

관찰자 관점과 자기제시 동기가 사회불안에 미치는 영향*

김 남 재[†]

덕성여자대학교 심리학과

본 연구는 관찰자 관점이 사회불안을 더 높게 경험하게 하며, 이 효과가 자기제시 동기가 낮은 집단에 비해 높은 집단에서 더 크게 나타나는가를 검토하였다. 대학생 피험자들은 자기제시 동기 척도에 의해 자기제시 동기가 높은 집단과 낮은 집단으로 분류되었으며, 관찰자 관점을 유도하는 조건과 장 관점을 유도하는 조건에서 2인간 상호교류를 하였다. 연구 결과, 관찰자 관점은 자기초점적 주의를 증가시켰으며, 자기제시 동기가 높은 집단은 낮은 집단에 비해 자기초점적 주의를 더 많이 하였다. 그리고 자기제시 동기가 높은 집단은 관찰자 관점 조건에서 장 관점 조건에 비해 사회불안의 정서적 반응을 반영하는 상태불안 점수가 더 높았으나, 자기제시 동기가 낮은 집단에서는 이러한 차이가 없었다. 사회불안의 행동 측정치인 사회수행 평정치는 집단과 조건 간에 차이를 보이지 않았다. 본 연구 결과는 관찰자 관점이 사회불안을 높게 경험하도록 작용하며, 자기제시 동기가 높은 사람들에게 이 효과가 더 크게 나타날 수 있음을 시사하였다.

주요어 : 사회불안, 자기초점적 주의, 관찰자 관점, 자기제시 동기

* 이 논문은 2004학년도 덕성여자대학교 연구비 지원에 의해 연구되었음

[†] 교신저자(Corresponding Author) : 김 남 재 / 덕성여자대학교 심리학과 / 서울시 도봉구 쌍문동 419
TEL : 02-901-8303 / FAX : 02-901-8303 / E-mail : kimnj@duksung.ac.kr

많은 사람들이 사회불안(social anxiety)이나 사회공포증(social phobia)으로 인하여 일상생활 하는데 어려움을 겪고 있다. DSM-IV(American Psychiatric Association, 1994)에 따르면 사회공포증의 핵심 특징은 상호교류나 사회적 수행을 포함하는 사회적 상황에 대한 지속적인 두려움(fear)이다. 이런 두려움이나 회피행동이 일상생활에 현저한 방해를 줄 정도로 심한 경우에 사회공포증 진단을 내리게 된다. 사회불안과 사회공포증이란 용어는 혼용되기도 하고 구분되어 사용되기도 한다(Neal & Edelman, 2003). 일반적으로 정도가 약한 경우에 사회불안이라 하고, 정도가 심한 경우에 사회공포증이라고 한다(Leary & Kowalski, 1995b; Rapee, 1995). 본 연구에서 사회불안과 사회공포증은 동일한 차원의 연속선상에 있는 정도의 차이로 보고, 사회불안과 사회공포증이라는 용어를 함께 사용할 것이다.

사회공포증은 일반인들에게서 볼 수 있는 가장 흔한 정신장애의 하나이다 (Schneier, Johnson, Hornig, Liebowitz, & Weisman, 1992). 역학적 연구에 의하면 미국에서 사회공포증의 평생 유병율이 13.3%로 보고되었으며(Kessler, McGonagle, Zhao, Nelson, Hughes, Eshelman, Wittchen, & Kendler, 1994), 프랑스에서는 14.4%의 평생 유병율이 보고되었다(Weiller, Bisserte, Boyer, Lepine, & Lecrubier, 1996). 그럼에도 1980년대 중반에 이르기까지 사회공포증은 다른 불안장애들에 비해서 상대적으로 관심을 덜 받았다(Liebowitz, Gorman, Fyer, & Klein, 1985). 사회공포증은 1980년에 DSM-III(American Psychiatric Association, 1980)가 발행되면서 공식적으로 정신장애의 진단 범주에 포함되었다(Rapee, 1995; Rapee & Heimberg, 1997).

1980년대 중반부터 사회불안과 사회공포증에 대한 연구들이 증가하기 시작하였다. 많은 연구들에서 사회불안과 사회공포증의 원인과 유지에

있어서 인지의 역할이 강조되었다(Clark & Wells, 1995; Heinrichs & Hofman, 2001; Leary & Kowalski, 1995a, 1995b; Rapee & Heimberg, 1997). 사회불안과 사회공포증을 설명하는 인지적 이론들 중 대표적인 것으로, Clark와 Wells(1995)의 인지적 모형(cognitive model)과 Leary와 Kowalski(1995a, 1995b)의 자기제시 모형(self-presentation model)을 들 수 있다. 최근에 나온 사회불안에 대한 연구들 중에는 이 두 인지적 이론과 관련된 주제를 다룬 연구들이 많다.

Clark와 Wells(1995)의 인지적 모형에 따르면, 사회공포증 집단은 사회상황을 위협한 것으로 지각하도록 만드는 가정들을 가지고 있다. 사회상황에서 이 가정들이 활성화되어 사회적 위협을 지각하게 되고, 이에 따라 불안반응이 자동적으로 활성화된다. 불안반응과 이에 대한 대처 전략은 지각된 위협과 불안의 또 다른 원인이 되어, 사회불안을 유지시키거나 악화시키도록 작용하는 악순환이 반복된다. 사회불안을 발생시키거나 유지시키는 주 요인은 사회공포증 집단이 가진 역기능적 신념이다. 역기능적 신념이 부당하다는 것을 증명하지 못하게 하여 사회불안을 유지시키는 과정으로, 자기초점적 주의(self-focused attention), 안전행동(safety behavior), 불안에 의한 수행 결손, 그리고 예기적 불안과 사건후 재음미 등의 네 가지 과정이 있다. 이 네 가지 과정들 중에서 자기초점적 주의에 대해 특히 많은 후속 연구들이 있었다(Spurr & Stopa, 2002).

자기제시 모형(Leary & Kowalski, 1995a, 1995b; Schlenker & Leary, 1982)에서는 어떤 사람이 타인에게 목적인 인상을 주려고 하지만, 그 일에 성공하리라고 확신하지 못할 경우에 사회불안을 경험하게 된다고 본다. 자기제시 모형은 사회불안이 자기제시 동기(self-presentational motivation)와 자기제시 기대(self-presentational expectancies), 이 두

요인의 함수로 결정된다고 가정한다. 자기제시 동기는 다른 사람에게 어떤 목적인 인상을 주어야겠다는 동기이며, 자기제시 기대는 자기가 그런 인상을 실제로 줄 수 있을 것인가에 대한 주관적 확률이다. 자기제시 동기는 높는데 반해, 자기제시 기대가 부정적일 경우에 사회불안을 경험하게 된다. 자기제시 모형은 지금까지 연구되어온 사회불안에 관련된 많은 인지적 특성들을 자기제시 동기와 자기제시 기대 요인으로 통합하여 설명하였다(Leary & Kowalski, 1995a).

Clark와 Wells(1995)의 인지적 모형과 Leary 등의 자기제시 모형은 모두 사회불안 집단이 사회상황에서 불안을 경험하도록 하는 인지적 특성을 가지고 있음을 강조한다. 자기제시 모형에서 사회불안을 유발하는 요인으로 강조된 자기제시 기대는 Clark와 Wells(1995)의 인지적 모형에서 사회적 위험을 지각하도록 하는 역기능적 신념에 상응한다고 하겠다. 두 모형의 주요한 차이는 자기제시 동기 요인의 포함 여부라고 할 수 있다. Clark와 Wells(1995)의 인지적 모형은 사회불안을 유발하는 인지에 주로 초점을 맞춘 이론으로서, 동기 요인은 사회불안을 발생시키는 주요 과정에 포함되어 있지 않다. 반면에 Leary 등의 자기제시 모형은 사회불안을 유발하는 주요 요인으로서 동기 요인과 인지 요인을 함께 고려한다.

Clark와 Wells(1995)의 인지적 모형에 의하면, 사회공포증 집단은 관찰자 관점(observer perspective)에 의한 부정적 시각상을 자기가 다른 사람들에게 실제로 주는 인상이라고 여기는 경향이 있다. 관찰자 관점은 마치 타인의 관점에서 자기를 보는 것을 말한다. 사회공포증 집단은 자신의 사고 감정, 신체적 감각 등 자신의 내적 정보를 사용한 시각상이 타인에게 주는 자기의 실제적 인상이라고 간주한다. 이 시각상은 자신이 지각하는 불안한 감정이나 떨림, 땀 흘림 등의 신체적 감

각을 토대로 구성되기 때문에 대체로 부정적이다. 관찰자 관점에 의한 시각상은 타인에게 주는 자기의 인상을 부정적인 것으로 믿게 하며, 자기에 대한 주의의 초점화는 상대방의 긍정적 반응을 보게 될 가능성마저 감소시킨다. 따라서 관찰자 관점은 사회공포증 집단의 사회불안을 계속 유지시키도록 작용한다.

그동안 Wells를 중심으로 한 선행 연구들에서 관찰자 관점이 사회불안을 높이는데 중요한 역할을 한다고 시사되었다. Wells, Clark와 Ahmad(1998)는 과거에 불안을 유발한 사회적 상황과 비사회적 상황의 심상에 대해 사회공포증 집단의 관점에 대해 알아보았다. 연구 결과, 사회적 상황의 심상에 대해서 사회공포증 집단은 통제 집단에 비해 자신을 외부의 관점에서 보는 관찰자 관점을 더 많이 하였다. 반면에 비사회적 상황의 심상에 대해서는 사회공포증 집단과 통제 집단 간에 관점의 차이를 보이지 않았다. Wells와 Papageorgiou(1999)이 사회공포증 집단, 광장공포증 집단, 및 피상처 공포증 집단의 관점을 비교한 연구에서, 사회공포증 집단만이 사회적 상황에서는 관찰자 관점이, 비사회적 상황에서는 장 관점(field perspective)이 우세함을 보여주었다. Coles, Turk, Heimberg와 Fresco(2001)는 사회적 상황의 불안 수준에 따라서 사회공포증 집단의 기억 관점이 달라지는지 알아보았다. 연구 결과, 사회공포증 집단은 통제집단에 비해 높은 불안을 유발하는 사회적 상황에서는 관찰자 관점을 많이 사용하였다. 반면에, 중간 정도나 낮은 불안을 유발하는 상호적 상황에서는 사회공포증 집단과 통제집단 모두 장 관점이 우세하였다. 이런 연구 결과들은 인지적 모형(Wells & Clark, 1995)의 가설처럼 사회공포증 집단은 불안을 유발하는 사회적 상황에서 관찰자 관점에 의해 심상을 형성함을 시사하는 것이다. 이상의 연구들

은 불안을 유발하는 사회적 상황과 비사회적 상황의 심상이나 기억에서 어떤 관점이 우세한지를 조사한 연구들로서, 관점의 차이가 사회불안에 직접 미치는 영향을 검증한 연구들은 아니다.

최근에 Spurr와 Stopa(2003)은 관찰자 관점과 장 관점을 조작하여, 관찰자 관점이 사회불안에 미치는 영향을 알아보았다. 대학생들은 사회불안이 높은 집단과 낮은 집단으로 분류되어 관찰자 관점 조건과 장 관점 조건에서 번갈아 연설을 하였다. 연구 결과 사회불안이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 부정적 사고, 안전 행동이 많았으며, 주관적 불안이 더 높았다. 관점의 효과를 보면, 두 집단 모두 관찰자 관점이 장 관점에 비해 부정적 사고와 안전 행동을 유의하게 증가시켰으며, 주관적 불안은 증가하는 강한 경향성을 보여 주었다. 그러나 부정적 사고, 안전 행동 및 주관적 불안 등에서 집단과 관점의 상호작용은 모두 유의하지 않았다. 이런 연구결과는 관찰자 관점이 자기에 대한 부정적 사고를 증가시키고 사회불안을 발생시킨다는 Clark와 Wells(1995)의 인지적 모형의 가설에 대체로 일치하는 것이다. 그러나 두 집단 간에 관찰자 관점의 효과가 다르거나 나오지 않은 결과는 사회불안이 높은 사람들이 관찰자 관점을 더 하기 쉽다는 가설과는 일치하지 않는다. 또한 이 결과는 사회공포증 집단이 통제집단에 비해 관찰자 관점을 더 많이 사용한다는 Hackman, Surawy와 Clark(1998)의 연구결과와는 다른 것이다. Spurr와 Stopa(2003)의 연구는 최초로 관찰자 관점과 장 관점을 조작하여, 관찰자 관점이 사회불안에 미치는 영향을 검증하였는데 의의가 있다.

자기제시 모형에서 공적 자기의식(public self-consciousness)과 공적 자기자각(public self-awareness)은 자기제시 동기의 한 요소로서, 사회불안을 발생시키는 필요조건이다(Leary & Kowalski, 1995a).

자기의식과 자기자각은 구별될 수 있다. 자기의식은 개인의 특질이나 성향을 나타내는 반면에, 자기자각은 자기를 향한 주의(self-directed attention) 상태를 나타낸다(Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975). 이 정의를 따르면, 자기자각은 자기초점적 주의와 유사한 과정이라고 볼 수 있다. 공적 자기의식은 다른 사람들에게 공적으로 비쳐지는 자기의 모습에 대해 생각하는 성향으로 정의되므로(Fenigstein et al., 1975; Scheier & Carver, 1985), 공적 자기자각은 다른 사람들에게 공적으로 비쳐지는 자기의 모습에 대해 생각하는 상태라고 정의할 수 있다. 따라서 공적 자기자각은 관찰자의 관점에서 하는 자기초점적 주의와 유사한 과정이라고 볼 수 있을 것이다.

인지적 모형을 검증한 많은 연구들에서 자기초점적 주의가 사회불안을 높게 경험하게 하고, 사회적 수행을 저조하게 한다고 시사되었다(Kashdan & Roberts, 2004; Spurr & Stopa, 2002; Woody, 1996). 또한 여러 연구들이 관찰자 관점이 사회불안을 높게 경험하게 하는 중요한 요인임을 시사하였다(Coles et al., 2001; Spurr & Stopa, 2003; Wells et al., 1998; Wells & Papageorgiou, 1999). 관찰자 관점의 효과는 자기초점적 주의의 효과와 유사하다(Spurr & Stopa, 2003). 관찰자 관점은 관찰자의 입장에서 자신의 신체적, 인지적, 행동적 반응에 주목하는 자기초점적 주의를 더 많이 하도록 작용한다.

자기제시 동기는 자기제시 모형(Leary & Kowalski, 1995a, 1995b)에서 강조한 것처럼, 사회불안을 일으키는 두 주요 요인들 중 하나로서, 사회불안을 제대로 이해하는데 필요하다. Clark와 Wells(1995)의 인지적 모형에 따르면, 관찰자 관점을 많이 취하는 것이 높은 사회불안을 유발한다. 그리고 Clark와 Wells(1995)는 상대방에게 자신의 바람직한 인상을 제시하겠다는 강한 욕구를 가지고 있

으나 그렇게 할 수 있는 자신의 능력을 확신할 수 없을 때 사회공포증이 생긴다는 견해를 밝혔다. 자기제시 동기에 관련된 이러한 견해는 자기제시 모형의 설명과 상당히 유사한 것이다. 공격 자기자각이 사회불안을 유발하는 관계에 있음을 고려할 때, 자기제시 동기에 따라서 관찰자 관점이 사회불안에 다르게 영향을 줄 것이라고 예상할 수 있다.

본 연구는 공격 자기자각과 관찰자 관점에서 하는 자기초점적 주의의 유사성에 주목하여, 자기제시 동기, 관찰자 관점의 자기초점적 주의 및 사회불안의 관계에 대해 검토하려고 한다. 본 연구에서 자기제시 동기에 따라서 관찰자 관점이 사회불안에 다르게 영향을 준다는 것이 밝혀진다면, 이 연구 결과는 다음과 같은 함의를 시사하는 것으로 볼 수 있다.

첫째, 자기제시 모형의 주요 요인인 자기제시 동기와 인지적 모형에서 사회불안을 유지시키는 과정의 하나로 설명된 관찰자 관점이 무관한 것이 아니며, 상호작용하여 사회불안에 영향을 줄 수 있음을 시사하는 것이다.

둘째, 자기제시 모형에서 사회불안을 치료하기 위해 제안된 자기제시 동기를 낮추는 처치와 인지적 모형에서 제안된 관찰자 관점을 덜 갖도록 하는 처치를 결합하는 것이 사회불안 치료에 더 효과적일 수 있음을 시사하는 것이다.

본 연구의 목적은 관찰자 관점이 자기제시 동기에 따라서 사회불안에 다르게 영향을 주는가를 검토하려는 것이다. 본 연구에서는 자기제시 동기가 높은 집단이 낮은 집단에 비해 관찰자 관점에 의해 자기초점적 주의를 더 많이 하고, 사회불안을 더 높게 경험할 것이라고 가정한다. 이 가설은 자기제시 동기나 공격 자기자각이 사회불안에 주는 영향에 대한 자기제시 모형의 설명과 자기초점적 주의와 관찰자 관점이 사회불

안에 미치는 효과에 대한 인지적 모형의 가설을 토대로 한 것이다.

본 연구에서 관점의 처치는 Spurr와 Stopa(2003)의 방법을 그대로 따르되, 다른 유형의 사회적 과제를 사용하려고 한다. Kashdan과 Roberts(2004)는 연설하기 과제가 일상적인 사회적 상황의 역동적이고 상호교류적인 요소를 반영하지 못한다고 지적하였다. 이런 지적을 받아들여, 본 연구에서는 Kashdan과 Roberts(2004)가 사용한 절차와 유사한 2인간 교류를 하게 할 것이다. 2인간 교류가 연설하기보다는 더 일상적인 상황으로서, 사회불안이 높은 사람들에게 문제가 되는 사회적 상황으로 더 적절하다고 보기 때문이다.

여러 연구들에서 자기초점적 주의를 유도하기 위해 카메라를 사용하였다(예; Burgio, Merluzzi, & Pryor, 1986; Kashdan & Roberts, 2004). Spurr와 Stopa(2003)는 관찰자 관점 조건과 장 관점 조건에서 모두 카메라를 사용함으로써, 장 관점 조건에서도 자기초점적 주의를 많이 하도록 유도했을 가능성을 연구방법의 문제점으로 제기하였다. 카메라를 사용하여 장 관점 조건에서도 자기초점적 주의를 유도할 가능성을 배제하기 위해, 본 연구에서는 카메라 촬영을 하지 않을 것이다.

사회불안에 대한 선행 연구들은 특정한 상황에서 경험하는 사회불안의 지표로서, 주관적 불안감이나 사회적 수행을 사용하였다(DePaulo, Epstein, & LeMay, 1990; Kashdan & Roberts, 2004; Mahone, Bruch, & Heimberg, 1993; Spurr & Stopa, 2003; Stopa & Clark, 1993; Woody, 1996). 본 연구에서도 사회불안을 나타내는 측정치로서, 자기보고된 불안감과 사회적 수행 평정치를 모두 사용할 것이다.

본 연구는 관찰자 관점이 사회불안에 미치는 효과가 자기제시 동기가 높은 집단과 낮은 집단 간에 차이가 있는가를 검토할 것이다. 본 연구에

서는 장 관점 조건에 비해 관찰자 관점 조건에서 피험자들은 자기초점적 주의를 더 많이 하고, 사회불안을 더 높게 경험할 것이며, 이러한 관찰자 관점의 효과는 자기제시 동기가 낮은 집단에 비해 자기제시 동기가 높은 집단에서 더 크게 나타날 것이라고 가정한다.

방 법

피험자

서울 소재의 대학교에서 심리학 관련과목 수업 시간에 261명의 여자 대학생들에게 자기제시 동기 척도와 대인관계 불안 척도를 묶어 집단적으로 검사를 실시하였다. 먼저 자기제시 동기 척도로 상위 25%에 속하는 학생들(자기제시 동기 척도 점수 99점 이상)과 하위 25%에 속하는 학생들(자기제시 동기 척도 점수 81점 이하)만을 선정하였다. 자기제시가 높은 집단과 낮은 집단 사이에 성향적 사회불안이 차이가 나지 않게 하기 위하여, 자기제시 동기가 높은 집단과 자기제시 동기가 낮은 집단에 각각 대인관계 불안 척도 점수가 유사한 피험자들을 할당하였다. 즉 자기제시 동기가 높은 가용 피험자 집단과 자기제시 동기가 낮은 가용 피험자 집단에서, 대인관계 불안 점수가 거의 같은 피험자를 각각 1명씩 짝을 지어 뽑는 절차를 반복하여 피험자들을 선정하였다. 자기제시 동기 점수와 대인관계 불안 점수는 상관되기 때문에, 이런 조건을 충족하기 위해 자기제시 동기가 높은 집단과 낮은 집단 모두 대인관계 불안 점수가 중간 정도의 피험자들이 주로 많이 포함되었다. 이렇게 선정된 자기제시 동기가 높은 집단 20명과 자기제시 동기가 낮은 집단 20명이 실험에 참여하였다.

도구

자기제시 동기 척도

성향적 자기제시 동기를 측정하기 위해, 김남재(1999)가 개발한 자기제시동기 척도(Self-Presentational Motivational Scale; SPMS)를 사용하였다. 자기제시 동기 척도는 27 개 문항으로 구성되어 있으며, 1부터 5까지 5점 척도 상에 평정하도록 되어 있다.

대인관계 불안 척도

Leary(1983)의 대인관계 불안 척도(Interaction Anxiousness Scale; IAS)를 김남재(1995)가 번안하여 개발한 한국판 IAS를 사용하였다. IAS는 15 문항으로 구성되어 있으며, 1부터 5까지 5점 척도 상에 평정하도록 되어 있다.

상태불안 척도

Spielberger(1983)의 상태-특성 불안 검사(State-Trait Anxiety Inventory; STAI) Y형을 한덕웅 이상호 및 전경구(1996)가 한국판으로 개발한 STAI-Y형의 상태불안 척도를 사용하였다. 한국판 STAI-Y형 상태불안 척도는 20 문항으로 구성되어 있으며, 1부터 4까지 4점 척도 상에 평정하도록 되어 있다.

주의초점 질문지

주의초점 질문지(Focus of Attention Questionnaire: FAQ)는 Woody, Chambless 및 Glass(1997)가 특정한 상황에서의 주의를 초점을 측정하기 위해 개발한 도구이다. FAQ는 각각 5 문항으로 구성된 자기초점 소척도와 외부초점 소척도로 구성되어 있다. 본 연구에서는 자기초점적 주의를 평가하기 위해, 박기환(1999)이 번안한 자기초점 소척도만을 사용하였다. FAQ의 자기초점 척도는 5 문

향으로 구성되어 있으며, 1부터 5까지 5점 척도 상에 평정하게 되어 있다.

관점 질문지

관찰자 관점과 장 관점 처치가 잘 되었는지를 알아보기 위해, 7점 척도의 관점 질문지(Wells et al., 1998; Wells & Papageorgiou, 1998; Spurr & Stopa, 2003)를 사용하였다. 이 척도는 -3(전적으로 나 자신의 눈을 통해 외부를 본다)에서 +3(전적으로 외부 관점으로부터 나 자신을 관찰한다)까지 7점 척도 상에 평정하게 되어 있다.

사회적 수행 평정 척도

사회적 수행 평정 척도(Social Performance Rating Scale; SPRS)는 Fydrich, Chambless, Perry, Buergender와 Beazley(1998)이 2인간 상호교류 상황에서의 사회적 수행에 대한 행동적 평가를 위해 개발한 평정 체계이다. SPRS는 시선 접촉, 목소리의 질, 발언 길이, 불편함(몸짓), 대화 흐름 등 5 항목으로 구성되어 있으며, 각 항목마다 1(매우 저조하다)부터 5(매우 우수하다)까지 5점 척도로 평정하게 되어 있다. 본 연구에서는 카메라 촬영을 하지 않으므로, 영상 자료에 해당하는 시선 접촉과 불편함 평정 항목은 제외되었다. 또한 발언 길이와 대화 흐름은 두 피험자가 교대로 질문과 답변을 하는 본 연구 절차에 부합되지 않아서 평정할 수가 없었다. 본 연구에서는 SPRS의 항목들 중에서 목소리의 질 항목에 대해서만 평정하였다.

절차

실험자는 심리학 전공의 여자 대학원생으로서, 연구의 목적과 가설에 대해 모르는 상태에서 실험을 진행하였다. 피험자들은 자기제시 동기가

높은 사람 1명, 낮은 사람 1명씩 2명이 한 조가 되어 실험에 참여하였다. 2명이 서로 모르는 사람들로 한 조를 구성하였으며, 아는 사람이 한 조가 되는 경우에는 양해를 구하고 실험을 수행하지 않았다. 피험자들은 잘 모르는 두 사람이 서로 가까워지는 절차(Aron, Melinat, Aron, Vallace, & Bator, 1997 참조)를 응용한 과제에 의해 상호 교류를 하였다. 피험자들이 자리에 마주 앉으면 실험자는 실험 과제에 대한 지시문을 읽어 주었다. 지시문의 요지는 “이 연구는 두 사람의 교류에서 사람들이 서로 친해지는 과정에 대한 연구로서, 상대방과 가급적 편안하고 자연스럽게 대화하면 된다.”고 하고, 이어서 “카드에 적혀 있는 질문 순서대로 한 사람이 소리 내어 읽고, 이 질문에 대해 두 사람 모두 답변하는데 읽은 사람이 먼저 답변하고 이어서 다른 사람이 답변한다. 이런 식으로 번갈아 가며 순서대로 질문을 읽고, 두 사람이 모두 답변하는 식으로 진행되는 것이다.”라고 알려주었다. 카드는 두 세트로서, 각각 6개의 질문이 들어 있었다. 6개의 질문은 그 질문에 답변하려면, 정서적 내용과 자기공개가 점점 강해져야 하는 순서로 되어 있다(Aron et al., 1997 참조). 예를 들어, 한 세트의 첫 번째 질문은 “누구라도 초대가 가능하다면, 저녁식사에 누구를 초대하고 싶습니까?”이며, 마지막 질문은 “친구관계가 당신에게는 어떤 의미가 있습니까?”이다.

피험자들은 관찰자 관점 조건과 장 관점 조건에 모두 참여하였다. 두 세트의 질문은 관찰자 관점 조건과 장 관점 조건에서 각각 하나씩 사용되었다. 관점 조건의 순서에 따른 효과를 배제하기 위해, 관점의 처치와 두 세트의 질문의 조합을 전체 피험자들에게 상쇄시키기(counterbalancing) 순서에 의해 실험을 진행하였다.

관찰자 관점과 장 관점의 처치는 Spurr와 Stopa

(2003)가 실시한 방법을 따라서, 지시문에 의하여 이루어졌다. 관찰자 관점과 장 관점의 지시문은 각각 다음과 같다.

관찰자 관점: 두 분이 상호교류 중에 다음과 같이 하시기 바랍니다. 질문과 답변을 하시면서, 당신이 상대방에게 어떻게 보일지를 상상하십시오. 당신 자신의 행동과 신체적 반응을 잘 살피고 자각해 보십시오. 당신이 마치 외부에서 당신 자신을 관찰한다고 상상하십시오. 눈을 감고 약 2분가량 질문과 답변 중에 당신이 그렇게 하고 있는 것을 상상해 보십시오. 당신 자신이 그렇게 하는 것이 상상이 잘 됩니까? 질문이 있습니까? 그렇게 하시기에 연습이 더 필요합니까? 자 그럼 카드에 있는 순서대로 대화를 시작할까요?

장 관점: 두 분이 상호교류 중에 다음과 같이 하시기 바랍니다. 질문과 답변을 하시면서, 상대방에 대해 주의를 집중하십시오. 즉 상대방의 표정이나 행동이 어떤지 세심하게 관찰하십시오. 그리고 당신을 둘러싸고 있는 주위도 잘 살펴보십시오. 가급적 당신 자신의 행동이나 신체적 반응은 관심을 주지 마십시오. 당신을 둘러싼 사물에만 주의를 집중하십시오. 눈을 감고 약 2분가량 질문과 답변 중에 당신이 그렇게 하고 있는 것을 상상해 보십시오. 당신 자신이 그렇게 하는 것이 상상이 잘 됩니까? 질문이 있습니까? 그렇게 하시기에 연습이 더 필요합니까? 자 그럼 카드에 있는 순서대로 대화를 시작할까요?

각각의 관점 조건에서 상호교류가 끝나면, 피험자들은 관점 질문지, 주의초점 질문지 및 상태

불안 척도를 수행하였다. 피험자들의 양해 하에 상호교류 중의 질문과 답변 내용은 모두 녹음되었다. 녹음 자료는 추후에 사회적 수행 평정에 사용되었다.

사회적 수행 평정

사회불안을 나타내는 사회적 수행으로, Fydrich 등(1998)의 SPRS에 포함된 목소리의 질에 대해 1(매우 좋지 않다)에서 5(매우 좋다)까지 5점 척도 상에 평정하였다. 목소리의 질에 대한 구체적인 평정 기준은 Fydrich 등(1998)이 제시한 내용을 따랐다. 즉, 목소리가 단조롭고 변화가 없으며, 작고 우물우물하거나 너무 크면 1로 평정되고, 온화하고 열정적으로 말하면서 겸손한 체하거나 과장을 부린다고 여겨지지 않으면 5로 평정된다.

실험을 모두 종료한 후에, 두 평정자가 녹음 자료를 들으면서 사회적 수행을 독립적으로 평정하였다. 두 평정자는 모두 심리학과 대학원 석사과정을 졸업한 사람이었다. 목소리의 질에 대해 두 평정자 간에 평정 일치도를 높이기 위해 두 평정자는 예비실험과정의 녹음자료로 반복적인 사전교육을 받았다. 여러 번의 사전교육 과정에서, 연구자와 두 평정자가 함께 평정 기준을 논의하고 평정 연습을 수차 반복하였다. 평정자들은 녹음자료의 피험자 집단과 관점 조건을 모르는 상태에서 독립적으로 평정하였다. 평정자는 6개 질문에 대한 답변마다 각각 1에서 5까지 5점 척도로 평정한 후에, 6개 답변에 대한 평균치를 산출하고 반올림하여 이 값을 평정치로 하였다. 각 피험자의 특징한 조건에서 한 평정자의 평정치는 1에서 5까지 정수 값을 갖게 된다. 이렇게 정수 값을 평정치로 한 이유는 Fydrich 등(1998)의 SPRS에서 각 항목에 대해 1에서 5까지 평정한 것을 그대로 따르기 위함이다. 목소리의

표 1. 자기제시 동기 척도 및 대인관계 불안 척도 점수의 집단별 평균 및 표준편차

| 집 단 | SPMS | | IAS | |
|------------|--------|------|-------|------|
| | M | SD | M | SD |
| 높은 자기제시 동기 | 108.55 | 8.41 | 45.55 | 4.17 |
| 낮은 자기제시 동기 | 72.80 | 8.50 | 46.05 | 4.86 |

주. SPMS = 자기제시 동기 척도; IAS = 대인관계 불안 척도

질 항목에 대한 평정자간 신뢰도는 $r=.71$ 이었다.

실험설계

본 연구에서는 자기제시 동기가 높은 집단과 낮은 집단은 피험자간 변인이며, 관찰자 관점과 장 관점은 피험자내 변인으로 하는 혼합설계를 사용하였다.

않았다, $t(38) = .24, ns$. 즉 자기제시 동기가 높은 집단과 자기제시 동기가 낮은 집단 간에 성향적 사회불안의 차이가 없었다.

관점 평정

관점은 +3에서 -3까지의 척도 상에 평정되었으며, 양의 평정치는 관찰자 관점 음의 평정치는 장 관점을 나타낸다. 집단-조건 별 관점 평정 점수의 평균 및 표준편차가 표 2에 나타나 있다. 집단-조건별로 관점 평정 점수가 차이가 나는가를 알아보기 위해 변량분석을 하였다. 변량분석 결과, 관찰자 관점 조건이 장 관점 조건에 비해 관점 평정 점수가 유의하게 더 높았다, $F(1, 38) = 218.94, p < .001$. 한편, 자기제시 동기가 높은 집단과 자기제시 동기가 낮은 집단 사이에 관점 평정치는 유의한 차이가 나지 않았다, $F(1, 38) = .25, ns$. 또한 집단과 관점 조건의 상호작용도 유의하지 않았다, $F(1, 38) = 1.08, ns$.

결 과

피험자의 성향

표 1은 집단별 자기제시 동기 척도 점수 및 대인관계 불안 척도 점수의 평균과 표준편차를 보여준다. 집단별로 피험자들의 성향적 사회불안이 차이가 나는가를 알아본 결과, 자기제시 동기가 높은 집단과 자기제시 동기가 낮은 집단 간에 대인관계 불안 점수는 유의한 차이를 보이지

표 2. 관점 평정 점수의 집단-조건별 평균 및 표준편차

| 집 단 | 관찰자 관점 | | 장 관점 | |
|------------|--------|------|-------|------|
| | M | SD | M | SD |
| 높은 자기제시 동기 | 1.15 | 1.04 | -1.00 | 1.17 |
| 낮은 자기제시 동기 | .90 | .85 | -1.10 | 1.52 |

표 3. 자기초점적 주의 점수의 집단-조건별 평균 및 표준편차

| 집 단 | 관찰자 관점 | | 장 관점 | |
|------------|--------|------|-------|------|
| | M | SD | M | SD |
| 높은 자기제시 동기 | 12.35 | 5.21 | 10.25 | 3.97 |
| 낮은 자기제시 동기 | 8.55 | 5.39 | 7.10 | 5.06 |

자기초점적 주의

FAQ의 자기초점 소척도로 측정한 자기초점적 주의 점수의 집단-조건별 평균 및 표준편차가 표 3에 나타나 있다. 집단-조건별로 자기초점적 주의 점수가 차이가 나는가를 알아보기 위해 변량분석을 하였다. 변량분석 결과, 자기제시 동기가 높은 집단의 자기초점적 주의 점수가 자기제시 동기가 낮은 집단에 비해 유의하게 더 높았다, $F(1, 38)=8.17, p < .01$. 또한 관찰자 관점 조건의 자기초점적 주의 점수가 장 관점 조건에 비해 유의하게 더 높았다, $F(1, 38)=4.21, p < .05$. 그러나 집단과 관점 조건의 상호작용은 유의하지 않았다, $F(1, 38)=.08, m$.

상태불안

STAI-Y형의 상태불안 척도로 측정한 상태불안 점수의 집단-조건별 평균 및 표준편차가 표 4에 나타나 있다. 집단-조건별로 상태불안 점수가 차이가 나는가를 알아보기 위해 변량분석을 하였

다. 변량분석 결과, 자기제시 동기가 높은 집단의 상태불안 점수가 자기제시 동기가 낮은 집단에 비해 유의하게 더 높았다, $F(1, 38)=4.29, p < .05$. 또한 관찰자 관점 조건의 상태불안 점수가 장 관점 조건에 비해 유의하게 더 높았다, $F(1, 38)=5.02, p < .05$. 집단과 관점의 상호작용은 유의하지 않고 경향성만을 보였다, $F(1, 38)=3.78, p < .10$. 자기제시 동기가 높은 집단과 낮은 집단 간에 관찰자 관점의 효과가 다른가를 알아보기 위해, 두 집단에 대해 각각 관점 조건 간에 평균치 비교를 하였다. 그 결과, 자기제시 동기가 높은 집단에서는 장 관점 조건에 비해 관찰자 관점 조건에서 상태불안 점수가 유의하게 더 높았다, $F(1, 38)=5.63, p < .05$. 그러나 자기제시 동기가 낮은 집단에서는 관찰자 관점 조건과 장 관점 조건 간에 유의한 차이를 보이지 않았다, $F(1, 38)=2.76, m$.

사회적 수행 평정치

사회적 수행 평정을 나타내는 SPRS의 목소리

표 4. 상태불안 점수의 집단-조건별 평균 및 표준편차

| 집 단 | 관찰자 관점 | | 장 관점 | |
|------------|--------|------|-------|------|
| | M | SD | M | SD |
| 높은 자기제시 동기 | 45.35 | 7.23 | 40.75 | 6.19 |
| 낮은 자기제시 동기 | 41.60 | 5.88 | 39.05 | 6.31 |

표 5. 사회적 수행 평정치의 집단 조건별 평균 및 표준편차

| 집 단 | 관찰자 관점 | | 장 관점 | |
|------------|--------|-----|------|-----|
| | M | SD | M | SD |
| 높은 자기제시 동기 | 3.73 | .67 | 4.08 | .63 |
| 낮은 자기제시 동기 | 4.08 | .64 | 4.18 | .59 |

의 질은 1(매우 좋지 않다)에서 5(매우 좋다)까지 5점 척도 상에 평정되었다. 목소리의 질 평정치는 두 평정자가 목소리의 질에 대해 각각 평정한 값의 평균치이다. 목소리의 질 평정치의 집단-조건별 평균 및 표준편차가 표 5에 나타나 있다. 집단-조건별로 목소리의 질 평정치가 차이는가를 알아보기 위해 변량분석을 하였다. 변량분석 결과, 자기제시 동기가 높은 집단과 낮은 집단 간에 목소리의 질 평정치가 유의한 차이를 보이지 않았다, $F(1, 38)=1.83, ns$. 관찰자 관점 조건과 장 관점 간에도 목소리의 질 평정치가 유의한 차이를 보이지 않았다, $F(1, 38)=2.16, ns$. 집단과 관점 조건의 상호작용도 유의하지 않았다, $F(1, 38)=1.01, ns$.

논 의

본 연구는 인지적 모형과 자기제시 모형을 토대로 하여, 관찰자 관점이 사회불안에 미치는 효과가 자기제시 동기가 높은 집단과 낮은 집단 간에 차이가 있는가를 검토하려는 것이 목적이었다. 본 연구에서는 장 관점 조건에 비해 관찰자 관점 조건에서 피험자들은 자기초점적 주의를 더 많이 하고, 사회불안을 더 높게 경험할 것이며, 이러한 관찰자 관점의 효과는 자기제시 동기가 낮은 집단에 비해 자기제시 동기가 높은 집단에서 더 크게 나타날 것이라고 가정하였다.

피험자들의 성향에 대한 예비분석에서 자기제시 동기가 높은 집단과 자기제시 동기가 낮은 집단 간에 성향적 사회불안 점수의 차이가 없었다. 이 결과는 자기제시가 높은 집단과 낮은 집단 간에 나타난 종속변인들의 차이가 성향적 사회불안의 차이 때문은 아니라는 것을 시사한다.

본 연구에서 사용한 관점 처치의 효과를 알아보기 위해 관점 평정치에 대한 통계분석을 하였다. 그 결과, 장 관점 조건에 비해 관찰자 관점 조건에서 관찰자 관점을 더 많이 한 것으로 나타났다. 그러나 자기제시가 높은 집단과 낮은 집단 간에는 유의한 차이가 없었으며, 집단과 관점 조건의 상호작용도 유의하지 않았다. 이상의 결과는 본 연구에서 사용한 관점의 처치가 피험자들로 하여금 유의하게 다른 관점을 갖도록 작용하였으며, 관점을 받아들이는 데 있어서 두 집단 간에 차이가 나지 않음을 시사하는 것이다. 관점 평정치에 대한 이러한 결과는 본 연구와 유사한 관점의 처치를 사용한 Spurr와 Stopa(2003)의 연구결과와 유사한 것이다. Spurr와 Stopa(2003)의 연구에서도 관점의 처치에 따라 관점 평정치가 유의한 차이를 보였으나, 사회불안이 높은 집단과 낮은 집단 간에 유의한 차이를 보이지 않았으며, 집단과 관점의 상호작용도 유의하지 않았다.

자기초점적 주의 점수에 대해 통계분석을 한 결과, 자기제시 동기가 높은 집단이 낮은 집단에 비해 자기초점적 주의를 유의하게 더 많이 하는

것으로 나타났다. 이 결과는 자기제시 모형(Leary & Kowalski, 1995a)의 설명과 일치하는 것이다. 그리고 관찰자 관점 조건의 자기초점적 주의 점수가 장 관점 조건에 비해 유의하게 더 높았다. 이 결과는 자기초점적 주의와 관찰자 관점이 밀접한 관련을 갖는다는 Clark와 Wells(1995)의 설명에 부합되는 것이다. 한편 집단과 관점 조건의 상호작용은 유의하지 않았는데, 이것은 자기제시 동기가 낮은 집단에 비해 높은 집단에서, 관찰자 관점의 처치가 자기초점적 주의를 더 많이 하도록 하지는 않음을 시사한다. 이러한 결과는 본 연구 가설을 지지하지 않는 것이다.

자기제시가 높은 집단이 낮은 집단에 비해 관찰자 관점에 의해 자기초점적 주의를 더 많이 할 것이라는 가설은, 공적 자기자각이 자기제시 동기의 한 요소로서(Leary & Kowalski, 1995a), 공적 자기자각이 인지적 모형(Clark & Wells, 1995)에서 설명하는 관찰자 관점에 의한 자기초점적 주의와 유사한 과정이라고 보고 가정한 것이다. 그러나 본 연구에서 이 가설이 지지되지 않았다. 이러한 결과는 관찰자 관점이 자기초점적 주의를 더 많이 하도록 작용하며, 이 효과가 자기제시 동기가 높은 집단과 낮은 집단 간에 다르지 않은 것임을 시사한다.

자기초점적 주의에서 가설이 지지되지 않은 한 가지 가능한 이유로서, 주의초점 질문지에 의해 측정된 자기초점적 주의의 특성을 고려해 볼 수 있다. 본 연구에서 사용된 주의초점 질문지는 Woody 등(1997)이 사회적 상황에서 그 당시에 경험하는 주의의 초점을 측정하기 위해 개발한 FAQ의 자기초점 소척도이다. Woody 등(1997)이 FAQ를 개발한 목적에 비추어 보면 주의초점 질문지는 본 연구에서 사용하기에 적합한 도구라 할 수 있다. 그런데 주의초점 질문지의 문항 구성을 살펴보면, 총 5개 문항 중 2, 3개 문항은

상태뿐만 아니라 성향을 반영할 수 있는 문항이라고 생각된다. 예를 들어 “상대방에게 어떤 인상을 주는가에 신경을 썼다”라는 문항은 자기제시 동기 성향을 반영할 수 있는 내용이라고 여겨진다. 이런 문항들은 두 관점 조건에서 모두 자기제시 동기가 낮은 집단에 비해 높은 집단에서 일관되게 높은 점수가 나오도록 작용했을 수 있다. 이로 인해 집단과 관점의 상호작용이 유의하지 않았을 가능성을 배제할 수 없다. 그러나 이 이유가 자기초점적 주의에서 가설이 지지되지 않은 결과를 충분히 설명한다고 하기는 어렵겠다.

본 연구에서 사회불안의 주관적 불안감을 반영하는 상태불안 점수에서 가설이 지지되었다. 즉 자기제시 동기가 높은 집단은 장 관점 조건에 비해 관찰자 관점 조건에서 상태불안 점수가 더 높았으나, 자기제시 동기가 낮은 집단은 관찰자 관점 조건과 장 관점 조건 간에 이러한 차이를 보이지 않았다. 상태불안 점수에 대한 분석 결과는 자기제시 동기가 높은 집단은 자기제시 동기가 낮은 집단에 비해, 관찰자 관점에 의해 주관적 불안을 더 높게 경험하게 된다는 것을 보여주는 것이다. 이러한 연구결과는 높은 자기제시 동기가 사회불안을 높게 경험하도록 하는 두 요인 중 하나라는 자기제시 모형의 가설에 부합될 뿐 아니라, 관찰자 관점이 사회불안의 한 원인이라는 인지적 모형의 가설에도 합치되는 것이다. 본 연구 결과는 성향적 자기제시 동기가 관찰자 관점과의 상호작용을 통하여 사회불안에 영향을 줄 수 있음을 시사하는 것이다.

본 연구에서 주관적 불안감 점수가 장 관점에 비해 관찰자 관점에서 높게 나온 결과는 Spurr와 Stopa(2003)의 연구 결과와는 다른 것이다. Spurr와 Stopa(2003)의 연구에서는 주관적 불안감 점수가 두 관점 조건 간에 유의한 차이는 없이 강한

경향성만을 보여주었다. 본 연구와 Spurr와 Stopa(2003)의 연구 사이에 이렇게 결과의 차이를 보인 이유는, Spurr와 Stopa(2003)의 연구에서 관찰자 관점과 장 관점 조건 모두에서 카메라 촬영을 하였기 때문일 수 있다. 여러 선행 연구들에서 사용한 바와 같이, 카메라 촬영은 자기초점적 주의를 증가시키는 처치이다(Burgio et al., 1986; Kashdan & Roberts, 2004). Spurr와 Stopa(2003)도 논의한 것처럼, 카메라 촬영이 장 관점에서도 자기초점적 주의를 하도록 하여 두 관점 처치에 의한 효과의 차이를 축소시켰을 가능성이 있다. 반면에 본 연구에서는 카메라 촬영을 하지 않아서 두 관점 처치의 효과가 좀더 뚜렷하게 반영되었을 것이라고 여겨진다.

사회불안의 행동 수행 측정치에서는 가설을 지지하는 결과를 보여주지 못하였다. 사회적 수행의 측정치인 목소리의 질은 집단과 조건 간에 유의한 차이를 보여주지 못하였다. 사회불안을 나타내는 행동 수행 평정치에서 가설이 지지되지 않은 한 이유로 피험자 집단의 특성을 생각할 수 있다. 자기제시 동기가 높은 집단과 낮은 집단 사이에 성향적 사회불안의 차이가 나지 않도록 피험자들을 선정하다보니, 두 집단 모두 대인관계 불안 점수가 중간에 가까운 피험자들 위주로 구성되었다. 즉 자기제시 동기가 높은 집단의 경우에도 성향적 사회불안이 높지 않은 피험자들이 대부분이었다. 이런 피험자들의 특성 때문에 자기제시 동기가 높은 집단이라 하더라도, 관찰자 관점 조건에서 행동적 반응까지 나타날 정도로 사회불안을 높게 경험하지는 않았기 때문에 집단과 조건 별로 행동 수행 평정치의 차이가 나지 않았을 가능성이 있다.

본 연구에서 사회불안을 나타내는 주관적 불안감에서는 가설이 지지된 반면에, 사회적 수행 평정치에서는 가설이 기각되었다. 사회불안을 나

타내는 주관적 불안감과 사회적 수행 간의 불일치는 여러 선행 연구들에서도 보여준 바 있다(Kashdan & Roberts, 2004). 또한 여러 연구들에서 사회불안이 높은 사람들과 낮은 사람들 간에 사회적 행동의 차이를 보여주지 못하였다(Rapee & Lim, 1992; Woody, 1996). 반면에 다른 연구들에서는 사회불안이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 사회적 수행이 더 저조한 것으로 나타났다(DePaulo et al., 1990; Stopa & Clark, 1993). 그동안 선행 연구들에서 높은 사회불안이 사회적 수행 결손을 가져오는가에 대해 결과들이 일치하지 않았다.

그렇다면 본 연구 결과와 같이 주관적 불안감과 사회적 수행 평정치가 일치되지 않는 결과를 보인 이유는 무엇일까? 그 이유는 사람들이 내적으로 불안감을 느끼는 경우라 하더라도 자신의 내부 반응과 다르게 행동하기 때문일 수 있다. 사람들은 자기가 실제로 느끼는 바와는 다른 정서나 태도를 전달하려는 행동을 할 수 있다(DePaulo, 1992). 더구나 본 연구의 피험자들이 일반 대학생이어서 주관적 불안을 느끼더라도 이를 행동 수행으로는 나타나지 않도록 통제를 잘 할 수 있기 때문에 사회적 수행 평정치에서는 차이가 나오지 않았을 가능성이 있다.

또 다른 이유는 본 연구에서 사용한 연구방법상의 한계로 인하여 사회적 수행 측정치로 목소리의 질 한 항목만 평정했기 때문일 수도 있겠다. 연구방법을 보완하여 SPRS(Fydrich et al., 1998)에 포함된 다른 사회적 수행 평정치들을 함께 사용했다면 결과가 달랐을 수도 있었을 것이다.

앞에 든 두 가지 이유가 본 연구에서 주관적 불안 점수와 사회적 수행 평정치가 불일치하게 나온 결과를 설명할 수 있을 것이라고 생각된다. 앞으로 사회불안을 나타내는 주관적 불안감과

사회적 수행 간의 관계를 좀더 명확하게 규명하는 연구가 있어야 할 것이다.

본 연구에서 자기제시 동기가 높은 집단은 장 관점에 비해 관찰자 관점에서 주관적 불안 점수가 더 높았으나, 자기제시 동기가 낮은 집단에서는 이런 차이를 보이지 않았다. 이러한 결과는 가설에 일치하는 것으로서, 인지적 모형에서 중요한 과정으로 설명된 관찰자 관점이 사회불안에 미치는 효과가 자기제시 모형에서 강조된 자기제시 동기에 따라 다르게 될 수 있음을 시사하는 것이다. 하지만 이러한 시사는 사회적 수행 평정치에서 가설이 지지되지 않은 연구결과로 인해 조심스럽게 해석되어야 할 것이다.

타구나 자기초점적 주의에서 가설이 지지되지 않은 결과로 인해 주관적 불안감에서 가설이 지지된 결과는 명확하게 해석하기가 더욱 어렵다. 이는 자기제시 동기에 따라서 관찰자 관점이 사회불안에 미치는 효과가 달라지는 것이, 자기초점적 주의 과정 때문이 아니라 다른 과정 때문일 수 있음을 시사하는 것이다. 현 시점에서 그것이 어떤 과정인가에 대해 제대로 추정할 수는 없다. 자기제시 동기에 따라서 관찰자 관점이 사회불안에 미치는 효과가 달라지는 것이 어떤 과정 때문인가에 대한 후속 연구가 필요하다.

자기제시 모형에서는 자기제시 동기가 사회불안의 한 원인이 되므로, 사회불안을 치료하기 위해서 자기제시에 대한 지나치게 높은 동기를 감소시키는 처치가 필요하다고 제안하였다(Leary & Kowalski, 1995a). 그 방법으로 타인의 인정을 받으려는 지나치게 높은 요구나 불인정에 대한 두려움을 줄이도록 도와주는 처치를 들었다. 인지적 모형은 자기가 아닌 외부에 초점을 맞추도록 바꾸어주는 처치가 사회공포증을 치료하는 중요한 방법이 될 수 있다고 강조하였다(Clark & Wells, 1995). 즉 자기초점적 주의를 외부로 돌리

게 하고, 사회상황에서 다른 사람들의 모습이나 행동에 관심을 더 많이 기울이게 하는 처치가 효과적일 것이라고 제안하였다. 본 연구에서 자기제시 동기가 높은 집단은 관찰자 관점 조건에서 주관적 불안감을 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 주관적 불안감에 대한 본 연구 결과는 두 모형에서 각각 제안한 처치를 결합하는 것이 사회불안 치료에 더욱 효과적일 것임을 시사하는 것이다. 즉 사회불안 집단의 자기제시에 대한 지나치게 높은 동기를 감소시키고, 사회상황에서 자기보다는 타인에 대해 주로 관심을 갖도록 하는 처치가 사회불안을 경감시키는 치료에 더욱 효과적일 것이다.

본 연구에는 몇 가지 제한점이 있다. 본 연구의 제한점과 앞으로 연구에서 고려할 사항들은 다음과 같다.

첫째, 사회적 수행 평정의 적절성에 관한 문제를 들 수 있다. 본 연구에서는 Spurr와 Stopa(2003)의 지적을 고려하여 비디오카메라를 사용하지 않았기 때문에 Fydrich 등(1998)의 SPRS에 포함된 모든 항목에 대해 평정하지 못하고 목소리의 질 항목에 대해서만 평정하였다. 카메라가 자기초점적 주의에 미치는 영향을 배제하면서 카메라 촬영을 할 수 있도록 방법을 보완하여, SPRS에 포함된 다른 사회적 수행 평정치들을 함께 사용하는 연구가 요망된다. 일방경(one-way mirror)을 사용하여 카메라 촬영을 하는 것이 하나의 방법이 될 수 있을 것이다. 본 연구에서 사용한 사회적 교류 과제와는 다른 종류의 사회적 교류 과제를 사용하는 연구도 있어야 할 것이다.

둘째, 본 연구의 다른 제한점은 피험자들이 모두 일반 여자대학생들이었다는 것이다. 사회불안에 있어서 남녀가 다른 특성을 가지고 있다는 것을 특별히 지적한 선행연구는 없었다. 그렇지만 본 연구결과를 사회공포증 환자를 포함하여

다른 집단에 일반화하려면, 앞으로 남자를 포함한 일반인들이나 임상집단에서 어떻게 나타나는가를 알아보는 연구가 있어야 할 것이라고 생각한다.

본 연구에서 자기제시 동기가 높은 집단은 관찰자 관점에 의해 주관적 불안을 더 높게 경험하는 것으로 나타났다. 반면에 자기제시 동기가 낮은 집단은 이러한 차이를 보이지 않았다. 본 연구 결과는 관찰자 관점이 사회불안을 높게 경험하게 하는 한 원인으로 작용하며, 이 효과가 자기제시 동기가 높은 사람들에게 더 크게 작용할 수 있음을 시사하는 것이다.

참고문헌

- 김남재 (1995). 대인불안의 측정에 대한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 14, 73-81.
- 김남재 (1999). 대인불안에 대한 자기제시 동기와 자기제시 기대의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 박기환 (1999). 사회공포증의 인지행동집단치료 효과 예언변인에 대한 연구. 고려대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 한덕웅, 이장호, 전경구 (1996). Spielberger의 상태-특성불안 검사 Y형의 개발. *한국심리학회지: 건강*, 1, 1-14.
- American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3rd. edition). Washington, DC: Author.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th. edition). Washington, DC: Author.
- Aron, A., Melinat, E., Aron, E. N., Vallone, R. D., & Bator, R. (1997). The experimental generation of interpersonal closeness: A procedure and some preliminary findings. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 363-377.
- Burgio, K. L., Merluzzi, T. V., & Pryor, J. (1986). Effects of performance expectancy and self-focused attention on social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 1216-1221.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneider (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment*. New York: Guilford Press.
- Coles, M. E., Turk, C. L., Heimberg, R. G., & Fresco, D. F. (2001). Effects of varying levels of anxiety within social situations: Relationship to memory perspective and attributions in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 651-665.
- DePaulo, B. M. (1992). Nonverbal behavior and self-presentation. *Psychological Bulletin*, 111, 203-243.
- DePaulo, B. M., Epstein, J. A., & LeMay, C. S. (1990). Responses of the socially anxious to the prospect of interpersonal evaluation. *Journal of Personality*, 58, 623-640.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Fydrich, T., Chambless, D. L., Perry, K. J., Buergener, F., & Beazley, M. B. (1998). Behavioral assessment of social performance: A rating system for social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 995-1010.

- Heinrichs, N., & Hofman, S. G. (2001). Information processing in social phobia: A critical review. *Clinical Psychology Review, 21*, 751-770.
- Kashdan, T. B., & Roberts, J. E. (2004). Social anxiety's impact on affect, curiosity, and social self-efficacy during a high self-focus social threat situation. *Cognitive Therapy and Research, 28*, 119-141.
- Kessler, R. C., McGonagle, K. A., Zhao, S., Nelson, C. B., Hughes, M., Eshelman, S., Wittchen, H. -U., & Kendler, K. S. (1994). Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R psychiatric disorders in the United State. Results from the National Comorbidity Survey. *Archives of General Psychiatry, 51*, 8-19.
- Leary, M. R. (1983). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment, 47*, 66-75.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995a). *Social anxiety*. New York: Guilford Press.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995b). The self-presentation model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneider (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment*. New York: Guilford Press.
- Liebowitz, M. R., Gorman, J. M., Fyer, A. J., & Klein, D. (1985). Social phobia: Review of a neglected anxiety disorder. *Archives of General Psychiatry, 42*, 729-736.
- Mahone, E. M., Bruch, M. A., & Heimberg, R. G. (1993). Focus of attention and social anxiety: The role of negative self-thoughts and perceived positive attributes of other. *Cognitive Therapy and Research, 17*, 209-224.
- Neal, J. A., & Edelman, R. J. (2003). The etiology of social phobia: Toward a developmental profile. *Clinical Psychology Review, 23*, 761-786.
- Rapee, R. M. (1995). Descriptive psychopathology of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneider (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment*. New York: Guilford Press.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy, 35*, 741-756.
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin, 92*, 641-668.
- Scheier, M., & Caver, C. S. (1985). The Self-Consciousness Scale: A revised version for use with general populations. *Journal of Applied Social Psychology, 15*, 687-699.
- Schneier, F. R., Johnson, J., Hornig, C. D., Liebowitz, M. R. & Weisman, M. M. (1992). Social phobia: Comorbidity and morbidity in epidemiological sample. *Archives of General Psychiatry, 49*, 282-288.
- Spieberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory: STAI(Form Y)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Spurr, J. M., & Stopa, L. (2002). Self-focused attention in social phobia and social anxiety. *Clinical Psychology Review, 22*, 947-975.
- Spurr, J. M., & Stopa, L. (2003). The observer perspective: Effects on social anxiety and performance. *Behaviour Research and Therapy, 41*, 1009-1028.
- Stopa, L., & Clark, D. M. (1993). Cognitive processes

- in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 255-267.
- Weiller, E., Bissierbe, J. -C., Boyer, P., Lepine, J. -P., & Lecrubier, Y. (1996). Social phobia in general health care: An unrecognized untreated disabling disorder. *British Journal of Psychiatry*, 168, 169-174.
- Wells, A., Clark, D. M., & Ahmad, S. (1998). How do I look with my minds eye: Perspective taking in social phobic imagery. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 631-634.
- Wells, A., Papageorgiou, C. (1999). The observer perspective: Biased imagery in social phobia, agoraphobia, and blood/injury phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 653-658.
- Woody, S. R. (1996). Effects of focus of attention on anxiety level and social performance of individuals with social phobics. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 61-69.
- Woody, S. R., Chambless, D. L., & Glass, C. R. (1997). Self-focused attention in the treatment of social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 117-129.

원고접수일 : 2004. 12. 7

게재결정일 : 2005. 4. 13



Effects of the Observer Perspective and Self-Presentational Motivation on Social Anxiety

Kim, Nam Jae

Department of Psychology, Duksung Women's University

The present study explored the effects of the observer perspective and self-presentational motivation (SPM) on social anxiety. It was hypothesized that the observer perspective produced higher social anxiety and this effect was larger in high SPM individuals than in low SPM individuals. College students who scored high or low on a measure of SPM took turns asking questions and answering in the observer perspective condition and the field perspective condition. The observer perspective taking increased self-focused attention and high SPM group experienced more self-focused attention than low SPM group. The results indicated that high SPM subjects reported higher state anxiety in the observer perspective condition than in the field perspective condition, but low SPM subjects didn't. However these effects were absent on the ratings of social performance. The findings of this study implicate the roles of the observer perspective and self-presentational motivation in contributing to high social anxiety.

Keywords : social anxiety, self-focused attention, observer perspective, self-presentational motivation