

## 완벽주의 성향이 불안 수준에 미치는 영향: 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피를 매개변인으로

남지수<sup>1)</sup> 김은경<sup>1)</sup> 김춘길<sup>2)</sup> 정승교<sup>3)</sup> 박용천<sup>1),4)</sup>

<sup>1)</sup>한양대학교 구리병원 정신건강의학과 <sup>2)</sup>한림대학교 간호학부 <sup>3)</sup>세명대학교 간호학과  
<sup>4)</sup>한양대학교 의과대학 및 의료원 정신건강의학교실

불안은 인간에게 있어 흔한 심리적인 상태이나, 과도하거나 통제할 수 없는 경우 병리적인 불안으로 이어질 수 있다. 불안에 영향을 미친다고 알려진 변인들을 연구하고 그 기제를 규명하는 것은 불안장애의 효과적인 치료적 개입을 위해 중요하다고 할 수 있다. 본 연구에서는 불안에 영향을 미친다고 알려진 변인 중 완벽주의 성향이 불안에 이르는 경로에서, 상대적으로 연구 결과가 제한적인 모호함에 대한 부정적 해석 편향과 인지적 회피의 관계를 알아보았다. 이에, 대학생의 완벽주의 성향과 불안 수준의 관계에서 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 매개효과를 가정하고 이를 검증해 보고자 하였다. 이를 위해 여대생 434명을 연구 대상으로 표집하여 이 중 결측치가 있거나 불성실하게 응답한 자료를 제외한 367명의 자료를 기초로 SPSS 18.0과 SPSS Macro(Hayes, 2012)를 사용하여 상관분석, 중다회귀분석, 다중매개효과분석을 실시하여 불안 수준에 대한 인과 구조 모형을 검증하였다. 연구 결과, 완벽주의 성향과 불안의 관계에서 모호함에 대한 부정적 해석 편향과 인지적 회피의 순차적 매개효과가 유의하였다. 이러한 연구 결과를 토대로 본 연구의 시사점과 제한점에 관하여 논의하였다.

주제어: 완벽주의, 불안, 모호함에 대한 해석 편향, 인지적 회피

† 교신저자 : 김은경, 한양대학교 구리병원 정신건강의학과, (11923) 경기도 구리시 경춘로 153  
Fax : 031-557-2272, E-mail: aidaworld@hanmail.net

불안은 예측가능하거나 특정한 위협보다는 잠재적 위협으로부터 활성화되는 미래지향적인 심리적 상태로 정의할 수 있다(Calhoon & Tye, 2015). 아울러 불안은 위협적 상황에 대처 가능하게 하고 목표를 성취하게 하지만, 다른 한편으로 과도한 불안은 의욕을 저하시키면서 목표달성을 위한 성취동기를 감소시키는 기능을 가지는 등 일상생활에 고통감과 다양한 악영향을 가져올 수 있다(함진선과 이장한, 2012; Takagi, Sakai, Abe, Nishida, Harrison, Martinez-Zalacain, Soriano-Mas, Narumoto & Tanaka, 2017). 비록 불안은 인간에게 있어 흔한 심리적인 상태이지만, 불안은 과도하거나 통제할 수 없는 병리적인 불안(pathological anxiety)으로 이어질 수 있다. 이러한 병리적인 불안은 사회불안장애(social anxiety disorder), 범불안장애(generalized anxiety disorder) 등을 포함한다. 대략 인구의 30%가 그들의 생애 가운데 어느 시점에서 불안과 관련된 장애를 앓는다는 보고가 있고, 대개 이른 연령에 발병하게 된다(Kessler, Berglund, Demler, Jin, Merikangas & Walters, 2005). 이는 특히 직업적, 대인 관계적 그리고 신체적 건강 영역에서의 현저한 장애와 연관이 있다는 보고가 있고, 이로 인해 엄청난 사회경제적 비용을 발생시킨다(Greenberg, Sisitsky, Kessler, Finkelstein, Berndt, Davidson & Fyer, 1999; Kariuki-Nyuthe & Strein, 2015; McLean, Asanaani, Litz & Hofmann, 2011). 따라서 불안에 영향을 미친다고 알려진 변인들을 연구하고 그 기제를 규명하는 것은 불안장애의 효과적인 치료적 개입을 위해 중요하다고 할 수 있다. 그동안 이와 관련하여 많은 연구자들이 병리적인 불안에 관심을 가지고, 불안과 관련하여 여러 중요한 변인들이 연구되어 왔다.

불안과 관련하여 국내외로 연구가 많이 이루어진 요인으로는 완벽주의(perfectionism)를 들 수 있다. 완벽주의란 자신의 능력 이상으로 비합리적인 목표를 세우고, 이런 불가능한 목표를 향해서 쉴 새 없이 자신을 채찍질하고, 자신의 가치를 생산성과 성취의 차원에서 평가하는 사람들이 보이는 성격 특성으로 정의할 수 있다(Burns, 1980). 적절한 수준의 적응적인 완벽주의(adaptive perfectionism)는 개인적 목표와 기준을 높게 설정하고 성취와 관련한 보상을 즐기는 동시에 자신의 수행에 만족할 수 있는 능력을 유지하고 있다. 따라서 이는 일상생활에 존재하는 여러 과업을 수행하는 데 도움이 될 수 있다(송현화, 장혜인, 2017). 하지만 부적응적 완벽주의(maladaptive perfectionism) 성향이 높은 개인은 과도하게 높은 기준을 세우고, 실수를 허용하지 않으며 자신의 수행으로부터 즐거움을 느끼는 능력이 빈약하고 그들의 능력에 대한 불확실성과 불안을 경험한다고 한다(Enns, Cox, & Clara, 2002). 선행 연구 결과는 부적응적 완벽주의 성향이 높은 사람들은 이러한 과도한 자기비판적인 성향 등으로 인해 지각된 스트레스 수준이 높고 사소한 일상적 스트레스를 더 많이 경험하며, 이러한 스트레스의 매개를 통해 결과적으로 불안, 우울 등의 부적응적 정서와 낮은 자존감 등을 초래한다고 하였다(Antony, Roth, Swinson, Huta & Davins, 1998; Chang, Watkins, & Banks, 2004; Dunkley & Blankstein, 2000; Dunkley, Zuroff, & Blankstein, 2003; Hewitt & Flett, 1993).

부적응적 완벽주의는 다양한 분야의 연구에서 관심을 받고 있는 중요한 개념으로(Stoeber & Otto, 2006), 우울(Argus & Thompson, 2008), 불안(Saboonchi & Lundh, 1997), 강박장애(Moretz

& McKay, 2009)와 같은 부정적인 심리적 결과와 정적 상관관계가 있다고 보고되고 있다(Gnilka, Ashby & Noble, 2012). 특히, 부적응적 완벽주의 성향을 보이는 개인은 실제와 이상적 자아 간 불일치를 경험할 가능성이 크고 이로 인하여 쉽게 불안해진다고 주장하고 있다(Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990; Rice, Ashby & Slaney, 1998; Chang, 2002). 이에, 완벽주의는 특히 불안과 관련된 장애에서 폭넓게 연구되어 왔으며 사회불안장애(Heimberg, Juster, Hope, & Mattia, 1995; Antony, Roth, Swinson, Huta & Davins, 1998; Lundh & Ost, 2001), 공황장애(Antony, Roth, Swinson, Huta & Davins, 1998; Frost & Steketee, 1997; Iketani, Kiriike, Stein, Nagao, Nagata, Minamikawa, Shidao, & Fukuhara, 2002) 등의 장애와 관련하여 주목받아왔다. 이러한 점으로 인해, 부적응적 완벽주의는 불안과 상관관계가 높을 뿐 아니라, 불안에 대한 취약성을 갖게 하는 변인으로 간주된다(채숙희, 오수성, 조용래, 2000; Flett, Hewitt, & Dyck, 1989). 부적응적 완벽주의는 최근 다양한 하위차원으로 나누어 연구되고 있다. 그 중, Hewitt와 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 척도는 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의의 세 차원으로 나누어 완벽주의를 연구할 때 가장 널리 쓰이는 척도 중 하나이다. 하지만 다양한 연구에서 다차원적 완벽주의 척도는 세 가지 하위차원 간 상관관계가 높은 것으로 보고되고 있으며, 각 완벽주의 집단에 대한 선별 기준이 명확하지 않다는 단점이 있다(김상희, 현명호, 2012). 따라서 본 연구에서는 부적응적 완벽주의를 하위차원으로 나누어 연구하지 않고 척도의 총점만을 이용하여 연구하였다. 한편, 남녀 대학생들을 대상으로 한 김소정과 이승연(2014)의

연구는 다차원적 완벽주의 중 사회적으로 부과된 완벽주의에서 남녀 간 성차가 나타나고, 특히 여성이 남성보다 완벽주의 성향이 높다고 보고하고 있다. 더불어 불안 수준이나 불안장애에 있어서도 남녀 간 성차는 두드러지게 나타난다. 다수의 역학연구들은 공통적으로 여성의 불안 장애 유병률이 남성에 비해 약 1.5-2배 정도 높게 나타난다고 보고하고 있고, 국내에서 조맹제 등(2009)이 실시한 역학연구에서 역시 불안장애 평생 유병률이 남성은 4.6%, 여성은 9.3%로 보고되어 여성이 남성에 비해 불안에 취약한 것으로 나타났다.

한편, 부적응적 완벽주의 성향과 관련한 연구에서 해석 편향(interpretation bias)은 중요하게 다뤄지고 있는 주제이다. 완벽주의와 관련이 있다고 알려진 정신과적 장애인 강박장애(Boelen & Reijntjes, 2009), 신체변형장애 등에서 모호한 단서를 부정적인 것으로 지각하는 해석 편향이 관찰되었다. 더불어 Wittenberg와 Norcross(2001)는 완벽주의 성향이 모호함에 대한 인내력과 부적 상관관계를 보여 완벽주의 성향이 높을수록 모호함을 잘 견디지 못한다고 하였으며 이것이 더 나아가 직무 만족에도 영향을 미친다고 하였다. 한편, 국내에서도 모호함에 대한 해석 편향과 완벽주의와의 관계가 연구된 바 있다. 김상희와 현명호(2012)는 완벽주의를 사회적으로 부과된 완벽주의 집단과 자기 지향적 완벽주의 두 집단으로 구분하여 모호한 얼굴 표정에 대한 부적 해석 편향을 관찰하고자 하였다. 그 결과, 자기 지향적 완벽주의 집단에서는 실패 피드백을 받았을 경우에 한하여 부적 해석 편향이 관찰되었으며 사회적으로 부과된 완벽주의 집단에서는 피드백과 관계없이 모호한 얼굴 표정에 대한 부적 해석 편향이 관찰되었다. 하지만 국내에서 완

벽주의 성향이 높은 집단에서 모호함에 대한 해석 편향을 자기보고식 척도를 사용하여 연구한 결과는 현재까지 존재하지 않는다.

불안은 어떤 과정을 통해 발생하는가에 대해 설명하는 다양한 이론이 존재한다. Freud (1966)는 불안을 본능적인 충동이나 무의식으로부터 오는 위협을 자아에게 경고하는 정서적 상태라고 하였고, Conley(1971)는 무의식에서 일어나는 어떤 위협에 대한 긴장이나 두려움의 감정을 불안이라 정의하였다. 또한 학습이론에서는 불안을 유기체가 위협신호를 지각하여 위협을 예상함으로써 인해 발생하는 조건화된 반응이라고 하였다(Mowrer, 1950). 이러한 불안의 다양한 이론 중 불안의 인지이론에 의하면, 정보를 처리하고 해석하는 과정은 불안의 발달과 유지에 있어 중추적인 역할을 한다(Beck, Emery, & Greenberg, 1985; Beck & Clark, 1997; Oglesby, Boffa, Short, Raines, & Schmidt, 2016). 어떤 유형의 정보처리가 불안에 주요한 영향을 미치는 지에 대해서는 논란이 있어 왔지만 해석 편향은 불안의 중요한 인지적 취약 요인으로 여겨져 왔다(MacLeod & Mathews, 2012; Ouimet, Gawronski & Dazois, 2009). 해석 편향(interpretation bias)이란, 객관적 정보를 부정적으로 지각하는 경향성으로 정의할 수 있다(Beard & Amir, 2008). 불안한 개인이 모호한 정보를 부정적인 의미로 해석하는 경향이 있다는 주장에 관해서는 많은 연구가 이루어져 왔다(MacLeod & Cohen, 1993; Blanchette & Richards, 2010; Davey, Hampton, Farrell, & Davidson, 1992). 이러한 모호함에 대한 해석 편향은 범불안장애(MacLeod & Rutherford, 2004), 사회불안장애(Franklin, Huppert, Langner, Leiberg, & Foa, 2005; Rapee & Heimberg, 1997), 공황장애(Clark, 1997, McNally, 1994), 특정공포증

(Becker & Rinck, 2004) 등 불안장애의 범주에 속하는 장애와 더불어 특성 불안이 높은 개인에 대한 연구에서 또한 관찰된 바 있다. 일상 생활에서 모호함은 거의 항상 존재하는 것이기 때문에 모호함에 대한 해석 편향은 부정적으로 지각될 수 있는 정보에 과도하게 노출되게끔 하고 이것이 과도한 걱정, 스트레스, 병리적인 상태나 증상으로 이어질 수 있다(Wilson, MacLeod, Mathews, & Rutherford, 2006). 한편, 모호함에 대한 해석 편향과 완벽주의 성향에 대한 연구는 아직까지 제한적이라 할 수 있으며, 두 변인 모두 불안의 발달에 중요한 역할을 한다고 알려진 변인이기 때문에 그 과정을 규명하는 것이 중요하다고 할 수 있다.

불안과 연관이 있다고 알려진 변인 중 인지적 회피는 국내에서 그 연구 결과가 매우 제한적이다. 인지적 회피(cognitive avoidance)란 위협적으로 여겨지는 심상이나 내적인 경험을 통해 나타나는 생리적 및 정서적 고통을 경감시키기 위해 원치 않는 사고를 억제하거나 회피하는 것으로 이어지는 전략을 의미한다(Rassin, Merckelbach, & Muris, 2000; Sexton & Dugas, 2009). 불안에 대한 현존하는 선행연구들은 범불안장애, 강박장애, 외상후 스트레스 장애 등 불안장애 군에 속하거나 불안을 증상으로 하는 다수의 장애에서 인지적 회피가 장애의 발병의 원인 중 하나 이거나 유지 요인으로 작용한다고 주장해왔다(Rassin, Merckelbach & Muris, 2000; Sexton & Dugas, 2008). 특히, 불안장애 범주에 속하는 장애 중 범불안장애에서 인지적 회피를 사용하는 것으로 알려져 왔다(Blalock & Joiner, 2000). 불안의 소거가 발생하기 위해서는 두려움에 접근하여 완전한 정서적인 처리가 일어나야 하는데, 범불안장애를 포함한 불안장애 군에서 사고억제, 주의분

산 등의 인지적 회피가 충분한 노출과 처리를 막게 된다고 한다(Foa & Kozak, 1986; Borkovec, Alcaine, & Behar, 2004). 이렇듯 인지적으로 회피하는 부정적인 방안들은 장기적으로는 정서적인 단서들을 반복적으로 경험하게 하고 더 강한 불안을 유발한다(송수정, 김은정, 2009). 공황장애(McNally, Otto, Yap, Pollack, & Hornig, 1999), 사회불안장애(Heinrichs & Hoffmann, 2001) 등 불안장애에서 위협 자극에 대한 인지적 회피 연구는 불안한 개인들이 위협적 자극을 인지적으로 회피한다고 주장하고 있다. 하지만 앞서 언급하였듯 불안한 개인들이 위협적으로 지각한다고 알려진 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피를 동시에 조사한 연구는 현재까지 존재하지 않는다. 따라서 불안에 있어 완벽주의와 모호함에 대한 해석 편향이 미치는 영향을 파악하는 데 인지적 회피가 어떻게 개입하는 지 규명하는 것이 불안의 발달에 대한 이해도를 높이는 데 중요하다.

이와 더불어, 인지적 회피는 완벽주의와도 관련성이 있을 것으로 여겨진다. Santanello와 Gardner(2007)는 대학생을 대상으로 한 연구에서 부적응적 완벽주의가 경험적 회피를 예측한다고 보고하였다. 또한 김우정(2011)은 청소년을 대상으로 부적응적 완벽주의 수준이 높

을수록 경험적 회피 수준이 높음을 관찰하였다. 이처럼 부적응적 완벽주의 수준이 높을수록 회피행동을 보이며 실제로 완벽주의와 불안의 관계에서 경험적 회피의 매개효과가 유의했으나, 인지적 회피에 대해서는 관련 연구가 현저히 부족하다고 알려져 있다. 이에, 본 연구에서는 부적응적 완벽주의와 불안의 관계에서 인지적 회피가 매개 요인으로 작용할 수 있는지 검증하고자 하였다.

본 연구에서는 이러한 선행연구들을 바탕으로 완벽주의와 불안의 관계에 대한 그림 1의 모형의 검증을 하고자 한다. 완벽주의가 불안 수준에 미치는 영향에 있어 모호함에 대한 해석 편향의 매개효과와 함께 인지적 회피의 이중매개효과를 통합적으로 살펴보고자 한다. 이를 통해 불안의 발생 경로에 대한 정보를 얻고, 이를 바탕으로 불안 수준이 높은 일반성인들을 위한 적절한 개입전략을 논의할 것이다.

종합하면, 본 연구의 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 완벽주의 성향이 증가할수록 불안 수준이 증가할 것이다. 둘째, 완벽주의 성향이 불안 수준에 미치는 영향 관계에서 모호함에 대한 해석편향이 매개할 것이다. 셋째, 모호함에 대한 해석편향이 불안에 미치는 영향 관계

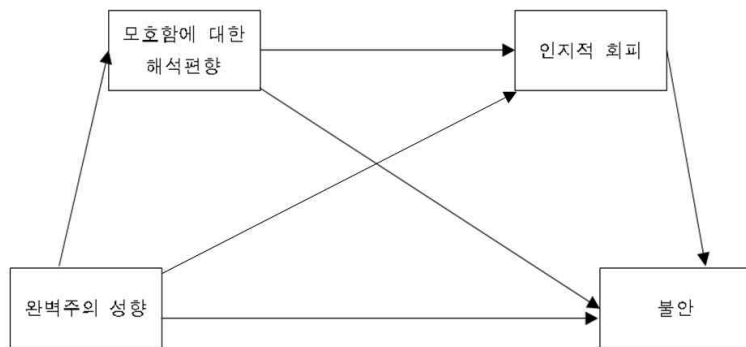


그림 1. 이중 매개 모형

에서 인지적 회피가 매개할 것이다. 넷째, 완벽주의 성향과 불안의 관계에서 모호함에 대한 해석편향의 매개, 모호함에 대한 해석편향과 불안의 관계에서 인지적 회피의 매개를 포함한 이중매개효과가 나타날 것이다.

## 연구 방법

### 연구대상

본 연구는 서울 및 지방 소재 여대생 434명을 대상으로 설문지를 실시하였고, 수집된 설문지 중 결측치가 있거나 불성실하게 응답한 자료를 제외한 총 367명의 자료가 분석에 활용되었다. 응답자의 평균 연령은 20.46세(표준편차 2.54)였다.

### 측정도구

#### 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale; MPS)

한기연(1993)이 변안한 Hewitt과 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 평가 척도를 사용하였다. 본 척도는 '자기 지향적 완벽주의', '타인 지향적 완벽주의', '사회적으로 부과된 완벽주의'의 세 가지 차원의 완벽주의를 측정하는 45문항으로 구성된 척도이다. 각 문항은 7점 척도로 평정되고 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 반영한다. 대학생을 대상으로 한 최문선 등(2005)의 연구에서는 하위 차원 별 내적 합치도가 .88, .69, .74로 나타났고, 최근 송현화와 장혜인(2017)의 연구에서는 .89, .73, .81로 나타났다. 본 연구에서는 총점을 분석에 사용하였다. 또한 본 연구에서의 하위 차원

별 내적 합치도는 .87, .77, .81로 나타났다.

#### 모호한 상황에서의 시나리오 척도

(Ambiguous/Unambiguous Situations

Diary-Extended version; AUSD-EX)

본 연구는 최초 Davey 등(1991)이 개발한 척도로 부정적이거나, 그렇지 않게 해석될 수가 있는 14개의 모호한 문항과 14개의 모호하지 않은 문항으로 구성되어 있던 것을 Koerner와 Dugas(2008)가 55개로 확장시킨 확장판을 연구자들이 변안하여 사용하였다. 각 문항마다 참가자들은 모호하거나 그렇지 않은 문장을 읽고 문장에 기재된 상황이 실제 그들에게 발생하였다면 얼마나 걱정스러울지에 대해 그들의 걱정 수준을 1점(전혀 걱정되지 않는다)에서 5점(매우 걱정된다)으로 평정하게 된다. 따라서 본 척도에서 점수가 높을수록 모호한 상황을 부정적으로 평가함을 의미한다. 본 척도는 우정, 애정 관계, 부모와의 관계, 학업 수행, 직장, 재정, 건강, 친밀한 사람의 건강, 신체적 손상이나 위험, 미래, 자기개념의 11가지 영역으로 구성되었다. 각 영역은 1개의 긍정적인 시나리오, 1개의 부정적인 시나리오, 3개의 모호한 시나리오로 구성되었다. 본 연구에서는 모호함에 대한 해석 편향을 측정하기 위해 55개의 문항 중 모호한 시나리오 33개의 총점만을 분석에 사용하였다. 본 연구에서 내적 합치도는 .89였다.

#### 상태불안 척도(State-Trait Anxiety Inventory; STAI-S)

본 연구에서는 Spielberg 등(1983)에 의해 개발된 상태-특성불안 검사(State-Trait Anxiety Inventory; STAI)를 한덕웅, 이창호, 탁진국(1993)이 한국어판 척도로 표준화 한 것을 사

용하였다. 이 척도는 총 40 문항으로 상태불안과 특성불안을 측정하는 20문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 척도로 평정되고 점수가 높을수록 불안 수준이 높음을 반영한다. 본 연구에서는 상태불안 측정에 해당되는 하위척도(STAI-S) 20문항만을 분석에 사용하였다. 전문과 박기환(2013)의 연구에서 내적 합치도는 .94로 나타났다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .93로 나타났다.

#### 인지적 회피 척도(Cognitive Avoidance Questionnaire; CAQ)

인지적 회피 척도는 Gosselin 등(2002)이 프랑스어로 개발하였고, Sexton과 Dugas(2008)가 영문판으로 번안하여 타당화하였다. 본 연구에서는 송수정과 김은정(2009)이 국문으로 번안하여 타당화한 것을 사용하였다. 본 척도는 '사고억제', '사고치환', '주의분산', '위협 자극 회피', '심상을 사고로 전환'의 5요인의 총 25 문항으로 구성되어 있고 각 문항은 5점 척도로 평정되었다. 인지적 회피 척도의 총점이 높을수록 인지적 회피 전략을 더 많이 사용하고 있음을 의미한다. 송수정과 김은정(2009)의 타당화 연구에서 내적 합치도는 .94로 나타났다. 본 연구에서는 인지적 회피 척도의 총점을 분석에 사용하였다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .85였다.

#### 통계적 분석

수집된 자료를 분석하기 위해 SPSS 18.0을 사용하였다. 각 척도의 내적 합치도는 Cronbach's  $\alpha$  값으로 산출하였다. 아울러 연구 모형에 포함된 변인의 정규분포를 확인하기 위해 기술통계 및 척도별 상관관계 분석을 시행하였다. 회귀 분석에 기반을 둔 Baron과

Kenny(1986)와 Sobel(1982)의 매개효과 분석은 지난 30년 간 상당수의 선행 연구에서 사용되어 왔다(MacKinnon, Cox, & Baraldi, 2012). 그러나 이러한 방법은 연구모형에서의 측정오차를 반영하지 못하고 있으며, 다중매개나 이중매개모형과 같은 정교한 매개모형을 검증하는데 한계를 갖고 있는 것으로 보고되고 있다. 이러한 모형의 경우 매개변수들 간의 상관관계가 존재하여 Sobel 분석이 제한적이어서 복수의 매개변수가 있는 모형의 검증이 요구된다. 이러한 필요성에 따라 최근 Preacher와 Hayes(2008)가 개발한 Macro와 구조방정식 모형이 널리 사용되고 있다(Kang, 2013). 그러나 구조방정식모형은 경로분석 접근법으로 확인적 기법에 속하기 때문에 이론 검증에 보다 적합한 방법으로 이론적 배경이나 경험적 배경이 충분히 축적된 시점에서 선행 연구들에 입각하여 이론모형을 사전에 설정하고 이를 경로분석을 통해 검증하는 경우에 적용할 수 있다(Edwards & Lambert, 2007). 이에 반해, 회귀분석 접근법은 매개효과나 조절효과의 통합적 이론모형을 탐색적으로 도출하므로 이론개발에 더 적합한 모형이라 할 수 있다. 따라서 연구자들이 이론을 개발하는 단계에서 두 개의 매개변인의 구조적 관계를 동시에 탐색해 보고자 하는 경우나 모형을 명확하게 설정하는데 있어 선행 연구들이 부족한 경우에는 회귀분석 접근법을 선택하는 것이 보다 타당하다(정선호, 서동기, 2016). 본 연구모형의 변인 중 '모호함에 대한 해석 편향'과 '인지적 회피'는 중요성에 비해 실제 다른 변인들과의 관계에 대해 검증한 경험적 연구가 많지 않아 회귀 분석 방법인 Preacher와 Hayes(2008)가 개발한 Macro의 6번 모형을 사용하여 이중매개효과를 검증하였다.

### 연구 결과

기술통계 및 완벽주의 성향, 모호함에 대한 해석편향, 인지적 회피, 상태 불안 간 상관관계

측정변수들 간의 상관관계 및 기술통계를 표 1에 제시하였다. 우선 측정 자료의 정규성에 대해 살펴보면, Kline(2010)은 왜도가 절대값 3.0보다 크거나 첨도가 절대값 8.0보다 크면 문제가 있는 변수로 간주한다고 하였고, Curran, West와 Finch(1996)은 왜도는 절대값 3.0 이내, 첨도는 절대값 8-20 이내여야 한다고 하였다. 한편, Hong, Malik과 Lee(2003)는 보다 엄격한 기준을 적용하여 왜도는 절대값 2 이내, 첨도는 절대값 7 이내의 기준을 만족하는 경우에 단변량 정규성의 정상성을 가정할 수 있다고 하였다. 본 연구의 연구 결과 표 1에서 볼 수 있듯이 이 연구에서 측정된 변수 각각의 왜도는 -.45~.18 사이에 분포하고, 첨도의 경우는 -.27~1.33 사이에 분포하여 변인들이 모두 정규분포를 이루고 있으며 단변량 정상성이 성립하는 것으로 보인다.

다음으로 연구에 사용된 변인들 간 Pearson 상관 분석을 한 결과를 살펴보면, 모든 변인 사이에서 상관관계가 관찰되었다. 구체적으로 볼 때, 먼저 주요 변인인 완벽주의 성향과 상태 불안은 완벽주의 성향이 클수록 불안 수준이 높은 정적 상관을 보였다( $r=.35, p<.01$ ). 아울러 매개변인에 대해서는 완벽주의 성향과 모호함에 대한 해석 편향 사이에 정적 상관이 나타나( $r=.29, p<.01$ ), 완벽주의 성향이 높을수록 모호함을 부정적으로 해석하는 경향이 있는 정적상관을 보였다. 아울러 완벽주의 성향과 인지적 회피에 대한 정적 상관이 나타났고( $r=.15, p<.01$ ), 이는 완벽주의 성향이 높을수록 인지적 회피 경향이 크다는 것을 의미한다. 더불어 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피에 대한 정적 상관이 나타난 것을 볼 때( $r=.24, p<.01$ ), 모호함을 부정적으로 해석할수록 인지적 회피 경향도 큰 것으로 보인다. 또한 모호함에 대한 부정적 해석편향( $r=.32, p<.01$ )과 인지적 회피( $r=.23, p<.01$ ) 모두 상태 불안과 정적상관을 보였다. 이는 모호함에 대한 해석 편향 및 인지적 회피 수준이 높을수

표 1. 주요 변인들의 상관계수 및 기술통계 (N=367)

	1	2	3	4
1. 완벽주의	-			
2. 해석 편향	.29**	-		
3. 인지적 회피	.15**	.24**	-	
4. 상태 불안	.35**	.32**	.23**	-
평균	179.23	89.30	79.21	47.12
(표준편차)	(26.60)	(20.83)	(13.23)	(11.27)
왜도	-.25	.18	-.45	.14
첨도	1.27	.25	1.33	-.27

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

주. 해석 편향=모호함에 대한 해석편향



록 불안 수준이 높다는 것을 의미한다.

#### 완벽주의 성향과 상태 불안에서 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 매개효과

완벽주의 성향과 불안 간의 관계에서 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 매개효과를 살펴보기 위해 Preacher와 Hayes(2008)가 제안한 절차대로 중다회귀분석을 실시하였다. 먼저 매개변인을 투입하지 않고 불안에 대한 완벽주의 성향의 효과를 검증한 결과, 불안에 대한 완벽주의 성향의 회귀모형이 통계적으로 유의하였고( $F_{(1, 365)}=52.10, p<.001$ ), 이 모형의 설명력은 12.5%로 나타났다. 구체적으로 볼 때, 완벽주의 성향과 불안은 정적으로 유의한 관계에 있었고( $\beta=.35, t=7.22, p<.001$ ), 이는 완벽주의 성향이 높을수록 불안 수준이 높음을 의미한다.

다음으로 일차매개변인인 모호함에 대한 해석 편향 검증을 실시한 결과, 모호함에 대한 해석 편향에 대한 완벽주의 성향의 회귀모형이 통계적으로 유의하였고( $F_{(1,365)}=32.21, p<.001$ ), 설명력은 8.1%로 나타났다. 모호함에 대한 해석 편향과 완벽주의 성향은 정적으로 유의한 관계에 있었고( $\beta=.22, t=5.68, p<.001$ ), 이는 완벽주의 성향이 높을수록 모호함을 더욱 부정적으로 해석하는 경향이 있다는 것을 의미한다.

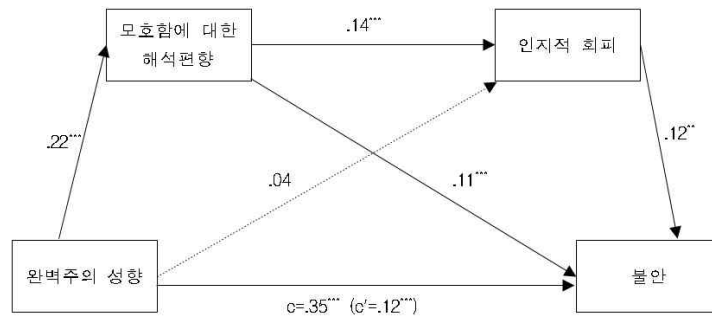
이차매개변인인 인지적 회피에 대한 검증을 실시한 결과, 인지적 회피에 대한 모호함에 대한 해석 편향과 완벽주의 성향의 회귀모형도 통계적으로 유의하였고( $F_{(2,364)}=12.46, p<.001$ ), 이 모형의 설명력은 6.4%로 나타났다. 구체적으로 볼 때, 인지적 회피에 대한 모호함에 대한 해석 편향은 정적으로 유의한 관계

에 있었다( $\beta=.14, t=4.06, p<.001$ ). 하지만 인지적 회피에 대한 완벽주의 성향은 유의하지 않았다( $\beta=.04, t=1.63, p=.103$ ). 이는 모호함을 부정적으로 해석할수록 인지적 회피 경향성이 높아지며, 완벽주의는 인지적 회피에 직접적인 영향을 미치지 않음을 의미한다. 마지막으로 일차, 이차매개변수를 모두 투입하여 불안에 대한 완벽주의 성향의 효과를 검증한 결과, 불안에 대한 완벽주의 성향, 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 회귀모형이 통계적으로 유의하였고( $F_{(3,363)}=29.80, p<.001$ ). 이 모형의 설명력은 18.1%로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 불안에 대한 모호함에 대한 해석 편향은 정적으로 유의했다( $\beta=.11, t=4.23, p<.001$ ). 마찬가지로 불안에 대한 인지적 회피는 정적으로 유의하였고( $\beta=.12, t=2.91, p<.001$ ), 불안에 대한 완벽주의 성향 역시 정적으로 유의하였다( $\beta=.12, t=5.52, p<.001$ ). 이로 볼 때, 모호함을 부정적으로 해석하고, 인지적 회피와 완벽주의 성향이 높을수록 불안 수준이 높아짐을 의미한다. 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피를 모형에 투입하지 않았을 경우 완벽주의 성향이 불안 수준에 미치는 영향보다 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피를 투입하였을 때 완벽주의 성향이 불안에 미치는 영향이 작아졌지만 통계적으로 유의한 부분매개모형이 지지되는 것으로 나타났다.

다음으로 간접효과의 분석 결과, 완벽주의 성향이 모호함에 대한 해석 편향을 거쳐 불안으로 가는 경로의 신뢰구간에 0을 포함하지 않아 간접효과가 유의함을 확인하였다( $B=.03, 95\% \text{ bias-corrected CI}=.013, .043$ ). 또한 완벽주의 성향이 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피를 거쳐 불안으로 가는 모형도 신뢰구간에 0을 포함하고 있지 않았고 간접효

표 2. 완벽주의 성향과 불안의 관계에서 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 매개효과

준거변인	예측변인	$\beta$	SE	t	p
불안	완벽주의	.35	.02	7.22	.000
해석 편향	완벽주의	.22	.04	5.68	.000
인지적 회피	해석 편향	.14	.03	4.06	.000
	완벽주의	.04	.03	1.63	.103
불안	해석 편향	.11	.03	4.23	.000
	인지적 회피	.12	.04	2.91	.003
	완벽주의	.12	.02	5.52	.000



\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ , c: 전체효과, c': 직접효과

그림 2. 완벽주의 성향과 불안에서 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 매개모형

표 3. 간접효과 Bootstrapping 분석 결과

준거변인	경로	Bootstrap 추정치		95% 신뢰구간	
		B	SE	하한값	상한값
불안	완벽주의→해석 편향→불안*	.03	.007	.013	.043
	완벽주의→인지적 회피→불안	.01	.004	-.005	.017
	완벽주의→해석 편향→인지적 회피→불안*	.01	.001	.001	.008

주. \*유의한 경로

과가 유의한 것으로 나타났다(B=.01, 95% bias-corrected CI=.001, .008). 그러나 완벽주의 성향이 인지적 회피를 거쳐 불안으로 가는 모형은 신뢰구간에 0을 포함하고 있었고, 간접효과는 유의하지 않음으로 나타났다(B=.01,

95% bias-corrected CI=-.005, .017). 즉, 완벽주의 성향과 불안의 관계에서 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 매개효과가 유의하며, 완벽주의 성향이 높을수록 모호함을 더욱 부정적으로 지각하고 인지적 회피 경향을 보이

며 이에 따라 불안은 높아지게 된다.

## 논 의

본 연구는 대학생을 대상으로 완벽주의와 불안의 관계에서 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 매개효과를 검증하였다. 본 연구는 부적응적 완벽주의는 불안과 비교적 일관된 결과가 나온 것에 주목하여, 연구모형의 변인 중 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피는 그 중요성에 비해 실제로 다른 변인들과의 관계에 대해 검증한 연구가 많지 않기에 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피가 완벽주의 성향과 불안의 관계를 매개할 것이라 가정하였고 본 연구 가설은 지지되었다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 완벽주의 성향에 따라 모호함을 부정적으로 해석하는 편향이 다르게 나타났다. 구체적으로 볼 때, 완벽주의 성향이 높을수록 모호함을 더욱 부정적으로 해석하였다. 이는 기존 선행 연구들에서 완벽주의 성향이 높을수록 모호함에 대한 인내력이 부족하거나 부정적으로 해석한다는 것과 일치하는 결과이다 (Wittenberg & Norcross, 2001; 김상희, 현명호, 2012). 예를 들어, 국내에서 김상희와 현명호 (2012)는 완벽주의를 Hewitt과 Flett(1991)의 세 가지 분류 중 두 가지, 자기 지향적 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의의 두 집단으로 나누어 정상 통제군과 성공과 실패에 대한 피드백이 주어졌을 때 모호함에 대한 얼굴 표정을 어떻게 다르게 해석하는 지 실험을 통해 비교하였다. 그 결과, 자기 지향적 완벽주의 성향이 높은 사람은 실패 피드백을 받았을 때 만 모호한 얼굴 표정을 왜곡하여 부정적으로

지각하였지만, 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 높은 사람은 성공과 실패 피드백과 관계없이 모호한 얼굴 표정을 부정적으로 지각하는 해석 편향을 보인다는 것을 관찰하였으며, 이에 완벽주의 성향이 높은 집단에서 인지 왜곡과 불안 등의 부정적 정서가 유발된다고 제안하였다. 본 연구 결과는 국내에서 연구가 아직까지 활발하지 않은 부적응적 완벽주의 성향과 모호함을 부정적으로 해석하는 편향에 대한 관계를 직접적으로 검증하였고, 이는 후속 연구에 있어서도 긍정적인 영향으로 작용할 것으로 보인다.

둘째, 완벽주의에 따른 모호함에 대한 해석 편향의 차이는 인지적 회피의 차이로 이어지는 것으로 나타났다. 구체적으로 볼 때, 완벽주의 성향이 높을수록 모호함에 대한 해석 편향을 더욱 부정적으로 지각하며 이것이 인지적 회피 경향이 높은 것으로 이어졌다. 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피 간의 관계를 직접적으로 다룬 연구는 현재까지 존재하지 않는다. 그러나 위협적이거나 부정적인 정보와 인지적 회피와의 관계는 선행 연구에서 다뤄진 바 있다. 구체적으로 McNally 등(1999)은 지시된 망각 과제를 사용하여 공황장애 환자에서의 인지적 회피를 조사한 연구 결과, 공황장애 환자들이 위협적 정보에 대한 인지적 회피를 사용한다고 제안하였다. 완벽주의 성향이 높은 개인은 모호한 정보를 부정적으로 지각한다는 연구가 다수 있고 이로 볼 때 완벽주의 성향이 높은 사람일수록 부정적이거나 위협적인 정보에서와 비슷한 맥락으로 인지적 회피를 자주 사용하게 될 것이라 생각된다.

셋째, 본 연구의 주요가설이었던 완벽주의 성향에 따른 불안의 관계에서 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 매개효과가 확인

되었다. 이러한 결과는 본 연구의 가설대로 완벽주의에 따른 불안 수준은 모호함에 대한 부정적 해석 편향과 인지적 회피의 차이로 해석할 수 있다. 비록 인지적 회피가 불안을 증상으로 하는 다수의 장애에서 발병의 원인 중 하나이거나 유지 요인으로 작용한다는 선행 연구들이 있고(Rassin, Merckelbach & Muris, 2000; Sexton & Dugas, 2008), 부정적이거나 위협적인 정보에서의 인지적 회피 연구는 몇몇 존재하지만, 현재까지 인지적 회피에 대한 연구는 극히 제한적이다. 특히, 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 관계는 아직까지 밝혀진 바가 없다. 본 연구는 부적응적 완벽주의가 불안에 이르는 경로에서 모호함에 대한 해석 편향이 미치는 영향을 파악하는 데 인지적 회피가 어떻게 개입하는 지 규명하는 것이 불안의 발달에 대한 이해도를 높이는 데 중요하다고 보았다. 본 연구는 부적응적 완벽주의 성향이 높은 개인이 모호함을 부정적으로 지각하는 해석하여 인지적 회피를 자주 사용하고 이것이 불안 수준을 높일 것이라고 가정하였다. 연구 결과, 이중부분매개효과가 나타나 이러한 가설이 지지되었다. 그 동안 부적응적 완벽주의가 불안에 미치는 영향에 대해서는 여러 연구모형들이 검증되었으나, 불안과 관련이 높다고 알려진 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피를 함께 모형에 변인으로 투입한 연구는 존재하지 않았다. 높은 불안 수준을 설명 가능한 요인으로써의 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피는 그 중요성에 비해 실제로 다른 변인들과의 관계에 대해 검증한 경험적 연구가 많지 않아 추후 반복 검증이 필요할 것으로 보인다. 또한 추가적으로 변인 간 관계에 영향을 미칠 수 있는 다양한 다른 변인들을 탐색하여 불안에 이르

는 경로에 대한 보다 넓은 범위의 연구가 필요할 것으로 생각된다.

한편, 본 연구의 모형에서 완벽주의 성향이 인지적 회피를 거쳐 불안에 이르는 경로는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 본 연구에서는 경험적 회피와 유사한 방식으로 인지적 회피가 완벽주의가 불안에 이르는 경로를 매개할 것이라고 보았는데, 이는 관찰되지 않았다. 국내외에서 완벽주의가 불안에 미치는 영향에 대해서는 여러 연구모형이 검증되었으나, 인지적 회피를 모형에 포함한 연구는 현재까지 존재하지 않는다. 따라서 향후 연구에서 본 연구의 이와 같은 결과를 반복 검증하여 경험적 회피에 대해서는 유의한 결과가 도출되지만 왜 인지적 회피에 대해서는 유사한 결과가 도출되지 않는지 설명될 필요가 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 완벽주의가 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피를 매개로 하여 불안을 유발할 수 있음을 확인하였다. 본 연구는 완벽주의가 불안에 이르는 경로를 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피라는 매개변인을 이용하여 설명하고자 함으로써 불안의 발달과 유지와 연관되어 있다고 알려진 관련 변인들 간의 이해를 확장시키고자 하였다. 둘째, 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피의 관계는 그간 실증적으로 밝혀진 바가 없다. 본 연구는 최초로 그 관계를 경험적으로 입증했다는 것에 그 의의가 있다. 셋째, 사람이 살아가는 데 있어 모호함은 일상적으로 존재하는 것이기 때문에 모호함을 편향하여 해석하는 경우 개인은 일상생활에서 부정적으로 지각될 수 있는 정보에 과도하게 노출되게 되고 이는 일상생활에서의 다양한 상황에 대한 잘못된 해석으로 이어져 광범위한 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 또한 인지

적 회피는 걱정을 통하여 불안 수준에 영향을 미치는 주요한 변인으로 회피 전략을 사용할수록 걱정 수준이 상승할 수 있다. 따라서 완벽주의가 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피라는 매개 변인을 통해 불안에 영향을 미친다면, 부적응적 완벽주의에 대한 예방적, 치료적 개입은 부적응적 완벽주의 뿐만 아니라 모호함을 부정적으로 지각하는 해석 편향이나 인지적 회피에 맞춘 예방적, 치료적 접근이 필요할 것이다. 특히, 부적응적 완벽주의나 회피적 태도의 완화에 있어 수용전념치료(ACT)가 효과적이라는 연구 결과에 따라(오서진, 오경자, 2011), 이를 기반으로 한 치료적인 개입 또한 효과일 것으로 기대된다. 더불어 부정적 평가에 대한 해석편향이 있다고 알려진 사회불안장애를 대상으로 해석편향수정 훈련을 한 결과, 긍정해석편향이 증가하고 사회불안 수준이 감소하였다는 연구 결과가 존재하는 바(김다인, 윤혜영, 2017), 모호함에 대한 해석편향에 관하여도 이와 같은 치료적 개입이 이들의 적응 수준을 높이는 데 효과적일 것으로 기대된다. 이와 같이 본 연구 결과는 부적응적 완벽주의와 관련된 심리적 불편감을 예방, 치료적 차원에서 보다 세분화시키는 데 시사하는 바가 있다.

본 연구의 제한점과 제언은 다음과 같다. 첫째, 비임상 대학생 집단만을 연구 대상으로 하였기 때문에 연구 결과를 일반화시키기에는 다소 제한이 있다. 그러므로 추후 연구에서는 더욱 다양한 집단을 대상으로 연구가 진행될 필요가 있다. 특히, 실제 불안 증상을 경험하는 임상집단을 대상으로 연구했을 때에도 본 연구와 동일한 결과를 보이는지 확인할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 자기보고식 질문지를 이용하여 자료를 수집하였기 때문에

참가자들의 과잉보고나 과소보고 등의 변수가 결과에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 셋째, 완벽주의에 대한 Hewitt와 Flett(1991)의 구분에 의하면, 완벽주의는 자기 지향적 완벽주의, 타인 지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의의 세 가지 하위 차원으로 구분된다. 각 완벽주의 차원 간 상관관계가 높고 각 집단에 대한 선별 기준이 명확히 존재하지 않다는 단점이 있어 본 연구에서는 분석을 위해 총점만을 사용하였지만 추후 연구에서는 기준을 보다 명확히 하여 완벽주의를 하위 차원별로 구분하여 분석한다면 보다 포괄적인 정보를 제공할 수 있을 것이다. 넷째, 인지적 회피에 대해 조사한 다수의 연구들은 인지적 회피가 걱정을 유지시키는 기제이고, 이것이 불안으로 이어질 수 있다고 주장한다. 따라서 추후 연구에서 모형에 걱정을 추가적인 변인으로 투입하여 검증하여 그 관계를 확립하는 것이 불안의 증상에 대한 보다 심도 깊은 이해가 가능하게 할 것이다. 다섯째, 본 연구에서 사용된 모호한 상황에서의 시나리오 척도(AUSD-EX)는 국내에서 아직 표준화되지 않은 척도로 일상생활에서 발생할 수 있는 다양한 시나리오들을 포함하고 있다. 모호한 상황에서의 시나리오 척도가 개발된 문화권과 한국은 문화적으로 다양한 차이가 있을 수 있으며 본 연구 결과에 문화 차이가 영향을 미칠 수 있는 제한점이 있다. 여섯째, 모호함에 대한 해석 편향과 인지적 회피에 대한 연구 결과는 현재까지 존재하지 않는다. 본 연구에서는 모호함에 대한 해석 편향이 높을수록 인지적 회피를 자주 사용하게 된다는 연구 결과가 도출되었는데 추후 연구에서 이를 반복 검증하여 두 변인 사이의 관계를 정립할 필요가 있다.

### 참고문헌

- 김다인, 윤혜영. (2017). 사회불안 경향자의 해 석편향수정 훈련 효과. 한국심리학회 학술대회 자료집, 295-295.
- 김상희, 현명호. (2012). 평가 상황에서 완벽주의 성향이 얼굴 표정 해석과 기억에 미치는 영향. 한국심리학회지: 일반, 31(1), 27-44.
- 김소정, 이승연. (2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 분노억압 간의 관계: 자기침묵의 매개효과. 상담학연구, 15(2), 729-751.
- 김우정. (2011). 청소년의 완벽주의와 걱정간의 관계 : 경험회피의 매개효과, 석사학위 청구 논문, 인천대학교.
- 송수정, 김은정.. (2009). 한국판 인지적 회피 질문지의 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 28(2), 515-531.
- 송현화, 장혜인. (2017). 부적응적 완벽주의 및 상태 통제소재가 불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제, 3(1), 165-185.
- 오서진, 오경자. (2011). 불안이 외현 기억 편향에 미치는 영향. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 30(1), 39-54.
- 전운, 박기환. (2013). 사회불안이 높은 대학생들의 불안과 사후반추사고에 자기심상 조각이 미치는 영향. *인지행동치료*, 13(1), 87-105.
- 조맹제, 장성만, 함봉진, 정인원, 배안, 이영문, 안준호, 원승희, 손정우, 홍진표, 배재남, 이동우, 조성진, 박종익, 이준영, 김진영, 전홍진, 이해우. (2009). 한국 주. 요정신장애의 유병률 및 관련요인: 2006 전국정신질환역학조사. *Journal of Korean Neuropsychiatry Association*, 48, 143-152.
- 정선호, 서동기. (2016). 회귀분석을 이용한 매개된 조절효과와 조절된 매개효과 검증 방법. 한국심리학회지: 일반, 35(1), 257-282.
- 채숙희, 오수성, 조용래. (2000). 완벽주의 성향과 주의 방향이 수행 불안에 미치는 효과. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 19(2), 231-246.
- 최문선, 유제민, 현명호. (2005). 평가 염려 및 개인 기준적 완벽주의와 우울간의 관계. 한국심리학회지: 건강, 10(1), 1-15.
- 한기연(1993). 다차원적 완벽성 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 박사학위 논문.
- 한덕웅, 이창호, 탁진국. (1993). Spielberger 상태-특성 불안 검사의 표준화. 한국심리학회 학술대회 자료집, 1993(1), 505-512.
- 함진선, 이장한. (2012). 특질 불안 경향자의 위협자극에 대한 주의편향 연구. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 31(1), 355-371.
- Antony, M. M., Roth, D., Swinson, R. P., Huta, V., & Devins, G. M. (1998). Illness intrusiveness individuals with panic disorder, obsessive-compulsive disorder, or social phobia. *The Journal of nervous and mental disease*, 186(5), 311-315.
- Antony, M. M., Purdon, C. L., Huta, V., & Swinson, R. P. (1998). Dimensions of perfectionism across the anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 36(12), 1143-1154.
- Argus, G., & Thompson, M. (2008). Perceived social problem solving, perfectionism, and mindful awareness in clinical depression: An exploratory study. *Cognitive Therapy and*

- Research*, 32(6), 745-757.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173.
- Beard, C., & Amir, N. (2008). A multi-session interpretation modification program: Changes in interpretation and social anxiety symptoms. *Behaviour research and therapy*, 46(10), 1135-1141.
- Beck, A. T., & Clark, D. A. (1997). An information processing model of anxiety: Automatic and strategic processes. *Behaviour research and therapy*, 35(1), 49-58.
- Becker, E., & Rinck, M. (2004). Sensitivity and response bias in fear of spiders. *Cognition and Emotion*, 18(7), 961-976.
- Blanchette, I., & Richards, A. (2010). The influence of affect on higher level cognition: A review of research on interpretation, judgement, decision making and reasoning.. *Cognition & Emotion*, 24(4), 561-595.
- Blalock, J. A., & Joiner, T. E. (2000). Interaction of cognitive avoidance coping and stress in predicting depression/anxiety. *Cognitive therapy and research*, 24(1), 47-65.
- Boelen, P. A., & Reijntjes, A. (2009). Intolerance of uncertainty and social anxiety. *Journal of anxiety disorders*, 23(1), 130-135.
- Borkovec, T. D., Alcaine, O., & Behar, E. (2004). Avoidance theory of worry and generalized anxiety disorder. *Generalized anxiety disorder: Advances in research and practice*, 2004.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology today*, 14(6), 34-52.
- Calhoun, G. G., & Tye, K. M. (2015). Resolving the neural circuits of anxiety. *Nature neuroscience*, 18(10), 1394.
- Chang, E. C. (2002). Examining the link between perfectionism and psychological maladjustment: Social problem solving as a buffer. *Cognitive Therapy and Research*, 26(5), 581-595.
- Chang, E. C., Watkins, A. & Banks, K. H. (2004). How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 93-102.
- Clark, D. M., Salkovskis, P. M., Öst, L. G., Breitholtz, E., Koehler, K. A., Westling, B. E., ... & Gelder, M. (1997). Misinterpretation of body sensations in panic disorder. *Journal of consulting and clinical psychology*, 65(2), 203.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological methods*, 1(1), 16.
- Davey, G. C., Hampton, J., Farrell, J., & Davidson, S. (1992). Some characteristics of worrying: Evidence for worrying and anxiety as separate constructs. *Personality and Individual Differences*, 13(2), 133-147.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., & Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of*

- Counseling Psychology*, 47(4), 437-453.
- Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Blankstein, K. R. (2003). Self-critical perfectionism and daily affect: Dispositional and situational influences on stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 234-252.
- Edwards, J. R., & Lambert, L. S. (2007). Methods for integrating moderation and mediation: a general analytical framework using moderated path analysis. *Psychological methods*, 12(1), 1.
- Enns, M. W., & Cox, B. J. (2002). The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Dyck, D. G. (1989). Self-oriented perfectionism, neuroticism and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 10(7), 731-735.
- Foa, E. B., & Kozak, M. J. (1986). Emotional processing of fear: exposure to corrective information. *Psychological bulletin*, 99(1), 20.
- Franklin, M. E., Huppert, J., Langner, R., Leiberg, S., & Foa, E. B. (2005). Interpretation bias: A comparison of treated social phobics, untreated social phobics, and controls. *Cognitive Therapy and Research*, 29(3), 289-300.
- Freud, A. (1966). Normality and pathology in childhood. *British Journal of Medical Psychology*, 39, 171 - 179.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14(5), 449-468.
- Gnilka, P. B., Ashby, J. S., & Noble, C. M. (2012). Multidimensional perfectionism and anxiety: Differences among individuals with perfectionism and tests of a coping mediation model. *Journal of Counseling & Development*, 90(4), 427-436.
- Gosselin, P., Langlois, F., Freeston, M. H., Ladouceur, R., Dugas, M. J., & Pelletier, O. (2002). Le Questionnaire d'Évitement Cognitif (QEC): Développement et validation auprès d'adultes et d'adolescents. *Journal de thérapie comportementale et cognitive*.
- Greenberg, P. E., Sisitsky, T., Kessler, R. C., Finkelstein, S. N., Berndt, E. R., Davidson, J. R., ... & Fyer, A. J. (1999). The economic burden of anxiety disorders in the 1990s. *The Journal of clinical psychiatry*, 60(7), 427-435.
- Heimberg, R. G., Juster, H. R., Hope, D. A., & Mattia, J. I. (1995). Cognitive-behavioral group treatment: Description, case presentation, and empirical support.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of personality and social psychology*, 60(3), 456.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: A test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of abnormal psychology*, 102(1), 58.
- Hong, S., Malik, M. L., & Lee, M. K. (2003). Testing configural, metric, scalar, and latent mean invariance across genders in sociotropy and autonomy using a non-Western sample. *Educational and psychological measurement*, 63(4), 636-654.
- Iketani, T., Kiriike, N., Stein, M. B., Nagao, K., Nagata, T., Minamikawa, N., Shidao, A. and Fukuhara, H. (2002). Relationship



- between perfectionism, personality disorders and agoraphobia in patients with panic disorder. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 106, 171-178
- Kang, H. (2013). Discussions on the suitable interpretation of model fit indices and the strategies to fit model in structural equation modeling. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 15(2), 653-668.
- Kariuki-Nyuthe, C., & Stein, D. J. (2015). Anxiety and related disorders and physical illness. In *Comorbidity of Mental and Physical Disorders* (Vol. 179, pp. 81-87). Karger Publishers.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of general psychiatry*, 62(6), 593-602.
- Kline, R. B. (2015). Principles and practice of structural equation modeling. Guilford publications.
- Koerner, N., & Dugas, M. J. (2008). An investigation of appraisals in individuals vulnerable to excessive worry: The role of intolerance of uncertainty. *Cognitive Therapy and Research*, 32(5), 619-638.
- Lundh, L. G., & Öst, L. G. (2001). Attentional bias, self-consciousness and perfectionism in social phobia before and after cognitive-behaviour therapy. *Scandinavian Journal of Behaviour Therapy*, 30(1), 4-16.
- MacKinnon, D. P., Cox, S., & Baraldi, A. N. (2012). Guidelines for the investigation of mediating variables in business research. *Journal of Business and Psychology*, 27(1), 1-14.
- MacLeod, C., & Cohen, I. L. (1993). Anxiety and the interpretation of ambiguity: a text comprehension study. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(2), 238.
- MacLeod, C., & Rutherford, E. (2004). Information-processing approaches. RG Heimberg, CL Turk & DS Mennin (red.), *Generalized anxiety disorder: Advances in research and practice*, 109-142.
- MacLeod, C., & Mathews, A. (2012). Cognitive bias modification approaches to anxiety. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 189-217.
- McLean, C. P., Asnaani, A., Litz, B. T., & Hofmann, S. G. (2011). Gender differences in anxiety disorders: prevalence, course of illness, comorbidity and burden of illness. *Journal of psychiatric research*, 45(8), 1027-1035.
- McNally, R. J. (1994). *Panic disorder: A critical analysis*. Guilford Press.
- McNally, R. J., Otto, M. W., Yap, L., Pollack, M. H., & Hornig, C. D. (1999). Is panic disorder linked to cognitive avoidance of threatening information?. *Journal of anxiety disorders*, 13(4), 335-348.
- Moretz, M. W., & McKay, D. (2009). The role of perfectionism in obsessive - compulsive symptoms: "Not just right" experiences and checking compulsions. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(5), 640-644.
- Mowrer, O. H. (1950). *Learning theory and personality dynamics: selected papers*. Oxford, England: Ronald Press.
- Oglesby, M. E., Boffa, J. W., Short, N. A.,

- Raines, A. M., & Schmidt, N. B. (2016). Intolerance of uncertainty as a predictor of post-traumatic stress symptoms following a traumatic event. *Journal of anxiety disorders*, 41, 82-87.
- Ouimet, A. J., Gawronski, B., & Dozois, D. J. (2009). Cognitive vulnerability to anxiety: A review and an integrative model. *Clinical psychology review*, 29(6), 459-470.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior research methods*, 40(3), 879-891.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour research and therapy*, 35(8), 741-756.
- Rassin, E., Merckelbach, H., & Muris, P. (2000). Paradoxical and less paradoxical effects of thought suppression: A critical review. *Clinical Psychology Review*, 20(8), 973-995.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of counseling psychology*, 45, 304-314.
- Saboonchi, F., & Lundh, L. G. (1997). Perfectionism, self-consciousness and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 22(6), 921-928.
- Santanello, A. & Gardner, F. (2007). The Role of Experiential Avoidance in the Relationship Between Maladaptive Perfectionism and Worry, *Cognitive Therapy and Research*, 31(3), 319-332.
- Sexton, K. A., & Dugas, M. J. (2008). The cognitive avoidance questionnaire: validation of the English translation. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(3), 355-370.
- Sobel, M. E. (1982). Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models. *Sociological methodology*, 13, 290-312.
- Spielberger, C. D. (1983). Manual for the State-Trait Anxiety Inventory STAI (form Y) ("self-evaluation questionnaire").
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and social psychology review*, 10(4), 295-319.
- Takagi, Y., Sakai, Y., Abe, Y., Nishida, S., Harrison, B. J., Martinez-Zalacain, I., Soriano-Mas, C., Narumoto, J. & Tanaka, S. C. (2017). A common neural network among state, trait, and pathological anxiety from whole-brain functional connectivity. *bioRxiv*, 158055.
- Wilson, E. J., MacLeod, C., Mathews, A., & Rutherford, E. M. (2006). The causal role of interpretive bias in anxiety reactivity. *Journal of abnormal psychology*, 115(1), 103.
- Wittenberg, K. J., & Norcross, J. C. (2001). Practitioner perfectionism: Relationship to ambiguity tolerance and work satisfaction. *Journal of clinical psychology*, 57(12), 1543-1550.
- 1차원고접수 : 2017. 10. 16.  
심사통과접수 : 2017. 12. 22.  
최종원고접수 : 2017. 12. 24.

## The Effects of Perfectionism on Anxiety: Interpretation bias for Ambiguity and Cognitive avoidance as Mediators

Ji Soo Nam<sup>1)</sup> Eun Kyeong Kim<sup>1)</sup> Chun Gill Kim<sup>2)</sup>  
Seung Kyo Chaung<sup>3)</sup> Yong Chon Park<sup>1),4)</sup>

<sup>1)</sup>Department of Psychiatry, Hanyang University Guri Hospital

<sup>2)</sup>Division of Nursing, Hallym University <sup>3)</sup>Department of Nursing, Semyung University

<sup>4)</sup>Department of Psychiatry, Hanyang Medical Center and College of Medicine

Anxiety is common psychological state for human being. But it can lead to pathological anxiety if it is uncontrollable or excessive. Examining variables known to affect anxiety and figuring out the mechanism is crucial to understand anxiety disorders. This study was aimed to examine effects of maladaptive perfectionism, interpretation bias for ambiguity, and cognitive avoidance on anxiety level. The total of 367 college students who completed the self-report questionnaires on maladaptive perfectionism, interpretational bias for ambiguity, cognitive avoidance, and state anxiety were included. The data were analyzed using SPSS Macro method by Hayes(2012). The results indicated double partial mediation effect of relationship between maladaptive perfectionism and state anxiety was statistically significant. These findings suggest that interpretation bias for ambiguity and maladaptive perfectionism may be promising targets for early intervention of anxiety. The implications and limitations were discussed along with some suggestions for the future studies.

*Key words* : perfectionism, anxiety, interpretation bias for ambiguity, cognitive avoidance