

대학생의 완벽주의적 자기제시, 자기몰입 및 자기은폐가 사회불안에 미치는 영향: 완벽주의적 자기제시의 하위요인을 중심으로*

이 나 희

연세대학교 교육대학원 / 석사졸업생

이 동 귀*

연세대학교 / 교수

본 연구는 대학생을 대상으로 완벽주의적 자기제시의 하위요인 각각이 사회불안으로 이행되는 과정에서 자기몰입과 자기은폐가 매개요인으로 작용하는지 확인하였다. 이를 위해 대학생을 대상으로 온라인 설문을 실시하여 총 462명의 자료를 분석하였다. 변인들 간의 관련성을 상관분석을 통해 확인하였고, 구조방정식 모형 분석을 실시하여 연구모형의 적합성을 검증하였다. 본 연구의 주요 결과를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 완벽주의적 자기제시와 자기몰입, 자기은폐, 사회불안은 서로 모두 유의한 상관이 있었다. 둘째, 완벽주의적 자기제시의 하위요인 중 ‘완벽주의적 자기노력’ 요인과 사회불안의 관계에서 자기몰입이 완전매개하였다. 반면, ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 요인과 ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 하위요인에서는 자기몰입의 매개효과가 유의하지 않았다. 셋째, ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 요인과 사회불안의 관계에서 자기은폐가 완전매개하였다. 반면, ‘완벽주의적 자기노력’ 요인과 ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 하위요인에서는 자기은폐의 매개효과가 유의하지 않았다. 본 연구는 사회불안의 발생 기제에 대한 정보를 확장함으로써 완벽주의적 자기제시 성향을 지닌 대학생들의 사회불안 치료의 초점을 명확히 했다는 데 의의가 있다.

주요어 : 완벽주의적 자기제시, 자기몰입, 자기은폐, 사회불안

* 본 연구는 이나희(2019)의 연세대학교 교육대학원 상담교육전공 석사학위논문 ‘대학생의 완벽주의적 자기제시가 사회불안에 미치는 영향: 부적응적 자기초점적 주의와 자기은폐의 매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 이동귀, 연세대학교 심리학과, (120-749) 서울시 서대문구 연세로 50, 위당관 410호

Tel : 02-2123-2437, E-mail : lee82@yonsei.ac.kr

사회불안은 여러 사회적 상황, 즉 다른 사람들과의 일상적인 상호작용 상황, 관찰 당하는 상황, 다른 사람 앞에서 수행하는 상황에서 불안을 경험하고 회피하고자 하는 것으로(APA, 2013), 많은 사람들이 사회불안으로 인한 불편감을 호소하고 있으며(Merikangas, Avenevoli, Acharyya, Zhang, & Angst, 2002), 대인관계를 비롯하여 학업 및 직장생활 등 삶의 전반에 부정적인 영향을 준다(Stein & Kean, 2000). 특히 타인과의 교류가 증가하고, 과제 발표와 같은 수행 상황이 많은 대학생의 경우 약 22%가 사회불안을 경험하는 것으로 알려져 있다(Shepherd, 2006; Strahan, 2003). 대학생의 사회불안은 학업 및 진로 결정에 부정적인 영향을 미치며, 대인관계의 어려움, 우울 등을 경험할 가능성을 높이고 이후 사회생활에도 악영향을 준다(정경숙, 2017; Essau, Conradt, & Petermann, 2000). 이에 대학생의 사회불안을 발생·유지시키는 심리적 기제와 과정을 명확히 파악하여 조기에 개입할 필요성이 부각되고 있다.

사회불안의 기제를 설명하는 대표적 이론 중 하나인 자기제시 이론(self-presentation theory)에 의하면, 사람들은 자신이 원하는 인상을 타인에게 전달하고자 하는 ‘자기제시 동기’가 있는데 타인에게 좋은 인상을 주지 못하고 있다고 생각되면 불안을 경험하게 된다(Leary & Kowalski, 1995). 특히, 높은 자기제시 동기로 인하여 타인에게 완벽하게 보이고 싶어 하는 성향을 ‘완벽주의적 자기제시(perfectionistic self-presentation)’라고 하는데(Hewitt et al., 2003), 이는 기존의 특성적 완벽주의에 대인관계적 측면을 추가적으로 고려한 개념으로, 완벽한 수행 자체를 목표로 하는 완벽주의와는 달리 완벽한 모습을 타인에게 보여주고자 하

는 욕구가 중요한 특성이 된다(Besser, Flett, & Hewitt, 2010; Stöber & Roche, 2014). 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들은 타인에게 완벽하게 보이고자 하므로(Hewitt et al., 2003), 사회불안을 경험할 가능성이 크며, 이는 여러 국내의 선행연구(김다정, 오경자, 2017; 백수현, 이영순, 2013; Flett, Greene, & Hewitt, 2004; Mackinnon, Battista, Sherry, & Stewart, 2014)에서 확인되었다.

완벽주의적 자기제시는 세분화하면 다른 사람에게 완벽하게 보일 수 있는 행동을 촉진하는 ‘완벽주의적 자기노력’ 요인과 자신의 불완전함을 은폐하는 ‘불완전함 은폐노력-행동적’, ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 요인으로 구분할 수 있다(Hewitt et al., 2003). ‘완벽주의적 자기노력’은 자신의 완벽함을 공적 상황에서 확실하게 보여주하고자 하는 욕구를 의미한다. 이 욕구가 높은 사람들은 완벽한 인상을 보여주는 것을 중요시하며, 사회적으로 성공한 모습으로 다른 사람들과 관계를 맺고자 한다(Hewitt et al., 2003). 이러한 시도가 자연스러운 인상관리 수준을 지나쳐 타인을 기만하는 수준까지 이어지면 대인관계 문제와 심리적 어려움에 봉착할 수 있다(Hewitt et al., 2011). ‘불완전함 은폐노력-행동적’은 자신이 지각하고 있는 결함이나 실수 등의 불완전한 모습이 공적인 상황에서 행동으로 나타나는 것에 대한 염려와 이를 은폐하고자 하는 행동을 반영하며, ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 요인은 공적인 상황에서 자신의 불완전함을 나타내는 실수나 결함 등을 인정하거나 언어적으로 표현하는 것을 회피하려는 성향을 의미한다(Hewitt et al., 2003). 이러한 회피성향이 높은 사람들은 실수와 실패에 대한 두려움이 크며 타인의 평가와 비판에 예민하기 때문에 자신

의 단점, 무능함, 실수와 실패가 드러날 수 있는 상황을 피하고자 한다(Hewitt et al., 2003). 완벽주의적 자기제시의 하위 요인별 독립성을 확인한 하정희(2011b)의 연구와 완벽주의적 자기제시가 사회불안으로 이행되는 경로가 완벽주의적 자기제시의 하위 요인에 따라 달라진다는 연구 결과들(김다정, 오경자, 2017; 백수현, 이영순, 2013; Jain & Sudhir, 2010)은 완벽주의적 자기제시가 사회불안으로 이행되는 과정에서 하위 요인별로 서로 다른 심리적 기제가 작용할 가능성을 시사한다. 이에 본 연구에서는 대학생을 대상으로 완벽주의적 자기제시의 하위 요인 각각이 사회불안으로 이행될 때 나타날 수 있는 차별적인 ‘과정’에 초점을 두었다. 이처럼 완벽주의적 자기제시의 하위 요인을 중심으로 완벽주의적 자기제시가 어떠한 과정을 통해 사회불안으로 이행되는지 그 심리내적 과정을 살피는 것, 즉 매개변인을 확인하는 것은 사회불안의 완화와 치료적 개입의 초점을 확인하는데 도움이 될 수 있다.

이러한 매개변인으로 그간 대인관계 지향성(박승혜, 2019), 탈중심화(소지현, 2018), 정서표현 양가성(백수현, 이영순, 2013), 자기효능감(김다정, 오경자, 2017), 반추에 대한 자기자비(박지혜, 이주영, 2018) 등이 연구되어 왔으며, 완벽주의적 자기제시와 유사한 개념인 완벽주의와 사회불안의 사이에서 매개역할을 하는 변인으로는 경험회피(김혜선, 2016), 부정적 평가에 대한 두려움(김성주, 이영순, 2013), 정서표현갈등(한정숙, 최승원, 김미리혜, 2014), 자기은폐(정은선, 하정희, 2016), 부적응적 자기초점적 주의(김슬기, 이동귀, 2018) 등이 연구되어 왔다. 특히 사회불안의 발생과 유지에 인지적 요인이 중요하게 작용하고, 사회불안의 치료에도 인지적 개입이 효과적인 것으로

나타나고 있으며(조용래, 원호택, 1997), 자기초점적 주의를 사회불안에 대한 인지이론에서 사회불안을 유지시키는 핵심적인 변인으로 제시되고 있다(Clark & Wells, 1995). 자기초점적 주의란 ‘내적으로 발생한 자신과 관련된 정보를 스스로 자각하는 것’으로(Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975; Ingram, 1990), ‘적응적인 자기초점적 주의’는 걱정 수준의 주의를 유지하면서 주의의 방향이 유연하게 전환 될 수 있는 특징을 지니는 반면, 병리적 혹은 부적응적 자기초점적 주의를 과도하게 내부의 특정 측면에 초점을 두고, 지나친 경직성을 지속적으로 보이는 것으로 ‘자기몰입(self-absorption)’이라고 부른다(Ingram, 1990). Clark과 Wells(1995)의 인지이론에 의하면, 사회불안이 높은 사람들은 역기능적 신념들로 인해 사회적 상황을 부정적으로 지각하게 되고, 이 과정에서 주의가 과도하게 자신에게 향하는 자기몰입적 특성이 두드러진다. 이 과정에서 불안해하는 자신의 모습을 관찰하게 되면서 타인의 눈에 비칠 사회적 자기의 모습을 부정적으로 구성하게 되면 사회불안이 심화된다. 많은 경험연구들이 자기초점적 주의가 사회불안의 발생과 유지에 기여하는 인지 과정으로 작용함을 밝혔다(옥주희, 김은정, 2015; 원영주, 조성호, 2013; 이지영, 권석만, 2009; Bögels & Lamers, 2002; Makkar & Grisham, 2011; Mellings & Alden, 2000). 또한 완벽주의가 수행불안, 우울 등의 심리적 고통으로 이행되는 경로에서 자기초점적 주의가 심리적 고통을 심화시키는 기제로 작용한다는 연구들(김슬기, 이동귀, 2018; 박정화, 2013)을 통해서도 자기초점적 주의가 완벽주의적 자기제시와도 관련이 있는 변인임을 추측할 수 있다. 따라서 완벽주의적 자기제시가 사회불안으로 이행되는 과정에서 자기몰입

이 매개변인으로 작용을 하는지 검증하는 것은 완벽주의적 자기제시와 자기몰입과의 관계를 경험적으로 밝히고, 사회불안 치료에 대한 인지적 접근의 필요성과 효과성에 대한 근거를 마련하는 데 일조할 것이다.

한편, 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들은 다른 사람들에게 인정을 받기 위해 완벽하게 보이려 하고, 자신의 완벽하지 않은 부분이 타인에게 드러나는 것에 대한 두려움이 크기 때문에 자신에 대해 숨기고자 하는 은폐 성향이 높다(하정희, 2010). 이렇게 자신에 관한 부정적인 정보를 은폐하는 행위는 결과적으로 개인의 심리적 고통을 증가시키는 요소로 작용한다(Kawamura & Frost, 2004). 개인이 부정적이거나 고통스럽게 지각하는 자신의 사적인 정보를 다른 사람으로부터 적극적으로 숨기려는 경향을 ‘자기은폐’라고 하며(Larson & Chastain, 1990), 이는 개인의 심리적 부적응과 관련되며(Kelly & Yip, 2006; Masuda et al., 2011; Vogel & Armstrong, 2010), 사회불안을 발생시키는 주요한 매개변인으로 다루어졌다(백가은, 2018; 신지은, 이동귀, 2011; 정은선, 하정희, 2016). 자기은폐는 완벽주의적 자기제시의 ‘불완전함 은폐노력-행동적, 언어적’ 요인과 일견 유사한 개념으로 보이나, 은폐하고자 하는 동기와 내용에서 분명한 차이가 있다. ‘불완전함 은폐노력’의 은폐 동기는 자기 자신을 불완전하게 묘사하는 것을 피하고자 노력하는 ‘인상관리’이며, 은폐하고자 하는 내용은 자신이 불완전하게 보일 수 있는 상황과 결함에 대한 공개를 피하는 것이다(Hewitt et al., 2003). 이에 반해 자기은폐는 인상관리보다는 자신의 사생활을 유지하기 위해 필요한 경계를 조절하기 위해 사용하는 전략이며, 행동 경향성이다. 또한 은폐하고자 하는 내용 역시

개인이 느끼기에 부정적이고 고통스럽다고 지각되는 생활사건이나 사고, 감정 등(Larson & Chastain, 1990)이라는 점에서 완벽주의적 자기제시와는 차이가 있다. 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들은 사회적 평가를 염려하여 높은 자기은폐 성향을 보이며(Larson, Chastain, Hoyt, & Ayzenberg, 2015), 이들의 은폐 성향과 방어적 태도는 심리적 고통의 주요 원인이 된다(Besser et al., 2010; Flett, et al., 2004; Hewitt et al., 2003). 이처럼 자기은폐와 사회불안의 높은 관련성, 완벽주의적 자기제시 성향의 사람들이 보이는 자기은폐적 성향에도 불구하고 아직 완벽주의적 자기제시와 자기은폐, 사회불안의 관련성을 함께 탐색한 연구가 부족한 실정이다. 이에 본 연구에서는 완벽주의적 자기제시와 자기은폐, 사회불안의 관련성을 알아보고, 완벽주의적 자기제시가 사회불안으로 이행되는 과정에 자기은폐가 매개변인으로 작용하는지 경험적으로 확인하고자 한다. 자기은폐는 은폐 성향이 높은 사람들로 하여금 전문적 도움추구를 기피하게 하고(김주미, 유성경, 2002; 장진이, 2001), 상담 장면에서도 긴장감과 불편감을 느끼게 하는 등 부정적으로 작용하므로(손진희, 유성경, 2004), 자기은폐의 매개역할을 확인하는 것은 대학생들의 사회불안 치료와 상담 개입의 초점에 대한 유용한 정보를 제공할 것이다.

이와 같이 완벽주의적 자기제시 하위요인들의 차별적 특성 및 완벽주의적 자기제시와 자기몰입, 자기은폐, 사회불안과의 관련성에 근거하여, 본 연구에서는 완벽주의적 자기제시와 자기몰입, 자기은폐가 사회불안에 미치는 영향을 경험적으로 검증하기 위하여 다음과 같은 연구모형을 설정하였다. 구체적으로, 완벽주의적 자기제시의 하위요인 각각이 사회불

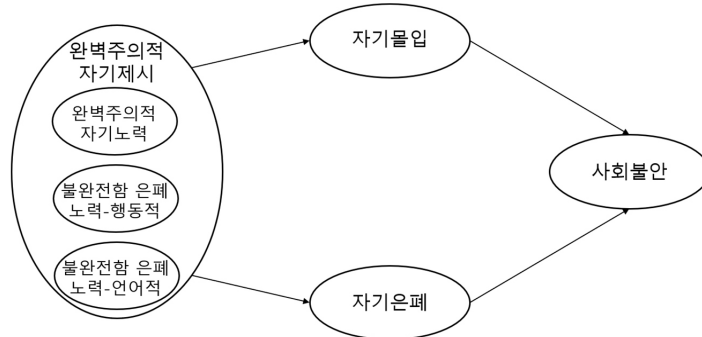


그림 1. 연구모형(완전매개)

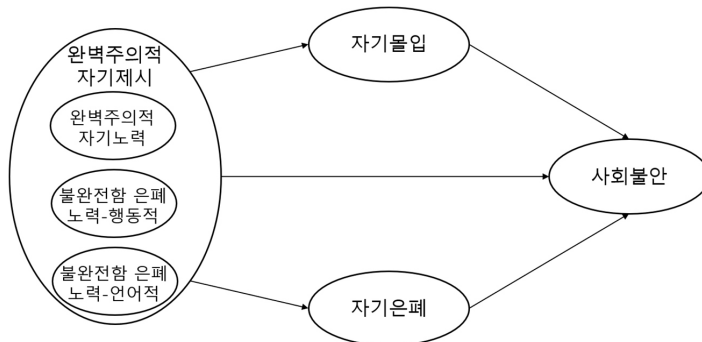


그림 2. 경쟁모형(부분매개)

안에 미치는 직접효과의 유무에 따라 완전매개모형을 연구모형으로 그리고 부분매개모형을 경쟁모형으로 설정하고 이 둘을 비교하여 최적의 모형을 확인하고자 하였다. 종합하면 본 연구는 대학생을 대상으로 완벽주의적 자기제시와 완벽주의적 자기제시의 하위요인(완벽주의적 자기노력, 불완전함 은폐노력-행동적, 불완전함 은폐노력-언어적)이 사회불안에 영향을 미치는 지 확인하고, 특히 이 과정에서 자기몰입과 자기은폐가 매개변인으로 작용하는지, 그리고 그 매개효과가 완벽주의적 자기제시의 하위요인들에 따라 차별적인지를 검증하는데 목적이 있다.

방 법

연구 절차

본 연구는 남·여 대학생을 대상으로 온라인 설문조사를 통해 자료를 수집하였다. 온라인 설문 링크를 대학생 관련 인터넷 카페에 게시하였고, SNS와 문자를 통해 설문 링크를 배포하였으며, 설문 QR code 포스터를 대학교 게시판에 부착하여 설문에 접근할 수 있도록 하였고, 완료된 설문 응답 자료를 온라인으로 수집하였다. 총 462개의 설문이 수집되었으며, 이를 분석에 사용하였다. 연구대상자들의 성별 분포는 남학생이 202명(43.7%), 여학생이

260명(56.3%)이었으며 학년 분포는 1학년이 53명(11.5%), 2학년이 137명(29.7%), 3학년이 90명(19.5%), 4학년이 132명(28.6%), 5학년 이상이 50명(10.8%)으로 2, 4학년이 절반 이상을 차지하였다.

측정 도구

완벽주의적 자기제시 척도

본 연구에서는 완벽주의적 자기제시를 측정하는 척도로 하정희(2011b)의 한국판 완벽주의적 자기제시 척도(Perfectionistic Self-Presentation Scale; PSPS-K)를 사용하였다. PSPS-K는 Hewitt 등(2003)이 개발한 완벽주의적 자기제시 척도(Perfectionistic Self-Presentation Scale; PSPS)를 재구성하고 타당화한 척도로, 총 19문항(예: “나는 늘 완벽한 모습을 보이려고 노력한다.”)으로 구성되어 있다. ‘완벽주의적 자기노력’, ‘불완전함 은폐노력-행동적’, ‘불완전함 은폐노력-언어적’의 3가지 하위요인으로 이루어져 있으며, 각 문항들은 7점 Likert식 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 7: 매우 그렇다)로 평정하며, 문항의 총점이 높을수록 완벽주의적 자기제시 성향이 높음을 의미한다. 하정희(2011b)의 연구에서 전체 문항에 대한 문항 간 내적 일치도 계수(Cronbach’s α)는 .85였으며, 하위요인별 내적 합치도는 .88, .75, .75로 나타났다. 본 연구에서 전체 α 계수는 .87, 하위요인별 α 계수는 .88, .69, .78이었다.

사회불안 척도

정신질환의 진단 및 통계편람 제 5판(DSM-5)에 제시된 사회불안장애의 진단기준에 의하면 사회불안을 느끼는 사회적 상황은 사회적 상호작용을 하는 상황, 다른 사람 앞에

서 수행을 하거나 행동이 관찰되는 상황이다(APA, 2013). 본 연구에서 사회불안을 측정함에 있어 사회불안장애의 진단기준을 고려하여 사회적 상호작용에서의 불안을 측정하는 척도와 수행, 관찰 상황에서의 불안을 측정하는 척도 두 가지를 사용하였으며 이를 위해 Mattick과 Clarke(1998)가 개발한 사회적 상호작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale; SIAS)와 사회공포증 척도(Social Phobia Scale; SPS)를 김향숙(2001)이 번안·타당화한 척도를 사용하였다. 사회적 상호작용 불안 척도(SIAS)는 사람들 간의 상호작용 과정에서 겪게 되는 불안의 정도를 측정한다. 총 19문항(예: “나보다 높은 지위에 있는 사람과 대화할 때면 긴장된다.”)으로 이루어져 있으며, 각 문항들은 5점 Likert 형식(1: 전혀 그렇지 않다, 5: 매우 그렇다)으로 평정한다. 문항의 총점이 높을수록 일상적인 사회적 상호작용 상황에서 더 높은 불안을 경험하고 있음을 의미한다. 김향숙(2001)의 연구에서 α 계수는 .88-.94였으며, 본 연구에서 α 계수는 .92였다. 사회공포증 척도(SPS)는 타인이 자신을 관찰하는 상황에서 겪을 수 있는 주시불안과 다른 사람들의 시선이 의식되는 상황에서 수행해야 하는 과정에서 발생하게 되는 수행불안을 측정한다. 총 20문항(예: “다른 사람들 앞에서 글을 써야 할 때면 불안해진다.”)으로 이루어져 있으며, 각 문항들은 5점 Likert 형식(1: 전혀 그렇지 않다, 5: 매우 그렇다)으로 평정하고, 문항의 총점이 높을수록 타인이 주시하는 상황에서 수행을 할 때 불안이 높음을 의미한다. 김향숙(2001) 연구에서 전체 문항에 대한 문항 간 내적 일치도는 .89-.95였으며, 본 연구에서 α 계수는 .94였다.

자기몰입 척도

자기초점적 주의 성향 척도(Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social situation; SDSAS)는 이지영과 권석만(2005)이 자기초점적 주의를 측정하기 위해 개발한 척도로, 자신에게 주의를 기울이는 자기초점적 주의의 정도를 측정할 수 있는 ‘일반적 자기초점적 주의’ 9문항과 과도하게 내부의 특정 측면에 초점을 두고, 자신의 다른 측면 또는 외부에 주의를 돌리기 어려운 부적응적인 자기초점적 주의인 자기몰입 경향을 측정하는 ‘자기몰입’ 21문항으로 구성되어 있다. 이중 자기몰입을 측정하기 위하여 본 연구에서는 ‘자기몰입’ 21문항(예: “자주 어떤 생각에 매여 대화 내용을 놓친다.”)만을 사용하였다. 각 문항들은 5점 Likert 형식(1: 전혀 그렇지 않다, 5: 매우 그렇다)으로 평정하고, 문항의 총점이 높을수록 더 높은 자기몰입적 특성을 반영한다. 이지영과 권석만(2005)의 연구에서 ‘자기몰입’ 하위척도의 전체 문항에 대한 문항 간 내적 일치도는 .79였으며 본 연구에서 α 계수는 .95였다.

자기은폐 척도

자기은폐를 측정하기 위하여 박미란과 이지연(2008)이 개발한 자기은폐 척도를 사용하였다. 이 척도는 Larson과 Chastain(1990)이 제시한 자기은폐 개념을 바탕으로 개발되었으며, 은폐경향성, 비밀의 소유, 비밀누설의 두려움의 하위요인으로 구성되어 있으며 총 15문항(예: “나의 개인적인 문제는 나의 문제일 뿐 다른 사람들과 나누고 싶지 않다.”)이다. 각 문항들은 5점 Likert 형식(1: 전혀 그렇지 않다, 5: 매우 그렇다)으로 평정하고, 문항의 총점이 높을수록 자기은폐 경향이 높음을 의미한다. 박미

란과 이지연(2008)의 연구에서 전체 문항에 대한 문항 간 내적 일치도는 .87이었으며, 하위요인별 내적 합치도 계수는 은폐경향성 .75, 비밀의 소유 .70, 비밀 누설에 대한 두려움 .79였다. 본 연구에서 전체 α 계수는 .93, 하위요인별 α 계수는 각각 .84, .87, .91이었다.

자료 분석

자료 분석을 위하여 SPSS 21.0과 Mplus 7.0 프로그램을 사용하였으며, 다음의 절차를 통해 분석하였다. 첫째, 주요 변인의 기술통계와 정상성 가정 여부를 살펴보기 위하여 응답점수의 평균, 표준편차, 왜도와 첨도를 산출하였다. 둘째, 상관분석을 통해 주요 변인과 하위요인들 간 관련성을 살펴보았다. 셋째, 구조방정식 모형 검증을 실시하여 주요 변인들 간의 구조적 관계를 확인하였다. 이때 2단계 접근으로 먼저 측정모형 검증을 실시하고, 이후 구조모형을 통해 잠재변인들 간 구조적 관계를 검증하였다(Anderson & Gerbing, 1988). 모수치 추정 방법으로 최대우도법(Maximum Likelihood)을 적용하였으며, 모형의 적합도를 평가하기 위하여 Comparative Fit Index(CFI), Tucker Lewis Index(TLI), Root Mean Square Error or Approximation(RMSEA) 수치를 확인하였다. 연구모형과 경쟁모형의 적합도를 비교하여 완벽주의적 자기제시의 하위요인들과 사회불안 간 구조적 관계를 가장 잘 설명하는 최종모형을 선정하였으며, 잠재변인들 간 관계에서 나타나는 매개효과들의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 적용하였다(Shrout & Bolger, 2002).

결 과

기술 통계

완벽주의적 자기제시의 하위요인들(완벽주의적 자기노력, 불완전함 은폐노력-행동적, 불완전함 은폐노력-언어적)과 자기몰입, 자기은폐, 사회불안 및 측정변인들의 기술통계를 확

인하기 위하여 평균, 표준편차를 산출하였고, 더불어 각 측정변인들이 정상성 가정을 만족하는지를 알아보기 위하여 왜도, 첨도를 산출하였다. 그 결과는 표 1과 같다. 이때, 완벽주의적 자기노력과 불완전함 은폐노력-행동적, 불완전함 은폐노력-언어적, 자기몰입은 단일요인으로 구성되어 있기 때문에 측정변인 상관분석을 위한 측정변인 생성이 필요하여 완벽

표 1. 주요 변인과 측정변인의 기술통계 분석

	평균	표준편차	왜도	첨도
완벽주의적 자기노력	4.35	1.13	-0.23	-0.25
자기노력1	4.44	1.11	-0.29	-0.10
자기노력2	4.27	1.27	-0.17	-0.48
불완전함 은폐노력-행동적	5.49	0.93	-0.49	-0.20
행동적1	5.58	0.95	-0.62	0.28
행동적2	5.36	1.16	-0.57	-0.29
불완전함 은폐노력-언어적	4.24	1.08	0.08	-0.25
언어적1	4.02	1.20	0.11	-0.34
언어적2	4.46	1.15	-0.06	-0.17
자기몰입	2.33	0.81	0.39	-0.37
몰입1	2.42	0.81	0.33	-0.35
몰입2	2.31	0.85	0.43	-0.39
몰입3	2.26	0.87	0.37	-0.48
자기은폐	3.02	0.87	-0.17	-0.60
은폐경향성	3.10	0.94	-0.23	-0.73
비밀의 소유	3.07	1.01	-0.19	-0.73
누설 두려움	2.88	1.07	-0.01	-0.80
사회불안	2.49	0.71	0.28	-0.36
사회적 상호작용 불안	2.70	0.75	0.11	-0.45
수행불안	2.28	0.79	0.52	-0.34

주. 자기노력1-2와 행동적1-2, 언어적1-2, 몰입1-3은 각각 문항묶음한 완벽주의적 자기노력과 불완전함 은폐노력-행동적, 불완전함 은폐노력-언어적, 자기몰입의 측정변인임.

주의적 자기노력은 ‘자기노력1’과 ‘자기노력2’로, 불완전함 은폐노력-행동적은 ‘행동적1’과 ‘행동적2’로, 불완전함 은폐노력-언어적은 ‘언어적1’과 ‘언어적2’로, 자기몰입은 ‘몰입1’과 ‘몰입2’, ‘몰입3’으로 문항묶음하여 측정변인을 생성하여 이용하였다. 측정변인들의 정상성 가정을 살펴본 결과, 왜도가 ± 2 , 첨도가 ± 7 의 기준을 넘지 않았기 때문에 모든 측정변인들이 정상성 가정을 만족하는 것을 확인할 수 있었다(West, Finch, & Curran, 1995).

주요 변인들 간 상관분석

완벽주의적 자기제시 전체 점수 및 하위요인들과 자기몰입, 자기은폐, 사회불안 간 관련성을 살펴보기 위하여 상관분석을 실시하였다. 각 변인의 전체 점수들 간 상관분석에 대한 결과는 표 2와 같으며, 구조방정식에서 측정변인들로 이용한 하위요인들 간 상관분석 결과는 표 3에 제시하였다. 표 2에 제시된 변인들 간 상관을 살펴보면, 완벽주의적 자기제시의 하위요인 중 완벽주의적 자기노력, 불완전함 은폐노력-언어적과 자기몰입, 자기은폐, 사

회불안과의 정적 상관이 통계적으로 모두 유의하였으나, 불완전함 은폐노력-행동적의 경우 자기몰입과의 상관은 유의하지 않았다.

측정모형 검증결과

Anderson과 Gerbing(1988)이 제안한 2단계 분석(측정모형 검증, 구조모형 검증) 절차에 따라 우선 측정모형 검증을 통해 해당 측정변인들이 잠재변인들을 잘 측정하고 있는지 확인하였다. 표 4를 통해 측정모형 검증 결과를 살펴보면, CFI가 .961, TLI가 .943으로 좋은 적합도를, RMSEA가 .078(90% 신뢰구간: .067-.088)로 적절한 적합도를 보여 모형 적합도 기준을 만족하는 것으로 나타났다(Hu & Bentler, 1999). 이러한 결과는 측정모형 적합도 기준이 적절하였기 때문에 이후 구조모형 검증을 통해 잠재변수들 간 이론적 관계 검증이 가능함을 보여주었다. 다음으로 표 5와 같이 각 잠재변인들에 대한 측정변인들의 영향인 요인부하량을 살펴본 결과, 각 잠재변인에 대한 측정변인들의 요인 부하량(β)이 최저 .65, 최대 .95로 좋은 요인부하량 기준인 .50 이상

표 2. 주요 변인들 간 상관분석 결과

	1	2	3	4	5	6	7
1. 완벽주의적 자기제시	-						
2. 완벽주의적 자기노력	.88***	-					
3. 불완전함 은폐노력-행동적	.64***	.38***	-				
4. 불완전함 은폐노력-언어적	.78***	.49***	.32***	-			
5. 자기몰입	.29***	.32***	.08	.21***	-		
6. 자기은폐	.44***	.31***	.26***	.46***	.50***	-	
7. 사회불안	.27***	.24***	.17***	.22***	.75***	.51***	-

주. *** $p < .001$.

표 3. 측정 변인들 간 상관분석 결과

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. 자기노력1	-													
2. 자기노력2	.79***	-												
3. 행동적1	.40***	.40***	-											
4. 행동적2	.23***	.24***	.60***	-										
5. 언어적1	.42***	.36***	.23***	.21***	-									
6. 언어적2	.47***	.46***	.34***	.26***	.69***	-								
7. 몰입1	.25***	.28***	.13**	.03	.17***	.17***	-							
8. 몰입2	.32***	.36***	.11*	.00	.23***	.21***	.87***	-						
9. 몰입3	.25***	.28***	.10*	.02	.19***	.17***	.92***	.88***	-					
10. 은폐경향성	.25***	.27***	.24***	.23***	.52***	.52***	.39***	.40***	.38***	-				
11. 비밀의 소유	.17***	.25***	.13**	.15**	.25***	.28***	.36***	.40***	.37***	.55***	-			
12. 누설 두려움	.24***	.32***	.23***	.22***	.33***	.34***	.46***	.48***	.44***	.63***	.67***	-		
13. 사회적 상호작용 불안	.09	.14**	.19***	.11*	.20***	.18***	.62***	.62***	.62***	.42***	.36***	.47***	-	
14. 수행불안	.27***	.30***	.17***	.08	.18***	.18***	.71***	.69***	.73***	.38***	.36***	.45***	.69***	-

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

표 4. 측정모형의 적합도 지수

	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA(CI*)
측정모형	234.290	62	.961	.943	.078(.067-.088)

주. *CI=90%에서의 신뢰구간(Confidence Interval).

으로 나타나 측정변인들이 잠재변인들을 잘 측정하고 있음을 알 수 있다(Hair, Black, Babin, & Anderson, 2010).

구조모형 검증결과

본 연구에서 설정한 연구모형의 검증을 위하여 구체적으로 완벽주의적 자기제시 하위요인들이 사회불안으로 향하는 직접 경로가 나타나지 않는 완전매개모형(연구모형)과 직접

경로가 나타나는 부분매개모형(경쟁모형)을 설정하였고, 이 두 모형의 적합도를 비교하여 이 중 어느 모형이 자료를 더 잘 설명할 수 있으며, 더욱 간명한 최적의 모형인지 확인하였다. 이를 위하여 χ^2 차이검증을 실시하였고, 적합도 지수와 함께 결과를 표 6에 제시하였다. 분석 결과, 부분매개, 완전매개 두 모형 모두 TLI와 CFI는 .90 이상의 좋은 적합도, RMSEA는 .10 이하의 적절한 적합도로 나타나 자료에 적합한 것으로 나타났다. χ^2 차이

표 5. 측정모형의 요인부하량 분석 결과

잠재변인	측정변인	B	SE	β	t
완벽주의적 자기노력	자기노력1	1.00		.90	
	자기노력2	1.14	0.06	.89	18.45***
불완전함 은폐노력-행동적	행동적1	1.00		.93	
	행동적2	0.86	0.11	.65	8.17***
불완전함 은폐노력-언어적	언어적1	1.00		.78	
	언어적2	1.10	0.08	.89	14.55***
자기몰입	몰입1	1.00		.95	
	몰입2	1.01	0.03	.92	38.28***
	몰입3	1.09	0.02	.96	47.14***
자기은폐	은폐경향성	1.00		.78	
	비밀의 소유	1.03	0.07	.74	14.51***
	누설 두려움	1.24	0.08	.85	15.66***
사회불안	사회적 상호작용 불안	1.00		.79	
	수행불안	1.17	0.06	.87	18.64***

주. *** $p < .001$.

표 6. 모형들의 적합도 지수와 $\Delta\chi^2$ 차이 검증 결과

	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA(CI*)
부분매개모형	234.290	62	.961	.943	.078(.067-.088)
완전매개모형	241.442	65	.961	.945	.077(.066-.087)
χ^2 차이 검증	$\Delta\chi^2(3)=7.152, p>.05$				

주. *CI=90%에서의 신뢰구간(Confidence Interval).

검증 실시 결과, 두 모형 간의 차이는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 따라서 완벽주의적 자기제시 하위요인들과 사회불안의 직접 경로가 없는 간명한 모형인 완전매개모형을 최종모형으로 선택하였다 ($\Delta\chi^2_{\text{완전매개모형} - \text{부분매개모형}}(3)=7.152, p>.05$). 다음으로 최종모형으로 선택된 완전매개모형의

각 경로들의 직접 경로의 크기와 유의성 검증 결과를 살펴보고, 표 7에 그 결과를 제시하였다. 이 결과를 바탕으로 경로들의 크기와 통계적 유의성을 확인할 수 있도록 도식화한 그림을 그림 3에 제시하였다.

우선 매개변인 중 첫 번째 자기몰입의 경우, 완벽주의적 자기노력($\beta=.32, t=4.06$,

표 7. 최종모형(완전매개모형)의 잠재 변인들 간 모수 추정치

경로	B	SE	β	t	R ²
완벽주의적 자기노력 → 자기몰입	0.25	0.06	.32	4.06***	
불완전함 은폐노력-행동적 → 자기몰입	-0.05	0.06	-.05	-0.77	.111
불완전함 은폐노력-언어적 → 자기몰입	0.05	0.06	.06	0.77	
완벽주의적 자기노력 → 자기은폐	0.02	0.06	.03	0.36	
불완전함 은폐노력-행동적 → 자기은폐	0.08	0.06	.10	1.34	.305
불완전함 은폐노력-언어적 → 자기은폐	0.38	0.08	.49	4.78***	
자기몰입 → 사회불안	0.56	0.04	.74	15.46***	.750
자기은폐 → 사회불안	0.17	0.05	.21	3.51***	
자기몰입 ↔ 자기은폐	0.24	0.03	.53	7.62***	
완벽주의적 자기노력 ↔ 불완전함 은폐노력-행동적	0.41	0.06	.47	7.22***	
불완전함 은폐노력-행동적 ↔ 불완전함 은폐노력-언어적	0.32	0.04	.40	7.23***	
완벽주의적 자기노력 ↔ 불완전함 은폐노력-언어적	0.53	0.06	.58	8.40***	

주. *** $p < .001$

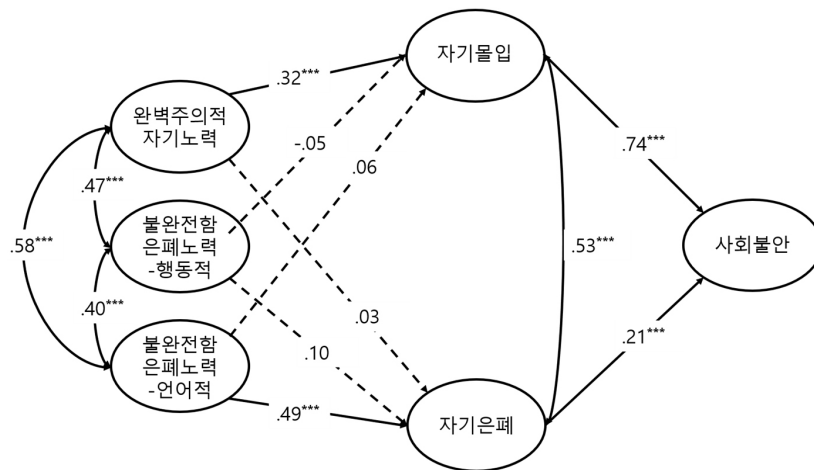


그림 3. 최종모형(완전매개모형)의 표준화 경로계수 결과

주. ** $p < .01$, *** $p < .001$

주. 잠재변인들 간 경로만 제시하였음. 유의한 경로는 실선으로, 유의하지 않은 경로는 점선으로 표시함.

$p < .001$ 의 영향은 정적으로 유의하여, 완벽주의적 자기노력 수준이 높을수록 자기몰입 수준이 높은 것으로 나타났다. 반면, 불완전함 은폐노력-행동적, 언어적 두 요인이 자기몰입

에 미치는 영향은 통계적으로 유의하지 않았다. 다음으로 두 번째 매개변인인 자기은폐의 경우, 불완전함-은폐노력-언어적($\beta=.49, t=4.78, p<.001$)의 영향이 정적으로 유의하여, ‘불완전함-은폐노력-언어적’이 높을수록 자기은폐 수준이 높은 것으로 나타났다. 반면, 완벽주의적 자기노력과 불완전함-은폐노력-행동적이 자기은폐에 미치는 영향은 통계적으로 유의하지 않았다. 준거변인인 사회불안에 대해서 자기몰입($\beta=.74, t=15.46, p<.001$)과 자기은폐($\beta=.21, t=3.51, p<.001$)의 영향이 모두 정적으로 유의하였다. 즉, 자기몰입 수준이 높고 자기은폐 수준이 높을수록 사회불안 수준이 높은 것으로 나타났다. 마지막으로 자기몰입과 자기은폐($\beta=.53, t=7.62, p<.001$), 완벽주의적 자기노력과 불완전함-은폐노력-행동적($\beta=.47, t=7.22, p<.001$), 불완전함-은폐노력-행동적과 불완전함-은폐노력-언어적($\beta=.40, t=7.23, p<.001$), 완벽주의적 자기노력과 불완전함-은폐노력-언어적($\beta=.58, t=8.40, p<.001$) 간 정적 상관이 통계적으로 유의하였다.

최종모형의 매개효과 유의성 분석

연구모형에서 나타난 매개효과들의 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑(Bootstrapping) 방법을 실시하였고, 그 결과를 표 8에 제시하였다. 이 방법은 매개효과의 추정치에 대한 95% 신뢰구간을 동일한 표본 수의 반복적인 부트스트래핑을 통해 산출해서, 이 신뢰구간에 0이 포함되지 않으면 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 판단하는 방법으로 정상성 가정에 대한 제약이 있는 Sobel 검증에 비해 통계적 검증력이 높다는 장점이 있다(Shrout & Bolger, 2002).

우선 완벽주의적 자기노력이 자기몰입을 거쳐 사회불안으로 이행되는 매개 경로와 ($B=.138, 95\% \text{ Bias-corrected CI}=.072-.192$) 불완전함-은폐노력-언어적이 자기은폐를 거쳐 사회불안으로 이행되는 매개 경로가($B=.064, 95\% \text{ Bias-corrected CI}=.031-.106$) 통계적으로 유의하였다. 즉, 완벽주의적 자기노력 수준이 높을수록 자기몰입이 높아져서 사회불안 수준이 높아지며, 불완전함-은폐노력-언어적 수준이

표 8. 매개효과들의 부트스트래핑 결과

경로	부트스트랩 추정치	SE	95% 신뢰구간 (Bias-corrected bootstrap)	
			하한	상한
완벽주의적 자기노력 → 자기몰입 → 사회불안	.138	.034	.072	.192
완벽주의적 자기노력 → 자기은폐 → 사회불안	.004	.011	-.016	.024
불완전함-은폐노력-행동적 → 자기몰입 → 사회불안	-.025	.033	-.097	.033
불완전함-은폐노력-행동적 → 자기은폐 → 사회불안	.013	.011	-.002	.038
불완전함-은폐노력-언어적 → 자기몰입 → 사회불안	.027	.035	-.046	.082
불완전함-은폐노력-언어적 → 자기은폐 → 사회불안	.064	.021	.031	.106

주. 부트스트랩 표집은 5,000번, 부트스트랩 추정치는 비표준화된 자료임.

높아질수록 자기은폐 수준이 높아져서 사회불안 수준이 높아짐을 확인할 수 있었다. 반면, 완벽주의적 자기노력이 자기은폐를 통해 사회불안으로 이행되는 매개 경로와 불완전함 은폐노력-행동적이 자기몰입이나 자기은폐를 거쳐 사회불안으로 이행되는 매개 경로, 불완전함 은폐노력-언어적이 자기몰입을 통해 사회불안으로 이행되는 매개 경로는 유의하지 않았다.

논 의

본 연구에서는 대학생을 대상으로 완벽주의적 자기제시와 완벽주의적 자기제시의 하위요인(완벽주의적 자기노력, 불완전함 은폐노력-행동적, 불완전함 은폐노력-언어적)이 사회불안에 미치는 영향을 알아보고, 사회불안으로 이행되는 과정에서 자기몰입과 자기은폐의 매개효과를 검증하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과와 시사점은 다음과 같다.

첫째, 완벽주의적 자기제시는 자기몰입, 자기은폐, 사회불안과 유의한 정적 상관관계를 보였다. 이와 같은 결과는 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 정적 상관관계를 밝힌 선행연구들의 결과(김다정, 오경자, 2017; 백수현, 이영순, 2013; Flett et al., 2004; Mackinnon et al., 2014)와 일치하였다. 즉, 완벽주의적 자기제시는 사회불안과 밀접한 관련이 있는 변인이며, 완벽주의적 자기제시 수준이 높아질수록 사회불안의 수준도 함께 높아질 수 있음을 의미한다. 또한 본 연구의 상관분석 결과는 완벽주의적 자기제시와 자기초점적 주의와의 정적 상관을 보고한 연구(Walter, Glass, Arnkoff, Safer, & Baillie, 2005)와 완벽주의적 자기제시와

자기은폐와의 정적 상관을 밝힌 연구(김하정, 2017; Larson et al., 2015)의 결과를 지지한다. 완벽주의적 자기제시의 세 하위 요인을 구분하여 다른 변인과의 상관을 알아본 결과, ‘완벽주의적 자기노력’과 ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 요인은 자기몰입, 자기은폐, 사회불안과 유의한 정적 상관이 있었으나, ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 요인의 경우 자기몰입과의 상관은 유의하지 않았다. ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 요인과 자기몰입과의 직접적인 관계를 밝힌 선행연구가 없었기 때문에 이 결과를 해석하기는 어려우나, 적어도 본 연구에 참여한 대학생 표본에서는 두 변인간 관련성이 약한 것으로 볼 수 있다.

둘째, 본 연구에서 검증하고자 했던 자기몰입과 자기은폐의 매개효과에서는 완벽주의적 자기제시의 하위요인에 따라 서로 다른 결과가 도출되었다. 먼저 자기몰입은 완벽주의적 자기제시의 하위요인 중 ‘완벽주의적 자기노력’과 사회불안의 관계를 완전매개하였다. 이는 완벽주의적 자기노력 수준이 높을수록 자기몰입이 증가하며, 그 결과 사회불안의 증가로 이어질 수 있음을 의미한다. 이는 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 자기초점적 주의가 매개역할을 한다는 선행연구의 결과(김슬기, 이동귀, 2018; Walter et al., 2005)와도 일관적이다. 또한 이 연구결과는 Clark과 Wells (1995)의 사회불안 인지모델을 바탕으로 비합리적 신념으로서의 완벽주의적 자기제시 성향을 가진 대학생이 사회불안에 이르는 과정에 대한 경험적 자료를 추가했다는 점에서 의의가 있다.

두 번째 매개변인으로서 자기은폐는 완벽주의적 자기제시의 하위요인 중 ‘불완전함 은폐노력-언어적’과 사회불안의 관계를 완전매개하

였다. 이 결과는 완벽주의적 자기제시와 자기은폐의 관련성을 보고한 연구(김하정, 2017; Larson et al., 2015)와 일관적이다. 또한 다른 사람에게 완벽하게 보이고 싶은 욕구가 강한 사람은 스스로가 부정적이라고 지각하는 정보를 감추려 하고(신지은, 이동귀, 2011; Kawamura & Frost, 2004), 심리적 고통의 주원인이 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들이 보이는 방어적 태도와 은폐 성향이라고 언급한 연구(Besser et al., 2010; Hewitt, et al., 2003)와 관련된다. 특히 하정희(2010)는 완벽주의적 자기제시와 전문적 도움추구태도와의 관계 연구에서 ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 요인만이 전문적 도움추구 태도에 유의한 영향력을 보였다는 결과를 통해 자신의 문제를 개방하지 않는 심리적 특성이 자기은폐와 밀접한 관련이 있음을 밝힌 바 있다. 이는 타인에게 완벽함을 보이고자 하는 동기로 인해 자신의 단점과 실수를 말로 표현하지 않는 개인에게 자신의 불완전함은 더욱 부정적인 정보로 인식되므로 다른 사람으로부터 적극적으로 숨기려는 경향을 보이게 되며, 이는 사회불안의 증가로 귀결될 수 있음을 의미한다. 사회불안을 지닌 사람들은 부정적인 평가를 당할까봐 두려워하기 때문에, 자기은폐를 보호전략으로 사용하는 경향이 높다(강조룡, 양재원, 2019). 자기은폐의 치료와 관련된 연구들을 살펴보면, 자기은폐 성향이 높은 대학생일수록 상담에 대한 부정적인 태도를 가지게 되나, 상담에 대한 지식의 향상이 상담에 대한 긍정적인 태도에 도움이 된다고 하였으며(서예니, 2018), 자기은폐 수준이 높을수록 내담자들이 상담 직후 불안하고 떠 있는 듯한 각성상태를 경험하기 쉽기 때문에 이러한 내담자들에 대한 상담자들의 섬세한 관찰과 배려가 필요하다고

하였다(손진희, 유성경, 2004). 또한 상담자는 자기은폐적 태도 이면에 있는 자신의 취약성을 감추고 다른 사람으로부터 인정과 찬사를 받기 위한 모습을 보이고자 하는 성격적 특성을 고려해야 할 필요가 있다(서은주, 권경인, 2018). 이에 따라 본 연구의 결과는 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들이 은폐 성향으로 인해 상담에 부정적인 태도를 보이게 되어(하정희, 2010; Ey, Henning, & Shaw, 2000; Hewitt, Habke, Lee-Baggley, Sherry, & Flett, 2008), 사회불안을 치료함에 있어 더욱 어려움을 겪을 수 있으므로 보다 세심한 치료 관계 구축이 필요함을 시사한다.

반면, 완벽주의적 자기제시의 하위 요인에 따라 사회불안으로 이행되는 매개 경로가 유의하지 않았는데, 구체적으로, 자기몰입의 매개효과가 완벽주의적 자기제시의 하위요인 중 ‘불완전함 은폐노력-언어적’, ‘불완전함 은폐노력-행동적’과 사회불안의 관계에서는 유의하지 않았고, 자기은폐의 매개효과는 ‘완벽주의적 자기노력’과 ‘불완전함 은폐노력-행동적’이 유의하지 않았다. 이는 완벽주의적 자기제시의 다차원성과 하위요인들 간의 구별되는 특성이 있다는 Hewitt 등(2003)의 제안과 차원별 독립성을 확인한 하정희(2011b)의 연구 결과를 지지하는 것이다. 부적응적인 자기초점적 주의의 매개효과가 ‘완벽주의적 자기노력’ 외에 다른 두 요인들에게서 유의하지 않았다는 결과를 통해 자신의 완벽함을 보이고자 하는 특성(완벽주의적 자기노력)과 자신의 불완전함을 은폐하고자 하는 특성(불완전함 은폐노력-행동적, 언어적)은 서로 구별되는 특성이며, 이로 인하여 서로 다른 심리적 기제를 통해 사회불안으로 이행될 수 있음을 추측할 수 있다. 이는 완벽주의적 자기제시와 사회불안 간의 심

리적 기제가 보다 복잡하며, 하위 요인에 대한 명확한 이해와 구분을 통해 접근해야 함을 시사한다. 한편 ‘완벽주의적 자기노력’ 성향이 높은 사람들은 자신의 불완전함을 숨기는데 초점을 두기 보다는 자신의 완벽성을 적극적으로 보여주는 특성이 있다(하정희, 2010). 이와 같은 특성으로 인해 자기은폐의 매개효과가 유의하지 않았을 가능성이 있으며, 이는 자기은폐와 완벽주의적 자기제시, 정신질환과 자살이념에 대한 D’Agata와 Holden(2018)의 연구결과와 유사하다. 이 연구에서 ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 요인과 ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 요인은 정신질환과 자살이념을 유의하게 예측하는 변인이었음에 비해 ‘완벽주의적 자기노력’ 요인은 유의한 예측변인이 아니었고, 이를 통해 완벽하게 보이고자 하는 특성과 불완전함을 보이지 않고자 하는 특성이 구별되는 특성임을 밝힌 바 있다.

불완전함 은폐노력-행동적, 언어적 두 요인 모두 불완전함을 은폐하려는 방향으로 인상을 관리하지만, 자기은폐의 매개효과는 ‘불완전함 은폐노력-언어적’에서만 유의하였다. ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 요인은 자신의 부족함이 드러나거나 실수할 수 있는 상황 자체를 회피하는 것으로, 자신의 불완전함을 말로 드러내지 않음으로써 은폐하고자 하는 ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 요인과는 다소 차이가 있다. 이는 선행연구에서도 확인할 수 있는데, 완벽주의적 자기제시와 심리적 고통의 관계에 작용하는 심리적 기제를 다룬 여러 연구 중 자기억제적 방어의 매개효과를 검증한 연구에서 ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 요인만 유의하게 나왔으며(하정희, 2011a), ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 요인만이 자신이 원하는 인상으로 수정할 수 있는 능력과 유의한 부적 상관을 보

인다고 하였다(백수현, 이영순, 2013). 이처럼 ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 요인이 가진 차별적 특성은 ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 요인과 구분이 되며, 그로 인해 본 연구에서 자기은폐의 매개효과가 유의하지 않았을 가능성이 있다. 또한 본 연구에서 자기은폐를 측정하기 위해 사용된 척도는 ‘은폐경향성, 비밀 누설에 대한 두려움, 비밀의 소유’로 구성되어 있으며, 각 문항의 내용이 주로 언어적인 은폐와 관련되어 있다. 이로 인해 행동적인 회피를 나타내는 ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 요인과 자기은폐와의 관계를 예민하게 측정하지는 못했을 가능성도 배제할 수 없다. 실제로 본 연구에서 측정변인들 간 상관분석 결과 자기은폐의 세 하위요인 모두 ‘불완전함 은폐노력-행동적’ 요인보다 ‘불완전함 은폐노력-언어적’ 요인이 상대적으로 더 높은 상관을 보였다(표 3). 따라서 언어적 은폐뿐만 아니라 행동적 은폐를 측정할 수 있는 자기은폐 척도를 사용한다면 다른 결과가 나올 가능성이 있다.

종합하면, 본 연구는 완벽주의적 자기제시의 하위요인과 사회불안 사이의 관계에서 자기몰입과 자기은폐의 매개역할을 경험적으로 확인함으로써 사회불안의 발생, 유지에 대한 새로운 경로를 밝혔다는 점에서 의의가 있다. 특히, 완벽주의적 자기제시는 완벽주의의 대인관계적 측면이 부각된 것으로 사회불안과의 관련성이 연구를 통해 꾸준히 입증되었지만, 사회불안으로 이행되는 과정에 대한 연구는 매우 제한적이었으며, 하위 요인의 특성을 구분하지 않고 진행된 연구가 많았다. 더불어 국내에서 완벽주의적 자기제시와 자기몰입, 자기은폐의 관계가 탐색된 연구가 전무한 상황에서 사회불안에 대한 설명력과 예측력을 높일 수 있는 경험적인 자료를 제공했다는 점

에서도 의의가 있다. 또한 본 연구 결과는 대학생들의 사회불안을 완화하기 위한 상담에서, 그들의 완벽주의적 자기제시의 특성을 주의 깊게 탐색할 필요가 있음을 시사한다. 특히 완벽주의적 자기제시 성향이 강한 대학생들의 사회불안을 다룰 경우 자기제시의 세 하위요인 중 어떤 부분이 두드러지는지 확인한 후 그에 따라 개입의 방향을 결정하는 것을 고려할 수 있다. 일례로 자신의 완벽함을 타인에게 보이려고 노력하는 과정에서 사회불안을 경험하는 대학생들의 경우는 무엇보다 이들이 보이는 자기초점적 주의의 내용과 양상, 그리고 불안 경험과의 연계를 살펴보고 이 과정에서 현실적으로 수정할 수 있는 부분을 중심으로 개입하는 것이 도움이 될 것이다. 아울러 주의 초점을 외부로 돌리는 방법 역시 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 대학생들의 사회불안의 치료와 증상 개선에 도움을 줄 수 있을 것이다. 반면, 자신의 불완전함을 말로 표현하지 않으려는 과정에서 사회불안을 많이 느끼는 내담자를 상담할 때는 먼저 이들이 자신의 불안을 다루는 것을 큰 위협으로 지각할 수 있다는 점, 즉 그들의 두려움과 방어 경향성을 이해하는 것이 중요하다. 아울러 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들은 일반적인 대인관계에서도 자신의 불완전함을 감추려 하기 때문에 사람들의 지지와 도움을 받지 못하는 경향이 많다는 점(Alden & Taylor, 2004)과 내담자의 자기은폐적 성향이 상담 관계에서도 반복될 수 있다는 점을 고려할 때 무엇보다 상담의 초기에 내담자가 자신의 심리적 어려움을 보다 용이하게 드러낼 수 있도록 수용적인 치료 관계를 구축하는 것이 중요할 것이다. 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 온라인을 통

해 설문이 이루어져 여러 지역의 대학생들이 연구에 참여하였으나 지역별 참여율이 균등하지 않았고, 대학생으로 한정된 연구이기 때문에 연구결과를 일반화하는데 제한점이 있다. 둘째, 본 연구의 자료표집을 위해 자기보고식 측정도구를 사용하였으므로 연구대상자들이 사회적으로 바람직하다고 여기는 방향으로 응답하였을 가능성이 있다. 특히 완벽주의적 자기제시 성향과 자기은폐 성향이 높은 사람들의 경우 자신의 부정적인 부분에 대해 솔직하게 보고하지 않을 가능성이 있다. 따라서 후속 연구를 통해 완벽주의적 자기제시 성향과 자기은폐 성향이 높은 사람들의 특성을 객관적으로 측정할 수 있는 방법(예: EEG와 같은 뇌파검사나 급성스트레스에 반응하는 코르티솔 수준의 측정)을 추가하는 것이 바람직하다. 셋째, 본 연구에서 자기은폐 성향을 측정하기 위해 사용한 척도는 언어적 은폐성향을 측정하는 문항들로 구성되어 있어 행동적인 은폐 성향이 측정되지 않았을 가능성이 있다. 따라서 행동적 은폐 성향을 포함하여 측정할 수 있는 측정도구를 선별하여 연구에 활용한다면 완벽주의적 자기제시와 자기은폐의 관계를 보다 명확하게 밝히는 데 도움이 될 것이다. 넷째, 한 연구(하정희, 2011a)에 의하면 완벽주의적 자기제시의 한 하위요인인 ‘완벽주의적 노력’은 미성숙한 방어뿐만 아니라 성숙한 방어와도 정적인 상관이 있는 것으로 나타났다. 따라서 완벽주의적 자기제시의 일부 특성과 적응성 간의 관계에 대한 후속 연구를 통해 완벽주의적 자기제시의 부적응적 및 적응적 특성을 결정하는 제 3의 요인을 확인하는 것이 필요할 것이다. 끝으로 본 연구에서는 횡단적으로 한 번에 모든 변인을 측정하여 분석하였다. 따라서 각 변인들 간의 영향관계를

인과관계로 해석하는 것은 시기상조이다. 후속 연구에서는 이 점을 보완하여 여러 시점에 걸쳐 변인을 측정한다면 변인들 간의 명확한 인과관계를 밝히는 데 도움이 될 것이다.

참고문헌

- 강초롱, 양재원 (2019). 사회불안과 우울의 관계: 지각된 사회적 규준과 자기은폐의 조절된 매개효과. *인문사회* 21, 10(5), 521-535.
- 김다정, 오경자 (2017). 완벽주의적 자기제시가 사회불안에 미치는 영향: 자기효능감의 조절효과. *한국심리학회지: 임상*, 36(1), 56-63.
- 김성주, 이영순 (2013). 대학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계: 부정적 및 긍정적 평가에 대한 두려움과 인지적 정서 조절의 매개효과. *상담학연구*, 14(3), 1919-1938.
- 김슬기, 이동귀 (2018). 인문계 고등학생의 사회부과 완벽주의가 우울과 사회불안에 미치는 영향: 자기초점적 주의와 자기비난의 매개효과. *한국심리학회지: 학교*, 15(2), 243-264.
- 김주미, 유성경 (2002). 전문적 도움추구 행동에 영향을 미치는 심리적, 문화적 요인. *한국심리학회지: 상담과 심리치료*, 14(4), 991-1002.
- 김하정 (2017). 완벽주의적 자기제시와 거절민감성이 도움추구태도에 미치는 영향: 자기은폐의 매개효과. *서강대학교 석사학위논문*.
- 김해선 (2016). 대학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 경험회피의 매개효과. *청소년학연구*, 23(9), 107-126.
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위 유형의 기억 편향. *서울대학교 석사학위논문*.
- 박미란, 이지연 (2008). 자기은폐 척도개발 및 타당화. *상담학연구*, 9(4), 1547-1565.
- 박승혜 (2019). 성별에 따른 대학생의 완벽주의적 자기제시 성향, 사회불안, SNS 중독경향성의 관계: 대인관계 지향성의 조절된 매개효과. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 박정화 (2013). 대학생의 부적응적 완벽주의와 우울 간의 관계에서 자기몰입의 조절효과. *전남대학교 석사학위논문*.
- 박지혜, 이주영 (2018). 청소년의 완벽주의적 자기제시가 사회불안에 미치는 영향: 반추에 대한 자기자비의 조절된 매개효과. *상담학연구*, 19(4), 87-107.
- 백가은 (2018). 사회불안과 우울: 편집사고와 자기은폐의 매개효과. *가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 백수현, 이영순 (2013). 완벽주의적 자기제시와 사회적 불안과의 관계에서 정서표현 양가성의 매개효과. *상담학연구*, 14(1), 385-400.
- 서예니 (2018). 자기은폐, 정서표현억제가 전문적 상담 추구 태도에 미치는 영향: 상담지식의 조절효과. *건국대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 서은주, 권경인 (2018). 병리적 자기애가 자기은폐에 미치는 영향: 내면화된 수치심과 정서적 지지에 대한 인식의 조절된 매개효과. *교육연구논총*, 39(4), 1-29.
- 소지현 (2018). 완벽주의적 자기제시, 사후반추 사고가 사회불안에 미치는 영향: 탈중심화의 매개된 조절효과. *가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문*.

- 손진희, 유성경 (2004). 내담자의 자기은폐 수준에 따른 상담회기, 작업동맹 평가 및 상담자-내담자의 언어적 상호작용 분석: 초심 상담자를 대상으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 16(3), 327-345.
- 신지은, 이동귀 (2011). 고등학생의 사회적으로 부과된 완벽주의와 심리적 부적응: 자기은폐를 매개변인으로. *한국청소년연구*, 22(2), 55-79.
- 옥주희, 김은정 (2015). 부정적 자기개념과 자기개념 명확성이 사회불안에 미치는 영향: 부적응적 자기초점적 주의의 매개효과. *인지행동치료*, 15(3), 619-637.
- 원영주, 조성호 (2013). 자기초점적 주의가 사회적 상호작용 불안에 미치는 영향: 탈중심화의 매개효과. *인간이해*, 34(2), 173-191.
- 이지영, 권석만 (2005). 자기초점적 주의 성향 척도의 개발: 사회적 상황을 중심으로. *한국심리학회지: 임상*, 24(2), 451-465.
- 이지영, 권석만 (2009). 사회불안과 자기초점적 주의 성향의 관계. *인지행동치료*, 9(10), 39-55.
- 장진이 (2001). 자기은폐와 정서표현성향, 지각된 사회적지지 그리고 도움추구 태도간의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 정경숙 (2017). 여대생의 대인불안과 대인관계. *한국산학기술학회*, 18(1), 475-482.
- 정은선, 하정희 (2016). 대학생을 대상으로 한 완벽주의와 우울 및 불안의 관계에서 학업도움추구와 은폐의 매개효과. *한국산학기술학회*, 17(4), 671-681.
- 조용래, 원호택 (1997). 대인불안에 대한 인지적 평가: 사회적 상호작용에 대한 자기효능감 척도의 개발과 타당화에 관한 연구. *심리학의 연구문제*, (4), 397-434.
- 하정희 (2010). 완벽주의적 자기제시와 전문적 도움추구태도와의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(2), 265-280.
- 하정희 (2011a). 대학생들의 완벽주의적 자기제시, 방어유형과 우울감과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 23(4), 921-941.
- 하정희 (2011b). 한국판 완벽주의적 자기제시 척도(PSPS-K)의 개발과 타당화. *상담학연구*, 12(4), 1211-1230.
- 한정숙, 최승원, 김미리혜 (2014). 사회부과 완벽주의 및 자기지향 완벽주의와 사회불안의 관계: 자의식과 정서표현갈등의 매개효과-여대생을 대상으로. *한국심리학회지: 건강*, 19(3), 791-812.
- Alden, L. E., & Taylor, C. T. (2004). Interpersonal processes in social phobia. *Clinical Psychology Review*, 24(7), 857-882.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Besser, A., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2010). Perfectionistic self-presentation and trait perfectionism in social problem-solving ability and depressive symptoms. *Journal of Applied Social Psychology*, 40(8), 2121-2154.
- Bögels, S. M., & Lamers, C. T. J. (2002). The causal role of self-awareness in blushing-anxious, socially-anxious and social phobics

- individuals. *Behaviour Research and Therapy*, 40(12), 1367-1384.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, F. R. Schneier, R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69-93). New York: Guilford Press.
- D'Agata, M. T., & Holden, R. R. (2018). Self-concealment and perfectionistic self-presentation in concealment of psychache and suicide ideation. *Personality and Individual Differences*, 125(5), 56-61.
- Essau, C. A., Conradt, J., & Petermann, F. (2000). Frequency, comorbidity, and psychosocial impairment of anxiety disorders in German adolescents. *Journal of Anxiety Disorders*, 14(3), 263-279.
- Ey, S., Henning, K. R., & Shaw, D. L. (2000). Attitudes and factors related to seeking mental health treatment among medical and dental students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 14(3), 23-39.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(4), 522-527.
- Flett, G. L., Greene, A., & Hewitt, P. L. (2004). Dimensions of perfectionism and anxiety sensitivity. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 22(1), 39-57.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Hewitt, P. L., Blasberg, J. S., Flett, G. L., Besser, A., Sherry, S. B., Caelian, C., Papsdorf, M., Cassels, T. G., & Birch, S. (2011). Perfectionistic self-presentation in children and adolescents: Development and validation of the Perfectionistic Self-Presentation Scale-Junior Form. *Psychological Assessment*, 23(1), 125-142.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1303-1325.
- Hewitt, P. L., Habke, A. M., Lee-Baggley, D. L., Sherry, S. B., & Flett, G. L. (2008). The impact of perfectionistic self-presentation on the cognitive, affective, and physiological experience of a clinical interview. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 71(2), 93-122.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexed in structure modeling: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychological Bulletin*, 107(2), 156-176.
- Jain, M., & Sudhir, P. M. (2010). Dimensions of perfectionism and perfectionistic self-presentation in social phobia. *Asian Journal of Psychiatry*, 3(4), 216-221.
- Kawamura, K. Y., & Frost, R. O. (2004).

- Self-concealment as a mediator in the relationship between perfectionism and psychological distress. *Cognitive Therapy and Research*, 28(2), 183-191.
- Kelly A. E., & YIP, J. J. (2006). Is keeping a secret or being a secretive person linked to psychological symptoms? *Journal of Personality*, 74, 1349-1369.
- Larson, D. G., & Chastain, R. L. (1990). Self-concealment: Conceptualization, measurement, and health implications. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(4), 439-455.
- Larson, D. G., Chastain, R. L., Hoyt, W. T., & Ayzenberg, R. (2015). Self-concealment: Integrative review and working model. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(8), 705-774.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995) The self-presentation model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope & R. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment* (pp. 94-112). New York: Guilford Press.
- Mackinnon, S. P., Battista, S. R., Sherry, S. B., & Stewart, S. H. (2014). Perfectionistic self-presentation predict social anxiety using daily diary methods. *Personality and Individual Differences*, 56, 143-148.
- Makkar, S. R. & Grisham, J. R. (2011). Social anxiety and the effects of negative self-imagery on emotion, cognition, and post-event processing. *Behavior Research and Therapy*, 49, 654-664
- Masuda, A., Anderson, P. L., Wendell, J. W., Chou, Y. Y., Price, M., & Feinstein, A. B. (2011). Psychological flexibility mediates the relations between self-concealment and negative psychological outcomes. *Personality and Individual Differences*, 50, 243-247.
- Mattick, R., & Clarke, J. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 455-470.
- Mellings, T. M., & Alden, L. E. (2000). Cognitive processes in social anxiety: The effects of self-focus, rumination and anticipatory processing. *Behaviour Research and Therapy*, 38(3), 243-257.
- Merikangas, K. R., Avenevoli, S., Acharyya, S., Zhang, H., & Angst, J. (2002). The spectrum of social phobia in the zurich cohort study of young adults. *Biological Psychiatry*, 51(1), 81-91.
- Shepherd, R. M. (2006). Volitional strategies and social anxiety among college students. *College Quarterly*, 9(4), 1-12.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Stein, M. B., & Kean, Y. M. (2000). Disability and quality of life in social phobia: Epidemiological findings. *American Journal of Psychiatry*, 157(10), 1606-1613.
- Stöber, J., & Roche, D. L. (2014). Affect intensity contributes to perfectionistic self-presentation in adolescents beyond perfectionism. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 32(2), 164-180.
- Strahan, E. Y. (2003). The effects of social anxiety and social skills on academic performance.

- Personality and Individual Differences*, 34(2), 347-366.
- Vogel, D. L., & Armstrong, P. I. (2010). Self-concealment and willingness to seek counseling for psychological, academic, and career issues. *Journal of Counseling and Development*, 88(4), 387-396.
- Walter, R. W., Glass, C. R., Arnkoff, D. B., Safer, M., & Baillie, L. E. (2005, November). *Self-focus, perfectionism, and memory for emotion in social anxiety*. Association for Behavioral and Cognitive Therapies, Washington, DC.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problem and remedies. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (pp. 56-75). Newbury Park, CA: Sage.

원 고 접 수 일 : 2020. 02. 05

수정원고접수일 : 2020. 04. 16

게 재 결 정 일 : 2020. 05. 07

The Influence of Perfectionistic Self-Presentation, Self-Absorption and Self-Concealment on Social Anxiety in College Students

Na-hee Lee

Graduate School of Education, Yonsei University
Master's degree student

Dong-gwi Lee

Yonsei University
Professor

This study examined the relationship between perfectionistic self-presentation and social anxiety in college students, and the mediating effects of self-absorption and self-concealment in this relationship. Participants were 462 college students. The results indicated that perfectionistic self-presentation, self-absorption, self-concealment, and social anxiety were all significantly correlated with one another. Self-absorption had a full mediating effect on the relationship between perfectionistic self-promotion (PSP; a sub-factor of perfectionistic self-presentation) and social anxiety; however, there was no significant mediating effect of the two other PSP sub-factors, nondisplay of imperfection (NDP), and nondisclosure of imperfection (NDC). Additionally, self-concealment had a full mediating effect on the relationship between NDC and social anxiety, but not on the relationship between PSP and NDP. This study has implications for providing support to college students with social anxiety and perfectionistic self-presentation tendencies.

Key words : perfectionistic self-presentation, self-absorption, self-concealment, social anxiety