

대인불안과 사회적 자기 불일치*

김 남 재 †

덕성여자대학교 심리학과

본 연구는 자기제시 이론을 바탕으로 하여, 대인불안 집단이 비대인불안 집단에 비해 현실적 사회상과 이상적 사회상 사이의 불일치가 더 큰가를 검증하기 위한 것이었다. 남녀대학생 집단을 대상으로 대인관계 불안 척도, 우울 척도, 그리고 현실적 자기, 이상적 자기, 현실적 사회상 및 이상적 사회상 등 4가지 유형의 자기개념 척도를 실시하였다. 대인불안이 우울과 상관되므로, 우울 효과를 통제하여 대인불안 집단과 비대인불안 집단 사이의 4가지 유형의 자기개념 및 2가지 자기불일치를 비교하였다. 연구 결과, 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해서 현실적 자기, 이상적 자기, 현실적 사회상 및 이상적 사회상이 모두 더 낮았다. 그리고 현실적-이상적 자기불일치 및 현실적-이상적 사회상 불일치가 더 컸다. 본 연구 결과들의 시사점, 임상적 함의 및 앞으로의 연구에서 고려할 점이 논의되었다.

우리는 주변에서 대인불안(social anxiety) 때문에 사회생활을 하는데 불편을 겪는 사람들을 상당히 많이 볼 수 있다. 사회적 상황에서 경험하는 대인불안은 사람이 사회적 존재란 면에서 더욱 고통스러우며, 보다 심각한 다른 정신병리를 유발하기 쉽다(Curran, 1977). 국내에는 아직 정확한 통계치가 없으나, 미국의 경우 성인의 15-20% 정도가 대인불안 문제로 고통받고 있다고 알려져 있다(Pilkonis, Feldman, Himmelhoch, & Cornes, 1980). 그럼에도 불구하고 대인

불안은 다른 불안장애들에 비해 덜 연구되었으며 임상적 조망도 덜 받아왔다(Liebowitz, Gorman, Fyer, & Klein, 1985). 대인불안 주제가 비교적 많이 연구되기 시작한 것은 1980년대 이후의 일이다.

그 동안 대인불안의 원인과 유지에서 인지의 중요성을 강조하는 이론적 모형이 많았다. 자기평가 모형(Clark & Arkowitz, 1975), 자기제시 모형(Schlenker & Leary, 1982) 및 인지적 모형(Beck & Emery, 1985)은 모두 대인불안이 높은 사람들은 대인불안이 낮은

* 본 연구는 1999학년도 덕성여자대학교 연구비 지원으로 이루어졌음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 김 남 재 / 덕성여자대학교 사회대학 심리학과 서울 도봉구 쌍문동 419 132-714 / FAX : 02-901-8301 / E-mail : kimnj@center.duksung.ac.kr

사람들과는 다른 인지적 특성을 가지고 있다는 것을 강조한다. 대인불안에 대한 인지적 모형들 중에서 자기제시 모형(self-presentation model; Leary & Kowalski, 1995a; Schlenker & Leary, 1982)은 사회적 상황에서 경험하는 대인불안의 요인들을 잘 반영하는 것으로 보인다.

일반적 불안과 달리, 대인불안은 대인간 평가(interpersonal evaluation)가 실재하거나 예상될 때 경험하는 불안이다. 대인관계에서 사람들은 어떤 인상을 형성하며, 명시적으로든 암묵적으로든 서로를 평가한다. 다른 사람들의 지각과 평가가 자신의 삶의 결과에 많은 영향을 주기 때문에, 사람들은 대인관계에서 인상관리(impression management)나 자기제시를 중요하게 여긴다(Leary & Kowalski, 1990; Schlenker & Weigold, 1992). 대인간 평가에 대한 이러한 관심이 대인불안을 경험하게 하는 원인이 된다. 자기제시 모형은 다른 모형들에 비해 대인불안의 이런 측면을 잘 설명하고 있다.

자기제시 모형은 어떤 목적한 인상을 제시하려는 동기가 높고, 그 인상을 제시하는데 성공할 것이라는 기대가 낮을수록 대인불안이 증가할 것이라고 가정한다(Leary & Kowalski, 1995a; Schlenker & Leary, 1982). 즉 이 모형은 자기제시 동기와 자기제시 기대가 상호작용하여 대인불안에 영향을 준다고 가정하였다. 자기제시 모형은 대인불안과 관련된 인지적 특성들을 자기제시 동기와 자기제시 기대로 경제성 있게 통합할 수 있는 모형이다(Leary & Kowalski, 1995b). 또한 이 모형은 대인불안 경험에 관련된 성향적 변인과 상황적 변인을 모두 고려할 수 있다(Leary & Kowalski, 1995a).

자기제시는 실제적이거나 상상적인 사람들 앞에서 자기상을 통제하려는 시도를 포함한다(Leary & Kowalski, 1990, 1995a; Schlenker & Weigold, 1992). 자기제시는 인상관리에 속하며, 인상관리는 대인관계에서 가장 핵심적인 요소이다(Leary & Kowalski, 1990; Schlenker & Weigold, 1992). 대부분의 사회적 상황에서 어떤 사람에 대한 다른 사람들의 평가는 그가 제시하는 인상에 달려 있다. 인상에 기초하여 이

루어진 어떤 개인에 대한 사람들의 평가는 이후에 그의 삶의 상태에 의미 있는 영향을 미친다. 이런 이유 때문에 사람들은 대인관계 상황에서 자기제시에 관심을 갖는다. 사람들이 자기제시 하려는 동기는 사회적 또는 물리적 산출물(outcome), 자존심(self-esteem)의 유지, 및 정체감(identity)의 발달 등이다(Leary & Kowalski, 1990).

자기제시 동기는 성향적 변인과 상황적 변인에 의해서 영향 받을 수 있다. Leary와 Kowalski(1990)에 의하면, 인상관리 동기에 영향을 주는 요인은 인상이 목표를 달성하는데 유효한 정도, 원하는 목표의 가치, 및 현재의 사회상(current social image)과 원하는 사회상(desired social image)과의 불일치 정도이다. 사람들은 다른 사람들에게 자기를 제시하고 싶은 인상과 다른 사람들에게 실제로 제시한 인상이 불일치하다고 지각하면 인상관리를 하게 된다. 현재의 사회상과 원하는 사회상의 불일치 정도가 커질수록 자기제시 동기는 더 커질 것이다(Leary & Kowalski, 1990).

자기제시 모형에 의하면, 대인불안이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해서 자기제시 동기가 더 높다고 가정된다. 그런데 자기제시 동기는 현재의 사회상과 원하는 사회상 사이의 불일치 정도에 의해 영향을 받는다(Leary & Kowalski, 1990). 즉 현재의 사회상에 비해 원하는 사회상이 높아서 그 차이가 클수록 자기제시 동기가 더 높아진다. 따라서 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해서 현재의 사회상과 원하는 사회상 사이의 불일치가 더 클 것이라고 가정된다. 본 연구의 목적은 이 가설을 검증하려는 것이다.

그런데 대인불안은 우울과 상관 관계가 있다고 알려져 있다. 선행연구들에서 우울은 대인불안이나 수줍음과 상관되었다(Anderson & Harvey, 1988; Jones, Briggs, & Smith, 1986). 그리고 우울은 자기개념이나 자기불일치(self-discrepancy)와 관계가 있다(Higgins, 1987). 그러므로 대인불안과 사회적 자기 불일치의 관계를 더 명확히 알아보려면, 우울 효과를 통계적으로 통제한 경우에도 대인불안과 사회적 자기 불일치가 관계되는가를 검토해야 할 것이다. 본 연구에서는 우울 효과를 통계적으로 통제하여 대인불안과

사회적 자기 불일치의 관계에 대해 검토할 것이다.

대인불안은 사회적 상황에서 경험하는 불안이므로, 자기개념의 영역 중에서 특히 사회적 자기개념과 밀접히 관련될 것이다. 그러므로 본 연구에서는 자기개념 척도로서 대인관계에서의 자기확신감을 측정하는 Helmreich, Stopp 및 Ervin(1974)의 사회적 행동 검사(Texas Social Behavior Inventory; TSBI)를 사용하려고 한다. TSBI는 사회적 상황에서의 자기확신감 정도를 측정하도록 구성되어 있다.

본 연구에서는 현실적 자기, 이상적 자기, 현실적 사회상(현재 다른 사람들에게 보이는 자기) 및 이상적 사회상(다른 사람들에게 보여주고 싶은 자기)을 측정하여 성향적 대인불안과 이 4 유형의 자기개념 사이의 관계를 각각 알아 볼 것이다. 그리고 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해서 현실적 사회상과 이상적 사회상 사이의 불일치가 더 클 것이라는 가설을 검증할 것이다. 그리고 부가적으로 대인불안 집단이 비대인불안 집단에 비해서 현실적 자기와 이상적 자기 사이의 불일치 정도가 더 클 것인가를 아울러 검토할 것이다.

방 법

피험자

피험자 집단으로 서울 소재 2개 대학교의 남녀 대학생 254명이 참여하였으나, 결측치가 있거나 명백히 불성실하게 응답했다고 판단되는 사람들을 제외하고 231명(남 136명, 여 95명)의 자료를 통계분석하였다. 대인불안 척도 점수에 의해서 상위 25% 집단(IAS 점수 51 이상)을 대인불안 집단, 하위 25% 집단(IAS 점수 37 이하)을 비대인불안 집단으로 나누었는데, 대인불안집단은 59명(남 38명, 여 21명), 비대인불안 집단은 61명(남 34명, 여 27명)이 되었다. 대인불안 집단의 IAS 점수의 평균은 56.89(표준편차 4.91)이었으며, 비대인불안 집단의 IAS 점수의 평균은 31.12(표준편차 4.38)이었다.

측정도구

대인관계 불안 척도.

Leary(1983)의 대인관계 불안 척도(Interaction Anxiousness Scale; IAS)를 김남재(1995)가 번안한 한국판 IAS를 사용하였다. IAS는 15개 문항으로 구성되어 있으며, 5점 척도 상에 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 IAS의 내적 합치도는 α 계수로 .90이었다.

사회적 행동 검사.

Helmreich 등(1974)의 사회행동검사(TSBI)를 김남재(1999)가 번안한 한국판 TSBI를 사용하였다. TSBI는 16 문항으로 구성되어 있으며, 5점 척도 상에 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 TSBI의 내적 합치도는 α 계수로 .85이었다. 이상적 자기, 현실적 사회상 및 이상적 사회상을 측정하기 위해서, TSBI의 문항은 그대로 사용하고 각각 지시문을 달리하여 사용하였다. 이상적 자기는 “만약 가능하다면, 어떤 특성을 가진 사람이 되고 싶습니까?”, 현실적 사회상은 “각 문항이 당신의 특성을 얼마나 잘 나타내는 것으로 다른 사람들이 볼 것인가?”, 이상적 사회상은 “만약 가능하다면, 다른 사람에게 어떤 특성을 가진 사람으로 보이고 싶은가?”라는 질문에 각각 답하도록 하였다.

Beck 우울 척도.

Beck, Ward, Mendelson, Mock 및 Erbaugh(1961)의 Beck 우울 척도(Beck Depression Inventory; BDI)를 이영호와 송종용(1991)이 번안한 한국판 BDI를 사용하였다. BDI는 21개 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항별로 4개 문장 중하나를 선택하여 답하게 되어 있다. 본 연구에서 BDI의 내적 합치도는 α 계수로 .84이었다.

절차

모든 피험자들에게 대인관계 불안 척도, Beck 우울 척도, 및 4 유형의 TSBI를 하나의 책자로 묶어서

강의시간에 집단적으로 검사를 실시하였다. 서로 다른 자기개념을 측정하는 4가지 유형의 TSBI에 대해서 현실적 자기, 이상적 자기, 현실적 사회상, 이상적 사회상 순으로 검사자가 1가지 유형씩 설명한 후 검사를 실시하여, 피험자들이 4가지 유형의 자기개념을 구분하여 응답하도록 하였다.

통계분석

먼저 대인불안 점수와 4 유형의 자기개념 점수 사이의 상관 계수를 산출하였다. 이어서 대인불안 척도 점수에 의해서 대인불안 집단과 비대인불안 집단으로 나누어 이 두 집단 간에 현실적-이상적 자기 불일치(이상적 자기 점수에서 현실적 자기 점수를 감한 점수 차이) 및 현실적-이상적 사회상 불일치(이상적 사회상 점수에서 현실적 사회상 점수를 감한 점수 차이)를 각각 비교하였다. 이 비교에서 대인불안과 우울이 상관됨을 감안하여 우울 효과를 통제하여도 대인불안 집단과 비대인불안 집단 사이에 차이가 있는가를 알아보기 위해 우울 점수를 공변인으로 하여 공

변량분석하였다.

결 과

상관관계

먼저 대인불안 척도 점수, 우울 척도 점수, 4가지 유형의 자기개념 점수들, 현실적-이상적 자기 불일치 및 현실적-이상적 사회상 불일치 사이의 상관관계를 알아보았으며, 그 결과는 표 1과 같다. 표 1에서 보는 바와 같이, 대인불안을 나타내는 IAS 점수와 우울을 나타내는 BDI 점수가 유의미하게 상관되었다($r = .42, p < .01$).

IAS에 의해 측정된 대인불안 점수는 TSBI로 측정된 4가지 유형의 자기개념 점수와 모두 유의미한 상관관계를 보여주었다. 즉 대인불안 점수는 현실적 자기($r = -.74, p < .01$), 이상적 자기($r = -.25, p < .01$), 현실적 사회상($r = -.67, p < .01$), 및 이상적 사회상($r = -.29, p < .01$) 점수와 모두 유의미하게 역

표 1. 척도들간의 상관계수

	IAS	BDI	TSBI-R	TSBI-I	TSBI-RS	TSBI-IS	RID	RISD
IAS	--							
BDI	.42**	--						
TSBI-R	-.74**	-.45**	--					
TSBI-I	-.25**	-.11	.41**	--				
TSBI-RS	-.67**	-.38**	.85**	.44**	--			
TSBI-IS	-.29**	-.17*	.44**	.74**	.49**	--		
RID	.59**	.40**	-.75**	.29**	-.56**	.08	--	
RISD	.51**	.28**	-.58**	.12	-.71**	.26**	.69**	--
평균	43.97	10.17	34.67	49.91	36.04	48.38	15.24	12.35
표준편차	10.22	6.53	9.27	6.44	9.42	6.89	8.84	8.48

IAS = 대인관계 불안 척도; BDI = Beck 우울 척도; TSBI-R = 사회적 행동 검사-현실적; TSBI-I = 사회적 행동 검사-이상적; TSBI-RS = 사회적 행동 검사-현실적 사회상; TSBI-IS = 사회적 행동 검사-이상적 사회상; RID = 현실적-이상적 자기 불일치; RISD = 현실적-이상적 사회상 불일치.

* $p < .05$. ** $p < .01$.

상관되었다. 또한 대인불안 점수는 현실적 자기와 이상적 자기의 차이인 현실적-이상적 자기 불일치($r = .59, p < .01$)와 유의미하게 상관되었으며, 현실적 사회상과 이상적 사회상의 차이인 현실적-이상적 사회상 불일치($r = .51, p < .01$)와도 유의미하게 상관되었다.

한편, BDI로 측정된 우울 점수는 현실적 자기($r = -.45, p < .01$)와는 유의미하게 상관되었으나, 이상적 자기($r = -.11, n.s.$)와는 상관되지 않았다. 그러나 우울 점수는 현실적 사회상($r = -.38, p < .01$)과 이상적 사회상($r = -.17, p < .05$)과는 모두 유의미하게 상관되었다. 또한 우울 점수는 현실적-이상적 자기 불일치($r = .40, p < .01$) 및 현실적-이상적 사회상 불일치($r = .28, p < .01$)와 모두 유의미하게 상관되었다.

공변량분석

대인불안 집단과 비대인불안 집단의 4가지 유형의 자기개념 및 2가지 자기불일치의 유형별 평균과 표준편차는 표 2와 같다.

대인불안과 우울이 상관됨을 감안하여 우울 효과를 통제하여도 대인불안 집단과 비대인불안 집단 사이에 4가지 유형의 자기개념 및 2가지 자기불일치가 차이가 나는가를 알아보기 위해 우울 측정치인 BDI 점수를 공변인으로 하여 공변량분석하였으며, 그 결과는 표 3과 같다.

표 3에서 보는 바와 같이, 4가지 유형의 자기개념이 대인불안 집단과 비대인불안 집단 사이에 차이가 있었다. 즉 대인불안 집단의 현실적 자기개념이 비대인불안 집단의 현실적 자기개념에 비해 유의미하게 낮았다, $F(1, 115) = 131.74, p < .000$. 이상적 자기개념도 비대인불안 집단에 비해서 대인불안 집단이 유의미하게 낮았다, $F(1, 115) = 15.65, p < .000$. 그리고 대인불안 집단의 현실적 사회상이 비대인불안 집단의 현실적 사회상에 비해 유의미하게 낮았다, $F(1, 115) = 84.96, p < .000$. 이상적 사회상도 비대인불안 집단에 비해서 대인불안 집단이 유의미하게 낮았다, $F(1, 115) = 18.13, p < .000$.

이상적 자기개념에서 현실적 자기개념을 감한 현실적-이상적 자기 불일치가 대인불안 집단과 비대인불안 집단 사이에 차이가 있는가를 알아보기 위해 우울 효과를 통제하여 공변량분석한 결과, 두 집단간에 유의미한 차이가 있었다, $F(1, 115) = 53.26, p < .000$. 또한 이상적 사회상에서 현실적 사회상을 감한 현실적-이상적 사회상 불일치에 대해 우울 효과를 통제하여 공변량분석한 결과, 대인불안 집단과 비대인불안 집단 사이에 유의미한 차이가 있었다, $F(1, 115) = 24.10, p < .000$. 이 결과는 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해서 현실적 사회상과 이상적 사회상 사이의 불일치가 더 클 것이라는 본 연구의 가설을 지지하는 것이다.

표 2. 자기개념과 자기불일치의 평균 및 표준편차

	대인불안 집단(N = 57)		비대인불안 집단(N = 61)	
	M	SD	M	SD
현실적 자기	26.45	9.32	43.67	9.21
이상적 자기	48.37	6.51	53.10	6.38
현실적 사회상	28.49	9.53	44.37	9.37
이상적 사회상	46.11	6.93	52.34	6.78
현실적-이상적 자기 불일치	21.91	8.94	9.42	8.76
현실적-이상적 사회상 불일치	17.61	8.56	7.97	8.38

표 3. 공변량분석표

자기개념 유형	변량원	자승화	자유도	평균자승	F	유의도
현실적 자기	공변인	3780.28	1	3780.28	94.05	.000
	집단	5294.78	1	5294.78	131.74	.000
	오차	4621.98	115	40.19		
이상적 자기	공변인	84.06	1	84.06	2.23	.138
	집단	589.25	1	589.25	15.64	.000
	오차	4330.58	115	37.66		
현실적 사회상	공변인	3295.20	1	3295.20	62.79	.000
	집단	4458.43	1	4458.43	84.95	.000
	오차	6034.99	115	52.48		
이상적 사회상	공변인	396.23	1	396.23	9.37	.003
	집단	766.59	1	766.59	18.13	.000
	오차	4861.29	115	42.27		
현실적-이상적 자기 불일치	공변인	2739.92	1	2739.92	57.30	.000
	집단	2351.34	1	2351.34	49.22	.000
	오차	5493.02	115	47.76		
현실적-이상적 사회상 불일치	공변인	1406.12	1	1406.12	23.11	.000
	집단	1527.56	1	1527.56	25.10	.000
	오차	6997.90	115	60.85		

논 의

Leary 등(Leary & Kowalski, 1995a; Schlenker & Leary, 1982)의 자기제시 모형은 대인불안이 자기제시 동기에 의해 영향을 받는다고 가정하였다. 그리고 자기제시 이론에 의하면, 자기제시 동기는 현실적 사회상과 이상적 사회상의 불일치 정도가 클수록 높아질 것이라고 가정된다(Leary & Kowalski, 1990; Schlenker & Weigold, 1992). 본 연구는 자기제시 이론의 가정에 따라서 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해서 현실적 사회상과 이상적 사회상의 불일치 정도가 더 클 것이라는 가설을 검증하였다. 본 연구 결과는 이 가설을 지지하였다. 즉 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해서 이상적 사회상과 현실적 사회상의 불일치 정도가 더 컸다. 본 연구는 두 집단 사이에 보이는 현실적-이상적 사회상 불일치의 이

러한 차이가 대인불안 집단의 현실적 사회상이 비대인불안 집단의 현실적 사회상에 비해 훨씬 낮기 때문에 나타난다는 것을 보여주었다. 또한 본 연구에서는 대인불안 집단의 이상적 사회상도 비대인불안 집단의 이상적 사회상에 비해 낮은 것으로 나타났다.

본 연구에서 대인불안과 우울이 유의미하게 상관된 것으로 나타났는데, 이 결과는 선행연구 결과들과 일치하는 것이다(Anderson & Harvey, 1988; Jones et al., 1986). 이 결과는 대인불안과 자기개념 및 자기 불일치의 관계를 명확히 알아보기 위해서는 우울의 효과를 통계적으로 통제할 필요성을 시사하는 것으로서, 우울 점수를 공변인으로 하여 공변량분석한 본 연구의 방법이 적절함을 보여준다고 하겠다.

본 연구는 대인불안 집단이 비대인불안 집단에 비해 4가지 유형의 자기개념 점수가 모두 더 낮음을 보여주었다. 본 연구에서 대인불안 집단은 비대인불안

집단에 비해서 현실적 자기개념 점수가 더 낮았다. 이 결과는 우울 효과를 통제하여 나타난 결과이므로 대인불안 집단이 더 우울하기 때문에 나타난 것이 아니다. 따라서 이 결과는 우울과는 독립적으로 대인불안이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 덜 긍정적인 자기개념을 가지고 있음을 시사하는 것이다. 또한 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해서 이상적 자기개념 점수도 더 낮았다. 즉 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해서 자신이 이상적으로 생각하는 자기상조차도 덜 긍정적임을 보여주었다.

대인불안은 다른 사람의 평가가 실재하거나 예상될 때 경험하는 불안이다. 이런 점에서 자기가 타인에게 어떻게 보일 것인가에 대한 자신의 생각을 반영하는 사회적 자기상은 대인불안과 특히 관련이 깊다고 하겠다. 본 연구에서 이런 측면의 자기개념을 반영하는 현실적 사회상 점수에서 대인불안 집단이 비대인불안 집단에 비해서 더 낮은 것으로 나타났다. 즉 대인불안이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해서 타인에게 보이는 자기상을 덜 긍정적인 것으로 여긴다. 자신이 타인에게 보이고 싶은 자기상을 나타내는 이상적 사회상 점수도 대인불안 집단이 비대인불안 집단에 비해 더 낮았다. 이는 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해서 자신이 타인에게 이상적으로 보이고 싶은 자기상도 덜 긍정적임을 보여주는 것이다.

본 연구에서 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해서 현실적 자기와 이상적 자기 사이의 불일치 정도가 더 큰 것으로 나타났다. 이런 결과에 대해 Leary 등의 자기제시 이론에서는 아무런 가설을 세우지 않았다. 이 결과를 Higgins(1987)의 자기불일치 이론과 비교해 보는 것이 흥미로운 것이다.

Higgins 등(Higgins, 1987; Higgins, Bond, Klein, & Strauman, 1986)의 자기불일치 이론은 자기에 대한 관점(자기, 타인)과 자기의 영역(현실적, 이상적, 및 의무적)의 두 차원에 의해 자기불일치를 정의하고 있다. Higgins 등의 자기불일치 이론은 현실적 자기와 이상적 자기간의 불일치는 우울에 관계되고, 현실적 자기와 타인관점의 의무적 자기 사이의 불일치가 대인불안에 관계된다고 가정하였다(Strauman, 1989;

Weilage & Hope, 1999). 여기서 본 연구의 현실적 자기는 자기불일치 이론의 자기 관점의 실제적 자기에 해당하고, 이상적 자기는 자기 관점의 이상적 자기로 볼 수 있을 것이다. 본 연구에서 사용한 자료 분석방법이 자기불일치 이론 관련 선행연구들에서 주로 사용한 분석방법과는 다르기 때문에, 본 연구 결과를 자기불일치 이론의 가설과 직접 비교하기는 무리가 있다. 이런 점을 감안하더라도 현실적 자기와 이상적 자기간의 불일치가 대인불안과 관계된다는 본 연구 결과는 이 자기불일치가 불안이 아닌 우울과 관계된다는 자기불일치 이론의 가설에 부합되지 않는 것이라고 생각한다.

한편, 자기불일치 이론에서 정의한 타인관점의 자기는 본 연구의 사회적 자기상과는 다른 것으로 생각된다. 자기불일치 이론에서의 타인관점의 자기는 중요한 타인(아버지, 어머니 등)에게 비추어지는 자기이다. 그런데 본 연구의 사회적 자기는 자신이 타인에게 어떻게 보일 것인가에 대한 자신의 견해를 반영한다. 따라서 본 연구의 현실적 사회상은 자기불일치 이론의 타인관점의 실제적 자기와는 다른 것이다. 더구나 본 연구의 이상적 사회상이 Higgins 등의 자기불일치 이론에서 말하는 타인관점의 이상적 자기와만 관계되고, 타인관점의 의무적 자기와 무관하다고 보기는 어렵다. 본 연구에서 측정된 이상적 사회상은 '타인에게 보이고 싶은 자기상'으로서, 타인이 자기에게 마땅히 가져야 한다고 기대하는 의무적 특성에 의해 영향을 받을 수 있기 때문이다. 따라서 본 연구의 이상적 사회상은 자기불일치 이론에서 정의한 타인관점의 이상적 자기뿐만 아니라 타인관점의 의무적 자기에도 관련이 있는 것 같다. 이런 이유들 때문에 현실적 사회상과 이상적 사회상간의 불일치에 대한 본 연구 결과를 자기불일치 이론의 가설과 직접 비교하기는 어렵다고 생각된다.

본 연구 결과의 시사점과 임상적 함의는 다음과 같다.

첫째, 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해 우울 수준과는 독립적으로 자기개념이 덜 긍정적임을 보여주었다. 대인불안 집단은 현실적 자기, 이상적 자

기, 현실적 사회상 및 이상적 사회상 등 4가지 유형의 자기개념이 모두 낮았다. 즉 대인불안 집단은 자신이 지각하는 자기상 뿐만 아니라, 타인에게 보이는 자기상도 긍정적이지가 않다고 할 수 있다. 본 연구에서 TSBI에 의해 측정된 자기개념은 사회적 영역의 자기개념이다. 본 연구 결과로 미루어볼 때 대인불안이 높은 사람들을 치료하는 지침의 하나는 사회적 영역의 자기개념을 보다 긍정적으로 변화시키는 것이 될 것이다.

둘째, 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해 우울 수준과는 독립적으로 현실적 자기와 이상적 자기간의 불일치가 더 큰 것으로 나타났다. 대인불안 집단의 이런 자기불일치는 이상적 자기가 높아서가 아니라, 현실적 자기가 상대적으로 더 낮기 때문에 나타났다. 따라서 대인불안 집단의 이런 자기불일치를 줄이는 방법은 현실적 자기를 보다 긍정적으로 변화시키는 것이다. 자기불일치가 여러 불편한 정서의 원인이라고 가정한 자기불일치 이론에 의하면, 현실적 자기와 이상적 자기간의 불일치는 우울에 영향을 주지만 대인불안에 영향을 주지 않는다. 그런데 본 연구에서는 우울 효과를 통제하여도 현실적 자기와 이상적 자기간의 불일치가 대인불안과 관계가 있었다. 이상적 자기와 현실적 자기간의 불일치가 대인불안과 관계 있다는 본 연구 결과는 자기불일치 이론에서는 가정하지 않은 것이다. 앞으로 자기불일치의 유형과 특정한 정서와의 관계를 체계적으로 밝혀줄 수 있는 더 많은 연구가 요망된다.

셋째, 대인불안 집단은 비대인불안 집단에 비해 우울 수준과는 독립적으로 현실적 사회상과 이상적 사회상 사이의 불일치가 더 큰 것으로 나타났다. 대인불안 집단의 이런 사회상 불일치는 이상적 사회상이 높아서가 아니라, 현실적 사회상이 상대적으로 낮기 때문에 생긴 결과이다. 대인불안은 사회적 상황에서 타인들의 평가를 의식하여 경험하는 불안임을 감안하면, 자기개념의 유형 중 타인의 평가를 반영하는 사회적 자기상이 특히 중요하다. 본 연구결과로 미루어볼 때 대인불안이 높은 사람들은 타인에게 비치는 자기상을 긍정적으로 보고 있지 못하며, 이 때문에 현

실적 사회상과 이상적 사회상간의 불일치가 크다고 하겠다. 따라서 대인불안 집단의 이런 자기불일치를 줄이는 길은 타인에게 자기가 긍정적으로 보일 수 있다는 확신감을 심어주는 것이 될 것이다.

본 연구는 자기제시 이론의 가설을 검증하기 위한 것으로서 자기불일치 이론에 따른 것은 아니지만, 자기불일치 이론(Higgins, 1987)을 참조하면 본 연구에서 나타난 대인불안 집단의 자기불일치를 줄이는 몇 가지 방법을 더 생각해 볼 수 있다. 실제적 자기와 이상적 자기간의 불일치를 줄이는 한가지 방법은 실제적 자기에 영향을 주는 행동수행을 수정하거나 행동수행에 대한 해석을 수정하는 것이다. 실제적 자기를 변화시키는 대신에 이상적 자기의 수준을 현실에 맞게 낮추는 것이 자기불일치를 줄이는 다른 방법이 될 수 있다. 그리고 자기불일치가 부정적 정서에 미치는 영향을 줄이기 위해 이 자기불일치를 활성화시키는 상황이나 교류를 피하는 것이 효과적인 수도 있다(Higgins, 1987).

본 연구의 제한점 및 앞으로의 연구에서 고려할 점은 다음과 같다.

첫째, 피험자의 문제를 들 수 있다. 피험자 집단이 대학생 집단에 한정되어 있으며, 대인불안 집단과 비대인불안 집단의 구분이 하나의 대인관계 불안 척도에 의해서 이루어졌다. 앞으로 다양한 심리평가 방법에 의해 대인불안 집단을 선정하는 연구가 있어야 하겠다. 특히 임상적 대인공포(social phobia) 집단에 대한 연구가 필요할 것이다.

둘째, 본 연구는 상관연구이기 때문에 낮은 자기개념 및 큰 자기불일치가 대인불안과 관계가 있음을 알려줄 뿐이며 그 인과관계를 알려주지 못한다. 대인불안을 이해하는데 더 중요한 것은 낮은 자기개념 및 큰 자기불일치가 대인불안의 원인인가를 밝혀내는 일이라고 생각한다. 앞으로 이 변인들간의 인과관계를 밝혀줄 수 있는 종단적 연구나 실험 연구 등이 있어야 할 것이다.

셋째, 본 연구는 자기제시 이론의 가설을 검증하기 위한 것으로서, 사회적 자기 불일치는 자기제시 동기와 관련하여 정의되었다. 따라서 본 연구에서 측정된

사회적 자기상은 자기불일치 이론에서 말하는 타인관점의 자기와는 다르다. 이런 점에서 사회적 자기불일치에 대한 본 연구 결과를 자기불일치 이론의 가설과 직접 비교하기는 어렵다. 그리고 본 연구에서 타인관점의 이상적 자기와 타인관점의 의무적 자기를 제대로 구분하지 않았기 때문에 본 연구 결과를 자기불일치 이론의 가설과 직접 비교하기가 더욱 어려웠다. 앞으로 자기불일치와 대인불안의 관계에 대해 자기제시 이론과 자기불일치 이론을 비교할 수 있는 연구가 요망된다. 이런 연구에서는 자기불일치 이론에서 설명하는 자기의 관점과 영역에 대한 정의에 충실히 따라서 자기를 측정해야 할 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 청구 논문.
- 이영호, 송중용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 10, 98-113.
- Anderson, C. A., & Harvey, R. J. (1988). Discriminating between problems in living: An examination of measure of depression, loneliness, shyness, and social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 6, 482-491.
- Beck, A. T., & Emery, G. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbauch, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Clark, J. V., & Arkowitz, H. (1975). Social anxiety and self-evaluation of interpersonal performance. *Psychological Reports*, 36, 211-221.
- Curran, J. P. (1977). Skills training as an approach to the treatment of heterosexual-social anxiety. *Psychological Bulletin*, 89, 140-157.
- Helmreich, R., & Stapp, J. (1974). Short forms of Texas Social Behavior Inventory(TSBI), an objective measure of self-esteem. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 4, 473-475.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- Higgins, E. T., Bond, R. N., Klein, R., & Strauman, T. (1986). Self-discrepancies and emotional vulnerability: How magnitude, accessibility, and type of discrepancy influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 5-15.
- Jones, W. H., Briggs, S. R., & Smith, T. G. (1986). Shyness: Conceptualization and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 629-639.
- Liebowitz, M. R., Gorman, J. M., Fyer, A. J., & Klein, D. F. (1985). Social phobia: Review of a neglected anxiety disorder. *Archives of General Psychiatry*, 42, 729-736.
- Leary, M. R. (1983). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment*, 47, 66-75.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1990). Impression management: A literature review and two-component model. *Psychological Bulletin*, 107, 34-47.
- 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. F. (1985). Social phobia: Review of a neglected anxiety disorder. *Archives of General Psychiatry*, 42, 729-736.
- Pilkonis, D. A., Feldman, M., Himmelhoch, J., & Cornes, C. (1980). Social anxiety and psychiatric diagnosis. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 168, 13-18.
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, 92, 641-668.
- Schlenker, B. R., & Weigold, M. F. (1992). Interpersonal processes involving impression regulation and management. *Annual Review of Psychology*, 43, 133-168.
- Strauman, T. J. (1989). Self-discrepancies in clinical depression and social phobia: Cognitive structures that underlie emotional disorders? *Journal of Abnormal Psychology*, 98, 14-22.
- Weilage, M., & Hope, D. A. (1999). Self-discrepancy in social phobia and dysthymia. *Cognitive Therapy and Research*, 23, 637-650.
- 원고접수일 2000. 2. 14
수정원고접수일 2000. 4. 26
게재결정일 2000. 5. 12 ■

Social Self Discrepancy in Social Anxiety

Nam-Jae Kim

Duksung Women's University

Based on self-presentation model, the present study examined the relation between social anxiety and social self discrepancy, the discrepancy between actual social self image and ideal social self image. College students performed the Interaction Anxiousness Scale, the Beck Depression Inventory, and 4 types of the Texas Social Behavior Inventory to measure 4 different self-concepts(actual self, ideal self, actual social image, and ideal social image). Four types of self-concepts and 2 types of self-discrepancies were compared between socially anxious subjects and non-anxious subjects, by partialing out the effect of depression. Students with high social anxiety reported lower actual self, lower ideal self, lower actual social image, and lower ideal social image than students with low social anxiety. Subjects with high social anxiety reported greater discrepancy between their actual and ideal self, and greater discrepancy between their actual and ideal social image than subjects with low social anxiety. The findings supported the hypothesis of self-presentation theory that socially anxious person possessed the greater discrepancy between current and desired social image. Implications of the present findings and suggestions for future studies were discussed.