, 38*(3), 284-302.
- Morrison, A. S., & Heimberg, R. G. (2013). Social anxiety and social anxiety disorder. *Annual Review of Clinical Psychology, 9*, 249-274.
- Morrison, A. S., Mateen, M. A., Brozovich, F. A., Zaki, J., Goldin, P. R., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2016). Empathy for positive and negative emotions in social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy, 87*, 232-242.
- Pearlstein, S. L., Taylor, C. T., & Stein, M. B. (2019). Facial affect and interpersonal affiliation: Displays of emotion during relationship formation in social anxiety disorder. *Clinical Psychological Science, 7*(4), 826-839.
- Pittelkow, M. M., Aan Het Rot, M., Seidel, L. J., Feyel, N., & Roest, A. M. (2021). Social anxiety and empathy: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders, 78*, 102357. doi.org/10.1016/j.janxdis.2021.102357
- Taylor, C. T., Bomyea, J., & Amir, N. (2010). Attentional bias away from positive social information mediates the link between social anxiety and anxiety vulnerability to a social stressor. *Journal of Anxiety Disorders, 24*(4), 403-408.
- Zaki, J., & Ochsner, K. (2012). The neuroscience of empathy: Progress, pitfalls and promise. *Nature Neuroscience, 15*(5), 675-680.
- Zaki, J. (2020). Integrating empathy and interpersonal emotion regulation. *Annual Review of Psychology, 71*, 517-540.

원고접수일: 2022년 7월 15일

논문심사일: 2022년 10월 30일

게재결정일: 2023년 3월 29일

Cognitive and Affective Empathy in Social Anxiety

Yea-jin Hwang

Department of Psychiatry,
Veterans Health Service Medical Center

Jae-Won Yang

Department of Psychology,
The Catholic University of Korea

This study examined the effect of social anxiety on an individual's ability to empathize with others. A total of 77 college students completed self-reported social anxiety scales and cognitive and affective empathy experiment. In the experiment, participants were presented with eight clips of young adults(2 males and 2 females) talking about their positive/negative autobiographical experiences. They were continuously requested to rate the target's emotions, or rate their own emotions while watching the clips. Based on this, the degree to which the participant accurately estimated the target's emotions was named as cognitive empathy, and the degree to which the participant felt the same emotions as the target's emotions was named as affective empathy. Results showed a significantly negative correlation between levels of social anxiety and positive affective empathy. In addition, there was a significant difference in negative cognitive empathy between the high social anxiety group and the control group. These results suggest that individuals with high social anxiety have trouble feeling the same positive emotions as the other person shows. Moreover, individuals with clinical level of social anxiety are more sensitive to perceive the negative emotional state of others compared to individuals without clinical level of social anxiety.

Keywords: social anxiety, cognitive empathy, affective empathy