

## 사회불안 상황과 관련된 미묘한 회피 빈도 검증 척도(SAFE)의 한국판 타당화 연구: 일반 대학생을 대상으로

구 훈 정\* 양 은 주 권 정 혜

고려대학교 심리학과

본 연구의 목적은 사회불안과 관련된 미묘한 회피 빈도 검증 척도(Subtle Avoidance Frequency Examination; SAFE)를 번안한 한국판 SAFE의 요인구조, 신뢰도 및 타당도를 조사하는 것이다. 이를 위해 본 연구에서는 대학생 328명에게 한국어판 SAFE를 포함하여 사회불안을 측정하는 질문지를 실시하였다. 검사-재검사 신뢰도를 살펴보기 위해 2-3주 후 36명에게 한국판 SAFE를 재실시하였다. 신뢰도 분석 결과, 한국판 SAFE의 신뢰도 계수(cronbach's  $\alpha$ )는 .91이고, 2-3주 간격 검사-재검사 신뢰도( $r$ )는 .83으로 나타났다. 탐색적 요인 분석 결과, 3개의 하위 요인을 가진 요인 구조가 확인되었으며 각 요인에 대해 요인 1은 “미묘한 안전 행동”, 요인 2는 “신체 증상을 숨기기 위한 행동”, 요인 3은 “적극적 안전 행동”으로 명명하였다. 한국판 SAFE의 준거 및 변별 타당도를 알아보기 위하여 SAFE와 타 척도와의 상관분석을 실시해 본 결과, SAFE 총점은 부정적 평가에의 두려움, 사회적 상호작용 불안 척도, 사회공포증 척도, 인지적 신체적 불안질문지, 자기 초점적주의 척도, 역기능적 신념척도, 회피중심 대처 소척도와 유의한 상관을 보인 반면, 문제 해결적 대처나 사회적 지지 추구 대처 소척도와는 유의한 상관을 보이지 않아 준거 및 변별 타당도가 양호하였다. 다음으로, 요인별로 타 검사와의 상관을 분석하였다. 요인 1의 경우 사회불안과 관련된 척도와 가장 높은 상관을 보여 안전행동을 부적응적인 측면을 가장 잘 반영하는 요인으로 밝혀졌다. 요인 2의 경우에는 신체적 불안 및 신체 초점적 주의와 관련된 척도와 높은 상관을 보여 신체 증상에 대한 부적응적인 안전 및 회피 행동을 반영하는 요인임을 확인하였다. 사회불안과 관련된 척도와 유의한 상관을 보였다. 하지만, 적극적인 증상관리의 성격을 띤 요인 3의 경우 요인 1과 마찬가지로 사회불안과 관련된 척도와 유의한 상관을 보였으나 요인 1에 비해 상대적으로 낮은 상관을 보여 회피행동의 부적응적 측면을 상대적으로 적게 반영 한다고 해석하였다. 본 연구 결과를 바탕으로 연구의 의의와 제한점이 논의되었다.

주요어 : 사회불안장애, 안전행동, 회피행동, 미묘한 회피 빈도 검증 척도, 신뢰도, 요인구조

\* 교신저자(Corresponding Author) : 구훈정 / 고려대학교 심리학과 / (136-701) 서울시 성북구 안암동 5-1  
고려대학교 구 법학관 204A호 / E-mail : hjkoo95@korea.ac.kr

안전 추구 행동(safety-seeking behaviors)-안전 행동(safety behavior), 미묘한 회피 행동(subtle avoidance behaviours)-이란 지각된 위협감으로부터 주의를 돌리거나 관리하고 안전감을 증가시키려는 의도로 행해지는 명백한(overt) 혹은 은밀한(covert) 행동으로(Salkovskis, 1991), 사회공포증의 사회적 위협과 불안 지각을 유지시키는 요소 중의 하나이다(Clark & Well, 1995; McManus, Sacadura, & Clark, 2008). 일반적으로 회피(avoidance)나 도피(escape)와 같이 불안에 의해 유도된 행동은 종의 생존을 위해 고안된 적응적인 방어기제로서(Barlow, 2000), 실제 위협에 직면했을 때에는 자신을 보호하는 데 있어서 적응적인 대처로 볼 수 있다. 하지만, 실제적 위협보다 상황을 더 위협적으로 지각하는 경우는 부적응적이라고 할 수 있다. 공황장애 환자의 경우 자신들의 공황발작이 일어날 것을 과도하게 두려워하는 나머지 자신을 도와줄 사람이 없는 장소나 상황을 무조건 회피하는 안전 행동을 보인다. 사회불안장애를 가진 사람들은 발표상황이나 대인상호작용 상황에서 불안을 감소시키고 부정적 평가를 받지 않기 위하여 주의를 끌지 않으려고 노력하기, 시선 접촉을 피하기, 자신이 할 말을 속으로 미리 연습하기와 같은 미묘한 회피행동에서부터 친밀함을 가장하는 수준에 이르기까지 다양한 안전 추구 행동을 한다(Clark, Butler, Fennell, Hackmann, McManus, & Wells, 1995; Schlenker & Leary, 1982).

이러한 안전 추구 행동은 일시적으로는 불안 상황으로부터 회피할 수 있게 하거나 불안을 감소시키는 것처럼 보이지만 종국적으로는 사회공포증의 사회적 위협, 불안 지각 및 부정적 신념을 유지시킨다(Clark & Well, 1995; McManus, et al., 2008; Okajama Kanai, Chen &

Sakano, 2011). 첫째, 안전 추구 행동은 두려워하는 행동(예. 손을 떠는 것)이나 두려워하는 행동의 결과(예. 창피함, 거부감 등)에 관한 비현실적 신념을 반증할 수 있는 기회를 제한하기 때문이다. 예를 들어, 사회불안을 경험하는 상황에서 말을 많이 하지 않는 안전 추구 행동을 하는 사람의 경우 자신이 두려워하는 파괴적인 결과(예. 사람들이 자신에게 비판적이다)가 일어나지 않더라도 자신의 신념이 잘못되었다고 생각하기보다는 자신의 안전 추구 행동에 귀인하기 때문에 자신의 신념이 잘못되었음을 확인할 수 있는 기회를 얻지 못하게 된다. 둘째, 안전 추구 행동이 불안에 대한 감각과 위협에 대한 지각을 증가시켜 불안을 증상을 악화시킬 수 있기 때문이다. 예를 들어, 손이 떨리는 불안을 증상을 막기 위해 컵을 꼭 잡는 안전 추구 행동은 손이 떨리는 감각에 대한 주의를 증가시켜 오히려 손 떨림 행동을 증가시키거나 행동을 부자연스럽게 만들 수 있으며, 불안을 통제하지 못할 것이라는 통제 상실에 대한 역기능적 신념을 강화하는 결과를 낳을 수 있다. 셋째, 안전 추구 행동은 상대방으로부터 부정적인 반응을 유발할 수 있기 때문이다. 예를 들면, 우습거나 잘못된 말을 할까봐 사회적 상황에서 말을 적게 하는 안전 추구 행동을 하는 사람은 상대방에게 대화를 재미없어 하는 것처럼 보일 수 있어 상대방으로부터 따뜻하고 긍정적인 반응을 덜 이끌어내는 결과를 낳을 수 있다. 무엇보다 사회공포증 환자가 인지행동치료나 노출치료 중 안전 추구 행동을 지속할 경우 노출 치료의 효과를 경험하더라도 그것을 치료 효과로 받아들이기보다 자신이 안전 추구 행동을 했기 때문이라고 귀인하게 되어 치료 효과가 감소되는 문제가 생길 수 있다.

개인 특유의 안전 추구 행동을 발견하고 치료 전에 안전 및 회피 전략을 정확하게 발견 및 평가하고 이를 치료 도중에 사용하지 못하게 하는 것은 사회불안장애 치료의 효과를 높이기 위해 무엇보다 중요하게 고려되어야 하는 요소이다(Wells, Clark, Salkovskis, Ludgate, Hackmann & Gelder, 1995; Clark, 2001; Kim, 2005; Plasencia, Alden, & Taylor, 2011). 몇몇 연구자들(Clark, 1999; Clark & Wells, 1995; Rapee & Heimberg, 1997)은 노출 시 안전 추구 행동을 감소시키도록 하는 것이 노출을 단독으로 시행하는 것보다 불안과 파국적인 신념을 감소시키는 데 효과적임을 증명하였고, Morgan과 Raffle(1999) 및 Kim(2005)은 노출 치료 뿐만 아니라 인지행동 치료 시에도 안전 추구 행동을 감소시키는 것이 사회불안을 감소시키는데 더욱 효과적이라고 주장하였다. 이는 성인 대상 치료 뿐만 아니라 불안장애 아동을 대상으로 한 노출 치료의 효과성 연구에서도 일관되게 나타나고 있다. 노출 치료에서 안전 행동을 사용하는 불안장애 아동의 경우, 치료적 반응성이 낮다고 보고되고 있다(Hedtke, Kendall, & Tiwari, 2009).

안전 추구 행동은 개념이나 기능에 따라 다양하게 분류되어 왔다. Rachman과 Hodgson(1980)은 상황 회피 행동(예. 모임에 나가지 않는다), 미묘한 안전 행동(예. 눈맞춤을 피하기 혹은 예행 연습하기)과 같이 미래의 불안 혹은 정서적 스트레스 반응의 증가를 막기 위한 ‘예방적 안전행동’과 두려운 상황에서 예상되는 부정적 결과나 불안과 관련된 신체 증상을 감소시키기 위한 ‘회복적 안전행동’으로 구분하였다. Plasencia 등(2011)은 말하는 것을 최소화하기, 눈맞춤 피하기, 자기노출하지 않기와 같은 자신을 숨기는 행동을 ‘회피’ 행동으로,

과도하게 자신을 모니터링하거나 통제하는 것, 과도한 준비행동하기, 사회성을 가장하기와 같이 긍정적인 인상을 주기위한 행동을 ‘인상관리’ 행동으로 분류하였다. 흥미로운 것은 안전 행동의 유형에 따라 사회 불안에 미치는 영향력이 달라진다는 것이다. ‘회피’ 행동은 사회적 상호작용에 대한 높은 상태 불안 및 상대방의 부정적인 반응과 관련이 있는 반면, ‘인상관리’ 행동은 이후에 계속되는 상호작용에 대한 부정적인 예상을 수정하는 데 실패와 관련이 있다고 하였다. 이는 치료 시에도 서로 다른 함의점을 갖는다. 회피 행동을 보이는 사회공포증 환자들에 대해서는 사회적 상황에서 회피하는 대신 보다 대인관계에서 정서적으로 개입하고자하는 노력이 관계를 발전시키는 데 도움이 된다는 것을 주지시키는 것이 치료적 효과를 높이는 반면(Alden & Bieling, 1998; Sparrevoehn & Rapee, 2009), 인상관리 행동을 보이는 사회공포증 환자들에 대해서는 사회적으로 수용 받은 것이 자신의 가짜 모습을 보였기 때문이라는 왜곡된 신념을 바꾸어주는 것이 치료적 효과를 높이는 데 도움이 된다(Plasencia et al., 2011).

이렇듯 안전 및 회피 행동을 타당하게 분류하고 평가하는 것은 사회불안의 치료의 효과성을 좌우하는 중요한 요소임에도 불구하고, 오랫동안 사회불안 상황과 관련된 안전행동을 측정하는 적절하고 타당한 도구가 부재하였다(Morgan & Raffle, 1999). 국내의 경우 안전추구 행동 및 회피행동을 측정하는 자기보고식 검사로 발표상황과 관련된 안전행동 질문지(김은정, 1999)가 개발되어 있으나, 발표상황과 관련된 안전행동만을 측정하는 9문항에 국한되어 있어 다양한 안전 추구 행동을 측정하기에는 부족한 면이 있다. 조용래, 이경선, 황경

남(2005)의 연구에서 사용된 안전행동질문지(조용래, 1999)의 경우에는 국내에 타당화 연구가 발표되지 않았고 특히 횡문화적 연구가 증가하는 시점에서 외국 자료와의 비교를 위해서는 활용할 수 없다는 아쉬움이 있다. Clark 등(1995)이 개발한 사회 행동 질문지(Social Behaviour Questionnaire)는 외국에서 일반적으로 사용되고 있으나 명백하게 드러나는 회피 행동(예. 사회적 모임에 나가지 않는다)을 위주로 측정하기 때문에 회피 행동을 다양하게 측정하고 분류하는 데에는 다소 한계가 있었다. 안전 행동 및 미묘한 회피 행동이 주로 다른 사람들이나 치료자의 눈에 띄지 않게 이루어지는 대개 '미묘한' 행동이라는 점을 감안하면 '미묘한' 안전 및 회피 행동을 보다 타당하게 측정하는 도구의 개발이 절실한 실정이라 하겠다. 이에 Cuming, Rapee, Kemp, Abbott, Peters와 Gaston(2009)은 사회불안 상황과 관련된 안전 추구 행동 및 미묘한 회피 행동을 측정하기 위해 미묘한 회피 빈도 검증 척도(SAFE)를 개발하였다. 총 32문항으로 구성된 SAFE척도는 원저자의 타당화 연구(Cuming et al., 2009)에서 3요인이 도출되었다. 요인 1은 12문항으로 자신에게 시선이 쏠리는 것을 피하기 위해 행동을 미묘하게 제한하고 억제하는 것(subtle restriction and inhibition of behavior)이며, 요인 2는 14문항으로 사회적 상황에서 괜찮게 보이기 위해 하는 적극적 안전 행동(active safety behavior)이고, 요인 3은 6문항으로 얼굴이 붉어지거나 땀이 나는 등의 신체 증상을 숨기기 위한 행동(Behavior aimed at avoiding or concealing physical symptoms)이었다. 하지만, 원저자(Cuming et al., 2009)들은 요인구조를 분석한 결과, 요인 1과 요인 2가 유사한 수준의 요인 부하량을 보이고 있다는 점을 들

어 한 가지 유형의 안전 행동을 보이는 사람들이 다른 유형의 안전행동을 보이는 경우가 많은 것 같다고 언급하였다. 반면, 요인 3의 경우에는 요인 1과 2와는 다른 요인과는 구별되는 독립적인 요인으로서 기능할 가능성이 있다고 제안하였다.

본 연구에서는 첫째, SAFE의 한국판을 구성하여 그 신뢰도와 타당도를 살펴봄으로서 국내에서의 활용가능성을 알아보고자 한다. 둘째, 요인분석을 통해 안전 및 회피행동을 타당하게 평가 및 분류하고 나아가 타 척도와의 상관분석을 통해 안전 및 회피 행동의 유형별 특성을 보다 면밀하게 살펴봄으로서 임상장면에서 유용하게 활용될 수 있는 도구로서의 가능성을 제안하고자 한다. 특히, 원저자의 연구에서 도출된 3요인 구조가 본 연구에서도 동일하게 도출될 것을 가정하되, 요인1과 요인2가 유사한 요인이며 요인3의 경우는 독립적 요인으로서 기능할 가능성에 대하여 언급한 것을 고려하여, 2 요인 구조의 가능성에 대해서도 탐색하고자 한다.

## 방 법

### 연구 대상

충청도와 서울 소재의 K 대학교, H 대학교 및 E 대학교에서 학부와 대학원 과목 수업을 수강하는 대학(원)생 328명을 대상으로 2011년 10월부터 12월 그리고 2012년 2월에 설문을 실시하였다. 총 353명이 참여하였지만 불성실하게 응답한 자료를 제외하고 최종적으로 328명(남자 191명, 여자 137명)의 자료만 분석에 포함시켰다. 이들 중 남학생의 평균 연령은

22.52세(표준편차=2.84) 여학생의 평균 연령은 20.95세(표준편차=2.06)였다. 이들 중 36명에게 2-3주 후에 재검사를 실시하였다.

#### 측정 도구

##### **사회불안 상황과 관련된 미묘한 회피 빈도 검증 척도(Subtle Avoidance Frequency Examination; 이하 SAFE)**

SAFE는 Cumming 등(2009)이 사회불안 상황과 관련된 안전 추구 행동 및 회피 행동을 측정하기 위해 개발한 자기보고식 질문지이다. 원저자들의 연구(Cumming et al., 2009)에서 제시하였던 33문항 중 요인 부하량이 낮은 18번 문항 'Avoid speaking certain words to prevent stuttering' 문항을 삭제한 총 32문항으로 SAFE의 최종판을 확정하였고, 본 연구에서는 32문항으로 구성된 최종판을 사용하였다. SAFE는 각 항목에 대하여 1~5점의 5점 리커트식 척도로 평가하며 점수가 높을수록 사회불안 상황과 관련된 회피 행동의 빈도가 높음을 나타낸다. 원저자(Cumming et al., 2009)의 연구에서 내적 일치도 계수는 .91이었다. 본 연구에서의 총점 평균은 70.14(표준편차=16.82), 내적 일치도는 .89이었다.

##### **부정적 평가에의 두려움 척도(Brief-Fear of Negative Evaluation Scale; 이하 B-FNE)**

Watson과 Friend(1969)가 개발한 진위형 30문항으로 구성된 척도를 Leary(1983)가 전체 점수와 .50 이상 상관이 되는 12문항을 뽑아 단축형을 제작하였다. 본 연구에서는 이정윤과 최정훈(1997)이 국내 번안 과정에서 1~5점의 5점 리커트식 척도로 변화시킨 한국판 부정적 평가에 대한 두려움 척도를 사용하였다. 점수

가 높을수록 부정적 평가에 대한 두려움이 많음을 나타낸다. 이정윤과 최정훈(1997)이 보고한 내적 일치도 계수는 .90이었고 4주 간격 검사-재검사 신뢰도 계수는 .80이었다. 본 연구에서의 총점 평균은 33.19(표준편차=5.38), 내적 일치도는 .73이었다.

##### **사회 공포증 척도(Social Phobia Scale; 이하 SPS)**

Mattick과 Clarke(1998)가 타인에 의해 관찰되는 상황 및 사건 등을 기술하고 그 상황에서 경험하는 긴장이나 불안 수준을 측정하는 내용으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 김향숙(2001)의 연구에서 번안되고 타당화 과정을 거친 척도를 사용하였다. 총 20문항으로 구성되어 있으며, 각 항목에 대하여 0~4점의 5점 리커트식 척도로 평가하며 점수가 높을수록 사회적 수행과 관련된 공포감이 큰 것을 의미한다. 김향숙(2001)의 연구에서 내적 일치도(Cronbach's alpha)는 .89~.95로, 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .91로 보고되었다. 본 연구에서의 총점 평균은 22.12(표준편차=13.24), 내적 일치도는 .94이었다.

##### **사회적 상호작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale; 이하 SIAS)**

Mattick과 Clarke(1998)가 대인간 상호작용 과정에서 겪는 불안의 정도를 측정하기 위해 개발한 척도로서 20문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 김향숙(2001)의 연구에서 번안되고 타당화 과정을 거친 척도를 사용한다. 각 문항들은 사회적 상호작용을 요구하는 다양한 상황에서의 인지적, 정서적, 행동적 반응을 기술하는 자기진술문 형식으로 제시되어 있으며, 0~4점의 5점 리커트식 척도 상에서 평가하며

점수가 높을수록 사회적 상호작용 상황에서 더 높은 불안감을 경험하고 있음을 나타낸다. 김향숙의 연구에서 내적 일치도는 .88~.94로, 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .92로 보고되었다. 본 연구에서의 총점 평균은 32.50(표준편차=10.55), 내적 일치도는 .85이었다.

**인지적-신체적 불안 질문지(Cognitive-Somatic Anxiety Questionnaire; 이하 CSAQ)**

Schwartz, Davidson과 Goleman(1978)이 제작한 것으로 불안의 인지적, 신체적 요소를 측정하기 위한 것이다. 인지, 신체 각 7문항씩 모두 14문항으로 구성되어 있으며, 불안에는 서로 다른 두 영역-인지와 신체-이 있다는 전제하에 구성되었다. 점수는 인지, 신체적 불안에 대하여 1~5점의 5점 리커트식 척도로 평가하며, 점수가 높을수록 그 영역에의 불안이 심함을 나타낸다. 본 연구에서는 원호택, 박현순과 권석만(1995)이 번안한 척도를 사용하였다. 본 연구에서의 총점 평균은 27.38(표준편차=11.26), 내적 일치도는 .94이었고 인지와 신체 각 하위척도별로는 .92, .86이었다.

**자기 초점적 주의 질문지(Self-Focused Attention Questionnaire; 이하 SFA)**

Bögels, Mulken 와 De Jong(1997)에 의해서 개발된 척도로 본 연구에서는 김소정(2006)이 번안한 척도를 사용하였다. 이 척도는 사회적 상황에서 자신의 각성에 주의를 기울이는 경향을 측정하는 ‘자기 초점적 주의-각성’ 6문항과 자신이 하고 있는 사회적 행동의 질적 측면에 초점을 기울이는 경향을 측정하는 ‘자기 초점적 주의-수행’ 5문항으로 구성된다. 0~4점의 5점 리커트식 척도 상에서 평가하며 점수가 높을수록 각성과 수행에 더 많은 초점을

기울이고 있음을 의미한다. 김소정(2006)의 연구에서 보고한 내적합치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 각 소척도별로 .86, .77이었다. 본 연구에서의 총점 평균은 20.35(표준편차=7.26), 내적 일치도는 각 소척도별로 .86, .78이었다.

**단축형 역기능적 신념 검사(Dysfunctional Belief Test; 이하 DBT)**

조용래, 원호택(1999)이 사회공포증의 주된 인지적 내용의 하나로 간주되는 역기능적 신념들을 측정하기 위해 제작한 총 70문항의 자기보고식 검사로, 본 연구에서는 장혜정(2009)이 36문항의 단축형으로 타당화한 척도를 사용하였다. 사회적 자기에 대한 부정적 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 타인에 대한 부정적 신념 및 실수에 대한 과도한 염려의 세 가지 하위척도로 구성되어 있다. 이 검사는 피검자로 하여금 각 문항들이 본인의 평소 신념과 일치하는 정도 혹은 내용에 대하여 동의하는 정도를 1~6점의 6점 리커트식 척도에 평정하도록 되어 있다. 내적 일치도는 하위 척도별로 각각 .89, .87, .81이었다. 본 연구에서의 총점 평균은 98.91(표준편차=25.69), 내적 일치도는 하위 척도별로 각각 .94, .86, .85이었다.

**스트레스 대처 전략 평가지(Coping Strategy Indicator; 이하 CSI)**

Amirkhan(1990)이 스트레스 상황에 대한 개인의 대처 양식을 알아보기 위해 개발한 것으로 본 연구에서는 신혜진과 김창대(2002)가 번안한 자기보고식 척도를 사용하였다. 최근 6개월 동안 경험했던 여러 가지 스트레스 상황 중 한 가지를 떠올린 후 그 상황에서 문항이 제시하는 대처 반응을 취했던 정도에 따라

1~3점의 3점 리커트식 척도로 표시하도록 되어있다. 대처 양식 유형에 따라 문제해결중심, 회피중심, 사회적 지지추구의 3가지 하위척도로 구성되어 있으며 각각 11문항씩을 포함하고 있다. 신혜진과 김창대(2002)의 연구에서 보고한 내적 일치도는 각 소 척도별로 .90, .88, .67이었다. 본 연구에서의 소척도별 총점 평균은 각각 24.92(표준편차=4.80), 19.33(표준편차=4.11), 23.31(표준편차=5.35)이었고, 내적 일치도는 하위 척도별로 각각 .88, .73, .90이었다.

#### **Beck 우울 척도(Beck Depression Inventory, 이하 BDI)**

이 척도는 Beck, Ward, Mendelson, Mock과 Erbaugh(1961)에 의해 만들어진 척도로 우울과 연관된 인지, 정서, 생리 및 동기적 영역을 측정하기 위해 개발한 척도이다. 본 연구에서는 이영호와 송중용(1991)이 번안한 척도를 사용하였다. 자기보고식 검사로 우울증상의 정도를 기술하는 4개의 문장 중에서 지난 일주일 동안 응답자의 경험에 해당하는 정도를 기술한 문장을 선택하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 더 심한 우울을 경험하는 것으로 해석될 수 있으며 각 항목에 0~3점의 점수가 할당되어 전체 점수의 범위는 0~63점이다. 이영호와 송중용(1991)의 연구에서 보고한 내적 일치도는 .78이었다. 본 연구에서의 총점 평균은 8.43(표준편차=8.62)이었고, 내적 일치도는 .93이었다.

#### **한국어판 SAFE의 제작**

SAFE의 한국어판을 제작하기 위해 원 저자인 원저자인 Ronald M. Rapee에게 척도 사용에

대한 승인을 받았다. 제 1 연구자가 우리말로 번역하고 임상상담전공 박사 과정생 3명에게 내용을 확인 및 반복 수정하는 과정을 거쳤고 이렇게 제작된 문항들을 원저자에게 보내, 원저자 소속의 학생 중 한국어와 영어 이중 언어 구사자가 역 번역하게 하였다. 원저자가 원본과 역 번역본을 비교 검증을 하였으며, 원저자로부터 번역 오류가 없다는 회신을 받았다. 한국 수검자들에게 다소 의미가 모호할 수 있을 것으로 판단된 문항(23. Make excuses about your appearance, 32. Be reserved about what you say)에 대해서는 원저자의 승인을 얻어 원검사가 측정하려는 내용에 충실하면서도 번안 대상 문화의 피검사자들의 이해를 돕기 위한 설명을 괄호안에 추가하였다(예. 23. 내 외양(얼굴, 옷차림, 헤어스타일 등)에 대하여 변명을 한다, 32. 내가 한 말에 대하여(강하게 주장하기 보다는) 조심스러운 태도를 취한다)).

#### **자료 분석**

국내 표본에서의 SAFE의 구조를 확인하기 위하여, 요인 수에 대한 주관적 해석가능성을 최소화하여 요인의 수에 대한 가설을 통계적으로 검증할 수 있는 방법인 최대우도법(Maximum Likelihood)을 적용해 탐색적 요인분석을 실시하였다.  $\chi^2$ 값 외에 비교적 표본 크기에 민감하게 영향을 받지 않으며 모형의 간명성을 선호하는 지수로서 Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA)을 사용하였다. RMSEA는 .05 이하이면 적합도가 좋은 모형, .08이하이면 적절한 모형, .10 이상이면 나쁜 모형으로 해석할 수 있다(홍세희, 2000). RMSEA값을 도출하기 위하여 도스용 FITMOD 프로그램을 활용하였다. 인구통계학적 분석,

내적 일관성 신뢰도와 검사-재검사 신뢰도 및 타당도를 확인하기 위한 통계분석은 SPSS 18.0으로 분석하였다.

## 결 과

### 신뢰도

SAFE의 내적 일치도는 .91이었으며, 2-3주간격으로 측정된 검사-재검사 신뢰도는 .83이었다(표 4). 어느 요인에도 속하지 않는 5문항이 분석에서 제외되었을 때 문항 총점 간 상관은 모두 .33~.63 범위로 적절한 수준이었다. 요인 1, 2, 및 3의 내적 일치도는 각각 .85, .81, 및 .78 이었다. 즉 한국판 SAFE 질문지의 각 하위 요인들은 안정적인 개념임을 확인하였다. 최종문항으로 선정된 문항들의 문항-총점 간 상관도 모두 .30을 넘어 내적 일관성이 양호하였다.

### 한국판 SAFE의 탐색적 요인 분석

요인분석을 위한 자료의 적합성을 보여주는 KMO값은 .89로 .80이상이므로 요인분석에 적합한 것으로 나타났고 Bartlett의 유의도 검정(Tobias & Carlson, 1969) 역시 유의한 수준이

서 요인 분석하기에 양호한 자료로 판단된다,  $\chi^2(496)=3512.46, p<.001$ . 최대우도법(maximum likelihood)을 적용해 32문항 한국판 SAFE의 요인 분석을 실시하였다. 요인 간 상관을 가정해 사각회전(Direct oblimin) 방식으로 회전하였다. 요인 추출을 위한 기준으로는 특정 문항의 요인부하계수(Factor Loading)가 .30 이상이고 다른 요인에 대한 요인부하계수의 차이가 적어도 .10 이상이 되어야 한다(Floyd & Widamann, 1995)는 두 가지 조건을 사용하였다. 앞서 언급한 바대로 원저자의 연구에서도 출된 3요인 구조 이외에 2요인 구조의 가능성에 대해서도 탐색하고자 한다.

분석 결과 3요인 구조의 적합도가  $\chi^2(403)=828.21, p <.001, RMSEA = .057(.051\sim.062)$ 로 가장 좋았다. 2요인과 3요인 모델을 비교 분석한 결과, 두 모형의 자유도 차이(30)에서  $\chi^2$  차이(6.97)가 유의미하지 않았다. 즉, (1) 상대적으로 더 좋은 적합도값(RMSEA) (2) 요인 해석의 가능성과 더불어 (3) 원 척도가 3요인이라는 점을 고려하여 3요인을 선택하였다. 요인 1의 고유치는 7.67로 전체 변량의 23.97%를, 요인 2의 고유치는 1.99로 전체 변량의 6.23%를, 요인 3의 고유치는 1.15로 전체 변량의 3.60%를 설명하여, 3 요인의 총 설명량은 33.80%였다. 3 요인 간에는 중등도 미만 수준의 상관을 보여 별개의 요인으로 보는 것이

표 1. 요인 모형 적합도

	$\chi^2$	df	RMSEA (90% CI)	$\Delta df$	$\Delta\chi^2$	p
2요인	1037.44***	433	.065 (.060~.070)			
3요인	828.21***	403	.057 (.051~.062)	30	6.97	n.s

주. \*\*\*  $p<.001$ .

RMSEA: Root Mean Square Error of Approximation.



표 2. 요인 간 상관

요인	1	2	3
1	1.00		
2	.28	1.00	
3	.47	.47	1.00

주. 요인 1: 미묘한 안전 행동, 요인 2: 신체 증상을 숨기기 위한 행동, 요인 3: 적극적 안전 행동

가능하였다(표 2). 최종적으로 요인 해석의 타당성을 고려하여 3요인 모델이 보다 타당한 모델일 것이라고 판단하고, 본 자료는 3 요인으로 구성되어 있다고 결론 내렸다.

요인 1은 ‘침묵을 지킨다’ ‘작게 말한다’ ‘시선접촉을 피한다’ 등의 제한 및 억제 행동으로 구성된 8문항으로 ‘미묘한 안전 행동’으로 명명하였다. 요인 2는 ‘땀이 날 경우를 대비해서 땀나는 것을 숨길 수 있는 옷을 입는다’ ‘얼굴이 붉어졌는지 거울로 확인한다’ 등의 9 문항으로 ‘신체 증상을 숨기기 위한 행동’으로 명명하였다. 요인 3은 ‘무슨 말을 할 지 혹은 어떻게 행동할지를 과도하게 미리 연습한다.’ ‘내가 어떤 다른 곳에 있다고 상상한다’ 등의 불안 행동 및 사고 통제를 위한 대처와 변명

을 포함하는 10문항으로 ‘적극적 안전 행동’으로 명명하였다. 요인 분석 결과 어느 요인에도 속하지 않는 문항은 총 5개였다. 요인 분석 결과는 표 4에 제시하였다.

준거 및 변별 타당도

한국판 SAFE의 점수와 다른 척도의 점수와 상관관계를 분석하였다(표 3). SAFE 32문항의 총점은 사회불안장애에서 사회불안수준을 측정하기 위하여 흔히 사용되는 주요 척도인 사회적 상호작용 불안 척도( $r(328)=.61, p<.001$ ), 사회공포증 척도 ( $r(328)=.67, p<.001$ ) 및 부정적 평가에의 두려움 척도( $r(328)=.40, p<.001$ )와 유의한 정적 상관을 보이고 있었다. SAFE의 총점과 스트레스에 대한 회피적 대처는 유의한 정적 상관관계를 보이는 반면 ( $r(328)=.37, p<.001$ ), 스트레스에 대한 문제 해결적 대처( $r(328)=-.11, n.s.$ )와 사회적 지지 추구 대처( $r(328)=-.05, n.s.$ )는 비록 유의하지는 않으나 부적상관을 보이고 있었다. 전반적인 준거 및 변별 타당도가 우수하였다.

SAFE의 하위 요인별 상관을 보면, 요인 1과 요인 3은 사회적 상호작용 불안 척도 및 사회

표 3. 한국판 SAFE와 다른 척도와의 상관

	FNE	SIAS	SPS	CSAQ		SFA		BDI	DBT			CSI		
				1	2	1	2		1	2	3	1	2	3
요인 1	.37***	.60***	.59***	.50***	.46***	.37***	.49***	.35***	.62***	.33***	.47***	-.16**	-.14*	.31***
요인 2	.25***	.41**	.59***	.47***	.53***	.30***	.51***	.26***	.42***	.24***	.39***	-.08	.04	.29***
요인 3	.34***	.40***	.49***	.47***	.44***	.40***	.46***	.25***	.33***	.43***	.40***	.03	.04	.28***
총점	.40***	.59***	.67***	.60***	.59***	.44***	.60***	.37***	.57***	.41***	.52***	-.11	-.05	.37***

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

주. 요인 1: 미묘한 안전 행동, 요인 2: 신체 증상을 숨기기 위한 행동, 요인 3: 적극적 안전 행동, 요인 FNE: 부정적 평가에의 두려움; SIAS: 사회적 상호작용 불안 척도; SPS: 사회공포증척도; CSAQ: 인지적 신체적 불안 질문지(1: 인지, 2: 신체); SFA: 자기초점적 주의 질문지(1: 수행, 2: 신체); BDI: 백 우울 척도; DBT: 역기능적 신념 검사 (1: 사회적 자기에 대한 부정적 개념, 2: 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 3: 타인에 대한 부정적 신념 및 실수에 대한 과도한 염려); CSI: 스트레스 대처 전략 질문지 (1: 문제해결적 대처, 2: 사회적 지지추구 대처, 3: 회피중심 대처).

표 4. 한국판 SAFE의 요인 별 요인 부하량, 문항-총점 간 상관, 내적 일관성 및 검사-재검사 신뢰도(N=328)

문항 번호		회전된 요인 부하량			원 척도 요인
		1	2	3	
20.	짧게 이야기한다.	<b>.757</b>	.025	-.051	1
19.	되도록 질문을 하지 않는다.	<b>.715</b>	.028	-.007	1
21.	나에게 주위가 쏠리는 것을 피하려고 가만히 있다.	<b>.703</b>	.072	.068	1
2.	침묵을 지킨다.	<b>.632</b>	.001	-.013	1
4.	작게 말한다.	<b>.517</b>	.068	.014	1
10.	시선 접촉을 피한다.	<b>.492</b>	.339	-.029	1
28.	눈에 띄지 않을 수 있는 곳에 자리를 잡는다.	<b>.465</b>	.062	.271	1
32.	내가 한 말을 (강하게 주장하기 보다는) 조심스러운 태도를 취한다.	<b>.450</b>	-.064	.307	1
11.	(얼굴이나 몸이) 붉어지는 것을 가리기 위해 옷을 입거나 화장한다.	-.101	<b>.720</b>	-.067	3
12.	땀이 나거나 (얼굴 혹은 몸이) 붉어지는 걸 해명하려고 '덥다'고 말한다.	.128	<b>.688</b>	-.078	3
24.	얼굴이 붉어졌는지 거울로 확인한다.	-.005	<b>.603</b>	.014	3
23.	내 외양(얼굴, 옷차림, 헤어스타일 등)에 대하여 변명을 한다.	.064	<b>.567</b>	.087	2
16.	땀이 날 경우를 대비해서 땀나는 것을 숨길 수 있는 옷을 입는다.	.003	<b>.551</b>	.091	3
9.	땀이 나지 않게 하려고 시원하게 옷을 입는다.	.020	<b>.509</b>	.003	3
22.	얼굴을 가린다.	.225	<b>.423</b>	.016	3
17.	아프다고 하거나 혹은 상태가 좋지 않다고 한다.	.119	<b>.372</b>	.160	2
29.	컵이나 잔을 꼭 잡는다.	.166	<b>.327</b>	.217	2
14.	머릿속으로 문장을 예행 연습한다.	.118	-.116	<b>.574</b>	2
26.	다른 사람이 나보다 부족한 이유를 생각하려고 애쓴다.	-.096	.182	<b>.521</b>	2
1.	무슨 말을 할 지 혹은 어떻게 행동할지를 과도하게 미리 연습한다.	.089	-.024	<b>.520</b>	2
31.	내가 어떤 다른 곳에 있다고 상상한다.	-.132	.223	<b>.518</b>	2
30.	나의 수행이 어땠는지 다른 사람에게 물어본다.	-.001	.021	<b>.503</b>	2
15.	외양을 단장하는 데 시간을 보낸다.	-.172	.199	<b>.457</b>	2
27.	연설 중에 말이 끊기지 않도록 노력한다.	.125	-.160	<b>.457</b>	2
18.	나에 대한 상대방의 반응을 가능하려고 상대방을 자세히 관찰한다.	.135	.028	<b>.426</b>	2
5.	'난 원래 이렇게 얌아'라고 말한다.	-.091	.137	<b>.413</b>	2
25.	다른 생각을 해보려고 애쓴다.	.164	.127	<b>.368</b>	2
3.	행동을 통제하려고 애쓴다. 1	.301	.035	.263	1
6.	머릿속을 비우거나 신경을 끈다. 1	.058	-.035	.240	1
7.	팔을 고정시킨다. 2	.144	.221	.131	2
8.	도망갈 적당한 구실을 생각하는 데 시간을 보낸다. 1	.263	.233	.191	1
13.	잘 못한 것에 대해 해명하려고 준비할 시간이 없었다고 한다 2	.079	.316	.283	2
고유치		7.67	1.96	1.15	
설명 변량 (%) : 33.67		23.96	6.13	3.58	
내적 일치도: .91		.85	.81	.78	
검사-재검사 상관 :.83		.71	.83	.82	
요인별 평균 (표준편차)		19.45 (6.05)	15.05 (5.26)	23.90 (6.33)	

주. 요인 1: 미묘한 안전 행동, 요인 2: 신체 증상을 숨기기 위한 행동, 요인 3: 적극적 안전 행동.

공포증 척도와 높은 정적 상관을 보이고 있었다. 특히, 요인 1의 경우 부정적 평가에의 두려움 척도( $r(328)=.37, p<.001$ ), 사회적 상호작용 불안 척도( $r(328)=.60, p<.001$ ), 사회공포증 척도( $r(328)=.59, p<.001$ )의 사회불안장애와 관련된 척도와 가장 높은 상관을 보이고 있을 뿐만 아니라, 자기 초점적 주의의 인지적 초점 주의 하위척도( $r(328)=.37, p<.001$ ), 인지적 신체적 불안질문지의 인지적 요소( $r(328)=.50, p<.001$ ), 역기능적 신념과 같은 사회 불안과 관련된 인지적 취약성과 관련된 척도와도 가장 높은 상관을 보이고 있었다. 사회불안장애와 동반하여 흔히 나타나는 우울을 측정하는 BDI와도 다른 요인에 비해 가장 높은 상관을 보이고 있었다( $r(328)=.35, p<.001$ ). 스트레스에 대한 대처척도에서도 ‘회피적 대처’와 유의한 정적 상관을 보일 뿐만 아니라( $r(328)=.31, p<.001$ ), ‘문제 해결적 대처’( $r(328)=-.16, p<.01$ )와 ‘사회적 지지 추구 대처’( $r(328)=-.14, p<.05$ )와도 유의한 부적 상관을 보이고 있었다. 요인 3 역시 다른 검사와의 상관 분석에서 요인 1과 유사한 수준의 상관을 보여 사회불안장애와 관련된 안전 추구 행동의 부적응적인 측면 및 취약성과 상관이 높았다. 하지만, 요인 1에 비해서는 사회불안과 관련된 척도와 상관지수가 상대적으로 낮은 수준이었다(사회적 상호작용 불안 척도( $r(328)=.40, p<.001$ ), 사회공포증 척도( $r(328)=.49, p<.001$ )). 요인 2의 경우 역시 사회불안장애와 관련된 척도와 유의한 정적 상관을 보이고 있었다. 특히, 요인 2의 경우에는 인지적 신체적 불안질문지(CSAQ)의 인지적 요소와의 상관에 비해( $r(328)=.47, p<.001$ ) 신체적 요소의 하위 척도와 상대적으로 높은 상관을 보이고 있었고( $r(328)=.53, p<.001$ ), 자기초점적 주의척도(SFA)의 수행 초점

적 주의 하위척도와의 상관에 비해( $r(328)=.30, p<.001$ ) 신체 초점적 주의 하위 척도와 상대적으로 높은 상관( $r(328)=.51, p<.001$ )을 보이고 있는 바, 자율신경계증상(Autonomic symptoms)을 포함하여 사회불안상황에서 나타나는 신체 증상과 관련된 부적응적인 측면 및 취약성과 관련이 높았다.

## 논 의

본 연구에서는 사회 불안 상황에서 나타나는 안전 추구 및 미묘한 회피 행동(safety seeking behavior)을 측정하는 척도인 SAFE를 한국어로 번안하여 대학생 집단을 대상으로 한국판 SAFE의 요인구조, 신뢰도 및 타당도를 살펴보았다.

우선 신뢰도 분석 결과는 다음과 같다. SAFE의 내적 일치도는 .91로 안정적인 도구임이 확인되었으며, 문항 총점 간 상관은 .28~.63이며 어느 요인에도 속하지 않는 5문항을 제외할 경우 .33~.63 범위로 적절한 것으로 나타났다. 이는 신뢰도 계수(cronbach's  $\alpha$ )가 .91였고 문항 총점 간 상관이 모두 .30 이상이었던 원저자의 연구 결과와도 유사한 결과이다. 이를 통해 한국판 SAFE의 전반적인 내적 타당도가 양호하다는 결론에 이를 수 있었다. 2~3주 간격으로 실시된 검사 및 재검사 신뢰도 역시 .83으로 높아 SAFE가 안정적인 도구임을 확인할 수 있었다. 또한, SAFE의 하위 요인의 검사 및 재검사 신뢰도도 각각 적절한 수준으로 나타나 추후 하위 개념에 대한 연구에서 개별 요인이 유용하게 쓰일 수 있을 것으로 여겨진다.

다음으로, SAFE의 준거 및 변별 타당도를

살펴보기 위하여, SAFE의 총점과 사회불안장애와 관련된 척도와의 상관을 분석하였다. 그 결과, SAFE의 총점은 사회불안수준을 측정하기 위하여 흔히 사용되는 주요 척도인 사회적 상호작용 불안 척도, 사회공포증 척도 및 부정적 평가에의 두려움 척도와 유의한 정적 상관관계를 보이고 있을 뿐 아니라, 역기능적 신념 및 스트레스에 대한 회피적 대처와도 유의한 정적 상관 관계를 보이고 있었다. 반면, 스트레스에 대한 문제 해결적 대처 및 사회적 지지추구 대처와는 부적인 상관을 보이고 있었다. 따라서, SAFE가 측정하는 안전 및 회피 행동은 스트레스에 대한 문제 해결적 대처나 사회적 지지추구 대처와는 구분되는 동시에 사회불안장애와 관계 깊은 특성을 측정하는 도구라고 할 수 있다. 이를 통해 SAFE의 준거 및 변별 타당도 역시 양호하다는 결론을 얻을 수 있었다.

본 연구에서는 한국판 SAFE의 요인구조를 조사하기 위해 탐색적 요인분석을 실시하였다. 그 결과, ‘미묘한 안전 행동’ ‘신체증상을 숨기기 위한 행동’ ‘적극적 안전행동’의 3요인을 확인하였으며, 이는 원 저자의 연구(Cuming et al., 2009)에서 도출하였던 3요인 구조와 같았다.

3개 하위 요인의 내용을 고려하여 각 요인들을 ‘미묘한 안전 행동(요인1)’ ‘신체 증상을 숨기기 위한 행동(요인2)’ ‘적극적 안전행동(요인3)’로 명명하였다. 요인 1의 경우, 원저자의 연구에서는 ‘행동을 강하게 통제하려고 애쓴다’ ‘머릿속을 비우거나 신경을 끈다’와 ‘도망갈 적당한 구실을 생각하는 데 시간을 보낸다’의 3 문항이 요인 1에 포함되었으나 본 연구에서는 어느 요인에도 포함되지 않아 제외되었다. 본 연구에서 제외된 3 문항의 경우

원저자의 연구에서도 가장 요인 부하량이 낮은 문항으로 요인에 대한 설명력이 낮았던 문항이었다. 요인 2의 경우, 원 저자의 요인 3(‘신체증상을 숨기기 위한 행동’)에 포함되었던 모든 문항이 본 연구의 요인 2(‘신체 증상을 숨기기 위한 행동’)에 포함되었고 그 외 원저자의 연구에서 ‘사회적 상황에서 괜찮게 보이기 위해 하는 적극적 안전행동’ 포함되었던 문항인 ‘내 외양에 대하여 변명을 한다’ ‘아프다고 하거나 혹은 상태가 좋지 않다고 말한다’ ‘컵이나 잔을 꼭 잡는다’ ‘얼굴을 가린다’의 세 문항이 본 연구에서는 ‘신체 증상을 숨기기 위한 행동’의 요인 2에 포함되었다. 이 세 문항들의 경우 모두 외양이나 몸이 떨리는 등의 신체 증상을 숨기기 위한 대처 행동에 포함되는 내용들이었기 때문에 본 연구에서 ‘신체 증상을 숨기기 위한 행동’의 요인 2에 함께 포함되는 것이 보다 해석적 타당성이 있을 것으로 여겨진다. 요인 3의 경우에는 원저자의 해당 문항이 모두 ‘적극적 안전행동’의 요인 3에 포함되었다. 다만, 원 문항에서는 ‘사회적 상황에서 괜찮게 보이기 위해 하는 적극적 안전행동’(요인 2)에 포함되었던 ‘팔을 고정시킨다’ ‘잘못한 것에 대해 해명하려고 준비할 시간이 없었다고 한다’가 어느 요인에도 포함되지 않아 제외되었는데, 이 역시 원저자의 연구에서도 .417과 .421로 요인 부하량이 낮은 편에 속하는 문항들이었다. 한편, 본 연구의 요인 3에 포함된 문항 중 ‘연설 중에 말이 끊기지 않으려고 노력한다’의 경우 원저자의 연구에서는 요인 부하량이 .344로 낮았으나 본 연구에서는 .457로 상대적으로 요인 부하량이 높은 편이었다. 한국 사람들이 상호작용에서 나타날 수 있는 대화나 연설의 휴지를 자연스러운 흐름과 맥락상에서 나타날 수

있는 현상으로 인식하기보다는 자신의 책임으로 인식하면서 상대적으로 침묵이나 휴지기에 대하여 상대적으로 더 높은 불안을 경험하고 이와 관련된 안전행동도 보다 두드러지게 나타나는 한국인의 문화적 특성이 반영된 결과로 해석할 수 있을 것이다(경향신문, 1985, 5, 23).

본 연구에서는 사회공포증과 관련된 척도와 의 상관을 분석하여 하위 요인에 대한 특성을 추가적으로 밝혀내었다. 요인 1은 ‘미묘한 안전 행동’ 요인으로 명명하였는데, 이는 ‘억제와 제한 행동’으로 구성되어 있는 요인으로 다른 요인들에 비해 사회공포증 증상과 관련된 척도와 가장 높은 상관을 보이는 요인이었다. Mick와 Telch(1998)은 대학생 표본을 대상으로 한 연구에서 사회공포증으로 분류된 집단의 경우 정상 통제집단에 비해 행동억제 점수가 유의하게 높았고 행동억제점수는 그들이 보이는 사회적 불안과 높은 상관을 보인다는 연구결과를 보고한 바 있다. 이는 본 연구 결과 상 ‘제한 및 억제 행동’으로 구성된 ‘미묘한 안전 행동’이 사회공포증 증상과 높은 상관을 보인 결과와 어느 정도 일맥상통하는 결과라고 하겠다. 이러한 결과는 사회불안장애의 위험요인으로 알려진 행동억제의 기제 및 양상과 관련하여 시사하는 바가 크다고 생각된다. 행동 억제란 처음 접하거나 친숙하지 않은 사람, 사물 혹은 상황에 노출되었을 때 일관적으로 두려워하거나 회피하는 경향으로(Kagan, 1994; Kagan, Reznick, & Snidman, 1987) 일반적으로 생애 초기부터 나타나는 기질적인 측면이다. 연구 결과(Biederman, Rosenbaum, Bolduc-Murphy, Faraone, Chaloff, Hirshfeld, & Kagan, 1993; Gest, 1997)에 의하면 행동억제 경향은 성인 초기까지 .57의 상관을 보이며

안정적으로 유지되는 특성이라는 주장이 설득력을 얻고 있다. 이를 고려할 때, 아동기에 나타났던 ‘행동억제기질’이 사회불안상황에서 ‘제한 및 억제 행동’으로 나타나고 있을 가능성이 있을 것으로 여겨진다. 또한, 생애 한 시기에 행동억제를 보이는 것보다 지속적으로 행동억제를 나타내는 경우 불안장애의 발병 위험률이 상승하는 것으로 밝혀졌다는 연구 결과(Biederman et al. 1993; Gest, 1997)를 고려할 때, 아동기 행동억제 기질과 사회불안상황에서의 제한 및 억제 행동 간의 높은 상관을 보일 경우 사회불안에 대한 취약성 뿐 만 아니라 사회불안의 예후를 예측할 수 있을 것이라고 사료된다. 다른 요인과 비교해서 요인 1이 가지고 있는 취약성 요인으로서의 가능성 혹은 사회불안의 예후에 미치는 상대적 영향력에 대해서는 추후 연구를 통해 밝혀볼 필요가 있을 것으로 여겨진다. 한편, 요인 1은 역기능적 신념 척도의 ‘사회적 자기에 대한 부정적 신념’과도 가장 높은 정적 상관관계를 보이고 있었는데 이는 행동억제가 ‘부정적 자기평가’와 ‘부정적 신념’과 관련될 수 있으며, 행동억제가 높은 사람일수록 자신에 대하여 덜 긍정적이라는 선행 연구 결과(Gest, 1997)와도 일치하는 결과이다. 뿐만 아니라, 요인 1은 스트레스에 대한 회피적인 대처와 유의한 상관을 보이고 있으며 문제 해결적 대처 및 사회적 지지 추구 대처와도 유의한 부적 상관관계가 나타났다. 다른 세 요인은 문제 해결적 대처 및 사회적 지지 추구 대처와 유의한 부적 상관관계가 나타나지 않았다는 것을 고려할 때, ‘미묘한 안전 행동’ 요인이 안전 행동 중에서도 사회불안 상황에서 보이는 부적응적인 대처 행동 특성을 잘 반영하는 요인임을 보여주는 결과로 여겨진다.

요인 2는 ‘신체증상을 숨기기 위한 행동’으로 명명하였다. 요인 2의 경우 역시 사회불안장애와 관련된 척도와 유의한 정적 관계를 보이고 있어 준거 타당도가 양호한 것으로 나타났다. 특히, 요인 2의 경우에는 인지적 신체적 불안질문지(CSAQ)의 신체적 요소의 하위 척도 및 자기초점적 주의척도(SFA)의 신체 초점적 주의 하위 척도와 상대적으로 높은 상관을 보이고 있는 반면 요인1과 요인 3에 비해서는 역기능적인 신념이나 부정적 평가에의 두려움과 같은 사회불안장애의 인지적 취약성과 상대적으로 낮은 상관을 보였다. 이러한 결과는 요인 2가 자율신경계증상(Autonomic symptoms)을 포함하여 사회불안상황에서 나타나는 신체 증상과 관련된 부적응적인 측면 및 취약성과 보다 관련이 높은 요인임을 반영하는 것이다. 이는 ‘신체증상을 숨기기 위한 행동’이 자율신경계증상(Autonomic symptoms)에 대하여 특히 염려하는 사회공포증 하위집단의 특성을 반영하는 것으로 다른 안전행동과는 다소 별개의 독립적인 요인을 형성한다고 제안한 윈 저자(Cuming et al., 2009)의 연구의 함의를 일부 지지하는 결과이다. 뿐만 아니라 얼굴 붉힘, 손 떨림, 땀 흘림 등의 신체증상에 대한 두려움을 주호소로 하는 사회공포증 집단이 이에 대한 두려움을 호소하지 않는 집단과는 구별된다고 한 Bögels와 Reith(1999)의 연구 결과와도 어느 정도 일맥상통하는 결과로 여겨진다. 본 연구에서는 윈 저자가 제안한 요인 2의 변별적 특성을 경험적인 방법을 통해서도 확인할 수 있었다는 점에서 의의가 있다고 할 수 있겠다.

요인 3은 ‘적극적 안전행동’으로 명명하였으며 요인 1과 같이 사회불안과 관련된 안전행동의 부적응적인 측면을 타당하게 측정하는

요인으로 나타났다. 하지만, 상황에 대한 수동적 회피와 억제를 특징으로 하는 요인 1과 달리, 요인 3의 경우에는 자신의 수행 실패나 부족을 만회하기 위한 인지적 시도나 관리 및 자신의 불안한 생각과 행동을 떨쳐버리기 위한 적극적인 대처의 내용으로 구성되어 있었다. 이는 회피하고 억제하기보다는 사회적 상황에서 불안을 떨치고 보다 나은 수행을 하기 위한 나름대로 적극적인 행동이나 인상관리 시도를 하는 성격을 가지고 있다는 점에서 ‘제한 및 억제 행동’ 보다는 사회불안과 상대적으로 부적응적인 측면이 덜할 수 있다. 실제로 Plasencia 등(2011)은 회피 및 안전행동을 ‘말하는 것을 최소화하기, 눈맞춤 피하기, 자기노출하지 않기’와 같은 ‘회피’ 유형의 안전행동과, ‘과도하게 자신을 모니터링하거나 통제하는 것, 과도한 준비행동하기, 사회성을 가장하기’와 같은 ‘인상관리’ 유형의 안전행동으로 구별하면서 ‘인상관리’ 유형의 안전행동은 대부분의 사람들이 자신을 호의적으로 보이게끔 하고 사회적 상호작용을 촉진하게 하려는 시도로 볼 수 있기 때문에 무작정 사회적 상호작용을 회피하려는 ‘회피’ 유형의 안전행동에 비해 상대적으로 덜 부적응적인 측면이 있다고 하였다. 본 연구에서 도출된 요인 1-‘미묘한 안전행동’-의 경우 Plasencia 등(2011)이 정의한 ‘회피’ 유형에 속한다고 볼 수 있는 반면, 본 연구에 도출된 3요인의 경우 상황을 개선해보고자 하는 적극적인 시도와 관리 노력으로 구성되어 있다는 점에서 ‘인상관리’ 유형의 안전행동에 속하는 것으로 볼 수 있을 것이다. 그러한 점에서 보면, 본 연구의 결과에서 요인 3이 사회불안과 관련된 척도와의 상관이 유의한 반면 요인 1에 비하여 상대적으로 낮은 상관을 보이고 있었던 점은 ‘미묘

한 안전행동'에 비하여 '적극적 안전행동'이 상황을 개선하고자 하는 적극적 시도를 포함하고 있다는 점에서 보다 덜 부적응적인 측면이 있음이 반영된 결과로 해석할 수 있을 것이다.

한편, 본 연구에서는 총 5문항이 세 요인 중 어느 요인에도 해당되지 않는 문항으로 나타났다. 어느 요인에도 해당되지 않는 5문항은 한국판 SAFE에서 제외하여 사용하기 보다는 외국 연구 결과와의 평행적 비교를 위해 32문항 그대로 사용하되, 하위척도 점수를 산출해야 할 경우에는 본 연구에서 산출된 요인별로 하위척도 점수를 산출하여 사용하는 질층적인 접근방식을 취하는 것이 보다 적절할 것이라고 사료된다.

본 연구는 사회불안상황과 관련된 안전행동 및 미묘한 회피 행동을 타당하게 측정하고 분류할 수 있는 도구를 국내에 도입하고 타당화하였다는 점에서 의의가 있다. 안전행동 및 미묘한 회피행동이 치료적 효과성을 좌우할 뿐 아니라 안전 및 회피 행동의 유형에 따라 치료적 목표와 함의가 달라질 수 있는 중요한 치료적 고려 요소임에도 불구하고 그동안 미묘한 안전 및 회피 행동을 측정할 수 있는 적절한 도구가 부재했다는 점을 고려하면, SAFE가 국내에 소개되고 타당화되었다는 점은 임상적으로 중요한 의의가 있다고 생각된다. SAFE는 앞으로의 사회불안장애의 치료 시에 미묘한 안전 및 회피 행동을 민감하게 변별하고 측정하는 데 있어 유용하게 사용될 수 있을 것으로 사료된다.

이러한 본 연구의 의의에도 불구하고 본 연구에서는 대학생 집단만을 대상으로 타당화 연구를 진행하였다는 아쉬움이 있다. SAFE의 임상적 효용을 고려할 때 추후 연구에서는

SAFE가 비 임상집단 뿐 만 아니라 임상집단에서도 적용될 수 있음을 확인적 요인분석을 통해 확인하는 것이 필요하며, 이와 더불어 임상집단을 대상으로 한 기준 마련 연구도 이루어질 필요가 있겠다. 하지만, 높은 수준의 사회 불안을 보이는 사회불안장애 환자들의 경우 '미묘한' 회피 행동 이 외에도 사회적 불안 상황을 적극적으로 회피하려는 보다 명백하고도 적극적인 회피 행동을 두드러지게 보인다는 점을 고려하면, 경미한 사회불안증상을 경험하는 잠재적 취약 집단을 포함하는 대학생 집단을 대상으로 '미묘한' 안전 및 회피 행동을 보다 타당하게 변별하는 SAFE의 타당화 시행한 결과는 국내에서 충분히 임상적 효과와 의의를 가지고 기능할 것으로 사료된다.

## 참고문헌

- 경향신문 (1985. 5. 23). 한국인, 타인의 침묵을 두려워 말라.
- 김소정 (2006). 사회공포증에 대한 과제집중훈련의 효과. 미발표 석사학위논문, 고려대학교.
- 김은정 (1999). 사회공포증집단의 사회적 자기처리 및 안전행동. 미발표 박사학위논문, 서울대학교.
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위유형의 기억편향. 미발표 석사학위논문, 서울대학교.
- 신혜진, 김창대 (2002). 스트레스 대처 전략검사(Coping Strategy Indicator)의 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(4), 919-935.
- 원호택, 박현순, 권석만 (1995). 한국판 공황장애 척도 개발 연구. 한국심리학회지: 임상.

- 14(1). 95-110.
- 이영호, 송종용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. 한국심리학회지: 임상, 10(1), 98-113.
- 이정운, 최정훈 (1997). 한국판 사회공포증 척도(K-SAD, K-FNE)의 신뢰도 및 타당도 연구. 한국심리학회지: 임상, 16(2), 251-264.
- 장혜정 (2009). 단축판 역기능적 신념검사의 타당화 연구. 미발표 석사학위논문. 이화여자대학교.
- 조용래 (1998). 역기능적 신념과 부적응적인 자동적 사고가 사회공포증상에 미치는 영향. 미발표 박사학위논문. 서울대학교.
- 조용래, 이경선, 황경남 (2005). 사회불안장애 청소년에 대한 집단인지행동치료 효과의 예비연구. 한국심리학회지: 임상, 24(1), 243-253.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형에 있어서 적합도 선정기준과 그 근거. 한국 심리학회지: 임상, 19(1), 161-177.
- Alden, L. E., & Bieling, P. J. (1998). The interpersonal consequences of the pursuit of safety. *Behaviour research and Therapy*, 36, 1-9.
- Amirkhan, J. H. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1066-1075.
- Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist*, 55, 1247-1263.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for the measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Biederman, J., Rosenbaum, J. F., Bolduc-Murphy, E. A., Faraone, S. V., Chaloff, J., Hirshfeld, D. F., & Kagan, J. (1993). A 3 year follow-up of children with and without behavioral inhibition. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 32, 814-821.
- Bögels, S. M., Mulken, S., & De Jong, P. J. (1997). Task concentration training and fear of blushing. *Journal of Clinical Psychology and Psychotherapy*, 4, 251-258.
- Bögels, S. M., & Reith, W. (1999). Validity of Two Questionnaires to Assess Social Fears: The Dutch Social Phobia and Anxiety Inventory and the Blushing, Trembling and Sweating Questionnaire. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 21, 51-66.
- Clark, D. M. (1999). Anxiety disorders: why they persist and how to treat them. *Behaviour research and Therapy*, 37, S5-S27.
- Clark, D. M. (2001). A cognitive perspective on social phobia. In W. R. Crozier & L. E. Alden (Eds.) *International handbook of social anxiety: Concepts, research and interventions relating to the self and shyness*. (pp.405-430) New York: John Wiley & Sons.
- Clark D. M., Butler, G., Fennell, M., Hackmann, A., McManus, F., & Wells, A. (1995). Social behaviour Questionnaire. Unpublished manuscript.
- 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 (Eds.), *Social phobia: Diagnosis,*



- assessment, and treatment* (pp.69-33). New York: Guilford Press.
- Cuming, S., Rapee, R. M., Kemp, N., Abbott, M. J., Peters, L., & Gaston, J. E. (2009). A self-report measure of subtle avoidance and safety behaviors relevant to social anxiety: development and psychometric properties. *Journal of Anxiety Disorders, 23*, 879-883.
- Floyd, R. J., & Widamann, K. F. (1995). Factor analysis in the development and refinement of clinical assessment instruments. *Psychological Assessment: Special Issue: Methodological Issues in Psychological Assessment Research, 7*, 286-299.
- Gest, S. D. (1997). Behavioral inhibition: Stability and associations with adaptation from childhood to early adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*, 467-475.
- Hedtke, K. A., Kendall, P. C., & Tiwari, S. (2009). Safety seeking and coping behavior during exposure tasks with anxious youth. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 38*, 1 - 15.
- Kagan, J., Reznick, S. J., & Snidman, N. (1987). The physiology and psychology of behavioral inhibition in children. *Child Development, 58*, 1459-1473.
- Kagan, J. (1994). *Galen's prophecy: Temperament in human nature*. NY: Basic Books.
- Kim, E. J. (2005). The effect of the decreased safety behaviors on anxiety and negative thoughts in social phobics. *Journal of Anxiety Disorder, 19*, 69-86.
- Leary, M. R. (1983). A brief version of the fear of negative evaluation scale. *Personality and Social Psychology Bulletin, 9*, 371-375.
- Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1988). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour research and Therapy, 28*, 487-495.
- McManus, F., Sacadura, C., & Clark, D. M. (2008). Why social anxiety persists: an experimental investigation of the role of safety behaviours as a maintaining factor. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 39*, 147-161.
- Mick, M., & Telch, M. (1998). Social anxiety and history of behavioral inhibition in young adults. *Journal of Anxiety Disorder, 12*, 1-20.
- Morgan, H., & Raffle, C. (1999). Does reducing safety behaviours improve treatment response in patients with social phobia? *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 33*, 503-510.
- Okajima, I., Kanai, Y., Chen, J., & Sakano, Y. (2011). Effects of safety behavior on the maintenance of anxiety and negative belief social anxiety disorder. *International Journal of Social Psychiatry, 55*, 71-81.
- Plasencia, M. L., Alden, L. E. & Taylor, C. T. (2011). Differential effects of safety behavior subtypes in social anxiety disorder. *Behaviour research and Therapy, 49*, 665-675.
- Rachman, S., & Hodgson, R. (1980). *Obsessions and compulsions: Century psychology series*. NJ: Prentice Hall.
- 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, 641-669.
- Schwartz, G. E., Davidson, R. J., & Goleman, D. J. (1978). Patterning of cognitive and somatic processes in the self-regulation of anxiety: Effects of mediation versus exercise, *Psychosomatic Medicine*, 40, 321-328.
- Sparrevoorn, R. M., & Rapee, R. M. (2009). Self-disclosure, emotional expression and intimacy within romantic relationships of people with social phobia. *Behaviour research and Therapy*, 47, 1074-1078.
- Tobias, S., & Carlson, J. E. (1969). Brief report: Bartlett's test of sphericity and chance findings in factor analysis. *Multivariate Behavioral Research*, 4, 375-377.
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 448-457.
- Well, A., Clark, D. M., Salkovskis, P., Ludgate, J., Hackmann, A., & Gelder, M. (1995). Social Phobia: the role of in-situation safety behaviors in maintaining anxiety and negative beliefs. *Behavior Therapy*, 26, 153-161.
- 원고접수일 : 2012. 1. 27.  
1차 수정 원고접수일 : 2012. 4. 25.  
게재결정일 : 2012. 6. 25.

## Validation of Korean version of Subtle Avoidance Frequency Examination(SAFE)

Hoon Jung Koo

Eun Joo Yang

Jung Hye Kwon

Korea University

The present study examined the psychometric properties of the Korean version of the Subtle Avoidance Frequency Examination (SAFE). The Korean versions of SAFE, SIAS, SPS, FNE, CSAQ, SFA, DBT, CSI, and BDI were administered to 328 undergraduate and graduate students. Exploratory factor analysis yielded a three factor structure-“subtle safety behavior” “behavior aimed at avoiding or concealing physical symptoms” and “active safety behavior”. In addition, the results showed relatively high internal consistency, and adequate test-retest reliability over a 2 or 3 week period. The Korean version of SAFE was found to have appropriate construct validity with significant positive correlations with social anxiety, dysfunctional self-belief, self-focused attention, and avoidant coping strategy, but no correlation with problem-solving coping or support-seeking coping. Among the three factors, factor 1 was highly correlated with social anxiety-related measure, which suggests that factor 1 reflects the dysfunctional aspect of safety behavior. Factor 2 was found to reflect the traits of somatic symptom-related safety behavior. Finally, the implications and limitations of the present study and suggestions for future research were discussed.

*Key words* : safety behavior, SAFE, reliability, validity, factor structure

〈부록〉

표 5. SAFE의 문항별 기초 통계 자료, 문항-총점간 상관과 신뢰도 계수

문항 번호	평균 (표준편차)			문항-총점간 상관	교정된 문항-총점간 상관	문항 제의 시 신뢰도계수	왜도	첨도
	남자	여자	전체					
SAFE1	2.09(1.02)	2.14(1.04)	2.11(1.03)	.51	.46	.90	.79	.08
SAFE2	2.65(.92)	2.72(1.05)	2.68(.97)	.49	.44	.90	.13	-.44
SAFE3	2.32(1.04)	2.18(1.01)	2.27(1.03)	.51	.46	.90	.66	-.12
SAFE4	2.21(1.04)	2.29(1.14)	2.25(1.08)	.48	.43	.90	.51	-.67
SAFE5	1.98(.97)	1.89(.95)	1.95(.96)	.42	.37	.90	.80	-.03
SAFE6	2.57(.97)	2.62(1.09)	2.59(1.02)	.28	.22	.90	.10	-.84
SAFE7	1.99(.97)	1.93(.94)	1.97(.96)	.43	.38	.90	.80	.10
SAFE8	2.07(1.09)	2.05(1.07)	2.06(1.08)	.55	.50	.90	.83	-.18
SAFE9	1.93(1.07)	1.59(.93)	1.79(1.02)	.42	.37	.90	1.17	.44
SAFE10	2.15(1.05)	2.06(1.05)	2.11(1.05)	.60	.56	.90	.59	-.65
SAFE11	1.33(0.7)	1.28(.68)	1.31(.70)	.40	.36	.90	2.52	6.38
SAFE12	1.79(1.07)	1.70(.97)	1.75(1.03)	.54	.50	.90	1.34	1.02
SAFE13	1.88(.94)	1.92(.87)	1.90(.91)	.54	.50	.90	.66	-.54
SAFE14	2.80(1.20)	2.87(1.23)	2.83(1.21)	.51	.45	.90	-.03	-1.02
SAFE15	2.43(1.12)	2.56(1.12)	2.49(1.12)	.43	.38	.90	.35	-.78
SAFE16	1.75(1.06)	1.51(.78)	1.65(.96)	.51	.46	.90	1.49	1.68
SAFE17	1.88(1.00)	1.91(.97)	1.89(.99)	.52	.48	.90	.93	.16
SAFE18	2.77(1.15)	2.84(1.14)	2.80(1.14)	.52	.47	.90	.07	-.85
SAFE19	2.28(1.01)	2.33(1.16)	2.30(1.07)	.56	.51	.90	.47	-.57
SAFE20	2.40(1.03)	2.35(1.10)	2.38(1.06)	.55	.51	.90	.31	-.82
SAFE21	2.34(1.03)	2.53(1.16)	2.42(1.09)	.63	.59	.90	.38	-.72
SAFE22	1.76(.89)	1.88(.99)	1.81(.93)	.50	.46	.90	.96	.16
SAFE23	1.61(.83)	1.61(.82)	1.61(.82)	.54	.51	.90	1.29	1.04
SAFE24	1.49(.87)	1.59(.87)	1.53(.87)	.46	.41	.90	1.66	1.96
SAFE25	2.21(1.09)	2.26(1.12)	2.23(1.10)	.55	.51	.90	.52	-.55
SAFE26	1.88(.98)	1.77(1.02)	1.83(1.00)	.51	.47	.90	1.11	.56
SAFE27	3.09(1.17)	2.94(1.07)	3.03(1.13)	.41	.35	.90	-.26	-.76
SAFE28	2.45(1.11)	2.49(1.21)	2.47(1.15)	.63	.59	.90	.37	-.75
SAFE29	1.72(0.89)	1.68(.95)	1.70(.92)	.56	.52	.90	1.23	.71
SAFE30	2.53(1.13)	2.98(1.20)	2.72(1.18)	.47	.41	.90	.06	-.97
SAFE31	1.88(1.02)	1.94(1.08)	1.91(1.04)	.53	.48	.90	.95	.08
SAFE32	2.84(1.10)	2.87(1.21)	2.85(1.14)	.57	.52	.90	.01	-.90
SAFE 총합	69.10 (16.72)	69.28 (16.42)	69.18 (16.57)	-	-	-	.36	.16