

수줍음의 해석과 그에 따른 적응에 관한 일 연구

- 성별과 상황에 따른 비교 -

허 묘 연

강북삼성병원 신경정신과

본 연구는 수줍음의 정도와 수줍음의 해석에 따른 일상생활에서의 적응의 정도를 알아보기 위한 것으로서, 성별과 상황에 따라 비교하였다. 상황의 경우에는 집단의 목적에 따라 사회 지향적 상황과 과제지향적 상황으로 구분하였으며, 집단의 성별에 따라 동성집단과 혼성집단으로 구분하였다. 대상은 남녀공학에 재학중인 고등학생과 대학생을 대상으로 하였다. 그 결과 수줍음의 정도에 있어서 고등학생의 경우 남성이 여성보다 더 수줍음을 많이 보고하였으며, 이로 인해 특히 사회적 상황에서 더 불편이나 지장을 경험하는 것으로 나타났다. 여성의 경우에는 수줍음의 해석에 있어서 고등학교에서 대학교로 옮겨감에 따라 좀더 부정적으로 해석하는 경향을 보였고, 특히 과제지향적 상황이나 동성집단 상황에서 수줍음이 부정적으로 작용한다고 생각하였다. 결론적으로 수줍음의 해석 보다는 수줍음을 갖고 있는 정도가 대인불안과 그로 인한 사회적 상황에서의 부정적인 영향과 더 관련이 있었다.

I. 서 론

대인관계에서의 긴장이나 불안은 우리의 일상생활에서 흔히 경험할 수 있는 것으로서 소위 공포 단계에 까지 이르러 정신과를 찾는 경우도 많다. 특히 최근에는 이러한 사회공포로 인해 타인과 정상적인 관계를 유지하지 못할 뿐 아니라 일상생활과 직업적인 측면에서의 부적응에 까지 이르는 사람들이 증가하고 있다.

이러한 지나친 대인불안으로 인해 정신과를 찾는 사람들을 보면, 자신이 어렸을 때 수줍음이 많은 사람이었다고 보고하는 경우가 많다. 따라서 수줍음은 하나의 사회불안과 같은 개념으로 또는 사회불안의 포괄적인 개념으로 여겨

지기도 한다. 현재의 정신장애 진단체계는 '수줍음'이라는 말 보다 '사회적 불안'이라는 말을 사용하고 있는데, 수줍음과 사회적 불안, 사회공포는 유병율이나 행동적인 측면, 그리고 그 예후에 있어서도 서로 다른 점이 많지만, 기본적으로는 서로 매우 밀접하게 관련된 개념이다. 예를 들어 Barlow(1988)는 수줍음과 사회적 공포는 모두 사회적 불안의 하부 개념이라고 규정한 반면에, Leary(1983)는 수줍음이 오히려 더 포괄적인 개념이라고 주장하였다. Leary에 따르면 수줍음은 일반적인 사회적 불안에 덧붙여 억제, 회피, 과묵행동을 포함하는 포괄적인 개념으로 볼 수 있다.

현재로서는 사회적 불안과 수줍음 간의 관련

성과 차이점을 어떻게 명확하게 구분 지을 것 인지는 분명하지 않다. 그러나 사회적 불안과 수줍음을 하나의 연속선 상으로 보았을 때, 많은 학자들은 수줍음이 사회적 불안을 야기한다는 입장에 어느 정도 동의하고 있다. DSM-IV (1994)에 의하면, 사회적 불안 장애는 심대 증 반, 때로는 어린시절의 사회적 회피나 수줍음에서 비롯된다고 보고 있다. 따라서 수줍음은 사회적 불안보다는 더 확산적이고 애매한 동시에, 사회적 불안의 전구 양상으로서도 이해될 수 있다. 따라서 수줍음에 대한 연구는 이후의 사회적 불안의 발달 및 개입에 관련해서 상당한 시사점을 준다고 할 수 있다.

여기에서의 수줍음은 주로 부정적인 의미와 관련되어 있다. 즉 사회적 상황에서 정서적, 행동적으로 불안 상태를 나타내고 이로 인해 억제되고 회피적인 사회적 교류 행동을 나타내는 것으로 정의된다. 따라서 사회적 대인상황에서 적절한 자기주장이나 의사소통을 못하고, 새로운 사람이나 상황에의 적응이 어려움으로 인해 부적절감과 우울 및 고립감을 느끼게 될 수 있다. 그러나 수줍음은 긍정적으로 해석될 수도 있는데, 즉 공격적인 사람의 반대로 조용하고 신중하게 보일 수 있으며, 타인을 존중하고 배려하는 사람으로 생각될 수 있다. 특히 배려의식을 강조하는 과거 전통적인 동양 문화에서는 나이 많은 사람이나 높은 지위의 사람, 또는 이성 앞에서 당당한 것 보다는 수줍음의 태도를 갖는 것이 일종의 미덕이며 적응적인 행동으로 간주되어지기도 했다. 그러나 현대 사회에서는 자신의 의사표현 능력이 강조되고 경쟁적인 태도가 증가함에 따라 수줍음의 부정적인 측면이 더욱 부각됨으로써, 수줍음과 사회적 불안은 상당히 비적응적인 행동으로 간주되며, DSM 등의 정신장애 진단체계에서도 사회적 불안 장애로 까지 등장하고 있는 것이다.

그런데 Zimbardo(1977)는 사춘기의 여성이

남성보다 수줍음이 상대적으로 크게 증가하는 것 이외에는 성차가 없다는 연구 결과를 보고하고 있고, 이종희(1991)의 대학생을 대상으로 한 연구에서도 수줍음의 정도에 있어서는 남녀 간에 차이가 없는 것으로 나타났다. 그러나 이시형 등(1984)의 연구에서는 사회공포증의 남성 대 여성의 비가 1.6 대 1인 것으로 나타났는데, 이는 남자가 자신이 자연스럽고 정상적으로 대인관계에서 수줍어 할 수 있는데, 사회적으로 남자는 얼굴이 붉어지거나 떠는 것이 남자답지 못한 행동이라고 사회화됨으로써 같은 정도의 수줍음이라도 있어서는 안되는 것으로 생각하고 사회공포증으로 까지 발전되는 것으로 보인다. 또한 이시형(1993)은 사회공포증의 치료에서 중요한 것은 대인불안의 증상을 없애는 것이 아니라 있는 그대로 받아들이는 것이 중요하다고 보고 있다. 이러한 결과들을 종합해 볼 때, 수줍음은 주관적으로 느끼는 정도 자체가 문제가 된다고 보다는 수줍음을 자신이 어떻게 해석하느냐에 따라 그 사람의 사회적, 직업적 적응이 달라질 수 있다고 볼 수 있다.

이러한 수줍음의 해석은 성별에 따라 다를 것이라고 생각해 볼 수 있는데, 남성에게는 있어서는 안될 부정적인 영향이 강조되고 있는 반면에 여성에게는 하나의 매력으로 작용할 수도 있는 것으로서 각각 다른 의미를 갖을 수도 있다. 그러나 현대사회에서 여성의 적극적이고 자기주장적인 이미지가 강조됨에 따라 여성에게도 수줍음이 점차로 긍정적인 의미 보다는 다양한 사회적 상황에서 방해요인으로 작용할 가능성도 많을 것으로 보인다. 이종희(1991)의 연구에서는 수줍음의 긍정적인 결과나 부정적인 결과에 대한 반응에서 남녀 간에 의미있는 차이를 나타내지 않았다. 이러한 결과로 볼 때, 남녀에 따라 수줍음을 느끼는 정도에 차이가 있거나 수줍음을 다르게 해석하는 것이 아님을 알 수 있다.

그러나 수줍음의 상황에 대한 분석에서 (이 중희, 1991), 남성은 남에게 도움을 요청할 때 가장 많이 수줍어 하며 여성은 대집단에서 발표하는 상황에서 가장 많이 수줍어 하는 것으로 나타났다. 이외에도 여성은 면접시나 밀폐된 공간에서 이성과 함께 있을 때 남성보다 수줍음을 많이 경험하는 것으로 나타났다. 따라서 상황이 어떠한 역할을 요구하는가에 따라 수줍음이 문제시 된다고 볼 수 있다. 그러나 이 연구에서는 상황에 따른 수줍음의 정도만을 알아본 것이지 상황에 대한 해석과 그에 따른 적용 정도를 알아본 것은 아니었다. 실제로 수줍음의 정도와 그로 인한 적용 정도는 다를 것이며, 여기에는 수줍음이 어떤 의미를 갖고 해석되느냐가 중요하게 작용할 것으로 생각해 볼 수 있다. 또한 수줍음이 보다 문제시 되는 상황은 집단이 동성만으로 이루어진 집단인가, 동성과 이성이 함께 섞여 있는 혼성집단인가에 따라 다를 것이며, 또한 과제지향적인 상황인가 사교지향적인 상황인가에 따라 여성들이 갖고 있는 수줍음의 해석이 다를 수 있다. 즉 혼성집단에서는 여성의 소극적이고 머뭇거리는 태도가 아직까지도 긍정적인 이미지를 줄 것으로 보이는 반면, 동성집단에서는 적극적인 의견 표출이 더 강조됨으로써 수줍음이 부정적으로 해석되고 따라서 부적응적인 영향을 줄 수 있을 것이다. 이외에도 개인의 성격이나 학력, 사회경제적 지위 등의 변인에 따라 수줍음의 해석과 적용 정도가 달라질 수 있을 것이다.

본 연구는 사회공포의 전구 양상 내지는 포괄적인 개념으로서의 수줍음에 대한 연구를 통해서 사회공포의 증상 형성 과정에 있어서의 상황적인 요구의 의미 대한 이해를 돕고자 하는 것으로서, 성별에 대한 비교를 포함하여, 특히 상황을 세분화하여 집단의 목적(사교지향적/과제지향적)과 집단의 성별(동성/혼성)에 따라 구분하여 성별과 상황에 따른 수줍음의 해석과

이에 따른 적용 정도를 알아보려고 한다.

본 조사연구에서 예상되는 결과는 다음과 같다.

- 1) 수줍음의 정도나 그 해석에 있어서는 남녀간에 차이가 없을 것이다.
- 2) 수줍음의 해석에 있어서, 동성집단 상황과 과제지향적 상황에서는 남녀 모두 수줍음의 부정적인 영향만이 강조되는 반면에, 혼성집단상황과 사교지향적인 상황에서는 남녀에 따라 그 해석이 다를 것이다. 즉 여성은 긍정적인 영향을 강조하는 반면에 남성은 부정적인 영향을 강조할 것이다.
- 3) 수줍음을 긍정적으로 해석할 수록 수줍음으로 인한 어려움을 덜 느낄 것이며, 부정적으로 해석할 수록 어려움을 많이 느낄 것이다.

2. 연구방법

1) 대상

본 연구에서는 상황적인 변인 외에 작용할 수 있는 변인의 효과를 배제시키기 위해 고등학생과 대학생 남녀만을 대상으로 하였으며, 고등학생이나 대학생은 모두 남녀공학에 재학 중인 학생이었다.

본 연구 대상의 연령은 고등학생의 경우, 남자가 평균 15.96세(SD=2.17)였으며, 여자가 평균 16.00세(SD=.71)로서 남녀간에 연령 평균에 있어서 차이를 보이지 않았다($t=-.13, p=.899$). 그러나 대학생의 경우는, 남자가 평균 23.91세(SD=1.51)였으며, 여자가 평균 21.44세(SD=1.30)로서 남녀간에 연령 평균에 있어서 의미있는 차이를 보였다($t=8.60, p=.000$). 또한 학력은 고등학생이 남자 45명(47.71%), 여자 57명(52.29%), 대학생이 남자 45명(45.45%), 여자 54명(54.55%)이었다. 이들의 성별에 따른 연령의 비교 및 성별과 학력 분포가 표 1과 2에 제시되어 있다.

표 1. 성별에 따른 연령의 비교

	남자		여자		t	p
	M	(SD)	M	(SD)		
고등학생	15.96	세 (2.17)	16.00	세 (.71)	-.13	.899
대학생	23.91	세 (1.51)	21.44	세 (1.30)	8.60	.000

표 2. 성별과 학력에 따른 대상의 분포

	남자		여자	
	N	(%)	N	(%)
고등학생	52	(47.71)	57	(52.29)
대학생	45	(45.45)	54	(54.55)

2) 수줍음의 측정 도구

수줍음은 총 14 문항으로 되어있는 'Revised Cheek & Buss Shyness Scale ; Cheek & Melchior, 1990)'을 김 근영이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 Cheek과 Buss에 의해, 수줍음과 관련된 심리적 상태를 측정하고자 고안된 기존의 척도들(Cheek & Buss, 1981 ; Feningstein, Scheier, & Buss, 1975)을 종합, 개정한 척도이다. 여기에서 수줍음은 사회적 상황에서 정서적, 행동적으로 불안 상태를 나타내고 이로 인해 억제되고 회피적인 사회적 교류 행동을 나타내는 것으로 정의된다.

각 문항들은 여러 사회적 상황에서 느끼는 수줍음에 대한 정도를 평정하는 방식으로 이루어져 있다. 주성분분석 후 Varimax적회회전을 실시한 결과에 의하면 고유가(Eigenvalue) 1 이상의 요인으로서 '대인관계의 어려움', '많은 사람들이 모여있는 장소', '새로운 상황'등 주로 수줍음을 느끼는 사회적 상황을 제시하여 그

상황에서 자시니 얼마만큼 수줍음을 느끼는지를 평정하는 방식을 택하고 있다. (부록1 참조)

각 문항은 '전혀 아니다 (1점)'에서 '매우 그렇다 (5점)'의 5점 Likert척도로 구성되어 있고, 3, 6, 9, 12번의 문항의 경우 거꾸로 채점하는 방식을 택하고 있다. 수줍음 척도의 내적 신뢰도계수 Cronbach's α 는 .81로서 만족할 만한 수준이었다.

3) 절차 및 분석방법

연구자가 작성한 수줍음 질문지는 연구자가 대상에게 직접 설명하고 그 자리에서 바로 작성하도록 하였으며, 검사 작성에 소요되는 시간은 약 10분이었다.

이 수줍음 질문지는 수줍음의 정도를 측정하기 위한 수줍음 척도와 함께 수줍음의 상황에 따라 구분하여 수줍음의 해석, 수줍음으로 인한 적응정도를 알아보기 위한 문항들로 구성되어 있다. 수줍음의 해석은 각 상황에서 '수줍음이 긍정적으로 작용한다고 생각합니까?'에 대하여 5점 척도에 평정하게 함으로써 측정하였으며, 적응 정도는 각 상황에서 '수줍음으로 인한 불편이나 지장을 어느정도 경험합니까?'에 대하여 5점 척도에 평정하게 함으로써 알아 보았다. 또한 수줍음의 상황은 집단의 목적에 따라 사교지향적 집단과 과제지향적 집단으로, 집단의 성별에 따라 동성집단(자신과 같은 성별의 사람들 만으로 이루어진 집단 상황)과 혼성집단(자신과 같거나 다른 성별의 사람들이 섞여있는 집단 상황)으로 구분하여 제시하였다.

분석은 고등학생과 대학생을 나누어서 분석하였다. 수줍음의 정도를 성별에 따라 비교해보고, 수줍음 점수가 36점 이상인 사람들 즉 수줍음을 보통 이상으로 경험하는 사람들을 대상으로 하였다. 또한 성별과 상황(집단의 목적과 집단의 성별)에 따라 수줍음의 해석과 적응정

도를 비교 분석하였으며, 수줍음의 정도 및 해석과, 적응의 상관에 대한 분석을 하였다.

3. 결과

1) 수줍음의 정도

고등학생의 경우, 척도점수가 남자는 41.78 (SD=4.19), 여자는 39.96 (SD=6.09)으로서 $p=.05$ 수준에서 의미 있는 것은 아니었으나, 남자가 여자에 비해 수줍음의 정도가 더 높은 경향을 보였다 ($t=1.75, p=.084$). 대학생의 경우는 남자가 41.51 (SD=5.10), 여자가 42.46 (SD=4.36)으로서 의미있는 차이를 보이지 않았다 ($t=-.97, p=.336$). 이 결과는 표3에 제시하였다.

표 3. 성별에 따른 수줍음의 정도 비교

	남자	여자	t	p
	M (SD)	M (SD)		
고등학생	41.78(4.19)	39.96 (6.09)	1.75	.084
대학생	41.51 (5.10)	42.46 (4.36)	-.97	.336

2) 수줍음의 해석

수줍음의 해석과 적응 정도는 수줍음이 없는 사람의 경우에는 의미가 없는 것이므로 보통 이상으로 수줍음이 있는 사람(수줍음 점수 36 이상)에 한해서 분석하였다.

수줍음의 해석에 있어서 남녀 비교를 한 결과, 고등학생의 경우에 의미있는 차이를 보이지 않았다($p>.05$). 또한 집단의 목적(사교지향적/ 과제지향적)이나 집단의 성별(동성/ 혼성)에 따른 수줍음의 해석을 성별과 관련해서 나누어서 비교한 결과에 있어서도 의미있는 차이가 없었다 ($p<.05$).

그러나 대학생의 경우에는 남자가 여자에 비

해 의미있게 수줍음을 긍정적으로 해석하였고 ($t=2.00, p=.049$), 특히 과제지향적 상황($t=2.59, p=.011$)과 동성집단 상황($t=2.43, p=.017$)에서 남자가 여자에 비해 수줍음을 긍정적으로 작용한다고 보았다.

이는 표4와 5에 제시되어 있다.

표 4. 고등학생의 수줍음 해석에 대한 남녀 비교

	남자	여자	t	p
	M (SD)	M (SD)		
전반적 해석	9.83 (3.32)	9.88 (3.79)	-.06	.954
사교지향적 상황	5.02 (1.86)	4.85 (1.93)	.41	.680
과제지향적 상황	4.81 (1.81)	5.02 (2.33)	-.48	.635
동성집단	4.42 (1.70)	4.38 (2.03)	-.55	.584
혼성집단	5.68 (2.21)	5.50 (2.24)	.37	.718

표 5. 대학생의 수줍음 해석에 대한 남녀 비교

	남자	여자	t	p
	M (SD)	M (SD)		
전반적 해석	9.97 (3.44)	8.65 (2.68)	2.00	.049 *
사교지향적 상황	5.03 (1.83)	4.73 (1.50)	.82	.412
과제지향적 상황	4.95 (2.11)	3.92 (1.56)	2.59	.011 *
동성집단	4.81 (1.87)	3.96 (1.37)	2.43	.017 *
혼성집단	5.16 (1.83)	4.69 (1.61)	1.27	.209

* $p < .05$

3) 수줍음으로 인한 불편이나 지장 정도

집단의 목적(사교지향적/ 과제지향적)과 집단의 성별(동성/ 혼성)에 따른 수줍음의 불편이나 지장 정도를 성별과 관련해서 비교한 결과, 고등학생과 대학생에 있어서 성별에 따른 의미있는 차이를 보이지 않았다 ($p>.05$). 경향성으로 볼 때, 남자가 여자에 비해 사교지향적

상황에서 더 수줍음으로 인한 불편이나 지장을 경험하는 경향을 보였다. 이 결과는 표6과 7에 제시하였다.

표 6. 고등학생의 수줍음으로인한 불편이나 지장 정도에 대한 남녀 비교

	남자	여자	t	p
	M (SD)	M (SD)		
전반적 불편/지장	10.90 (3.72)	10.38 (3.73)	.62	.536
사교지향적 상황	5.76 (1.93)	5.15 (1.91)	1.40	.166
과제지향적 상황	5.15 (2.15)	5.29 (2.16)	-.31	.759
동성집단	4.88 (1.99)	4.64 (1.87)	.55	.585
혼성집단	6.02 (2.07)	5.75 (2.07)	.60	.553

표 7. 대학생의 수줍음으로 인한 불편이나 지장 정도에 대한 남녀 비교

	남자	여자	t	p
	M (SD)	M (SD)		
전반적 해석	11.00 (3.27)	11.27 (3.03)	-.24	.809
사교지향적 상황	5.81 (2.03)	5.88 (1.70)	-.16	.874
과제지향적 상황	5.19 (1.85)	5.29 (1.64)	-.27	.788
동성집단	5.10 (1.73)	5.40 (1.71)	-.77	.446
혼성집단	5.89 (1.85)	5.77 (1.56)	.33	.745

또한 수줍음으로 인한 적응정도가 수줍음의 해석과 관련되는지의 여부를 알아보기 위해, 수줍음의 정도와 수줍음으로 인한 불편이나 지장정도 간의 상관과 수줍음의 해석과 수줍음으로 인한 불편이나 지장정도 간의 상관을 알아보았다.

그 결과 수줍음의 정도가 클수록 대인상황에서 불편이나 지장을 많이 경험하는 것으로 나

타났으나(고등학생; $r=.3949$, $p<.001$, 대학생: $r=.5682$, $p<.001$), 수줍음의 해석과 수줍음으로 인한 불편이나 지장 정도는 상관이 없는 것으로 나타났다($p>.05$). 결과는 표8에 제시하였다.

표 8. 수줍음으로 인한 불편/지장 정도와, 수줍음 정도 및 수줍음에 대한 해석의 상관

	수줍음 정도 수줍음에 대한 해석	
	수줍음 정도	수줍음에 대한 해석
불편/지장 정도 고등학생	.3949 **	.1564
대학생	.5682 **	-.1346

** $p<.001$

4. 논의

본 연구의 결과, 대학생의 경우에는 남성과 여성 간에 수줍음의 정도나 수줍음에 대한 해석, 수줍음으로 인한 일상생활에 있어서의 불편이나 지장 정도에 있어서 의미있는 차이를 보이지 않았다. 그러나 고등학생의 경우에는 여성보다 남성이 수줍음을 더 많이 경험하는 것으로 나타났고, 이것으로 인해 특히 사교지향적 상황에서 남성이 여성보다 더 불편이나 지장을 많이 경험하는 경향을 보였다. 또한 수줍음의 해석에 있어서, 고등학생의 경우에는 남녀 간에 의미있는 차이를 보이지 않았다. 이를 기존의 연구와 연결해서 보면, Zimbardo (1977)는 사춘기의 여성이 남성보다 수줍음이 상대적으로 증가한다고 보고하였으나, 본 연구에서는 고등학생 중 남성이 더 많은 수줍음을 경험하고 있는 것으로 나타났다. 그러나 이종희(1991)의 연구에서 대학생에서 수줍음의 정도에 있어서 남녀 간에 차이가 없다는 결과나, 이시형(1984)등이 사회공포증의 남녀 비가 1.6 대 1로서 남성이 더 많은 병리적 사회적 불안이나 이로인한 일상생활에의 지장을 경험하는

결과와는 일치되는 것이며, 특히 사회공포증을 고등학생이 가장 많이 경험하는 것이고 더 나아가 들어감에 따라 감소하고, 30대 이후에는 더 급격히 감소하는 것으로 (이시형 등, 1994b) 보고 있는 것과 일치되는 결과이다.

대학생의 경우에는 남성이 여성에 비해 전반적으로 수줍음을 더 긍정적으로 해석하였으며, 특히 과제지향적 상황이나 동성집단 상황에서 남성이 여성보다 더 긍정적으로 작용한다고 해석하는 것으로 나타났다. 그러나 흥미로운 것은 이러한 대학생 집단에서 성별 차이를 보이는 것이, 남성의 경우에는 고등학생과 대학생의 수줍음의 해석에서 별 차이가 없지만, 여성의 경우에는 고등학생 보다 대학생이 수줍음을 보다 부정적으로 해석하는 경향을 보임에 기인하고 있다.

고등학생에 있어서 남성이 수줍음을 더 많이 경험하는 것과 이로 인해 사회적 상황에서 더 많은 불편이나 지장을 경험하는 것으로 나타난 반면에 대학생의 경우에는 수줍음의 경험이나 해석에 있어서 양적인 차이는 없으나, 여성이 고등학교에서 대학교로 옮겨감에 따라 수줍음의 증가를 보이고 있고 수줍음의 해석에 있어서도 더욱 부정적으로 작용한다고 해석하는 경향이 증가한 것이다. 이 결과는 몇가지로 추론해 볼 수 있다. 즉 발달적인 관점에서 볼 때, 사춘기에 남성이 좀 더 일찍 사회적인 맥락이나 타인의 반응에 예민해지는 반면 이를 다룰 수 있는 대인관계 기술이나 대처능력이 제한되어 있음에 기인하는 것일 수 있다. 그럼으로써 사춘기 남성은 특히 사교를 목적으로 하는 대인상황에서 더 불편이나 지장을 많이 경험하게 되는 것으로 생각된다. 그러나 대학생이 되어감에 따라 뒤늦게 여성의 사회적 맥락과 관련된 예민성이 좀더 증가하고 그럼으로써 수줍음의 정도나 수줍음으로 인한 일상생활에의 영향이 남성과 같은 수준으로 까지 증가하는 것으

로 생각해 볼 수 있다. 또한 생물학적인 입장에서는 사춘기의 남성의 경우 testosterone의 급격한 증가와 관련해서 설명하고 있기도 하다.

또한 현대에 자기주장성이 강조되고 있는 것과 관련해서 볼 때, 대학생이 되어감에 따라 남성과 동등한 의사표현이나 자기주장을 해야한다고 생각하는 경향으로 인해 여성이 수줍음을 보다 부정적으로 해석하게 된다고 볼 수 있다. 특히 사회를 목적으로 하는 상황이나 혼성집단 상황 보다는 과제지향적 상황이나 동성집단 상황에서, 여성이 수줍음을 부정적으로 작용한다고 해석하는 정도가 증가한 것은 이러한 해석을 지지하는 것이다.

그러나 수줍음에 대한 해석과 수줍음으로 인한 불편이나 지장과의 상관 정도를 보았을 때, 수줍음에 대한 해석과 수줍음으로 인한 일상생활에의 영향과는 상관이 없는 것으로 나타났다. 반면에 수줍음의 정도와 수줍음으로 인한 불편이나 지장 정도와는 의미있게 높은 상관을 보였다. 이러한 결과로 볼 때, 수줍음에 대한 해석보다는 자신이 갖고 있는 수줍음의 정도가 일상생활에의 적용에 있어서 중요한 요소임을 알 수 있다. 즉 수줍음을 부정적으로 해석하는 것이 사회공포증과 관련된다고 보다는, 그 사람이 원래 갖고 있는 높은 수줍음 수준 내지는 높은 사회적 불안 수준이 사회공포증과 관련되어 있다라는 추정을 해볼 수 있다.

본 연구에서는 상황을 집단의 목적과 집단의 성별에 대해서만 구분하여 비교하였는데, 이외에 상황과 관련해서 다른 특성에 따른 구분이 가능할 수 있다. 예를 들면, 집단 상황이 아닌 경우도 있고, 집단인 경우에도 집단의 크기가 다른 영향을 줄 수 있을 것이다.

본 연구에서는 고등학생과 대학생 집단만을 대상으로 하였는데, 실제로 사회공포증은 청소년기에 가장 많이 발병한다(이시형, 1994)는 사실로 볼 때, 청소년기 부터 발달시기를 좀더 세

분화하여 수줍음의 의미와 적응정도를 알아보는 것이 의미있을 수 있다.

본 연구에서는 수줍음의 해석을 ‘수줍음이 긍정적으로 작용한다고 생각할니까?’로 알아보고, 수줍음의 적응 정도를 ‘수줍음으로 인한 불편이나 지장을 경험하고 있습니까?’로 알아보고 있다. 이는 수줍음의 상황을 두가지 특성에 따라 구분하고 있기 때문에 각각의 상황에 대해 다른 척도들을 제시하는 것이 지나치게 복잡할 수 있기 때문이었다. 그러나 본 연구에서 사용한 질문은 지나치게 단순화한 것일 수 있고 질문이 대상에 따라 다르게 해석될 가능성도 있으므로, 차후에는 수줍음의 긍정적/부정적 해석 여부나 적응정도와 관련된 구체적인 척도를 개발해서 사용하는 것이 필요하다.

또한 본 연구에서는 수줍음에 영향을 줄 수 있는 성격이나 사회경제적 지위 등의 변인을 통제하지 못하였으므로 차후에는 이에 대한 고려도 필요할 것으로 생각된다.

Barlow, D.H. (1988): Anxiety and its disorder. New York, Guilford

Cheek, J.M. & Buss, A.H. (1981): Shyness and sociability. Journal of Personality and Social Psychology, 41, 330-339

Cheek, J.M. & Melchior, L.A. (1990): Shyness, self-esteem, and self-consciousness. In H. Leitenberg (Ed.) Handbook of social and evaluation anxiety (pp. 47-82). New York, Plenum Press

Leary, M.R. (1983): Understanding social anxiety. Beverly Hills, CA: Sage

Zimbardo, P.G (1977). Shyness -what it is what to do about it. Massachusetts, Addison-Wesley Publishing Co.

〈부 록〉

참 고 문 헌

- 이시형, 정광설 (1984): 사회공포증에 관한 임상적 고찰 (1). 신경정신의학, 23, 111-118.
- 이시형 (1993): 사회공포증. 서울, 일조각
- 이시형, 신영철, 오강섭 (1994a): 사회공포증에 관한 10년간의 임상연구. 신경정신의학, 33, 305-312.
- 이시형, 여인중, 오강섭 (1994b): 발병연령에 따른 사회공포증의 임상고찰. 신경정신의학, 33, 953-959.
- 이중희 (1991): 수줍음에 관한 비교 연구. 이화여대 대학원 석사학위논문 American Psychiatric Association (1994): Diagnostic and statistical manual of mental disorder 4rd Ed. Washington DC, APA Press

수줍음에 관한 조사

성별 (남 / 여) 연령 (만 세) 학력 (고졸 / 대졸 / 대학원졸 이상)
직업 또는 학교 ()

본 질문지는 당신의 수줍음에 관해 알아 보기 위한 것입니다. 다음의 질문을 잘 읽고 각 상황에 대해 자신에게 해당되는 번호에 동그라미 표시를 해 주십시오.

(보기)

전혀	다소	보통	다소	매우
아니다	아니다	이다	그렇다	그렇다
1	2	3	④	5

I. 각 문항에 대해 답해 주십시오.

- | | 전혀
아니다 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 매우
그렇다 |
|---|-----------|---|---|---|---|---|-----------|
| 1. 잘 모르는 사람과 같이 있으면 긴장이 된다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 2. 나는 사회적으로 조금 서툰 편이다. | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 3. 다른 사람에게 무엇을 물어보거나 하는 것은 어렵지 않다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 4. 나는 종종 모임이나 파티에서 불편함을 느낀다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 5. 사람들이 모여 있을 때, 무엇에 대해 말하는 것이 적절하지에 대해서 잘 생각이 나지 않는다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 6. 처음 가는 자리에서 수줍음을 극복하는 것은 별로 시간이 걸리지 않는 일이다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |

- | | 전혀
아니다 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 매우
그렇다 |
|---|-----------|---|---|---|---|---|-----------|
| 7. 모르는 사람 앞에서 자연스럽게 행동하는 것이 어렵다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 8. 나보다 외사람과 말할 때는 긴장이 된다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 9. 내가 사회적으로 유능하다는 사실을 의심해 본 적이 없다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 10. 다른 사람의 눈을 보고 말하는 것은 힘들다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 11. 나는 사람들이 모인 자리에서는 위축되는 편이다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 12. 모르는 사람과 말하는 것이 어렵지 않다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 13. 나는 특히 여성과 말할 때 더 수줍어한다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 14. 새로 사귄 친구와 이야기를 할 때, 아무 말도 못하거나 바보스럽게 말할까봐 걱정스럽다 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |

II. 다음의 상황에서 수줍음이 긍정적으로 작용한다고 생각합니까?

- | | 전혀
아니다 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 매우
그렇다 |
|-----------------------------------|-----------|---|---|---|---|---|-----------|
| (사교를 목적으로 하는 대인상황 중) | | | | | | | |
| 1. 자신과 같은 성별의 사람들 만으로 이루어진 집단 상황 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 2. 자신과 같거나 다른 성별의 사람들이 섞여있는 집단 상황 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| (과제를 해결하기 위한 대인상황 중) | | | | | | | |
| 1. 자신과 같은 성별의 사람들 만으로 이루어진 집단 상황 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 2. 자신과 같거나 다른 성별의 사람들이 섞여있는 상황 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |

III. 다음의 상황에서 수줍음으로 인한 불편이나 지장을 경험하고 있습니까?

- | | 전혀
아니다 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 매우
그렇다 |
|-----------------------------------|-----------|---|---|---|---|---|-----------|
| (사교를 목적으로 하는 대인상황 중) | | | | | | | |
| 1. 자신과 같은 성별의 사람들 만으로 이루어진 집단 상황 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 2. 자신과 같거나 다른 성별의 사람들이 섞여있는 집단 상황 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| (과제를 해결하기 위한 대인상황 중) | | | | | | | |
| 1. 자신과 같은 성별의 사람들 만으로 이루어진 집단 상황 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 2. 자신과 같거나 다른 성별의 사람들이 섞여있는 상황 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |