

자의식, 자기개념, 비합리적 신념이 대학생의 사회불안에 미치는 영향

정 미 정[†] 정 현 희
경북청소년종합상담실 계명대학교

본 연구는 자의식, 자기개념, 비합리적 신념이 대학생의 사회불안에 미치는 영향을 알아보기 위한 목적으로 수행되었다. 연구의 대상은 대구·경북 지역에 소재한 대학에 재학중인 학생 744명이었으며, 이들에게 사회적 회피 및 불안 검사, 자의식 검사, 자기개념 검사, 비합리적 신념 검사를 작성하도록 하였다. 본 연구의 주요 결과를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 자의식의 하위요인 중 공적 자의식과 사적 자의식 모두가 사회불안을 설명하는데 의미가 있는 것으로 나타났다. 둘째, 자기개념의 하위요인 중에서는 사회적 자기개념이 사회불안을 가장 잘 설명해 주었고, 성격적 자기개념과 신체적 자기개념도 사회불안에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 비합리적 신념의 하위요인 중에서는 파국화가 사회불안을 가장 잘 설명해 주었으며, 과잉불안염려, 개인적 완벽성, 인정에 대한 요구도 사회불안에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 사회불안에 대한 자의식, 자기개념, 비합리적 신념의 각 하위요인들의 상대적 영향력을 알아본 결과, 사회불안을 가장 잘 설명하는 변인은 사회적 자기개념이었고, 그 다음으로 성격적 자기개념, 파국화, 과잉불안염려, 신체적 자기개념이 사회불안에 유의미한 영향을 미치는 요인인 것으로 나타났다. 이상의 연구결과를 선행연구들과 관련지어 논의한 후, 연구의 시사점과 후속연구에 대한 제언에 대해 언급하였다.

주요어 : 사회불안, 자의식, 자기개념, 비합리적 신념, 대학생

정미정은 경북청소년종합상담실, 정현희는 계명대학교 교육학과에 근무하고 있음.

[†] 교신저자 : 정 미 정, (760-140) 경북 안동시 신안동 290-3 경북청소년종합상담실,
전화 : 054-853-3011 E-mail : yeondubit@hanmail.net

‘사회불안장애(social anxiety disorder)’, ‘사회공포증(social phobia)’이란 ‘낮선 사람들에게 노출되거나 다른 사람들이 지켜보는 것이 가능한 하나 이상의 사회적 또는 수행적 상황에서 현저하고 지속적인 두려움을 보이는 것이며, 그러한 상황에서 창피하고 당황스럽게 행동할까봐 두려워하는 것’으로 정의된다(American Psychiatric Association, 1994). 조용래와 원호택(1997)이 우리나라 대학생 233명을 대상으로 한 연구 결과, 54.9%(면접시험 상황)~24.7%(사교적인 모임)의 학생들이 중간 정도 이상의 불안을 보인다고 하였으며, 다른 사람과의 일상적인 만남의 경우에도 8.5%의 학생들이 중간 정도 이상의 불안을 경험한다고 보고하였다. 한편 이시형, 김형태, 이성희(1987)는 사회불안장애로 내원하는 경우는 청년기에서 성인초기에 가장 많다고 보고하고 있다. 이들의 연구에 따르면 대학생 연령의 발달단계에서 사회불안이 형성되기 쉬우며, 많은 비율의 대학생들이 사회불안을 경험하고 있다는 것을 알 수 있다. 이렇듯 많은 비율의 대학생들이 사회불안을 경험하고 있는데, 심한 사람의 경우 개인의 사회생활에 커다란 불편과 지장을 준다. Curran(1977)은 사회적 상황에서 경험하는 사회불안은 사람이 사회적 존재란 면에서 더욱 고통스러우며, 보다 심각한 다른 정신병리를 유발시킬 수 있다고 하였다. 또한 사회불안이 높은 사람들은 사회적인 상호작용시 경험되는 주관적인 불편감과 긴장을 떨쳐버리기 위해 약물과 알콜에 의존하는 경우가 많다고 하였다(Beidel, Tuuerner, & Dancu, 1985). 특히 대학생들이 경험하고 있는 사회불안은 청년 후기에 자신의 정체감과 인격형성은 물론 학업, 진로, 대인관계 등에 좋지 못한 영향을 끼칠 가능성이 많다(김혁곤, 1992). 그러므로 사회불안을 겪고 있는 대학생들에 대한 효과적인 상담 개입이 필요하다.

사회불안의 상담 개입에 대한 다양한 이론적

접근들 가운데, 최근에는 사회불안의 원인과 유지에서 인지적 의존성을 강조하는 이론들이 증가하고 있다. 1980년대 이후 인지적 입장에서 사회불안을 다룬 많은 연구들에 힘입어, Clark과 Wells(1995), Rapee와 Heimberg(1997), Schlenker와 Leary(1982) 등은 사회불안에 대한 인지모형을 제안하였다. 이 이론들은 사회불안의 발생, 유지 및 치료에 있어 인지가 중심적인 역할을 하고 있으며, 인지적 재구조화가 사회불안 치료에 가장 효과적인임을 보여주었다(이정운, 1996; Bruch, Heimberg, & Hope, 1991; Heimberg, Dodge, Hope, Kennedy, & Zollo, 1990). 이 이론들은 사회불안이 높은 사람들은 사회불안이 낮은 사람들과는 다른 인지적 특성을 가지고 있다는 것을 강조한다(김남재, 1999). 선행연구들(Glass & Furlong, 1990; Johnson, Johnson, & Petzel, 1992)에서 사회불안을 많이 느끼는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해서 부정적으로 왜곡된 인지, 부정적 자기말 등의 역기능적 인지를 더 많이 가지고 있음이 밝혀졌다(김남재, 1996a). 그리고 국내에서도 자의식, 귀인양식, 자동적 사고, 부정적 자기개념, 비합리적 신념, 핵심신념, 부정적 평가에 대한 두려움, 완벽주의 등의 인지적 특성과 사회불안에 관한 많은 연구가 이루어져 왔다(김남재, 1996a, 1996b, 1997, 1999; 김은정, 1999; 김정호, 1999; 이정운, 1996; 이정운, 1999; 이혜민, 1999; 조용래, 1998; 최정훈과 이정운, 1994; 하영자, 1996). 이와 같이 사회불안 집단의 인지적 특성을 규명하는 연구들은 사회불안에 대한 이해를 확장할 뿐 아니라, 사회불안 때문에 사회생활에 어려움을 겪는 사람들에 대한 인지적 치료방법의 개발에도 유용한 것으로 시사되고 있다.

사회불안의 인지적 특성으로서 많은 연구가 이루어져온 주제 중의 하나는 자의식(self-consciousness)이다. Fenigstein(1979)에 의하면 자의식은 자아에

주의를 집중시키는 상당히 안정적인 기질이며 계속적으로 자신에 관해 생각하고 자신의 행동을 탐색하며 자신의 사고를 숙고하는 개인의 기질을 의미한다. 자의식의 하위요인에는 사적 자의식과 공적 자의식이 있는데, 전자는 주관적인 정서, 사고, 감정, 동기, 가치 등과 같은 자신의 내적 측면에 대한 자각이고 후자는 신체적 외모, 외현적인 행동, 정서 표현 등과 같은 자기 자신의 공적 측면에 대한 자각을 의미한다. 자의식과 사회불안의 관계에 관한 연구들에 의하면, 공적 자의식은 사회불안과 정적으로 상관관계가 있으며, 공적 자의식이 사회불안에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. Hope와 Heimberg(1988)는 임상적 사회불안 집단을 대상으로 연구한 결과, 공적 자의식과 사회불안 간에 정적 상관관계가 있음을 발견하였다. 또한 Monfries와 Kanfer(1994)의 연구에서도 공적 자기 의식이 사회불안의 여러 측정치들과 정적 상관관계를 보이는 것으로 보고되고 있다. 또한 김남재(1997)는 사회불안과 공적 자의식이 정적으로 유의미한 상관이 있으며, 공적자의식이 사회불안의 4%의 변량을 설명한다는 결과를 얻었다. 이혜민(1999)의 연구결과에서도 사회불안은 공적 자의식과 정적인 상관을 나타냈으며, 공적 자의식이 사회불안의 5.2%의 변량을 설명하는 것으로 나타났다. 이상에서 살펴본 선행 연구들은 대체로 사회불안이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 공적 자의식이 더 높음을 보여준다.

사회불안 집단의 자기개념에 대한 연구도 다수 있어왔는데, 자기개념(self-concept)은 자기 자신에 대한 개인의 주관적인 지각, 인식 및 평가를 반영하는 인지적 관념, 즉 자기 모습이나 자기 자신에 대한 생각이나 견해를 말한다(권석만, 1996). 심리학자 중에는 인간의 정서적 문제가 근원적으로 자기개념의 문제로 귀착될 수 있다고 보는 학자들이 많이 있는데, 즉 인간은 자기 자신을 가

치있는 존재라고 느끼는 자기존중감과 자기가치가 위협받거나 훼손되었다고 느낄 때 정서적 고통을 느끼게 된다는 것이다(김정호, 1999). Glass와 Furlong(1990)은 사회불안이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람에 비해 자기말이 더 부정적이었음을 밝혀내었다. Clark와 Wells(1995)는 사회불안이 높은 사람들은 “자기(self)의 가치에 대해 무조건적 부정적인 신념”을 가지고 있다고 하였다. 김남재(2000)의 연구결과에서 사회불안이 높은 사람들은 사회불안이 낮은 사람들에 비해 자기개념이 덜 긍정적임을 보여주었다. 그리고 조용래(1998)의 연구에서는 ‘사회적 자기(self)에 대한 부정적 개념’이 사회불안을 설명하는 핵심적인 인지라는 보고를 하였다. 김남재(1999)는 사회적 영역의 부정적인 자기개념이 사회불안에 영향을 미침을 밝혀내었다. 김정호(1999)는 사회불안이 높은 사람들은 자신의 대인관계 능력이 부족하다고 평가하며, 자기개념이 부정적일수록, 자신에 대한 긍정적 평가가 낮을수록 사회불안 수준이 더 높아진다는 연구결과를 보고하였다. 이상의 선행연구를 살펴보면 사회불안과 자기개념은 부적인 상관관계를 나타내며, 특히 사회적 자기에 대한 부정적인 평가는 사회불안과 밀접한 관계가 있고 또한 사회불안을 설명하는 중요한 요인으로 보인다.

비합리적 신념도 사회불안의 인지적 특성 중의 하나로 많이 연구되어져 왔다. 비합리적 신념(Irrational Belief)은 아무런 근거도 없으면서 건전한 인간 행동을 지속하는데 지장을 야기시키는 비실제적이고 비윤리적인 사고나 신념을 말하는데, 주로 개인의 세상 일반, 인생, 자기 자신 및 타인에 대한 절대주의적이고, 완벽주의적이며, 융통성이 없는 비현실적인 신념들로 간주된다(Ellis, 1962). 비합리적 신념과 사회불안간의 관계를 알아보고자 한 최근의 연구들은 다양하다(이정운, 1999; 조용래, 1998; 최정훈과 이정운, 1994; 하영

자, 1996; Deffenbacher, Zwemer, & Whisman, Hill & Sloan, 1986; Glass & Furlong, 1990 등). 이 연구들 중 거의 모든 연구들에서 비합리적 신념이 사회불안 및 회피 증상과 유의미한 상관이 있는 것으로 밝혀졌다(조용래, 1998). Glass와 Furlong(1990)의 연구에서는 비합리적 신념과 부정적 평가에 대한 두려움간에 유의미한 정적인 상관이 있으며, 특히 높은 자기기대와 과잉불안 염려가 사회불안과 가장 높은 상관을 있으며 그 다음으로 인정에 대한 요구가 관련이 있는 것으로 나타났다. Deffenbacher 등(1986)은 사회불안 및 회피가 개인적 완벽성, 무기력, 의존성에 의해 가장 잘 예견되는 것으로 보고하였다. 최정훈과 이정운(1994)은 비합리적 신념의 10가지 하위요인들 대부분이 사회불안과 유의미한 정적 상관을 나타냄을 보고하였다. 그리고 상대적인 영향력을 검증한 결과, 과잉불안, 높은 자기 기대감, 인정에 대한 요구, 과잉불안염려 및 무기력 요인이 주요 예언 변인이었으며, 이들은 사회불안의 전체 변량 중 40%를 설명하는 것으로 나타났다. 하여자(1996)의 연구에서는 사회불안은 비합리적 신념의 하위요인중 문제회피, 과잉불안염려, 좌절반응, 의존성, 무력감 요인에서 각각 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 그리고 사회불안을 예언해 주는 비합리적 신념을 조사한 결과 10가지 변인이 유의미한 예언인자로 포함되었는데, 이 변인들은 사회불안의 12%의 변량을 설명하는 것으로 나타났다. 사회불안 점수를 가장 잘 설명해 주는 비합리적 신념은 문제회피였다.

지금까지 사회불안과 그 인지적 변인들간의 관계를 검증하는 연구들은 매우 다양하게 이루어져 왔다. 그러나 이들 연구들은 대부분 사회불안과 인지적 변인들간의 관계를 각 변인별로 다루어 왔으며, 이러한 인지적 변인들이 함께 대학생의 사회불안에 어느 정도 영향을 미치고 또한 이들

인지적 변인들이 사회적 불안에 대해 갖는 상대적 영향력이 어떠한지에 대한 연구는 아직 부족한 편이다. 이에 본 연구에서는 사회불안과 관련된 주요 인지적 변인들 중 자의식, 자기개념, 비합리적 신념의 각 하위요인들이 각각 사회불안에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고, 이와 아울러 각 변인들의 하위요인들이 사회불안에 대해 갖는 상대적인 영향력을 알아보고자 한다.

연구방법

연구대상

본 연구에서는 대구·경북 소재 5개 대학에 재학중인 대학생 744명을 연구대상으로 하였다. 이들은 만 17세에서 만29세의 연령으로 분포되어 있고, 남학생은 358명(48.1%), 여학생은 386명(51.9%)이며, 1학년 196명(26.3%), 2학년 165명(22.2%), 3학년 175명(23.5%), 4학년 208명(28.0%)으로 구성되어 있다.

연구도구

사회적 회피 및 불안 척도

사회적 회피 및 불안 척도(Social Avoidance and Distress Scale: SADS)는 사회적 상황에서 불안을 경험하는 정도와 잠재적으로 혐오적인 사회적 상황을 회피하려는 경향을 측정한다. 본 연구에서는 이정운과 최정훈(1997)이 변안한 도구를 수정 및 보완하여 사용하였다. 이는 자기-보고형 검사로서 총 28개의 문항으로 구성되어 있다. 5점 Likert 척도(1점: 전혀 그렇지 않다~5점: 매우 심하게 그렇다)로 평정하게 되어 있으며, 28점에서 140점까지 점수가 분포된다. 부정문항은 역순체

점을 적용하여 산출하였고, 점수가 높을수록 사회적 회피 및 불안의 정도가 높음을 나타낸다. 이정윤과 최정훈(1997)의 연구에서 대학생을 대상으로 조사한바 SADS의 내적 합치도 계수(Cronbach α)는 .92, 반분신뢰도는 .94, 그리고 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .88이었다. 본 연구자가 대학생 744명을 대상으로 산출한 내적 합치도 계수(Cronbach α)는 .90이었다.

자의식 척도

자의식 척도(Self-Consciousness Scale)는 개인이 자기에게 주의를 집중시키는 경향을 측정한다. 본 연구에서는 이주일(1987)이 번안한 도구를 본 연구자가 수정 및 보완하여 사용하였다. 이 도구의 요인분석결과 사적 자의식(private self-consciousness) 10 문항, 공적 자의식(public self-consciousness) 7 문항, 사회불안(social anxiety) 6 문항으로 구성되어 있으며, 총 23 문항이다. 본 연구에서는 자의식 척도의 제 3 요인인 사회불안 요인을 제외하고자 하는데, 이는 본 연구자가 연구하고자 하는 종속변인인 사회적 회피 및 불안 척도의 내용과 유사하기 때문이다. 그리하여 본 연구에서는 자의식의 하위척도 중 사적 자의식과 공적 자의식 척도로 구성된 총 17 문항만을 사용하였다. 5점 Likert 척도(1점: 전혀 그렇지 않다~5점: 완전히 그렇다)로 평정하게 되어 있으며, 17 점에서 85 점까지 점수가 분포된다. 부정문항은 역순채점을 적용하여 산출하였고, 점수가 높을수록 자의식이 높다. 이주일(1987)의 연구에서 자의식 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach α)는 .81 이었고, 사적 자의식 하위척도가 .76, 공적 자의식 하위척도가 .74 였다. 본 연구자가 대학생 744명을 대상으로 산출한 자의식 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach α)는 .82 이고, 각 하위영역 별로는 사적 자의식 .68, 공적 자의식 .80 으로 나타났다.

자기개념 척도

자기개념 척도(Self-Concept Scale)는 이훈진(1997)이 자기개념의 인지내용의 평가를 위해 개발한 자기보고형 검사이다. 이 검사는 6개의 하위척도로 구성되어 있으며, 신체적 자기 5 문항, 도덕적 자기 5 문항, 성격적 자기 5 문항, 가정적 자기 5 문항, 사회적 자기 5 문항, 능력적 자기 5 문항으로 총 30 문항이다. 5점 Likert 척도(1점: 전혀 그렇지 않다~5점: 항상 그렇다)로 평정하게 되어 있으며, 부정문항은 역순채점을 적용하여 산출하였고, 점수가 높을수록 자기개념이 높다. 이훈진(1997)이 대학생 108명을 대상으로 신뢰도를 조사한 결과, 내적 합치도 계수(Cronbach α)는 .92, 2주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .81 이었다. 본 연구자가 대학생 744명을 대상으로 산출한 자기개념 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach α)는 .90 이며, 각 하위영역별로는 신체적 자기개념 .59, 도덕적 자기개념 .78, 성격적 자기개념 .75, 가정적 자기개념 .81, 사회적 자기개념 .79, 능력적 자기개념 .78 로 나타났다.

비합리적 신념검사

비합리적 신념검사(Irrational Belief Test)는 개인의 비합리적 신념을 측정하기 위한 것이다. 본 연구에서는 이정윤(1996)이 재구성한 것을 사용하였다. 전체 44 문항이며 5개의 하위요인으로 되어 있으며 파국화(catastrophizing: 원하는 대로 일이 되지 않으면 끔찍하다) 9 문항, 개인적 완벽성(personal perfection: 완벽해야지만 가치가 있다) 10 문항, 인정에 대한 요구(demand for approval: 모든 중요한 타인들로부터 사랑받고 인정받는 것은 없어서는 안될 중요한 것이다) 9 문항, 과잉불안염려(anxious overconcern: 위협적인 사건에 대해서 많이 염려해야 하며, 그것의 가능성을 지속적으로 유의해야 한다) 8 문항, 무기력(helplessness: 과거경험

이 현재의 감정과 행동을 결정하며 과거의 영향을 변화시킬 수는 없다) 8문항으로 구성되어 있다. 5점 Likert 척도(1점: 전혀 동의하지 않는다~5점: 전적으로 동의한다)로 평정하게 되어 있으며, 부정문항은 역순채점을 적용하여 산출하였고, 점수가 높을수록 비합리적 신념이 높다. 이정운(1996)의 연구에서 검사의 내적 합치도 계수(Cronbach α)는 .83이며, 하위척도별로는 인정에 대한 요구 .61, 개인적 완벽성 .63, 파국화 .48, 과잉불안염려 .59, 무기력 .52이다. 본 연구자가 대학생 744명을 대상으로 산출한 비합리적 신념검사의 내적 합치도 계수(Cronbach α)는 .84였고, 각 하위요인별로는 인정에 대한 요구 .58, 개인적 완벽성은 .63, 파국화는 .55, 과잉불안염려는 .54, 무기력은 .61로 나타났다.

연구절차

조사는 2001년 3월 14일부터 4월 3일까지 대구 및 경북 소재 5개 대학의 재학생 871명을 대상으로 이루어졌다. 회수된 검사지 중 문항에 끝까지 응답하지 않았거나 불성실하게 반응하여 연구에 적합하지 않은 127부를 제외한 총 744부(남: 358, 여: 386)를 자료분석의 대상으로 하였다. 본 연구의 검사는 자기보고식 검사로 이루어져 있으며, 검사에 소요된 시간은 약 20-25분이었다. 검사의 실시는 본 연구자 및 각 대학의 심리학 관련 강사에 의해 이루어졌으며, 실시 후 곧바로 회수하는 형식을 취하였다.

자료분석

수집된 자료는 SPSS WIN 10.0에 의해 분석되었다. 자의식, 자기개념, 비합리적 신념의 각 하위요인들이 사회불안에 미치는 영향을 알아보기

위해 변인간의 Pearson 상관계수를 구한 후, 단계적 중다회귀분석(stepwise multiple regression analysis)을 실시하였다. 다음으로 각 변인들의 하위요인들이 사회불안에 미치는 상대적 영향력을 알아보고자 위계적 중다회귀분석(hierarchical multiple regression analysis)을 실시하였다.

결 과

주요 변인들의 상관관계

각 변인들이 회귀분석에 적합한 관련성을 지니고 있는지 알아보기 위해 Pearson의 직률상관계수를 산출하였으며, 그 결과는 표 1에 제시되어 있다. 표 1에 제시된 바와 같이, 자의식의 하위요인들 중 공적 자의식은 사회불안과 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 나타났으며, 사적 자의식과 사회불안간에는 유의미한 상관이 나타나지 않았다. 그리고 자기개념의 하위요인들인 신체적·도덕적·성격적·가정적·사회적·능력적 자기개념과 사회불안간은 통계적으로 유의미한 부적 상관을 나타내었으며, 그 중에서 사회적 자기개념이 사회불안과 가장 높은 부적 상관을 보였다. 비합리적 신념의 하위요인들인 인정에 대한 요구, 개인적 완벽성, 파국화, 과잉불안염려, 무기력과 사회불안간은 통계적으로 유의한 정적 상관을 나타내었으며, 그 중에서 파국화가 사회불안과 가장 높은 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다.

인지적 변인들이 사회불안에 미치는 영향

자의식이 사회불안에 미치는 영향

표 2에는 자의식 하위요인들이 사회불안에 미치는 영향을 살펴보기 위한 단계적 중다회귀분석

표 1. 자의식, 자기개념, 비합리적 신념의 각 하위요인들과 사회불안간의 적률상관계수

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	1.000													
2	-.018	1.000												
3	.094**	.559**	1.000											
4	-.390***	.054	-.040	1.000										
5	-.267***	.195***	.044	.310**	1.000									
6	-.521***	.008	-.072*	.472***	.445***	1.000								
7	-.263***	.067	.001	.259***	.257***	.338***	1.000							
8	-.629***	.092*	.013	.409***	.358***	.599***	.353***	1.000						
9	-.456***	.159***	-.016	.493***	.377***	.552***	.308***	.577***	1.000					
10	.175***	.095*	.418***	-.212***	-.135***	-.218***	-.043	-.121**	.209***	1.000				
11	.323***	.122**	.354***	-.277***	-.160***	-.379***	-.142***	-.243***	-.285***	.520***	1.000			
12	.387***	.015	.201***	-.252***	-.234***	-.389***	-.159***	-.308***	-.342***	.406***	.489***	1.000		
13	.373***	.114***	.263***	-.296***	-.167***	-.400***	-.142***	-.293***	-.365***	.428***	.491***	.500***	1.000	
14	.236***	.084*	.215***	-.271***	-.165***	-.351***	-.209***	-.253***	-.302***	.308***	.393***	.279***	.429***	1.000

주. 1. 사회불안 2. 사적자의식 3. 공적자의식 4. 신체적자기개념 5. 도덕적자기개념 6. 성격적자기개념
 7. 가정적자기개념 8. 사회적자기개념 9. 능력적자기개념 10. 인정에대한요구 11. 개인적완벽성 12. 파국화
 13. 과잉불안염려 14. 무기력
 * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

표 2. 사회불안에 대한 자의식 하위요인들의 단계적 중다회귀분석

예언변인	R	R ²	ΔR^2	F	B	β	t
공적 자의식	.094	.009	.009	6.655*	.439	.152	3.447**
사적 자의식	.127	.016	.007	6.057**	-.297	-.102	-2.328*

주. * $p < .05$. ** $p < .01$.

(stepwise multiple regression)의 결과가 제시되어 있다. 회귀분석 결과, 공적 자의식과 사적 자의식 모두가 사회불안을 통계적으로 의미하게 설명해주는 변인으로 나타났으나, 이들이 사회불안을 설명하는 변량은 전체변량의 1.6%에 불과한 것으로

나타났다. 공적 자의식이 사회불안을 설명하는 변량은 전체변량의 0.9%, 사적 자의식은 0.7%로 나타났다.

자기개념이 사회불안에 미치는 영향

자기개념 하위요인들이 사회불안에 미치는 영향을 살펴보기 위한 단계적 중다회귀분석(stepwise multiple regression)의 결과는 표 3에 제시되어 있다. 회귀분석 결과, 자기개념의 하위요인들 중 사회불안을 유의미하게 설명해 주는 변인은 사회적 자기개념, 성격적 자기개념, 신체적 자기개념 순으로 나타났으며, 이 변인들이 사회불안을 설명하는 변량은 전체 변량의 43.7%였다. 사회적 자기개념이 사회불안을 설명하는 변량이 전체 변량의 39.6%로 가장 높게 나타났다. 그 다음으로 성격적 자기개념이 사회불안에 대해 3.2%의 변량을 부가적으로 설명하였고, 다음으로 신체적 자기개념이 사회불안에 대해 0.9%의 변량을 부가적으로 설명하였는데, 그 설명량이 상대적으로 작았다. 그리고 가정적 자기개념, 능력적 자기개념, 도덕적 개념은 통계적으로 유의미하지 않기 때문에 사회불안을 설명하는 회귀모형에서 제외가 되었다.

비합리적 신념이 사회불안에 미치는 영향

표 4에는 사회불안에 비합리적 신념의 하위요인들이 미치는 영향을 살펴보기 위한 단계적 중다회귀분석(stepwise multiple regression)의 결과가 제시되어 있다. 회귀분석 결과, 파국화, 과잉불안 염려, 개인적 완벽성, 인정에 대한 요구 순으로 사회불안을 유의미하게 설명하는 변인으로 나타났다. 이들이 사회불안을 설명하는 변량은 전체 변량의 20.7%였다. 파국화가 사회불안을 설명하는 변량이 전체 변량의 15%로 가장 높게 나타났다. 다음으로 과잉불안염려가 사회불안에 대하여 4.3%의 변량을, 그 다음으로 개인적 완벽성이 사회불안에 대한 0.8%의 변량을, 마지막으로 인정에 대한 요구가 0.6%의 변량을 부가적으로 설명했으나, 그 설명량이 상대적으로 작았다. 그리고 무기력 요인은 통계적으로 유의미하지 않기 때문에 사회불안을 설명하는 회귀모형에서 제외가 되었다.

표 3. 사회불안에 대한 자기개념 하위요인들의 단계적 중다회귀분석

예언변인	R	R ²	ΔR ²	F	B	β	t
사회적 자기개념	.629	.396	.396	484.742**	-2.075	-.473	-13.496**
성격적 자기개념	.654	.428	.032	275.591**	-.752	-.186	-5.117**
신체적 자기개념	.661	.437	.009	190.991**	-.528	-.109	-3.727*

주. * $p < .01$. ** $p < .001$.

표 4. 사회불안에 대한 비합리적 신념 하위요인들의 단계적 중다회귀분석

예언변인	R	R ²	ΔR ²	F	B	β	t
파국화	.387	.150	.150	130.691***	.788	.245	6.066***
과잉불안염려	.439	.193	.043	88.438***	.708	.220	5.415***
개인적 완벽성	.448	.201	.008	61.960***	.387	.143	3.373**
인정에 대한 요구	.455	.207	.006	48.114***	-.305	-.093	-2.336*

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

인지적 변인들이 사회불안에 미치는 상대적인 영향력
 인지적 변인들의 하위요인들이 사회불안에 미치는 상대적 영향력을 살펴보기 위한 위계적 중다회귀분석(hierarchical multiple regression analysis)의 결과를 표 5에 제시하였다. 위계적 중다회귀분석

표 5. 사회불안에 영향을 미치는 변인들의 위계적 중다회귀분석

변 수	R	R ²	ΔR ²	F	B	β	t
1단계							
사적 자의식	.124	.015	.015	5.568**	-.309	-.105	-2.363
공적 자의식					.424	.145	3.266**
2단계							
사적 자의식					-4.8E-02	-.016	-.474
공적 자의식					.255	.087	2.581*
신체적 자기개념					-.455	-.093	-2.774**
도덕적 자기개념	.668	.446	.431	71.652***	.125	.027	.838
성격적 자기개념					-.727	-.178	-4.510***
가정적 자기개념					-5.7E-03	-.001	-.045
사회적 자기개념					-2.036	-.464	-12.103***
능력적 자기개념					-.218	-.052	-1.344
3단계							
사적 자의식					-4.1E-02	-.014	-.409
공적 자의식					.149	.051	1.367
신체적 자기개념					-.417	-.085	-2.575*
도덕적 자기개념					.117	.026	.803
성격적 자기개념					.511	-.125	-3.120**
가정적 자기개념					-1.6E-02	-.004	-.130
사회적 자기개념	.689	.475	.029	49.203***	-1.963	-.447	-11.899***
능력적 자기개념					-.101	-.024	-.625
인정에 대한 요구					-.181	-.054	-1.542
개인적 완벽성					.160	.059	1.608
과국화					.393	.121	3.532***
과잉불안염려					.336	.103	2.875**
무기력					-.129	-.043	-1.321

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

은 독립변인을 순차적으로 투입하여 회귀식이 구성되고 회귀모형을 평가함으로써 각 변인이 종속 변인을 얼마나 예측하는지 독립변인의 상대적 기여도를 파악하는 분석이다(김두섭과 강남준, 2000). 사회불안 점수를 종속 변인으로 하여 위계적 중다회귀분석을 실시한 분석결과를 단계별로 살펴보면 다음과 같다.

첫 단계에 투입된 자의식 변인군이 사회불안을 설명하는 변량은 전체 변량의 1.5%를 차지하였으며, 이 단계에서 유의미한 설명력을 지니는 변인은 공적 자의식이었다. 두 번째 단계에서 자기개념 변인군을 추가하여 위계적 회귀분석을 실시한 결과, 사회불안을 설명하는 변량이 전체변량의 44.6%로 크게 증가하였다. 자기개념 변인군이 사회불안에 대하여 추가적으로 설명하는 변량이 전체변량의 43.1%로서 매우 큰 부분을 차지하였으며 유의미한 수준이었다. 이 단계에서 유의미한 설명력을 지니는 것은 공적 자의식, 신체적 자기개념, 성격적 자기개념, 사회적 자기개념이었다. 마지막 단계인 세 번째 단계에서는 비합리적 신념의 변인군이 추가되었는데, 사회불안을 설명하는 변량이 전체 변량의 47.5%로 증가하였다. 비합리적 신념 변인군이 사회불안에 대하여 추가적으로 설명하는 변량은 전체변량의 2.9%로서 유의미한 수준이었으며, 이 단계에서 유의미한 설명력을 지니는 것은 신체적 자기개념, 성격적 자기개념, 사회적 자기개념, 파국화, 과잉불안염려였다.

이상과 같이 3단계의 위계적 중다회귀분석 결과 사회불안에 영향을 미치리라고 기대되었던 13개의 인지적인 변인들 중에 사회불안을 통계적으로 유의미하게 영향을 미치는 요인은 자기개념의 하위요인 중 사회적 자기개념, 성격적 자기개념, 신체적 자기개념이었으며, 비합리적 신념의 하위

요인 중 파국화, 과잉불안염려인 것으로 나타났다. 통계적으로 유의미하게 영향을 미치지 못하는 변인은 자의식의 하위요인들인 사적 자의식, 공적 자의식과 자기개념의 하위요인 중 도덕적 자기개념, 가정적 자기개념, 능력적 자기개념과 비합리적 신념의 하위요인 중 인정에 대한 요구, 개인적 완벽성, 무기력이었다. 한편 사회불안에 대한 각 변인들의 영향력을 비교해 보면, 사회적 자기개념이 가장 높았으며($\beta = -.447, p < .001$), 그 다음으로 성격적 자기개념($\beta = -.125, p < .01$), 파국화($\beta = .121, p < .001$), 과잉불안염려($\beta = .103, p < .01$), 신체적 자기개념($\beta = .085, p < .05$)의 순으로 나타났다.

논 의

본 연구는 자의식, 자기개념, 비합리적 신념과 같은 인지적 변인들이 각각 사회불안에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고, 각 변인들의 하위요인들이 사회불안에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위한 목적으로 수행되었다. 본 연구의 주요 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

먼저 각 변인들이 회귀분석에 적합한 관련성을 지니고 있는지 알아보기 위한 상관관계를 분석한 결과, 사회불안이 높을수록 공적 자의식과 비합리적 신념이 높으며, 자기개념이 낮은 것으로 나타났다. 이는 선행연구들과 일치하는 결과이다(김남재, 1997; 김정호, 1999; 이정윤, 1999; 조용래, 1998; Glass & Furlong, 1990). 또한 각각의 하위요인들이 사회불안에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 통해 살펴본 결과, 사회불안에 유의미한 영향을 미치는 요인들은 자의식의 하위요인 중 공적 자의식, 사적 자의식이었고, 자기개념의 하위요인 중에는 사회적 자기개념, 성격적 자기개념,

신체적 자기개념의 순으로 나타났으며, 비합리적 신념의 하위요인 중에는 파국화, 과잉불안염려, 개인적 완벽성, 인정에 대한 요구의 순으로 나타났다. 대부분의 선행연구에서는 자의식의 하위요인 중 공격적 자의식만이 사회불안에 유의미한 영향을 미친다고 보고하고 있는데(김남재, 1997; 이혜민, 1999; Hope & Heimberg, 1988), 본 연구에서는 비록 설명력은 작지만 사적 자의식도 어느 정도 사회불안에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

자의식, 자기개념, 비합리적 신념의 각 하위요인들이 사회불안에 미치는 상대적인 영향력을 알아보기 위한 위계적 중다회귀분석을 실시한 결과, 사회적 자기개념이 가장 큰 설명력을 갖고 있는 것으로 나타났으며, 다음으로 성격적 자기개념, 파국화, 과잉불안염려, 신체적 자기개념 순으로 나타났다. 자의식 하위요인들은 위계분석의 최종 단계에서 사회불안을 설명하는 변인으로 기능하지 않았는데, 이는 자의식과 사회불안의 상관 정도가 약한데다가 상대적으로 상관이 큰 다른 인지 변인들을 한꺼번에 투입하자 사회불안에 대한 자의식의 설명력이 유의미하지 않게 나타난 것으로 보인다.

이러한 연구결과는 사회불안을 일으키는 요인이 사건 자체가 아니라 역기능적이며, 부적응적이며, 부정적이며, 왜곡되게 사건을 해석하는 인지라고 보고한 연구결과들(Glass & Furlong, 1990; Johnson, Johnson, & Petzel, 1992; Rapee & Heimberg, 1997), 그리고 그 요인들 중에서 자기개념이 중요한 역할을 한다는 연구결과와 일치하며(김은정, 1999; Leary & Kowalski, 1995), 특히 사회적 자기에 대한 부정적 개념이 사회불안을 설명하는 핵심적 인지라고 보고한 연구 결과들과 일치하고 있다(김남재, 1999; 조용래, 1998). 또한 성격적 자기개념이 사회불안에 영향을 미친다는 결과는 사회불안장애를 가진 환자를 대상으로 성격요인을

조사한 이시형, 백상빈, 노경선, 오강섭과 신영철(1999)의 연구 결과와 일치하는데, 즉 사회불안장애를 지닌 환자들은 감정 표현을 억제하며, 비사교적이며, 자기주장을 못하여 타인에게 순종적, 동조적이며 정서적 불안정감이 심하다는 것이다. 흥미있는 것은 신체적 자기개념이 미약하지만 사회불안을 유의미하게 설명하고 있다는 것인데, 이는 신체에 대한 부정적인 평가와 사회불안이 관련이 있다는 Striegel-Moore, Silberstein과 Robin(1993)의 보고와 일치한다. 또한 비합리적 신념의 하위요인 중 파국화와 과잉불안염려가 사회불안에 유의미한 영향을 미친다는 본 연구의 결과도 선행연구의 결과와 일치하고 있다(최정훈과 이정운, 1994; 하여자, 1996; Deffenbacher et al., 1986; Glass & Furlong, 1990).

본 연구의 결과들을 종합해 볼 때 대학생들은 사회적으로 자신을 부적합하며 부정적으로 평가할수록, 자신의 성격을 부정적으로 평가할수록, 자신이 바라던 대로 되지 않으면 큰일이라고 여기는 파국화의 신념이 높을수록, 어떤 일이 자신에게 두렵게 보이면 그것에 압도당하고 어쩔 줄 몰라야한다고 생각하는 과잉불안염려의 신념이 높을수록, 자신의 신체에 대하여 부정적으로 평가할수록 높은 사회불안을 경험할 가능성이 크다는 것을 예측할 수 있다. 이러한 연구결과는 사회불안을 겪는 대학생을 상담할 경우 그들의 자기개념과 비합리적 신념에 어떤 문제가 있는지를 파악하고 치료적으로 교정해 주는 작업이 매우 유용할 것임을 시사한다. 즉 자기개념 검사 및 비합리적 신념 검사를 통하여 사회불안을 느끼는 내담자가 자신의 어떤 영역에 부정적인 생각을 가지고 있는지, 그리고 어떠한 왜곡된 신념을 가지고 있는지를 탐색해 볼 수 있다. 이를 통하여 사회불안을 느끼는 내담자의 인지적 원인을 파악하고, 인지적 재구조화를 통해 사회불안의

정서적·행동적 변화를 도울 수 있을 것이다. 특히 본 연구의 결과 사회불안을 가장 잘 설명하는 요인이 사회적 영역의 부정적 자기개념으로 나타났는데, 이를 긍정적 자기개념으로 바꾸어주는 개입이 내담자의 변화에 매우 도움이 될 것임을 예측해 볼 수 있다. 상담장면에서 내담자와의 상호작용을 통하여 내담자가 사회적 영역의 자기에 대해 부정적으로 평가하고 있는 부분이 무엇인지를 구체적으로 파악하여, 이를 긍정적으로 바꾸어 주는 것이 사회불안의 감소에 매우 효과적일 것이다. 권석만(1995)은 사회적 자기개념에 가족, 친구, 사회적 지위, 신분, 명성 등의 내용이 포함 된다고 하였는데, 이는 내담자의 부정적인 사회적 자기개념의 영역에 대해 구체적으로 살펴볼 때 참조할 수 있을 것이다. 내담자의 부정적인 사회적 자기개념은 실제로 사회적 기술 및 능력이 결여되어 있기 때문에 나타나는 것이기도 하며, 혹은 지나치게 자신에 대해 부정적으로 평가하기 때문일 수 있다. 그러므로 내담자가 일상적으로 처하게 되는 사회적 상황에서의 대인관계 행동에 대한 정보나 지침을 알려주어 사회적 상황의 불확실성을 줄여주거나, 실제 사회적 상황에서 성공경험을 할 수 있도록 하거나, 인지적 재구조화를 통해 사회적 영역의 자기개념을 긍정적으로 변화시킬 수 있도록 도와 사회불안을 완화시키는데 도움을 줄 수 있을 것이다.

그러나 본 연구는 몇 가지 제한점을 갖고 있기 때문에 결과에 대한 조심스런 해석이 필요하다. 먼저 본 연구는 특정 지역사회의 대학생만을 대상으로 하였기 때문에 본 연구의 결과를 다른 집단에 일반화하는데 제한이 따른다. 본 연구가 갖는 두 번째 제한점은 본 연구의 결과가 주로 자기보고에 기초하고 있어서 연구대상들의 인지적 특성과 사회불안이 실제보다 과장되거나 혹은 축소되었을 가능성이 있다는 점이다. 따라서 앞으

로의 연구에서는 자기보고 외에도 다양한 측정방법들을 사용함으로써 결과의 타당성을 높이도록 하여야 할 것이다. 마지막으로, 본 연구에 포함된 인지적 변인들은 사회불안과 관련된 다양한 인지적 특성을 측정하기에는 그 범위가 제한된다는 것이다. 따라서 앞으로의 연구에서는 보다 다양한 인지적 변인들을 구성하여 분석해봄으로써 인지적 요인들이 사회불안에 미치는 영향을 보다 포괄적으로 파악하여야 할 것이다. 그러나 이와 같은 제한점에도 불구하고 본 연구는 지금까지의 연구에서 인지적 변인들과 사회불안간의 관계를 각 변인별로 다루어온 것과는 달리, 자의식, 자기개념, 비합리적 신념과 같은 인지적 변인들이 함께 대학생의 사회적 불안에 어느 정도 영향을 미치며 또한 이들 변인들이 갖는 상대적 영향력을 살펴볼 수 있었다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있다.

참고문헌

- 권석만 (1995). 대학생의 대인관계 부적응에 대한 인지행동적 설명모형. *학생연구*, 30(1), 38-63.
- 권석만 (1996). 자기개념의 인지적 구조와 측정도구의 개발: 서울대학생 포집의 자기개념 특성. *학생연구*, 31, 11-38.
- 김남재 (1996a). 대인불안에서의 귀인 양식 그리고 우울과의 관계. *사회과학연구*, 4, 19-33.
- 김남재 (1996b). 우울과 대인불안의 인지적 특성 비교. *덕성여대논문집*, 25, 265-284.
- 김남재 (1997). 대인불안 집단의 자기의식과 인정 추구 요구. *학생생활연구*, 3, 29-39.
- 김남재 (1999). 대인불안에 대한 자기제시동기와 자기제시기대의 관계. *서울대학교 대학원 박사학위논문*.

- 김남재 (2000). 대인불안과 사회적 자기 불일치. *한국심리학회지: 임상*, 19, 473-483.
- 김두섭, 강남준 (2000). 회귀분석-기초와 응용. 나남출판.
- 김은정 (1999). 사회공포증 집단의 사회적 자기처리 및 안전행동. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김정호 (1999). 대학생의 자기개념을 통해 본 사회불안과 우울의 비교. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김혁곤 (1992). 대학생의 사회불안 감소를 위한 집단상담 프로그램의 효과. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 이시형, 김형태, 이성희 (1987). 사회공포증의 유형별 임상고찰. *신경정신의학*, 26(3), 517-524.
- 이시형, 백상빈, 노경선, 오강섭, 신영철 (1999). 사회공포증 환자의 성격요인과 방어기체에 대한 연구. *신경정신의학*, 38(6), 1254-1261.
- 이정운 (1996). 사회불안증에 대한 인지행동치료와 노출치료의 효과연구. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 이정운 (1999). 사회불안과 우울의 인지특성 : 비합리적 신념, 역기능적 태도, 핵심신념을 중심으로. *한국심리학회지: 상담과 심리치료*, 11, 199-211.
- 이정운, 최정훈 (1997). 한국판 사회공포증 척도 (K-SAD, K-FNE)의 신뢰도 및 타당도 연구. *한국심리학회지: 임상*, 16(2), 251-264.
- 이주일 (1987). 이분척도와 Likert형 7점 척도의 신뢰도, 타당도, 반응양식의 비교: 자기검색 척도와 자기의식척도를 대상으로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 이혜민 (1999). 사회불안과 자의식 및 완벽주의간의 관계. 한국외국어대학교 대학원 석사학위논문.
- 이훈진 (1997). 편집증과 자기개념 및 귀인양식. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 조용래 (1998). 역기능적 신념과 부적응적인 자동적 사고가 사회공포증상에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 조용래, 원호택 (1997). 대인불안에 대한 인지적 평가: 사회적 상호작용에 대한 자기효능감 척도의 개발과 타당화에 대한 연구. *심리학의 연구문제*, 4, 397-434.
- 최정훈, 이정운 (1994). 사회불안에서의 비합리적 신념과 상황요인. *한국심리학회지: 상담과 심리치료*, 6, 21-47.
- 하영자 (1996). 비합리적 사고와 사회불안·우울 경향간의 관계. - 간호전문대학생을 중심으로 -. 대구효성가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- American Psychiatric Association (1994). 이근후 역. *정신장애의 진단 및 통계편람 제 4판(DSM-IV)*. 하나의학사.
- Beidel, D. C., Tuerner, S. M., & Dancu, C. V. (1985). Physiological, cognitive, and behavioral aspects of social anxiety. *Behavior Research and Therapy*, 23, 109-117.
- Bruch, M. A., Heimberg, R. G., & Hope, D. A. (1991). State of mind model and cognitive change in treated social phobics. *Cognitive Therapy and Research*, 15(6), 429-441.
- Clark, D. M., & Wells. A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, F. R. Scheier(Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment*(pp. 69-93). New York: The Guilford Press.
- Curran, J. P. (1977). Skills training as an approach to the treatment of heterosexual-social anxiety: A review. *Psychological Bulletin*, 84(4), 140-157.

- Denffenbacher, J. L., Zwemer, W. A., Whisman, M. A., Hill, R. A., & Sloan, R. D (1986). Irrational beliefs and anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 10, 281-291.
- Ellis, A. (1962). Reason and emotion in psychotherapy. New York: Lyle Stuart.
- Fenigstein, A. (1979). Self-consciousness, self-attention, and social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 75-86.
- Glass, C. R. & Furlong, M. (1990). Cognitive assessment of social anxiety: Affective and behavioral Correlates. *Cognitive Therapy and Research*, 14(4), 365-384.
- Heimberg, R. G., Dodge, C. S., Hope, D. A., Kennedy, C. R., & Zollo, L. J. (1990). Cognitive behavioral group treatment for social phobia: Comparison with a credible placebo control. *Cognitive Therapy and Research*, 14(1), 1-23.
- Hope, D., & Heimberg, R. (1988). Public and private self-consciousness and social phobia. *Journal of Personality Assessment*, 52, 626-639.
- Johnson, K. A., Johnson, J. E., & Petzel, T. P. (1992). Social anxiety, depression, and distorted cognition in college students. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 11, 181-185.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995). *Social anxiety*. New York: Guilford Press.
- Monfries, M. M., & Kafer, N. F.(1994). Private self-consciousness and fear of negative evaluation. *The Journal of Psychology*, 128, 447-454.
- Rapee, R. M., & Heimberg R. G. (1997). Models of social anxiety. *Psychological Science*, 6(2), 109-130.
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, 92(3). 641-669.
- Striegel-Moore, R. H., Silberstein, L. R., & Robin, J. (1993). The social self in bulimia nervosa: Public self-consciousness, social anxiety, and perceived fraudulence. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(2), 297-303.

원 고 접 수 일 : 2001. 9. 29
수정원고접수일 : 2002. 2. 8
게 재 결 정 일 : 2002. 2. 28

Influence of Self-Consciousness, Self-Concept, Irrational Belief on College Students' Social Anxiety

Mi-Jung Jung

Kyungpuk Youth Counseling Center

Hyunhee Chung

Keimyung University

The purpose of this study was to examine the influence of self-consciousness, self-concept, irrational belief on college students' social anxiety. Subjects of the study were 744 college students in Daegu and Gyeongbuk areas. The measurements used were Social Avoidance and Distress Scale, Self-Consciousness Scale, Self-Concept Scale, and Irrational Belief Test. The data were analyzed using correlational analysis, stepwise multiple regression analysis and hierarchical multiple regression analysis. Results of the present study were as follows: First, public self-consciousness and private self-consciousness variables were significant in explaining college students' social anxiety. Second, social self-concept variable was the most significant predictor of college students' social anxiety. And characteristic self-concept and physical self-concept were also significant predictors. Third, catastrophizing variable was the most significant predictor of college students' social anxiety. And anxious overconcern, personal perfection and demand for approval variables were significant in explaining college students' social anxiety. Fourth, hierarchical regression analysis indicated that the social self-concept variable was the most powerful predictor among all of the independent variables. Characteristic self-concept, catastrophizing, anxious overconcern, physical self-concept were also found to be the next significant predictor for college student' social anxiety.

Key Word : social anxiety, self-consciousness, self-concept, irrational belief, college students