

대학생이 지각한 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안의 관계에서 역기능적 신념과 불안통제감의 매개효과*

김 경 원

양 수 진†

이화여자대학교 심리학과

본 연구는 대학생이 지각한 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안 간의 관계를 역기능적 신념과 불안통제감이 매개하는지를 살펴보았다. 이를 위해 성인진입기에 해당하는 만 18세에서 25세 대학생 456명(남: 207명, 여: 249명)의 설문자료를 분석하였다. 구조방정식 모형 분석 결과, 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안의 관계에서 역기능적 신념의 단순매개효과가 나타났으나, 불안통제감의 단순매개효과는 유의미하지 않았다. 아울러 어머니의 과보호적 양육태도에서 역기능적 신념과 불안통제감을 순차적으로 거쳐 사회불안에 미치는 이중매개효과가 나타났다. 본 연구의 결과는 대학생 사회불안에 여전히 어머니의 과보호적 양육이 유의한 영향을 미침을 확인하고, 역기능적 신념과 불안통제감이라는 인지적 요인들이 이러한 관계에서 어떠한 역할을 하는 지를 보여주었다. 이러한 결과를 바탕으로, 사회불안을 경험하는 대학생 개인에 대한 개입 뿐 아니라, 자녀의 심리사회적 건강에 지속적으로 영향을 미치는 과보호적 양육을 고려한 개입의 중요성을 논의하였다.

주요어 : 어머니의 과보호적 양육태도, 사회불안, 역기능적 신념, 불안통제감

* 본 연구는 김경원의 2016년도 석사학위논문을 수정·보완한 것임.

† 교신저자 : 양수진, 이화여자대학교 심리학과, (03760) 서울특별시 서대문구 이화여대길 52

E-mail: sujinyang@ewha.ac.kr

사람은 살아가면서 다양한 사회적 환경에 노출되고, 낯선 사람에서부터 친밀한 사람에 이르기까지 여러 사람들과 폭넓은 상호작용을 경험한다. 하지만 어떤 사람들은 이러한 상황에서 부정적인 평가를 받거나 공격 받을지도 모른다는 두려움과 불편감을 경험하기도 한다. 이처럼 타인에게 주목 받거나 평가 받을 가능성이 있는 사회적 관계나 상황을 두려워하고, 불안해하며, 회피하는 증상을 사회불안(social anxiety)이라고 한다(American Psychiatric Association, 2013). 정상적인 사회불안과 임상적 수준의 사회불안은 증상의 정도에 따른 연속선상 위치하기 때문에, 그 증상의 심각도와 지속기간에 따라 사회불안장애(social anxiety disorder)로 분류되기도 한다. 높은 수준의 사회불안을 경험할 경우, 사회적 상황에서 심리적 불편감을 느낄 뿐 아니라, 이를 회피함으로써 대인관계 및 직업적 손상, 우울, 물질남용, 자살시도 등의 문제를 초래할 가능성이 높은 것으로 알려져 있다(Stein & Kean, 2000; Wittchen & Fehm, 2003).

보건복지부(2017)가 2016년에 조사한 정신질환실태조사에 의하면 사회불안장애의 평생 유병률은 1.6%로, 2008년과 2011년에 비해 약 3배 가까이 증가하였고, 그 중 만 20-24세 발병이 21.1%로 14세 이하(43.7%) 다음으로 높은 비중을 차지하였다. 일반 대학생을 대상으로 한 연구에서는 38.4%가 낯선 사람과의 대화에서, 24.7%가 사교적 만남에서, 8.5%가 일상적 만남에서 중간 이상의 불안 수준을 보고하였으며(조용래, 원호택, 1997), 이는 다른 서구권 국가의 대학생들과 비교할 때(Heinrichs et al., 2006; Schreier et al., 2010), 비슷하거나 더 많은 대학생들이 일상생활에서 사회불안을 경험하고 있음을 의미한다.

이처럼 대학생이 높은 수준의 사회불안을 경험하는 것은 이들의 발달 시기적 특성과 관련될 것으로 보인다. 현대사회에서 대학생은 발달학적으로 성인기로 치부되던 이전 시대와 달리, 청소년기와 성인기 사이에 분리되어 존재하는 성인진입기(emerging adulthood)라는 독특한 시기로 고려된다(Arnett, 2000). 청소년기가 신체적 변화와 함께 자아 탐색 과정을 통해 정체성을 확립하는 시기인 반면, 성인진입기는 청소년기부터 형성된 자아정체성을 실천하고 검증하는 시기로 여겨진다. 그러면서도 독립된 개인의 역할을 확립한 성인기와 달리 여전히 부모로부터 심리적, 경제적 지원을 받으며, 독립된 개인으로서의 자율성과 책임감을 획득하지 못한 상태에 있는 것을 특징으로 한다.

이와 같이 불안정한 시기임에도 불구하고, 대학생이 되면 학업 외에도 아르바이트, 봉사활동, 정치단체 참여 등으로 사회적 상호작용이 확대되고, 대인관계에서 자기주장을 해야 하거나 사회적 행동을 요구받는 일이 증가하게 된다. 또한, 발표와 같은 수행상황과 이를 평가받는 일도 증가하는데(강석기, 고수현, 한상훈, 2011), 개인에게 높은 기준을 부과하는 현대사회의 경쟁적인 분위기로 인하여 대학생은 자신이 이러한 기준을 충족시키지 못할지도 모른다는 불안감을 경험하게 된다(박지연, 양남미, 2014). 즉, 대학생은 독립적인 성인으로서의 정체감을 완전히 형성하지 못한 상태에서 증가된 사회적 요구를 경험하게 되고, 이는 사회불안에 대한 취약성을 증가시키는 것으로 보인다.

사회불안은 다른 불안 증상과 달리 성격적 수줍음으로 오해되어 증상 초기에 치료기관을 찾지 않는 비율이 높고, 이에 예방 및 조기에

입을 위한 적절한 시기를 놓치기 쉽다(Stein & Kean, 2000). 따라서 사회불안에 대한 취약성이 높은 대학생들에게 적절한 예방과 개입을 제공하기 위해 사회불안을 발생시키는 원인과 맥락을 확인할 필요성이 있다. 그동안 사회불안의 위험요인으로는 생물학적(유전적 소인, 행동억제 기질), 환경적(애착, 양육방식, 외상 사건), 인지적(역기능적 신념, 자동적 사고, 불안통제감) 요인들이 연구되어 왔다(오경자, 양윤란, 2003; Hofmann & DiBartolo, 2010; Hudson & Rapee, 2000). 하지만 대학생에게서 사회불안의 취약성이 증가하고 있음에도 불구하고, 사회불안의 위험요인을 밝히는 연구는 여전히 사회불안장애의 주요 발병 연령으로 알려진 아동-청소년기를 주 대상으로 하고 있다(양주경, 김은정, 2007; Gallagher & Cartwright-Hatton, 2008; Lieb et al., 2000). 따라서 이러한 위험요인들이 대학생 사회불안에도 동일한 영향을 미치는지를 확인할 필요성이 있으며, 본 연구에서는 그 중 비교적 개입의 여지가 있는 환경적 요인과 인지적 요인을 함께 살펴볼 것이다.

환경적 요인 중에서도 부모의 양육태도는 자녀의 심리사회적 적응에 지속적인 영향을 미친다(조설애, 정영숙, 2017; Barber, 2002; Wolfradt, Hempel, & Miles, 2003). 특히 사회불안장애 환자들이 자신의 부모가 과보호적이었다고 보고함에 따라 과보호적 양육태도의 영향력이 주목 받기 시작하였다(Lieb et al., 2000; Rapee & Melville, 1997). 과보호란 부모가 자녀의 행동과 사회적 활동을 통제하고, 간섭하고, 성장단계에 맞지 않는 지나친 보호를 제공하는 것을 말한다(정은영, 장성숙, 2008). 이는 자녀의 자율성을 저해하고, 부모-자녀 간의 갈등과 심리적 부담감을 증가시켜 사회불

안을 포함한 다양한 심리적 부적응에 영향을 미친다(박지연, 이명조, 2012; Hudson & Rapee, 2001; McLeod, Wood, & Weisz, 2007).

이처럼 과보호적 양육태도와 사회불안의 관계가 지속적으로 연구되어 왔으나, 대학생을 대상으로 한 연구들은 이들을 성인으로 치부하여 이러한 양육요인을 고려하지 않거나 청소년기의 기억을 회고적으로 측정해왔다(최미미, 조용래, 2008; Arim & Shapke, 2008; Rapee & Melville, 1997; Spokas & Heimberg, 2009). 본 연구에서는 자녀에게 과도하게 기대하고, 행동을 통제하는 과보호적 양육태도가 주체성을 발달시켜야 하는 성인진입기의 발달과업과 상충되어 대학생에게도 부정적인 영향을 미칠 것으로 보았다. 특히 최근 Knappe, Beesdo-Baum, Fehm, Lieb와 Wittchen(2012)이 종단연구를 통해 부모의 과보호 중에서도 어머니의 과보호만이 자녀의 사회불안에 유의미한 영향을 미침을 확인함에 따라 과보호의 주체를 어머니로 한정하였다.

한편, Silove, Parker, Hadzi-Pavlovic, Manicavasagar와 Blaszczyński(1991)는 과보호가 청소년기 자녀의 주체성을 박탈함에 따라, 자신이 위협에 대해 대처할 수 없다는 인지적 편견을 형성하고, 부정적인 사고를 더 많이 하게 만든다고 주장하였다. 이는 부모의 과보호가 사회불안에 미치는 영향에서 인지적 요인이 매개할 수 있음을 시사한다. 그 중에서도 특히 역기능적 신념과 불안통제감은 사회적 상황을 지각하고 해석하는데 영향을 미침으로서 사회불안을 발달 및 유지시키는 주요한 요인으로 알려져 있다(이복동, 오윤희, 오강섭, 2003; Barlow, 2002; Clark & Wells, 1995; Ellis, 2001). 이에 따라, 본 연구에서는 과보호적 양육태도가 자녀의 발달에 지속적으로 영향을 미치는 환경적 변인임

을 고려하여(Gitelson & McDermott, 2006), 누적된 경험을 통해 형성되는 개인의 인지적 요인인 역기능적 신념과 불안통제감이 어머니의 과보호적 양육과 사회불안의 관계를 매개할 것으로 보았다.

먼저, 역기능적 신념이란 자기 자신, 타인, 세상에 대한 일종의 인지도식으로, 완벽주의적이고 절대적이며 융통성 없는 내용을 포함한다(Beck, 1967). 이는 보다 심층적이고 근원적인 인지로, 성격의 인지적 구조를 반영하여 상황에 관계없이 비교적 일관적으로 유지되는 특성을 지닌다. 따라서 역기능적 신념을 지닌 개인은 인지적 오류로 인해 환경적 자극을 특정한 방향으로 과장 또는 왜곡하고, 부정적 내용으로 편향되게 해석하게 된다(Clark, Beck, & Alford, 1999). 이로 인해, 역기능적 신념은 불안, 우울, 공황발작, 수면 문제 등 다양한 심리적 문제에 영향을 미치는 인지적 요인으로 연구되어왔다(Belloch et al., 2010; Bouchard et al., 2007; Ciarrochi, 2004).

사회불안을 지닌 개인은 '타인이 자신을 평가하고, 수행에 실패하면 타인에게 인정받지 못하여 부정적 결과가 초래될 것'이라는 역기능적 신념을 지니는 것으로 알려져 있다(Clark & Wells, 1995). 이러한 믿음은 수행의 성패(成敗)를 판단하기 위해 '타인이 자신에 대해 기대하리라고 믿는 기준'과 '청중에게 비춰진 자신에 대한 정신적 표상(mental representation of self as seen by audience)'을 비교하게 만든다(Rapee & Heimberg, 1997). 그 과정에서 역기능적 신념에 내재된 부정적 자기개념은 타인으로부터 기대되는 기준과 현재 자신의 모습 간의 괴리를 느끼게 만들고, 부정적 평가를 받을 가능성을 더 높게 인식하게 만들어 불안을 증폭시킨다. 따라서 이들은 중립적인 사회적

자극을 자신의 존재를 위협하는 위협자극으로 인식해 사회불안을 경험하게 된다(김혜숙, 2005; Beck, 1967; Ellis, 2001).

역기능적 신념은 이와 같이 타인이 자신에게 무엇을 기대하는지에 대한 믿음과 관련된다는 점에서 환경과의 상호작용을 통해 형성된다(Beck, Emery, & Greenberg, 1985). Beck(1967)은 융통성 없고 자신에 대해 완벽해야 한다는 조건적 신념이 아동기 때의 역기능적인 부모-자녀 상호작용에 의해 형성되는 것으로 보았다. 즉, 사회화 과정에서 부모가 주는 메시지를 내면화하고 이것이 자신과 세상을 바라보는 도식을 형성함으로써 이후의 사건에 대한 해석에 영향을 미친다는 것이다(Field, Argyris, & Knowles, 2001).

특히 과보호적 양육은 자녀에 대한 과도한 기대를 포함하기 때문에(정은영, 장성숙, 2009), 과보호적인 부모와의 상호작용은 그들이 원하는 기대를 내면화하고 이상적 자기상을 형성하게 만든다. 이렇게 형성된 이상적 자기상과 실제 자기상의 괴리는 열등감을 경험하게 만들어 부정적 자기개념을 형성시킬 뿐 아니라, 이상적 자기상의 기준이 외부의 평가에 기반하기 때문에 타인의 인정에 대한 과도한 요구와 같은 역기능적 신념을 형성시키는 것으로 보인다(석민정, 오인수, 2014; Ingram, Overbey, & Fortier, 2001). 다른 한편으로는, 과보호적 양육이 자녀의 주체성을 박탈함에 따라 자신이 위협에 대해 대처할 수 없다는 인지적 편견을 형성시키고, 부정적인 사고를 유발할 수 있다(Silove et al., 1991; Vasey & Dadds, 2001). 즉, 자녀가 충분히 대응할 수 있는 사건에 대한 부모의 과잉반응이 자녀로 하여금 사회적 상황이 위협적이고 부정적이라는 인지적 편견을 형성시키는 것이다.

국내에서는 신민진과 하은혜(2010)가 이러한 이론적 배경에 기반 하여 역기능적 신념이 어머니의 과보호적 양육태도와 청소년의 불안 사이를 부분 매개함을 확인하였다. 이후 강지혜(2011)는 고등학생의 사회불안에 한정하여 부모의 양육태도 및 역기능적 신념과의 관계를 살펴보았다. 그 결과, 역기능적 신념이 모의 과잉 간섭과 사회불안 사이에서는 완전 매개하였고, 과잉 기대와 사회불안의 관계에서는 부분 매개 하는 것으로 나타났다. 한편, 최미미와 조용래(2008)는 대학생을 대상으로 부모의 양육태도와 사회불안의 관계에서 역기능적 신념의 매개효과를 확인하였으나, 연구에 사용된 부정적인 양육태도에는 돌봄 부족과 과보호적 양육태도가 함께 포함되어 과보호적 양육태도의 단독적인 효과를 확인하기에는 한계가 있었다.

사회불안의 영향을 미치는 또 다른 인지적 요인으로는 불안통제감이 제안되어왔다. 통제감(control)이란 사건과 결과에 개인적으로 영향을 미칠 수 있는 능력과 이를 개인이 지각하는 정도를 의미한다(Chorpita & Barlow, 1998). Rotter(1966)는 상황에 대한 결과를 자신의 행동의 결과로 지각하는지, 다른 임의의 힘에 의한 결과로 지각하는지에 따라 내적 통제(internal control)와 외적 통제(external control)로 구분하였고, 이러한 통제에 대한 지각을 내적-외적 통제소재(locus of control)라는 용어로 설명하였다. 하지만 Rotter(1966)의 내외 통제소재는 통제감을 단일한 차원의 구성개념으로 설명하기 때문에 지나치게 일반화 되어 있고 부정적 정서와의 직접적인 관련성을 제대로 반영하지 못한다는 비판이 꾸준히 제기되어 왔다(Klockars & Varnum, 1975; Lange & Tiggeman, 1981; Rapee, Craske, Brown, & Barlow, 1996).

Rapee 등(1996)은 이러한 한계를 보완하기 위하여 불안통제감(anxiety control)이라는 개념을 제시하였다. 이는 이름 그대로 불안 관련 자극에 대한 통제감으로, 신체적 증상이나 정서적 반응과 같은 '내적인 정서 반응에 대한 통제감'과 외적인 스트레스 자극에 대한 '외부 상황에 대한 통제감'을 포함한다. 불안 통제감이 낮으면 자신이 사회적 상황을 긍정적으로 이끌지 못하고, 당혹감과 불안감에 대처하지 못해 사회적 상황에서 실패할 것이라는 부정적인 예측을 증가시킴으로써 사회불안을 야기하게 된다(이복동, 오윤희, 오강섭, 2003; 최미경, 조용래, 2005; Barlow, 2002).

한편, 불안통제감은 반복적으로 경험하는 생활사건을 통해 형성되며, 자녀들이 경험하는 생활사건들은 부모의 행동을 통해 제한되거나 확장된다. Bennet과 Stirling(1998)은 특히 과보호적 양육태도가 자녀의 낮은 통제감과 관련된 경험을 제공하는 것으로 보았다. 과보호적 양육은 자녀를 유아 취급하고 그들이 경험하는 생활사건을 제한함으로써 사회적 상황에 대한 대처기술 발달을 저해한다. 그리고 이러한 대처기술의 부족은 자녀에게 상황을 스스로 통제할 수 없다고 느끼게 만들어, 통제감의 저하를 가져온다(Carton & Nowicki, 1994; Rapee & Spence, 2004).

Ballash, Pemble, Usui, Buckley와 Woodruff-Borden(2006)은 지각된 가족환경과 대학생 불안 사이에서 불안통제감이 매개 역할을 함을 확인하였다. 비록 이들의 연구가 사회불안을 특정적으로 확인한 것은 아니나, 아동기에서만 불안통제감이 부모의 양육태도와 불안이라는 정서 사이에서 관여한다는 기존의 통념과 달리 대학생에게서도 동일한 역할을 하는 것을 확인하였다는데 의의가 있다. 이후 Spokas

와 Heimberg(2009) 역시 대학생들을 대상으로 부모의 과보호적 양육태도와 사회불안의 관계에서 통제감이 매개 역할을 함을 보여주었으나, 통제 소재를 사용하여 이를 측정하였다는 한계가 있었다.

앞서 살펴본 것과 같이, 사회불안을 설명하는 인지적 변인으로써 역기능적 신념과 불안통제감은 각기 연구되어왔다. 최근 Hofmann(2007)은 사회불안 치료에서 각 인지적 요인에 대한 치료 기법들을 혼용하여 사용함에 따라, 단편적으로 연구되던 사회불안의 인지요인을 종합적으로 살펴보아야 한다고 주장하였다. 그러나 아직까지 사회불안을 설명하는데 있어 역기능적 신념과 불안통제감의 관계를 확인한 연구는 거의 없는 실정이다. 하지만 통제감이 형성 과정을 설명한 Weisz(1986)의 이론을 통해 둘 사이의 관계를 예측할 수 있다. 그는 우연성(outcome contingency)과 개인의 능력(personal competence)에 대한 기대가 지각된 통제감에 영향을 미치는 주요한 변인임을 주장하였다. 이에 따르면, 상황의 결과에 영향을 미치는 타인이 얼마나 공정하게 개인의 노력에 근거하여 평가하는지에 대한 기대와 자신의 능력에 대한 충분한 믿음이 상황에 대한 개인의 통제감을 형성하는데 기여한다. 역기능적 신념에는 타인이 공정하기보다는 나에게 비판적일 것이라는 관점과 자신의 능력에 대한 불신이 포함됨을 고려할 때, 역기능적 신념이 통제감에 선행함을 가정할 수 있다.

이와 관련하여, Hofmann(2005)은 사회적 상황을 부정적으로 판단하는 편향이 자신이 그러한 상황을 통제할 수 없을 것이라는 불안통제감을 저하시킴으로서 사회불안을 증가시킴을 확인한 바 있다. 국내에서는 이미현(2016)이 이러한 관점에서 자기초점적 주의와 사회

불안 사이에서 역기능적 신념의 하위요인인 부정적 자기지각과 불안통제감이 순차적인 영향을 미침을 확인하였다. 또한 양주경과 김은정(2007)은 행동억제기질과 양육환경이 인지적 요인에 영향을 주어 사회불안을 유발하는 것으로 보았는데, 중·고등학생을 대상으로 수치심을 유발하거나 타인의 시선에 민감한 가족환경이 역기능적 신념과 불안통제감의 이중매개를 통해 사회불안에 간접적인 영향을 미침을 확인한 바 있다.

앞서 살펴본 바와 같이 사회불안에 영향을 미치는 요인으로 과보호적 양육태도, 역기능적 신념, 불안통제감의 중요성을 강조하고 이들 요인 간 밀접한 관련성을 제안하고 있지만, 실제 네 변인을 모두 포함하여 그 구조적인 관계를 살펴 본 연구는 찾아보기 힘들다. 특히 성인진입기라는 독특한 발달 단계에 속하는 대학생들을 대상으로 부모의 과보호적 양육태도가 사회불안에 이르는 경로를 연구한 것은 국내외 모두에서 드문 상황이다. 이에, 본 연구는 성인진입기에 해당하는 만 18-25세 대학생들을 대상으로 지각된 어머니의 과보호적 양육태도, 역기능적 신념, 불안통제감, 사회불안 간의 구조적 관계를 구조방정식 모형을 통해 확인하고자 하였다. 이러한 연구는 성인진입기 대학생에게서 간과되던 어머니 과보호의 영향력을 확인함으로써 대학생 사회불안의 개입에 있어 가족을 고려할 수 있는 근거를 제공할 수 있을 것이다. 또한 사회불안에 영향을 미치는 환경적 요인과 함께, 기존에 독립적으로 연구되던 두 인지적 요인간의 관계를 확인함으로써 사회불안의 개입에서 보다 통합적이고 효과적인 치료적 개입을 마련하는데 기여할 것으로 생각된다. 본 연구의 모형은 그림 1에 제시하였다.

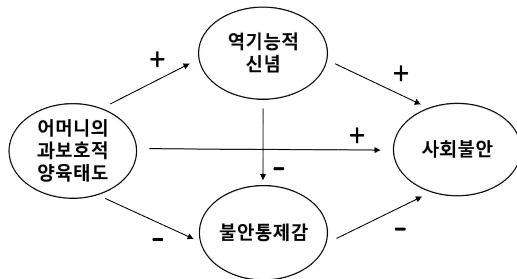


그림 1. 연구모형

본 연구에서 다루고자 하는 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 대학생이 지각한 어머니의 과보호적 양육태도가 사회불안을 예측하는가?

둘째, 역기능적 신념과 불안통제감은 각각 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안 간의 관계를 단순매개하는가?

셋째, 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안 간의 관계에서 역기능적 신념과 불안통제감의 이중매개효과가 있는가?

방 법

연구대상

본 연구는 성인진입기(만 18-25세)에 해당하는 대학생을 대상으로 하였다. 이를 위해 국내 소재 4년제 대학교의 재학생과 휴학생을 대상으로 자기보고식 온라인 질문지를 제작하여 설문을 실시하였다. 총 508명이 설문을 완료하였고, 이 중 사망으로 인해 현재 어머니가 부재하거나 불성실하게 응답한 52명의 자료가 제외되었다. 최종적으로 456명의 자료가 분석되었고, 이 중 남성은 207명(45.4%), 여성은 249명(54.6%)이었다. 이들의 평균 연령은

21.6세($SD=2.13$)였다. 학업 상황을 살펴보면 4학년 147명(32.2%), 3학년 125명(27.5%), 2학년 99명(21.7%), 1학년 85명(18.6%)이었다. 거주 지역으로는 서울(286명, 62.7%), 경기지역(105명, 23%)이 대다수를 차지하였다.

측정도구

사회불안

사회불안은 관계상의 불안과 수행불안을 포함하는 개념으로, Peters, Sunderland, Andrews, Rapee와 Mattick(2012)은 Mattick과 Clarke(1998)가 제작한 사회적 상호작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale; SIAS)와 사회공포증 척도(Social Phobia Scale; SPS)를 통합하여 사회불안을 측정하는 방식을 제안하였다. 이에 따라 국내에서는 김소정, 윤혜영과 권정혜(2013)가 김향숙(2001)이 번안한 척도들을 단축형으로 재구성하고 확인적, 탐색적 요인분석을 통해 두 척도가 사회불안에 대한 상호작용 불안과 수행불안이라는 하위구인을 측정함을 확인하였다. 따라서 본 연구에서는 사회불안을 측정하기 위해 이 두 척도를 합산하여 사용하였다.

상호작용 불안을 측정하는 사회적 상호작용 불안 척도는 '다른 사람들과 눈을 마주치기가 힘들다.', '다른 사람들과 이야기 하는 것이 어렵다.'와 같은 사회적 상호작용과 관련된 다양한 상황에서 개인의 인지적, 정서적, 행동적 반응을 측정한다. 6문항 리커트 5점 척도(0=전혀 그렇지 않다, 4=매우 그렇다)로 구성되어 있으며, 총점이 높을수록 사회적 상호작용 불안이 높음을 의미한다. 성인을 대상으로 한 김소정 등(2013)의 타당화 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .52였으며 본 연구에서는 .83으로 나타났다.

수행불안을 측정하는 사회공포증 척도는 '다른 사람들이 쳐다보고 있을 때 떨게 되지 않을까 걱정된다.', '사람들이 내 행동을 이상하게 생각할까봐 걱정된다.'와 같이 타인에게 관찰 가능한 상황에서 수행 시 느끼는 불안을 측정한다. 6문항 리커트 5점 척도(0=전혀 그렇지 않다, 4=매우 그렇다)로 구성되어 있으며, 총점이 높을수록 수행 불안이 높음을 의미한다. 성인을 대상으로 한 김소정 등(2013)의 타당화 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .88였으며 본 연구에서는 .79로 나타났다. 아울러 본 연구에서 두 척도를 합산한 사회불안 전체의 내적합치도는 .68로 나타났다.

어머니의 과보호적 양육태도

어머니의 과보호적 양육태도를 측정하기 위해서 정은영과 장성숙(2008)이 개발한 지각된 어머니의 과보호 척도를 사용하였다. 원 척도는 과잉기대(예, 내 능력 이상으로 기대하셔서 부담스럽다.), 자율성 저해(예, 어머니가 내 스케줄을 다 짜고 관리하신다.), 과잉통제(예, 나의 귀가시간을 엄격히 관리하신다.), 과잉보호 및 불안(예, 내가 할 수 있는 일인데도 불안하다고 못하게 하신다.), 과잉애정(예, 언제나 내 기분을 맞춰주려고 애쓰신다.)의 5개 요인을 각각 5문항, 리커트 4점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 4=매우 그렇다)로 측정하여 총 25문항으로 구성되었다. 하지만 확인적 요인분석을 실시하였을 때, 원척도와 같은 요인구조가 나타나지 않았다. 이에, 본 연구에서는 구조방정식 분석을 위해 Cattell과 Burdsal(1975)가 제안한 방사 알고리즘(radial algorithm)을 이용한 문항 묶음화(item parceling)을 통해 다섯 가지 하위요인(과보호1, 과보호2, 과보호3, 과보호4, 과보호5)으로 재구성하였다. 대학생을 대상으

로 한 기존 연구(강선모, 임혜경, 2012)에서 전체 내적합치도(Cronbach's α)는 .88이었으며, 본 연구에서는 .93으로 나타났다.

역기능적 신념

역기능적 신념을 측정하기 위해 조용래, 원호택(1999)이 70문항으로 개발한 역기능적 신념검사(Dysfunctional Belief Test; DBT)를 홍세희, 조용래(2006)가 36문항으로 재구성한 단축판 역기능적 신념검사를 사용하였다. 사회적 자기에 대한 부정적 개념(예, 나는 어딘가 부족한 사람이다.), 타인의 인정에 대한 과도한 요망(예, 다른 사람이 나를 싫어한다면, 나는 견딜 수 없다.), 타인 및 대인관계에 대한 부정적 신념(예, 사람들은 근본적으로 이기적이고 이해타산적이다.)의 3개 요인을 각각 12문항, 리커트 6점 척도(1=전혀 동의하지 않는다, 6=전적으로 동의한다)로 측정하였다. 대학생을 대상으로 한 장혜정과 안현의(2010)의 연구에서의 내적합치도(Cronbach's α)는 하위요인에 따라 .81에서 .89였으며 본 연구에서의 전체 내적합치도는 .82로 나타났다.

불안통제감

불안통제감을 측정하기 위해, Rapee 등(1996)이 개발한 불안통제 질문지(Anxiety Control Questionnaire Revised; ACQ)를 Brown, White, Forsyth와 Barlow(2004)가 수정하고 오윤희와 오강섭(2009)이 번안한 척도를 사용하였다. 원 척도는 감정통제 10문항(예, 나는 나의 불안 수준을 통제할 수 있다.), 위협통제 5문항(예, 뭔가에 크게 놀라면, 할 수 있는 게 아무것도 없다.), 통제무력감 4문항(나는 성공적으로 해결할 수 없기에 아예 갈등 그 자체를 피해버린다.)의 하위요인을 리커트 6점 척도(1=전혀

아니다, 6=아주 많이 그렇다)로 측정하여 총 19문항으로 구성되었다. 그러나 확인적 요인 분석을 실시하였을 때, 원척도와 같은 요인구조가 나타나지 않았다. 이에, Carrell과 Burdsal (1975)가 제한한 방사 알고리즘을 이용한 문항 묶음을 통해 세 가지 하위요인(불안통제감1, 불안통제감2, 불안통제감3)으로 재구성하였다. 오윤희와 오강섭(2009)의 연구에서 전체 내적합치도(Cronbach's α)는 .80이었으며 본 연구에서는 .89로 나타났다.

자료 분석

본 연구에서는 먼저 SPSS 21.0 프로그램을 사용하여 기술통계분석과 내적합치도(Cronbach's α), 상관분석을 시행하였다. 다음으로, 대학생이 지각한 어머니의 과보호적 양육태도, 사회불안, 역기능적 신념, 불안통제감의 구조적 관계를 검증하기 위해 Mplus 7.0 프로그램을 사용하여 구조방정식 모형(Structural Equation Modeling: SEM)검증을 실시 후 역기능적 신념과 불안통제감의 매개효과를 알아보기 위해 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 사용하였다.

결 과

주요 변인들의 기술통계

연구문제를 검증하기에 앞서 기초자료로서 어머니의 과보호적 양육태도, 사회불안, 역기능적 신념, 불안통제감의 최고 및 최저 점수, 평균과 표준편차를 산출하였으며, 정규성 가정을 검토하기 위해 왜도와 첨도를 산출하였다. 기술 통계 결과는 표 1에 제시하였다. 측정변인의 정규성 가정을 확인한 결과(Kline, 2015; 정규성 가정: 왜도의 절대값 < 3, 첨도의 절대값 < 10), 본 연구의 측정변인들은 정규성 가정을 만족한다고 볼 수 있다.

주요 변인들의 상관분석 결과

측정변인들 간의 관련성을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였고, 그 결과를 표 2에 제시하였다. 상관계수를 살펴보면 모든 변인 간 유의미한 상관이 나타났다($p < .01$). 구체적으로 살펴보면, 높은 수준의 사회불안이 높게 지각된 어머니의 과보호적 양육태도($r = .41 \sim .47, p < .01$), 높은 수준의 역기능적 신념($r = .40 \sim .70, p < .01$), 낮은 수준의 불안통제감($r = -.50 \sim -.57,$

표 1. 주요 변인들의 점수 범위와 평균 및 표준편차 (N=456)

	가능한 점수범위	점수 범위	평균	표준편차	왜도	첨도
어머니의 과보호적 양육태도	25-100	25-92	42.63	11.90	.84	.45
사회불안	12-60	12-53	26.59	7.83	.43	-.35
역기능적 신념	36-216	40-180	103.82	26.70	.12	-.20
불안통제감	19-114	29-114	71.50	12.85	.02	.42

표 2. 주요 변인들의 상관분석 결과 (N=456)

	1	2	3	4
1. 어머니의 과보호적 양육태도	-			
2. 사회불안	.48**	-		
3. 역기능적 신념	.63**	.61**	-	
4. 불안통제감	-.60**	-.47**	-.67**	-

p** < .01

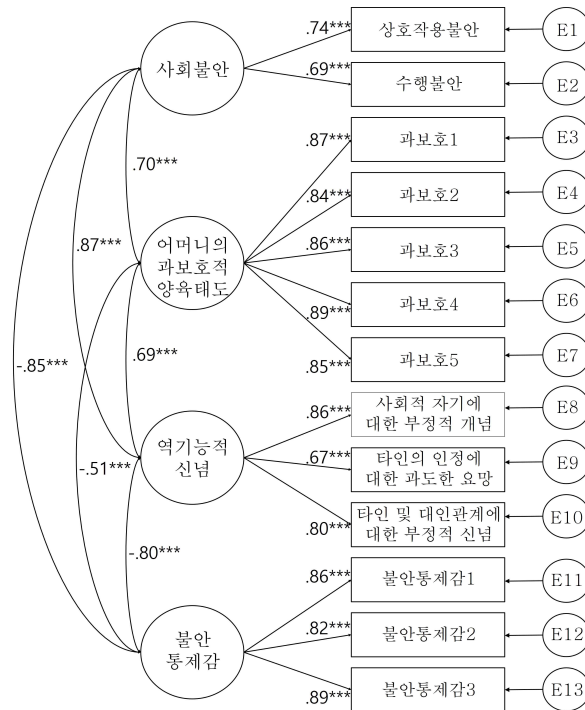
p < .01)과 관련됨을 알 수 있다. 다음으로, 높게 지각된 어머니의 과보호적 양육태도가 높은 수준의 역기능적 신념($r = .37 \sim .58, p < .01$) 및 낮은 수준의 불안통제감($r = -.32 \sim -.45, p < .01$)과 유의미한 상관을 보였다. 마지막으로 역기능

적 신념은 불안통제감과 유의미한 부적 상관을 보였다($r = -.38 \sim -.63, p < .01$).

측정모형 검증

구조모형 분석에 앞서 측정변수들이 각 잠재변수를 적절하게 반영하는지를 확인하기 위해 측정모형의 확인적 요인분석을 실시하였다. 분석 결과는 그림 2를 통해 제시하였다.

일반적으로 구조방정식 모형을 평가할 때, χ^2 검증과 함께 적합도 지수인 RMSEA, CFI, TLI, SRMR 을 사용하여 모형의 적합도를 평가할 수 있다. RMSEA는 .05 이하일 경우 적합도가 좋은 모형, 0.08 이하면 괜찮은 모형이라고 해석할 수 있으며(Browne, Cudeck, Bollen, &



*** p < .001. 주. 그림에 제시된 계수는 모두 표준화된 수치임.

그림 2. 측정모형의 요인부하량 및 잠재변인 간 상관

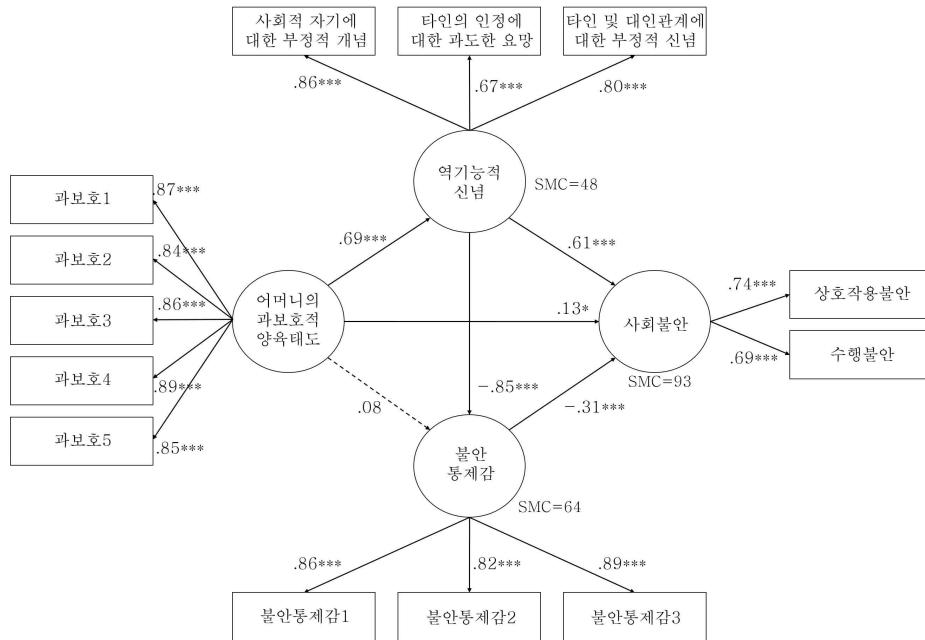
Long, 1993), CFI와 TLI는 .90 이상인 경우 적합도가 좋은 모형으로 간주된다(Bentler, 1990). 또한 Hu와 Bentler(1999)는 CFI와 TLI가 .95 이상이면 SRMR이 .08 이하일 경우 좋은 모형이라고 하였다. 본 연구의 측정모형 검증 결과, χ^2 값이 196(df=59, $p<.01$)로 나타났으며, 절대적 적합도 지수인 RMSEA가 .071(90% 신뢰구간에서 .060~.083), SRMR은 .030, 상대적 적합도 지수인 CFI와 TLI는 각각 .969와 .959로 전반적인 적합도가 적절한 것으로 나타났다. 아울러 측정변인의 표준화된 요인부하량이 .40 이상이어야 한다는 기준(Hair, Anderson, Tatham, & Black, 1992) 역시 모든 잠재변인에서 만족되었고, 잠재변인들 간의 상관의 절대값이 .51~.87로 .90을 넘지 않아 수용 가능한 수준이기 때문에 잠재변인 간의 상관도 적절한 것으로 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서 13

개의 측정변인으로 4개의 이론적 잠재변인을 구인한 것은 타당하다고 할 수 있다.

구조모형 검증

역기능적 신념과 불안통제감이 대학생이 지각한 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안 간의 관계를 매개하는지 확인하기 위해 연구모형을 설정하고, 이에 대한 검정을 진행하였다. 연구모형에 대한 적합도를 확인한 결과, 전반적인 적합도는 적절한 것으로 나타났다($\chi^2 = 196(df=59, p<.01)$, RMSEA=.071(90% 신뢰구간에서 .060~.083), SRMR=.030, CFI=.969, TLI=.959). 이는 본 연구의 모형이 자료의 특성을 적절히 반영함을 보여준다.

연구모형의 모수 추정치와 각 경로계수의 통계적 유의성은 그림 3에 제시하였다. 어머



* $p<.05$, *** $p<.001$. 주. 그림에 제시된 계수는 모두 표준화된 수치임.

그림 3. 연구모형의 경로계수와 요인부하량

니의 과보호적 양육태도에서 불안통제감으로 가는 직접경로($\beta=.08$, ns) 외의 모든 직접경로가 통계적으로 유의하게 나타났다($p<.001\sim.05$).

역기능적 신념과 불안통제감의 매개효과 검증

대학생이 지각한 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안의 관계에서 역기능적 신념과 불안통제감의 단순매개효과와 이중매개효과를 통계적 유의성을 검증하였다. 매개효과를 검증하기 위해 Bollen과 Stine(1990)이 제안한 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 이용하였으며 원자료($N=456$)로부터 무선표집하여 생성된 10,000개의 자료표본을 이용하여 95% 신뢰구간을 구하였다. 신뢰구간에서 0을 포함하지 않을 때 .05수준에서 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다. 매개효과 검증결과는 표 3에 제시한 바와 같다. 연구모형 검증에서 어머니의 과보호적 양육태도와 불안통제감 사이의 경로가 유의미하지 않았으므로, 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안의 관계에서 불안통제감의 단순매개효과는 해석에서 제외하

였다. 그 결과, 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안의 관계에서 역기능적 신념의 단순매개효과는 95% 신뢰구간 .277~.569에 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의미하였다. 또한 역기능적 신념과 불안통제감을 차례로 거치는 이중매개효과가 유의수준 .05에서 통계적으로 유의미하게 나타났다. 이는 역기능적 신념이 지각된 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안을 이어주는 변인임을 의미할 뿐 아니라, 지각된 과보호적 양육태도로 인해 형성된 역기능적 신념이 불안통제감을 통해 사회불안을 예측하는 역할을 함을 시사한다.

논 의

본 연구는 대학생이 지각한 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안의 관계에서 역기능적 신념과 불안통제감이 매개효과를 나타내는지 알아보고자 하였다. 먼저 주요 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과, 선행연구들과 같이 지각된 어머니의 과보호적 양육태도는 역기능적 신념, 사회불안과 정적 상관이, 불안통

표 3. 연구모형의 매개효과 검증결과

경로	비표준화	표준오차	표준화	95% 신뢰구간
어머니의 과보호적 양육태도 → 역기능적 신념 → 사회불안	0.620	0.089	0.422***	(.277, .569)
어머니의 과보호적 양육태도 → 불안통제감 → 사회불안	-0.034	0.030	-0.023	(-.056, .010)
어머니의 과보호적 양육태도 → 역기능적 신념 → 불안통제감 → 사회불안	0.263	0.042	0.180***	(.098, .261)

*** $p<.001$

제감과 부적 상관이 유의하였다. 또한 역기능적 신념은 사회불안과 정적 상관을, 불안통제감과는 부적 상관을 보였고, 불안통제감과 사회불안 간에도 부적 상관의 유의하여 모든 변인 간에 밀접한 관련성이 있음을 확인하였다.

다음으로 변인들 간의 구조적 관계를 확인하기 위해 구조방정식 모형 분석을 실시하였다. 그 결과, 연구모형은 적절한 수준의 적합도를 보였고, 지각된 어머니의 과보호적 양육태도와 불안통제감의 직접경로를 제외한 모든 경로가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 먼저, 기존 연구들(Arim & Shapke, 2008; Knappe et al., 2012)과 마찬가지로 어머니의 과보호적 양육태도에서 사회불안으로 이어지는 직접경로가 유의미하게 나타났다. 이러한 결과는 대학생을 독립된 성인으로 치부하여 더 이상 부모의 양육에 의해 영향을 받지 않을 것이라는 기존의 통념과 달리 여전히 부모의 과보호적 양육태도가 자녀의 심리사회적 건강에 영향을 미칠 수 있음을 의미한다. 일반적으로 어머니의 과잉기대와 과잉간섭은 자녀의 자율성을 저해하고 부모에게 의존하도록 만들어 독립성을 요구하는 사회적 상황에서 사회불안과 같은 심리적 스트레스를 증가시키는 것으로 알려져 있다(Hudson & Rapee, 2001; Spokas & Hiemberg, 2009). 특히 성인진입기의 경우, 독립된 성인으로 발돋움하기 위해 자율성과 책임감을 획득해야하는 발달과업을 지니고 있기 때문에(Arnett, 2000), 이 시기의 대학생들은 이전 연령대에 비해 자기주도적 행위에 많은 가치를 부여한다(서지영, 정영숙, 2012). 따라서 이와 상충되는 부모의 과도한 통제와 보호가 사회불안에 직접적인 영향을 미쳤을 것으로 생각된다.

또한 어머니의 과보호적 양육태도에서 역기

능적 신념으로 이어지는 경로 역시 정적으로 유의하였다. 이는 부모의 과잉기대나 과잉통제가 자녀의 이상적 자기상을 형성시키고, 실제 자기와의 괴리로 인해 부정적 자기개념 형성에 영향을 미칠 뿐 아니라, 타인의 평가에 과도한 의미를 부여하도록 만듦을 의미한다(석민정, 오인수, 2014; Vasey & Dadds, 2001). 많은 어머니들이 자녀의 대학 입시를 기점으로 과보호와 성취압력이 줄어든다고 보고하나(오정현, 정태연, 2006), 자신의 부모를 과보호적이라 지각하는 대학생 자녀들은 이들이 여전히 전공 선택이나 구직 과정 등에 개입하는 방식으로 과보호를 지속한다고 보고하였다(유계숙, 장경은, 2016; Peluchette, Kovanic, & Patridge, 2013). 이에 기반 할 때, 자녀의 발달 시기에 따라 양상을 달리할 뿐 여전히 과보호적 양육태도가 지속될 것을 보인다. 특히 대학생이 지각하는 어머니의 과보호는 성취 측면에서 과잉기대나 과잉통제와 관련될 것으로 보이고, 이에 따라 자율성 박탈과 사회적 기술 습득 저해가 역기능적 신념 형성에 더 많은 영향을 미칠 가능성이 있다.

아울러 선행연구들(장하연, 조용래, 2012; Ciarrochi, 2004)과 마찬가지로 역기능적 신념에서 사회불안으로 이어지는 경로 역시 유의하였다. 이는 자신에 대해 부적절하게 느끼고, 타인이 자신을 평가하며, 그에 따라 자신의 가치가 결정된다는 역기능적 신념이 사회불안 형성에 주요한 역할을 한다는 이론적 모델들(Beck et al., 1985; Clark & Wells, 1995; Rapee & Heimberg, 1997)을 뒷받침한다. 아동·청소년기와 달리 성인진입기의 대학생들은 다양한 상황에서 독립적인 수행을 요구받기 때문에 타인의 평가와 자신의 능력에 더욱 예민해지며, 그에 대한 부정적인 인식을 지닐수록 사회불

안을 경험하기 쉬운 것으로 여겨진다(강석기 등, 2011; 박지연, 양남미, 2014).

불안통제감에서 사회불안으로 이어지는 경로 역시 유의하게 나타났다. 기존 불안통제감과 사회불안의 관계를 확인한 이복동 등(2003)은 사회공포증으로 진단된 임상 집단과 정상 통제 집단을 비교하여 임상 집단이 유의하게 낮은 불안통제감을 지니며 불안통제감이 낮을수록 사회불안의 정서적, 행동적 증상이 더 많이 나타남을 확인하였으나, 정상 집단의 불안통제감에 따른 사회불안의 정도는 확인하지 않았다. 따라서 이러한 결과는 비록 임상 집단보다 높은 불안통제감을 지닐지라도, 비임상 집단 역시 불안을 통제할 수 없을 것이라는 믿음을 가질수록 자연스러운 불안 증상을 부정적으로 지각하고, 이러한 상황 자체를 회피하며, 사회적 상황에서 실패할 것이라는 부정적인 예측을 증가하도록 만들어 사회불안을 경험할 수 있음을 보여준다(Barlow, 2002).

한편, 어머니의 과보호적 양육태도에서 불안통제감으로 이어지는 경로가 유의하지 않아 어머니의 과보호적 양육이 통제감을 매개로 사회불안에 영향을 미친다는 기존의 연구(Spokas & Heimberg, 2009)와 다소 차이를 보였다. 이러한 차이는 기존 연구가 통제감을 통제 소재(locus of control)를 통해 측정했는 것과 달리 본 연구에서는 불안통제감을 통해 측정했는 것에 기인할 것으로 보인다. 앞서 언급했듯이 통제 소재는 다양한 상황의 결과가 자신에 의해서인지 다른 외적 요인에 의한 것인지에 대한 광범위한 지각을 측정하는 반면, 불안통제감은 자신의 불안과 관련한 신체적, 정서적 반응에 한정된 통제감을 측정한다(Rapee et al., 1996). 즉, 불안통제감은 대체로 불안과 관련한 자신의 내적 상태에 대한 조절 여부를

중심으로 통제감을 구체화하였다는 점에서 통제 소재와 구별된다. 비록 불안통제감이 회피나 적절한 대응과 관련된 통제감을 측정하는 하나, 이 역시 불안을 유발하는 상황을 가정하고 있다. 따라서 본 연구 결과는 일반화된 통제감을 측정하는 통제-소재가 양육 요인에 의해 직접적인 영향을 받는 것과 달리, 불안통제감 형성에는 양육 경험 뿐 아니라 가정 외에서의 성취와 같은 다른 요인들이 영향을 미쳤을 수 있겠다.

다른 한편으로는 어머니의 과보호적 양육태도와 불안통제감의 직접적 관계를 확인한 기존 연구들과 달리, 역기능적 신념을 포함함으로써 어머니의 과보호적 양육태도의 간접적인 영향력이 드러난 것으로 보인다. 실제로 가족환경, 역기능적 신념, 불안통제감과 사회불안의 구조적 관계를 살펴본 양주경과 김은정(2007)의 연구에서도 가족환경이 역기능적 신념을 거쳐서 불안통제감으로 가는 간접경로를 확인한 바 있다. 이러한 결과는 역기능적 신념이 불안통제감 형성에 영향을 미칠 수 있음을 제안한 기존 연구들(양주경, 김은정, 2007; 이미현, 2016; Hofmann, 2005)을 뒷받침한다. 즉, 어머니의 과보호적 양육태도가 불안통제감 저하에 직접적으로 영향을 미치기보다 부모의 과보호가 역기능적 신념 발달에 영향을 주고, 증가한 역기능적 신념이 불안통제감에 영향을 미칠 가능성을 시사한다.

마지막으로 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안의 관계에서 역기능적 신념의 단순매개효과와 역기능적 신념과 불안통제감을 순차적으로 거쳐 사회불안으로 이어지는 이중매개효과가 유의미한지를 확인하고자 부트스트래핑 방법을 사용하여 매개효과를 검정하였다(Bollen & Stine, 1990). 그 결과, 과보호적 양육

태도에서 역기능적 신념을 거쳐 사회불안으로 가는 단순매개효과가 유의미할 뿐 아니라, 어머니의 과보호적 양육태도에서 역기능적 신념과 불안통제감을 거쳐 사회불안으로 이어지는 간접경로의 이중매개효과도 유의미하게 나타났다. 즉 어머니의 과보호적 양육태도가 자신과 사회적 상황에 대한 역기능적 신념을 형성시키고, 이에 의해 사회적 상황에서의 부정적 결과를 예측하여 사회불안이 증가될 뿐 아니라, 정서적 반응과 불안을 유발하는 사회적 상황을 통제할 수 없을 것이라 느끼게 만들어 사회불안을 증가시킬 수 있다는 가설이 지지되었다. 본 연구 결과는 양육환경이라는 환경적 맥락이 자녀의 인지적 요인 형성에 영향을 미침으로써 사회불안에 영향을 미칠 수 있다는 선행연구(양주경, 김은정, 2007)를 지지할 뿐 아니라, 이러한 관계가 청소년뿐 아니라 성인진입기의 대학생에게도 여전히 유효하다는 것을 확인하였다는데 의의가 있다.

이상의 결과들을 종합하면, 어머니가 자신에게 과도하게 기대하고, 자신을 통제한다고 느낄수록, 자녀는 자신이 부모의 기대에 부응하지 못하는 존재라는 부정적 자기개념을 형성시키게 되고(Ingram et al., 2001), 부모를 포함한 타인의 평가에 민감해지게 된다(석민정, 오인수, 2014). 또한 부모의 과도한 유아취급과 보호하려는 경향은 자녀로 하여금 세상이 위협적이라는 인식을 만들어 타인과 세상에 대한 역기능적 신념을 형성시킬 수 있다(Silove et al., 1991; Vasey & Dadds, 2001). 이렇게 형성된 역기능적 신념이 사회적 상황에서 활성화되면, 중립적인 자극에 대해서도 위협적으로 지각하게 되고, 부정적 평가를 받을 것이라는 두려움으로 인하여 사회불안을 경험하게 된다(Clark & Wells, 1995; Rapee & Heimberg, 1997).

게다가 자신이 그러한 상황에 적절히 대처하거나 부정적 정서를 조절하지 못할 것이라는 생각을 활성화 시켜 자연스러운 불안조치 문제적이라고 지각함으로써 사회불안을 증폭시키는 것이라고 볼 수 있다(Barlow, 2002).

구조방정식 모형 분석 결과 밝혀진 이러한 결과들은 대학생이 부모로부터 받는 과보호적 양육이 어떠한 맥락에서 인지적 요인들을 변화시키고, 심리사회적 발달에 영향을 미치는지를 보여준다. 또한 대학생이 경험하는 사회불안을 감소시키기 위해 어떤 예방 및 개입 전략이 효과적인지에 대한 유용한 정보를 제공한다.

먼저 어머니의 과보호적 양육태도가 대학생 자녀의 사회불안에 직, 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타나, 대학생 사회불안의 예방 및 개입에서 어머니를 함께 고려해야 함이 시사된다. 특히 과보호적 양육이 발달 시점에 그 행동 양상이 달라질 수는 있으나 여전히 지속됨을 고려할 때, 양육법의 개선이나 변화에 대한 조기 개입이 중요할 것으로 보인다. 따라서 예방 차원에서는 유아기나 학령기 뿐 아니라 대학생 자녀를 양육하는 어머니를 대상으로 올바른 양육태도에 대한 지속적인 부모교육을 실시할 필요성이 있다. 이는 과보호를 자녀에게 긍정적 영향을 미치는 돌봄의 일환으로 생각하는 어머니에게 자신의 애정과 지지를 자녀의 발달시기에 맞는 적합한 방식으로 표현할 수 있도록 도움을 줄 것이다. 개입 차원에서는 사회불안을 경험하는 대학생을 대상으로 어머니-자녀 관계증진 프로그램 등 가족을 포함하는 개입 프로그램을 활성화할 필요성이 있다. 특히 어머니의 실질적 행동보다 이에 대한 자녀의 지각이 더 큰 영향을 미친다는 점을 고려할 때, 양육행동을 사이에

둔 어머니와 자녀의 견해 차이를 확인하고 적합한 관계를 형성할 수 있도록 돕는다면 사회불안을 감소시키는데 효과가 있을 것으로 기대된다.

또한 어머니의 과보호적 양육태도가 역기능적 신념과 불안통제감을 거쳐 사회불안에 영향을 미치는 것을 고려할 때, 사회불안에 대한 인지치료에서 내담자의 가족환경, 특히 어머니와의 관계를 확인하고 이로부터 발생할 수 있는 역기능적 신념에 대해 우선적으로 탐색할 필요가 있다. 사회불안과 관련한 인지적 문제가 어떠한 환경적 맥락에서 초래되었는지를 확인할 수 있다면, 이를 보다 효율적으로 수정할 수 있게 되어 대학생 사회불안을 효과적으로 완화시킬 수 있을 것이라 생각된다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 대학생을 대상으로 사회불안의 원인 혹은 유발 과정에 대한 종합적인 모형을 제공하였다. 사회불안을 경험하는 대학생이 증가함에도 기존 연구들은 여전히 아동기와 청소년기를 대상으로 진행되어왔고, 대학생을 대상으로 한 연구가 존재하더라도 이들을 독립된 성인으로 취급하여 사회불안의 유발 요인 중 하나인 양육요인과의 관련성은 거의 다루어지지 않아왔다. 본 연구에서는 대학생이 성인진입기라는 발달적 과도기에 있음에 입각하여 어머니의 과보호적 양육태도가 아동기와 청소년기 자녀는 물론 성인진입기 대학생 자녀의 사회불안에 어떠한 과정을 통해 영향을 미치는지를 확인하였다. 이를 통해 어머니의 양육태도가 여전히 성인기 자녀의 심리사회적 건강에 지속적인 영향을 미칠 수 있음을 인식하고, 현대 사회에서 증가하고 있는 과보호적 양육태도에 대한 경각심 제공한다.

둘째, 사회불안을 유발하는 인지적 요인으

로써 기존 단일하게 연구되던 역기능적 신념과 불안통제감을 함께 고려하였다. 역기능적 신념이 불안통제감을 거쳐 사회불안에 영향을 미칠 수 있다는 연구결과는 하나의 인지적인 요소에만 집중적으로 초점을 맞추기보다 두 요인을 함께 고려할 필요성이 있음을 보여준다. 즉, 역기능적 신념과 불안통제감을 복합적으로 다룰 수 있는 인지치료 프로그램의 개발은 사회불안 증상을 더욱 효과적으로 개선시킬 수 있을 것이라는 가능성을 제시한다.

셋째, 본 연구는 사회불안의 인지적 요인뿐 아니라 어머니의 과보호적 양육태도라는 환경적 요인을 포함하여 그 영향력을 확인하였다. 이는 대학생 사회불안을 치료하는데 있어 단순히 인지적 요인뿐 아니라 이들의 환경적 맥락에 대한 이해가 필요함을 시사한다. 단순히 인지적 요인에 대한 개입만을 제공하는 것보다, 이러한 인지적 요인을 형성 및 유지시키는 환경 요인을 포함하는 치료프로그램의 개발은 사회불안 증상 감소에 큰 효과를 거둘 수 있을 것으로 기대된다.

논의를 바탕으로 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 표본은 전국 4년제 대학생을 대상으로 하였으나 대부분의 피험자가 서울 및 경기 지역에 밀집되어 국내 대학생 전체로 일반화하기에는 어려움이 따른다. 따라서 표집대상을 보다 광범위하게 선정하여 일반화할 수 있는 후속 연구가 필요하다. 아울러 대학생뿐 아니라 성인기 자녀들에 대한 부모의 과보호 역시 증가하는 추세임을 고려할 때 더 후기의 발달단계에 있는 개인에게 어머니의 과보호적 양육태도가 미치는 영향력에 대한 연구 역시 이루어질 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 구조방정식 모형 분석을

위해 과보호적 척도의 하위요인을 문항분석을 통해 재구성하였다. 이에 따라 원 척도의 하위요인인 과잉기대, 자율성 저해, 과잉통제, 과잉보호 및 불안, 과잉애정의 독립적인 효과 차이를 확인할 수 없었다. 발달 시기에 따라 각각의 하위요인이 미치는 영향력이 달라질 수 있기 때문에 추후 연구에서는 과보호 중에서도 어떠한 요인들이 성인진입기 대학생의 사회불안에 영향을 미치는지를 확인할 필요성이 있다.

셋째, 본 연구는 현재 어머니에 대한 지각된 과보호적 양육태도를 측정하였다. 비록 어머니와의 동거 여부에 따른 과보호적 양육태도의 차이는 시사되지는 않았으나($p=.241$), 비동거 상태의 자녀의 경우 과거 어머니의 양육태도를 회상적으로 보고하였을 가능성을 완전히 배제하기 어렵다. 또한 양육이 지속적인 요인임을 감안할 때, 현재 모델에서 나타난 결과가 과거 양육과는 독립적으로 영향을 미칠 것이라 확신할 수 없었다. 따라서 이를 확인하기 위해 청소년기에 대한 회고적 측정 분석에 추가하여 현재의 과보호적 양육의 독립된 효과를 측정하거나, 이에 대한 종단적 연구가 필요할 것으로 보인다.

참고문헌

강석기, 고수현, 한상훈 (2011). 대학생의 사회불안, 내현적 자기에, 부정적 정서와 우울의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과 검증. *교육연구논총*, 32(2), 1-27.

강선모, 임혜경 (2012). 대학생의 과보호 및 부모화 경험이 내현적 자기에 성향에 미치는 영향. *청소년학연구*, 19(4), 53-78.

강지혜 (2011). *고등학생이 지각한 부모의 양육태도와 역기능적 신념 및 사회불안의 관계*. 강원대학교 석사학위 청구논문.

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.

김향숙 (2001). *사회공포증 하위 유형의 지역편향*. 서울대학교 석사학위 청구논문.

김혜숙 (2005). *부모의 양육태도와 대인관계문제 및 역기능적 신념과의 관계*. 서강대학교 석사학위 청구논문.

박지연, 양난미 (2014). *대학생의 사회부과적 완벽주의와 사회불안의 관계*. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(2), 363-388.

박지연, 이명조 (2012). *대학생이 지각한 모의 양육태도와 심리적 안녕감의 관계에서 자기위로능력의 매개효과*. *한국심리학회지: 발달*, 25(2), 1-19.

보건복지부 (2017). 2016년 정신질환실태 역학조사. <http://www.mohw.go.kr/>

서지영, 정영숙. (2012). 연령에 따른 가치구조의 발달. *한국심리학회지: 발달*, 25(2), 21- 44.

석민정, 오인수 (2014). *중학생이 인식한 부모의 과보호적 양육태도와 부정적 자동적 사고 및 분노의 관계*. *중등교육연구*, 62(3), 491-511.

신민진, 하은혜 (2010). *어머니의 과보호적 양육태도와 청소년 불안의 관계에서 부정적 인지의 매개 효과*. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(2), 459-477.

양주경, 김은정 (2007). *청소년기 사회불안의 발생기제*. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 2007(1), 198-199.

- 오경자, 양윤란 (2003). 청소년기 사회불안의 발생과 유지의 심리적 기제 I. 한국심리학회지: 임상, 22(3), 557-576.
- 오윤희, 오강섭 (2009). 개정된 한국판 불안통제 질문지의 요인구조. 한국심리학회지: 임상, 28(4), 995-1010.
- 오정현, 정태연 (2006). 자녀의 연령에 따른 어머니의 양육방식에서의 차이. 한국심리학회지: 학교, 3(2), 43-54.
- 유계숙, 장경은 (2016). 혼합적 분석방법으로 살펴본 헬리콥터부모역할의 속성. 청소년시설환경, 14(3), 5-15.
- 이미현 (2016). 자기초점주의가 사회불안에 미치는 영향. 광운대학교 석사학위 청구논문.
- 이복동, 오윤희, 오강섭 (2003). 사회공포증 환자에 있어 지각된 불안 통제감이 사회적 불편감 및 회피정도에 미치는 영향. 인지행동치료, 3(1), 81-92.
- 장하연, 조용래 (2012). 타인의 인정에 대한 과도한 요구 신념과 정서적 고통 감내력이 사회적 수행불안에 미치는 영향. 인지행동치료, 12(3), 299-313.
- 장혜정, 안현의 (2010). 단축판 역기능적 신념검사의 타당화 연구. 한국심리학회지: 일반, 29(4), 935-957.
- 정은영, 장성숙 (2008). 청소년이 지각한 어머니의 과보호 척도 개발. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(2), 293-312.
- 조용래, 원호택 (1997). 대인불안에 대한 인지적 평가: 사회적 상호작용에 대한 자기효능감 척도의 개발과 타당화에 관한 연구. 심리학의 연구문제, 4, 397-434.
- 조용래, 원호택 (1999). 사회공포증에 대한 인지적 평가. 한국심리학회지: 임상, 18(1), 141-162.
- 조설애, 정영숙 (2017). 대학생이 지각한 부모의 의미와 부모와의 관계 만족, 행복 및 적응과의 관계. 한국심리학회지: 발달, 30(1), 117-138.
- 최미경, 조용래 (2005). 생활 스트레스와 지각된 불안 통제감 및 대처양식이 대학생의 불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 24(2), 281-298.
- 최미미, 조용래 (2008). 지각된 부모양육행동과 행동억제가 대학생의 사회불안에 미치는 영향. 한국심리학회 학술대회 자료집, 2008(1), 576-577.
- 한기백 (2015). 여자대학생이 지각한 아동기 부·모의 돌봄과 과보호가 우울증상에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(2), 315-342.
- 홍세희, 조용래 (2006). 역기능적 신념검사 단축판의 구성. 한국심리학회지: 임상, 25(3), 865-880.
- Arim, R. G., & Shapka, J. D. (2008). The impact of pubertal timing and parental control on adolescent problem behaviors. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(4), 445-455.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM-5*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Ballash, N. G., Pemble, M. K., Usui, W. M., Buckley, A. F., & Woodruff-Borden, J. (2006). Family functioning, perceived control,

- and anxiety: A mediational model. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(4), 486-497.
- Barber, B. K. (2002). Reintroducing parental psychological control. In Barber, B. K. (Ed). (2002). *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents*(pp. 3-13). Washington, DC: American Psychological Association.
- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders*. New York: Guilford Press.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive approach*. New York, NY: Basic Books.
- Belloch, A., Morillo, C., Luciano, J. V., García-Soriano, G., Cabedo, E., & Carrió, C. (2010). Dysfunctional belief domains related to obsessive-compulsive disorder: a further examination of their dimensionality and specificity. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(1), 376-388.
- Bennet, A., & Stirling, J. (1998). Vulnerability factors in the anxiety disorders. *British Journal of Medical Psychology*, 71(3), 311-321.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238-246.
- Bollen, K. A., & Stine, R. (1990). Direct and indirect effects: Classical and bootstrap estimates of variability. *Sociological Methodology*, 20(1), 15-140.
- Bouchard, S., Gauthier, J., Nouwen, A., Ivers, H., Vallières, A., Simard, S., & Fournier, T. (2007). Temporal relationship between dysfunctional beliefs, self-efficacy and panic apprehension in the treatment of panic disorder with agoraphobia. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 38(3), 275-292.
- Brown, T. A., White, K. S., Forsyth, J. P., & Barlow, D. H. (2004). The structure of perceived emotional control: Psychometric properties of a revised Anxiety Control Questionnaire. *Behavior Therapy*, 35(1), 75-99.
- Browne, M. W., Cudeck, R., Bollen, K. A., & Long, J. S. (1993). Alternative ways of assessing model fit. *Sage Focus Editions*, 154(1), 136-136.
- Carton, J. S., & Nowicki, S. (1994). Antecedents of individual differences in locus of control of reinforcement: A critical review. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 120(1), 31-81.
- Cattell, R. B., & Burdsal Jr, C. A. (1975). The radial parcel double factoring design: A solution to the item-vs-parcel controversy. *Multivariate Behavioral Research*, 10(2), 165-179.
- Chorpita, B. F., & Barlow, D. H. (1998). The development of anxiety: the role of control in the early environment. *Psychological Bulletin*, 124(1), 3-21.
- Ciarrochi, J. (2004). Relationships between dysfunctional beliefs and positive and negative indices of well-being: A critical evaluation of the Common Beliefs Survey-III. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 22(3), 171-188.
- Clark, D. A., Beck, A. T., & Alford, B. A.

- (1999). *Scientific foundations of cognitive theory and therapy of depression*. New York: John Wiley.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. Heimberg, R. G. (Ed.). *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment*(pp.69-93). New York: Guilford Press.
- Ellis, A. (2001). *Overcoming destructive beliefs, feelings, and behaviors: New directions for rational emotive behavior therapy*. New York: Prometheus Books.
- Field, A. P., Argyris, N. G., & Knowles, K. A. (2001). Who's afraid of the big bad wolf: a prospective paradigm to test Rachman's indirect pathways in children. *Behaviour Research and Therapy*, 39(11), 1259-1276.
- Gallagher, B., & Cartwright-Hatton, S. (2008). The relationship between parenting factors and trait anxiety: Mediating role of cognitive errors and metacognition. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(4), 722-733.
- Gitelson, I. B., & McDermott, D. (2006). Parents and their young adult children: Transitions to adulthood. *Child Welfare*, 85(5), 853-866.
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C. (1992). *Multivariate Data Analysis*(3rd ed.). New York: Macmillan.
- Heinrichs, N., Rapee, R. M., Alden, L. A., Bögels, S., Hofmann, S. G., Oh, K. J., & Sakano, Y. (2006). Cultural differences in perceived social norms and social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 44(8), 1187-1197.
- Hofmann, S. G. (2005). Perception of control over anxiety mediates the relation between catastrophic thinking and social anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 43(7), 885-895.
- Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive Behaviour Therapy*, 36(4), 193-209.
- Hofmann, S. G., & DiBartolo, P. M. (2010). *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives*. Boston: Elsevier/Academic Press.
- Hu, L. t., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: a Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Hudson, J. L., & Rapee, R. M. (2000). The origins of social phobia. *Behavior Modification*, 24(1), 102-129.
- Hudson, J. L., & Rapee, R. M. (2001). Parent-child interactions and anxiety disorders: An observational study. *Behaviour Research and Therapy*, 39(12), 1411-1427.
- Ingram, R. E., Overbey, T., & Fortier, M. (2001). Individual differences in dysfunctional automatic thinking and parental bonding: Specificity of maternal care. *Personality and Individual Differences*, 30(3), 401-412.
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford publications.
- Klockars, A. J., & Varnum, S. W. (1975). A test of the dimensionality assumptions of Rotter's Internal-External Scale. *Journal of Personality Assessment*, 39(4), 397-404.
- Knappe, S., Beesdo-Baum, K., Fehm, L., Lieb, R., & Wittchen, H.-U. (2012). Characterizing the

- association between parenting and adolescent social phobia. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(5), 608-616. doi: 10.1016/j.janxdis.2012.02.014
- Lange, R. V., & Tiggemann, M. (1981). Dimensionality and reliability of the Rotter IE locus of control scale. *Journal of Personality Assessment*, 45(4), 398-406.
- Lieb, R., Wittchen, H.-U., Höfler, M., Fuetsch, M., Stein, M. B., & Merikangas, K. R. (2000). Parental psychopathology, parenting styles, and the risk of social phobia in offspring: a prospective-longitudinal community study. *Archives of General Psychiatry*, 57(9), 859-866.
- 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.
- McLeod, B. D., Wood, J. J., & Weisz, J. R. (2007). Examining the association between parenting and childhood anxiety: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27(2), 155-172.
- Peluchette, J. V. E., Kovanic, N., & Partridge, D. (2013). Helicopter parents hovering in the workplace: What should HR managers do?. *Business Horizons*, 56(5), 601-609.
- Peters, L., Sunderland, M., Andrews, G., Rapee, R. M., & Mattick, R. P. (2012). Development of a short form Social Interaction Anxiety (SIAS) and Social Phobia Scale (SPS) using nonparametric item response theory: The SIAS-6 and the SPS-6. *Psychological Assessment*, 24(1), 66-76.
- Rapee, R. M., Craske, M. G., Brown, T. A., & Barlow, D. H. (1996). Measurement of perceived control over anxiety-related events. *Behavior Therapy*, 27(2), 279-293.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35(8), 741-756.
- Rapee, R. M., & Melville, L. F. (1997). Recall of family factors in social phobia and panic disorder: Comparison of mother and offspring reports. *Depression and Anxiety*, 5(1), 7-11.
- Rapee, R. M., & Spence, S. H. (2004). The etiology of social phobia: Empirical evidence and an initial model. *Clinical Psychology Review*, 24(7), 737-767.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological monographs: General and Applied*, 80(1), 1-28.
- Schreier, S. S., Heinrichs, N., Alden, L., Rapee, R. M., Hofmann, S. G., Chen, J., Bögels, S. (2010). Social anxiety and social norms in individualistic and collectivistic countries. *Depression and Anxiety*, 27(12), 1128-1134.
- Silove, D., Parker, G., Hadzi-Pavlovic, D., Manicavasagar, V., & Blaszczyński, A. (1991). Parental representations of patients with panic disorder and generalised anxiety disorder. *The British Journal of Psychiatry*, 159(6), 835-841.
- Spokas, M., & Heimberg, R. G. (2009). Overprotective parenting, social anxiety, and external locus of control: Cross-sectional and longitudinal relationships. *Cognitive Therapy and*

- Research*, 33(6), 543-551.
- Stein, M. B., & Kean, Y. M. (2000). Disability and quality of life in social phobia: epidemiologic findings. *American Journal of Psychiatry*, 157(10), 1606-1613.
- Vasey, M. W., & Dadds, M. R. (2001). *The developmental psychopathology of anxiety*. New York: Oxford University Press.
- Weisz, J. R. (1986). Contingency and control beliefs as predictors of psychotherapy outcomes among children and adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(6), 789-795.
- Wittchen, H. U., & Fehm, L. (2003). Epidemiology and natural course of social fears and social phobia. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 108 (s417), 4-18.
- Wolfradt, U., Hempel, S., & Miles, J. N. (2003). Perceived parenting styles, depersonalisation, anxiety and coping behaviour in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 34(3), 521-532.
- Zebb, B. J., & Moore, M. C. (1999). Another look at the psychometric properties of the Anxiety Control Questionnaire. *Behaviour Research and Therapy*, 37(11), 1091-1103.
- 1차원고접수 : 2018. 07. 15.
수정원고접수 : 2018. 08. 19.
최종게재결정 : 2018. 08. 28.

Testing the Relationship of Maternal Overprotection to
Social Anxiety in Emerging Adulthood:
Dual Mediating Effects of Dysfunctional Belief and Anxiety Control

Kyung-Won Kim

Sujin Yang

Department of Psychology, Ewha Womans University

The purpose of this study was to test the dual mediating effects of dysfunctional beliefs and anxiety control on the relationship of maternal overprotection to social anxiety. The data comprised survey results on 456 undergraduate students aged 18 to 25 years old. The results of the Structural Equation Model(SEM) analysis indicated that only dysfunctional beliefs mediated the relationship of maternal overprotection to social anxiety. The dual mediating effects of dysfunctional beliefs and anxiety control were statistically significant for the relationship of maternal overprotection to social anxiety. Based on this finding, the paper discusses factors associated with worsening social anxiety and effective intervention strategies for undergraduate students.

Key words : maternal overprotection, social anxiety, dysfunctional belief, anxiety control