

인문계 고등학생의 사회부과 완벽주의가 우울과 사회불안에 미치는 영향: 자기초점적 주의와 자기비난의 매개효과*

김 슬 기

이 동 귀†

연세대학교

본 연구는 고등학생의 사회부과 완벽주의가 우울 및 사회불안에 미치는 영향 관계에서 자기초점적 주의와 자기비난의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 경기도 소재의 인문계 고등학교에 재학 중인 남녀 고등학생 273명(남학생 83명, 여학생 190명)을 대상으로 약 3주간의 간격을 두고 총 2회에 걸쳐 사회부과 완벽주의, 사회불안, 우울, 자기초점적 주의, 자기비난의 척도에 대한 설문을 실시하였다. 분석 결과, 첫째, 사회부과 완벽주의, 우울, 사회불안, 자기초점적 주의, 자기비난 사이에 모두 정적인 상관관계가 있었다. 둘째, 사회부과 완벽주의가 자기초점적 주의를 거쳐 우울로 이행되는 매개경로는 통계적으로 유의하였으나, 사회부과 완벽주의가 자기비난을 거쳐 우울로 이행되는 매개효과는 유의하지 않았다. 셋째, 우울 대신 사회불안을 기준변인으로 했을 때도 동일한 매개효과 패턴이 관찰되었다. 본 연구 결과는 사회부과 완벽주의가 자기초점적 주의를 매개로 하여 각각 우울 및 사회불안으로 이행되는 과정을 경험적으로 밝혔고, 특히 사회불안의 경우에는 한국 고등학생을 대상으로 Clark와 Wells의 사회불안장애 인지모델을 적용하는 것의 타당성에 대한 간접적인 증거가 될 수 있음을 증명하였다. 끝으로 본 연구의 의의 및 제한점, 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 사회부과 완벽주의, 우울, 사회불안, 자기초점적 주의, 자기비난

* 본 연구는 김슬기(연세대학교 교육대학원 상담교육 전공)의 석사논문(지도교수: 이동귀) 자료를 기초로 작성되었음. 아울러 본 논문의 심사과정은 전적으로 학교심리학회지 부편집위원장의 주관 하에 진행되었음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 이동귀, 연세대학교 심리학과, (120-749) 서울시 서대문구 연세로 50 연세대학교 심리학과(위당관 410호) / Tel: 02-2123-2437, E-mail: lee82@yonsei.ac.kr

청소년기는 심리적·신체적·사회적으로 급격한 발달이 이루어지며 자아정체감을 확립하는 시기로 다른 어떤 시기보다 다양한 갈등과 긴장을 경험하기 쉽다(조은주, 이은희, 2013). 질병관리본부가 실시한 제 13차 청소년건강행태온라인조사에 의하면 한국 청소년의 스트레스 인지율은 37.2%에 달했으며, 고등학생(39.8%)이 중학생(34.1%)에 비해 높게 나타났다. 더불어 우울감 경험률도 25.1%에 달했으며, 역시 고등학생(26.4%)이 중학생(23.5%)보다 높은 비율로 나타났다(보건복지부, 2017). 이는 청소년 시기 중 고등학생의 전반적인 정신건강이 우려할만한 수준임을 시사한다. 특히 우울(한창환, 2001; Thapar, Collishaw, Pine, & Thapar, 2012)과 사회불안(Johnson, Inderbitzen-Nolan, & Schapman, 2005)은 청소년기 빈번하게 나타나는 정서문제로, 최근에 고등학생의 우울과 사회불안을 이해하기 위한 연구들이 이루어지고 있다(나빛나, 장성숙, 2016; 양선경, 송원영, 2018; 오은주, 남재걸, 2017).

우울은 지속적인 우울한 기분과 흥미와 관심의 현저한 저하가 핵심 증상으로(American Psychiatric Association; APA, 2013), 15-18 세경 가장 크게 증가한다고 보고되고 있다(Hankin, Abramson, Moffitt, Silva, McGee, & Angell, 1998). 한국 청소년을 대상으로 한 김명식(2008)의 연구에서 청소년의 우울 유병률은 27.2%(826명)로 나타났다. 청소년의 우울은 표현 방식에서 성인의 우울과는 다소 다른 양상을 보이는데, 우울한 기분이 두드러지기 보다는 주로 쉽게 흥분하고 과민한 기분으로 반응하는 경향으로 나타난다(신현숙, 이경성, 이해경, 신경수, 2004). 또한 우울은 대개 불안정감, 절망감, 고독감과 같은 부정 정서의 내재화된 형태로 드러나거나, 가출이나 무단결석과 같은 외현화

문제로 드러나기도 하며 학업부진, 자신감의 저하 등의 직·간접적인 형태로 표현될 수도 있다(장휘숙, 1999; 재미영, 2014에서 재인용). 청소년의 우울은 자살을 예측하는 강력한 변인으로 자살생각이나 자살시도에도 영향을 줄 수 있다(김소린, 이은정, 조수현, 이성찬, 이상민, 2014; Burns & Patton, 2000; Gould & Kramer, 2001). 더욱이 청소년 우울은 성인 우울을 예측하는 중요 요인임을 감안할 때(서선주, 1999) 이를 심도 있게 이해할 필요가 있다.

한편 사회불안이란 타인과 상호작용하는 상황 혹은 타인에게 평가를 받을 수 있는 사회적 수행상황에서 느끼는 극단적인 두려움과 공포를 말한다(APA, 2013). 일반적으로 청소년 시기인 10대 초반에서 중반에 발병하는데(Rapee, 1995), 구체적으로 평균 10~13세 사이로 보고되고 있다(Rapee & Spence, 2004). 국내의 임상연구 결과를 보면, 10년간 신경정신과 내원환자 중 4.5%가 사회불안장애로 진단되고 있으며 초기발병연령은 평균 19.3세였고, 10대 후반인 14세부터 19세까지의 발병률이 53.8%를 차지하는 것으로 나타났다(이시형, 신영철, 오강섭, 1994). 이 시기에 발생하는 사회불안은 적절한 사회기술의 습득을 방해하고, 또래관계에서 부정적 평가를 받을 가능성을 높이며 결국 회피 반응으로 이어져 부적응을 초래할 수 있다(양옥성, 2011).

이와 같은 우울 및 사회불안은 학교 및 상담 현장에서 쉽게 접할 수 있는 청소년의 대표적인 심리적 부적응 문제이며, 특히 고등학생 시기에 발병 및 급격한 증가를 보인다는데 주목할 필요가 있다. 게다가 지속될 경우 더욱 심각한 심리적 부적응을 겪을 수 있기에 고등학생의 우울 및 사회불안에 대한 예측변인 및 그 진행 과정에 대한 이해가 중요하다.

고등학생의 우울 및 사회불안을 이해하기 위해서는 이들에게 부과되는 사회적 요구와 압력을 파악할 필요가 있다. 소위 ‘명문대 입학’이라는 강박적인 목표 아래 가정과 학교에서 가하는 경쟁과 성공에 대한 압력은 청소년들에게 심리적인 압박감과 불안감을 줄 수 있다(세계일보, 2018.08.08.). 하정희와 조한익(2006)은 상담 장면에서 만나는 청소년 내담자들은 성취 지향적이고 경쟁적인 현실에서 학업성적으로 인한 자기평가와 부모의 과도한 기대로 인해 자신이 더욱 더 완벽해야 한다는 생각을 많이 한다고 보고하고 있다. 이러한 사회적 분위기를 반영하여 우울과 사회불안을 예측하는 요인으로 ‘완벽주의’를 고려할 수 있다(이동귀, 배병훈, 함경애, 천영아, 2015; Bieling, Israeli, & Antony, 2004; Hewitt, Caellan, Flett, Sherry, Collins, & Flynn, 2002).

완벽주의란 결점이 없는 완벽한 상태를 추구하는 것으로(Flett & Hewitt, 2002), 성취 지향적이고 경쟁적인 현대사회에서 하나의 덕목으로 여겨지며 점차 증가하는 추세를 보이나(김정미, 2009), 지나치게 높은 기준으로 인해 쉽게 좌절하거나 삶에서 만족감을 느끼지 못하는 등 다양한 부적응을 초래하기도 한다(김내환, 2016). 완벽주의는 1990년대 이후 활발하게 연구가 진행되어 적응적인 측면과 부적응적인 측면을 포함하는 다차원적인 개념으로 정립되었으나(Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990; Hewitt & Flett, 1991), 연구자에 따라 다양하게 정의되고 있다. 대표적으로 Hewitt과 Flett(1991)이 제시한 완벽주의의 하위차원 중 ‘사회부과 완벽주의’는 주요한 타인이 세운 비현실적인 기준을 만족시키기 위해 완벽함을 추구하는 특성을 의미한다(한기연, 1993; Hewitt & Flett, 1991). 사회부과 완벽주의 성향이 높으면 대인

관계에서도 비현실적인 완벽함을 추구하고 자신을 완벽하게 보이려고 애쓰지만, 오히려 그러한 행동이 역효과를 일으키기 쉽다(Hewitt et al., 2003). 또한 자신의 불완전함을 감추기 위해 필사적으로 노력하며, 부정적인 피드백을 받는다고 느낀 상황 및 관계에 대해 반추하는 경향을 보인다. 이는 우울 및 사회불안으로 이어질 가능성이 있다(Nepon, Flett, Hewitt, & Molnar, 2011). 이밖에도 선행 연구에서 사회부과 완벽주의는 주관적 행복감(하정희, 장유진, 2011), 자기존중감(김정미, 2010)과 같은 적응적인 요소와는 부적 상관을 보이고, 우울이나 불안과 같은 심리적 부적응과는 일관적으로 정적 상관을 보이고 있다(신지은, 이동귀, 2011). 사회부과 완벽주의 성향이 어떤 과정을 통해서 우울 및 사회불안에 영향을 미치는지에 관심을 두고 이 과정을 설명할 수 있는 매개변인을 확인할 필요가 있다.

다수의 선행 연구에서는 이러한 매개변인으로 심리 내적인 요소에 주목하여 연구를 진행해왔다. 자기와 관련된 매개변인으로 자기효능감(이민규, 김근홍, 1998), 자기존중감(김정미, 2010), 정서와 관련된 변인으로 사회적 지지(박지연, 양난미, 2014) 및 수치심(한주연, 박경, 2011), 인지과정과 관련된 변인으로 자기비난(김정미, 2009), 부적응적 자기초점적 주의인 자기몰입(박정화, 2013) 및 반추(김병직, 이동귀, 이희경, 2012) 등에 대한 연구가 진행되었다. 한국 고등학생을 대상으로 한 연구로는 사회부과 완벽주의가 자기은폐를 매개로 하여 우울·불안·적대감 같은 심리적 어려움으로 이어질 수 있다는 연구(신지은, 이동귀, 2011)와 남녀 고등학생의 사회부과 완벽주의와 사회불안의 관계에서 자기수용이 매개함을 확인한 연구가 있었으나(임정하, 송지은, 곽태희,

백지민, 권오연, 2017), 대학생을 대상으로 한 연구에 비해 그 시도가 미흡한 실정이다.

본 연구에서는 우울 및 사회불안의 유발과정에서 인지적 요인의 역할과 인지적 치료 개입이 효과성이 강조되고 있어(조용래, 원호택, 1999; Beck, 1979), 매개변인으로 인지적 요소인 자기초점적 주의와 자기비난을 설정하여 그 과정을 살펴보고자 한다.

먼저 자기초점적 주의는 자신의 내부에 주의를 기울이는 속성으로 우울한 기분을 지속·심화 시킬 수 있으며(Nolen-Hoeksema, 1991; 이지영, 2010에서 재인용), 부적응적 자기초점적 주의는 대학생의 우울과 사회불안을 유의하게 설명하는 변인으로 나타났다(박은, 김정민, 2017). 특히 사회불안을 설명하는 대표적인 인지 모델인 Clark와 Wells(1995)의 사회불안 인지모델에서는 자기초점적 주의를 사회불안의 발생·유지와 악순환을 매개하는 중요한 변인으로 강조한다. 이 모델에서는 비합리적 신념이 사회적 상황을 왜곡하여 지각하게 하고, 상황에 대한 주의를 내부로 돌려 자신의 불안 반응을 탐색하는 자기초점적 주의가 활성화되면 사회불안으로 이어진다고 설명하고 있다. 사회부과 완벽주의가 자기초점을 매개로 우울 및 사회불안에 이르는 경로에 대한 직접적인 연구는 드물지만, 사회부과 완벽주의를 Clark와 Wells(1995)의 모델에서 제시하는 비합리적 신념의 속성의 하나로 이해한다면 그 경로를 충분히 예상해 볼 수 있다.

자기비난은 자신에 대한 가혹하며 처벌적인 평가를 의미한다(Blatt & Zurroff, 1992). 사회부과 완벽주의자가 보이는 비현실적인 기대는 실패로 이어지기 쉬운데, 특히 이들은 수행에 대한 불만족의 원인을 자신에게 귀인하고 자신을 가혹하게 비난함으로써 죄책감과 무가치

함을 경험하기 쉽다(김내환, 2016). 한국 청소년들의 완벽주의 성향이 부정적 사고를 거쳐 사회불안으로 이행되는 경로를 밝힌 연구(송은영, 하은혜, 2008)와 평가염려 완벽주의가 자기비난을 매개로 사회불안과 관련됨을 밝힌 연구 결과(김선은, 2011)가 완벽주의와 사회불안의 관계에서 자기비난의 매개효과를 간접적으로 지지한다.

문제는 대부분의 사회부과 완벽주의와 우울 및 사회불안의 관계에 대한 연구가 대학생에 초점을 맞추고 있기 때문에 그 결과를 청소년에게 일반화하기 어렵다는 점에 있다. 또한 기존 연구에서는 사회부과 완벽주의와 우울, 사회부과 완벽주의와 사회불안의 관계 각각에서 자기초점적 주의와 자기비난의 매개효과를 따로 연구한 것이 대부분이었다. 관련된 선행 연구로는 대학생의 부적응적 완벽주의와 우울과 불안을 포함하는 부정적 정서 간의 관계에서 자기비난과 수치심의 순차적 매개효과에 대한 검증(김정미, 2009)이 있었고, 사회부과 완벽주의를 하위 차원으로 포함하는 평가염려 완벽주의와 우울의 관계에서 자기비난의 매개효과를 검증한 김내환(2016)의 연구에서는 평가염려 완벽주의와 우울에서 자기비난의 유의한 매개효과가 보고되었다. 아울러 박정화(2013)는 대학생을 대상으로 자기초점적 주의의 하위요인인 자기몰입이 높을수록 사회부과 완벽주의 성향을 지닌 사람의 우울수준이 높아진다고 보고한 바 있다. 그러나 이들 연구에서는 완벽주의와 심리부적응(사회불안, 우울) 간의 매개변인으로서 자기초점적 주의와 자기비난을 하나의 통합된 모형 내에서 검증하지 않았다. 이는 사회부과 완벽주의와 사회불안 그리고 사회부과 완벽주의와 우울로 이행되는 복잡하고 정교한 경로, 그리고 자기초

점적 주의와 자기비난의 상대적인 매개효과 차이 등에 대한 정보를 제공하지 못했다는 한계가 있다. 또한 기존 연구에서는 대부분 횡단자료 분석방법을 사용했다. 때문에 사회부과 완벽주의가 사회불안 혹은 우울을 유발하는지 아니면 사회불안 혹은 우울 수준이 높으면 사회부과 완벽주의 성향이 높아지는지에 관한 영향 관계의 방향성이 분명치 않았는데, 이를 보다 명확하게 할 필요가 있다.

이에 본 연구는 사회부과 완벽주의가 우울 및 사회불안으로 이행되는 세부 과정을 인지적인 요인인 자기초점적 주의와 자기비난의 매개효과 검증에 단일한 모형 내에서 함께 확인하였다. 또한 총 2회에 걸쳐 측정된 자료를 바탕으로 변인들의 기본적인 기저선을 통계적으로 통제 한 후 나온 결과를 통해 명확한 변인간의 관계를 검증하였다. 사회부과 완벽주의가 우울 및 사회불안으로 이행되는 과정을 보다 분명하게 함으로써 상담 실무에서 사회부과 완벽주의 성향으로 인해 사회불안이나 우울로 고통 받는 청소년 내담자들에게 필요한 개입의 초점에 대한 유용한 정보를 제공할

수 있다.

연구문제 및 연구모형

본 연구의 연구문제 및 연구모형은 다음과 같다.

연구문제 1. 사회부과 완벽주의, 우울, 사회불안, 자기초점적 주의, 자기비난은 어떤 관계가 있는가?

연구문제 2. 사회부과 완벽주의가 자기초점적 주의와 자기비난을 매개로 우울과 사회불안으로 이행되는가?

연구문제 3. 사회부과 완벽주의와 우울 및 사회불안의 관계에서 자기초점적 주의와 자기비난이 매개하는가?

본 연구에서는 사회부과 완벽주의와 우울 및 사회불안의 관계에서 자기초점적 주의와 자기비난이 부분매개변인으로 작용하는 모형을 연구모형(그림 1)으로 하고 대안모형으로 완전매개모형(그림 2)과 비교하였다.

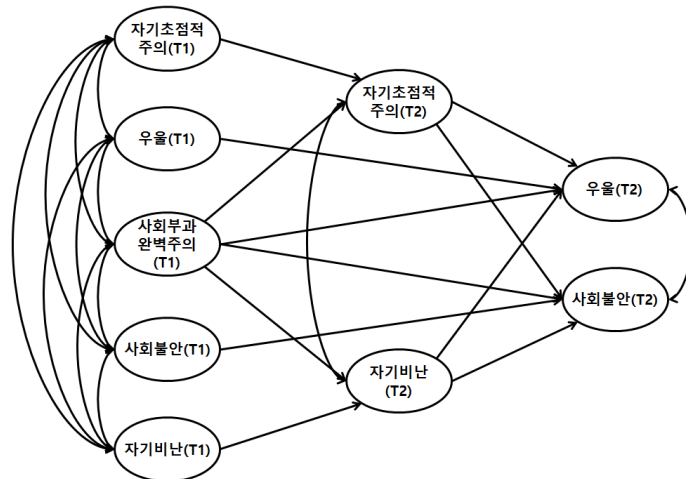


그림 1. 연구모형(부분매개모형)

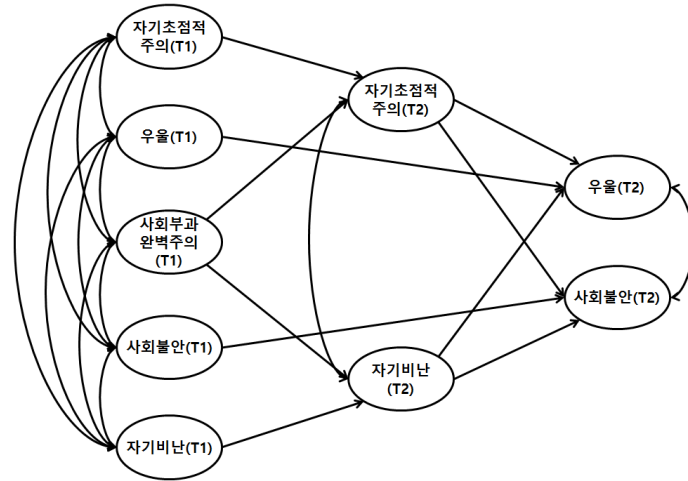


그림 2. 대안모형(완전매개모형)

방 법

연구 대상

본 연구는 경기도 지역의 3개 인문계 고등학교에 재학 중인 남녀 고등학생 440명을 대상으로 설문조사를 통해 이루어졌다. 동일한 설문지를 한 대상에게 약 3주의 간격을 두고 1차와 2차 설문으로 나누어 총 2회에 걸쳐 실시하였다. 1차 설문에서는 총 440부의 설문을 배부하여 380부(86.4%)를, 2차 설문에서는 440부를 배부하여 328부(74.5%)를 회수하였다. 이 중 1차·2차 설문의 연관성을 추적할 수 있는 총 273부를 최종 분석 자료로 사용하였으며, 이 중 남학생은 83명(30.4%), 여학생은 190명(69.6%)이었다.

측정도구

우울

고등학생의 우울을 측정하기 국내에서 사

용되는 세 가지 한국판 CES-D(the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)를 기초로 개발된 통합적 한국판 CES-D 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 20문항이며, 4점 Likert식 척도로 평정한다. 긍정 문항인 4, 8, 12, 16번 문항은 역채점 되었고 총점이 높을수록 우울증상의 정도가 심각한 것을 의미한다. 전경구 등(2001) 연구에서 α 계수는 .87 이었으며, 본 연구에서의 α 는 1차와 2차 설문 모두 .90로 나타났다.

사회불안

정신질환의 진단 및 통계편람 제5판(The Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders, Fifth Edition; DSM-5)의 사회불안 진단기준을 보면 사회불안을 경험하는 사람은 상호작용 상황, 관찰당하는 상황, 수행상황에서 현저한 공포나 불안을 느끼며, 이러한 상황에서 부정적인 평가를 받게 될 것을 두려워한다(권석만, 2014). 이를 고려하여 본 연구에서는 사회불안을 두 가지 측정도구를 사용하

여 측정하였다. 먼저 Lagreca와 Lopez(1998)의 청소년용 사회불안 척도(Social Anxiety Scale for Adolescents; SAS-A)를 양재원, 양윤란 및 오경자(2008)가 번안·타당화한 한국판 청소년 사회불안척도(K-SAS-A)를 사용하였다. 이 척도는 부정적 평가에 대한 두려움(8 문항), 새로운 상황에 대한 회피와 불안(5 문항), 일반적 사회 상황에 대한 회피와 불안(5 문항)의 세 가지 하위 척도로 구성되어 있다. 5점 Likert 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 일반적인 대인관계 상황에서의 불안 수준이 높음을 의미한다. 양재원 등(2008)의 연구에서 내적합치도(Cronbach's α ; 이하 α 로 표기)는 .90 이었으며, 하위척도 별 신뢰도는 부정적 평가에 대한 두려움 요인 .88, 새로운 상황에 대한 회피와 불안 요인이 .69, 일반적 사회 상황에 대한 회피와 불안 요인이 .69로 나타났다. 본 연구에서의 α 계수는 .95(1차), .96(2차)으로 나타났다. 각 하위 척도 별로 살펴보면 부정적 평가에 대한 두려움 .92(1차), .93(2차)으로 나타났으며, 새로운 상황 회피 불안 척도는 .81(1차), .84(2차)로, 일반적 상황 회피 불안 척도는 .81(1차), .84(2차)로 나타났다.

추가적으로, 수행상황에서의 불안을 측정하기 위해 Beidel, Turner와 Morris(1995)의 아동용 사회공포증 및 불안척도(Social Phobia and Anxiety Inventory for Children; SPAI-C)와 LaGreca와 Stone(1993)의 개정판 아동용 사회 불안 척도를 기초로 문혜신과 오경자(2002)가 번안·타당화한 한국판 아동·청소년용 사회 불안 척도를 사용하였다. 다섯 개의 하위 척도인 수행불안(10 문항), 부정적 평가 두려움(9 문항), 회피 행동 및 사고(9 문항), 낮은 것 두려움(5 문항), 비주장성(7 문항) 척도 중에서 수행불안(10문항) 척도만을 사용하였다. 5점

Likert 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 수행 상황에서의 불안 수준이 높은 것으로 해석한다. 문혜신과 오경자(2002) 연구에서 수행불안 척도의 α 계수는 .87 이었으며, 본 연구에서의 α 는 1차는 .82로, 2차는 .93으로 나타났다.

사회부과 완벽주의

Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의척도(Multidimensional Perfectionism Scale; HMPS)를 한기연(1993)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 자기지향 완벽주의(15 문항), 타인지향 완벽주의(15 문항), 사회부과 완벽주의(15 문항)의 3개의 하위 척도로 구성되어 있는데, 본 연구에서는 사회부과 완벽주의 척도(15 문항)만을 사용하였다. 15문항 중 2, 4, 8, 12, 15번 문항은 역채점 되었다. 7점 Likert식 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 한기연(1993) 연구에서 α 계수는 .76 이었고 본 연구에서의 α 는 .81로 나타났다.

자기초점적 주의

고등학생의 자기초점적 주의를 측정하기 위해 이지영과 권석만(2005)이 개발한 자기 초점적 주의 성향 척도(Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social situation; SDSAS)를 사용하였다. 이 척도는 사회적 상황에서 보이는 자기초점적 주의 성향을 측정하기 위해 제작되었으며, 자신에게 주의를 기울이는 정도를 측정하는 일반적 자기초점적 주의 성향 척도(9 문항)와 자신의 특정 측면에 주의를 계속해서 과도하게 기울임으로써 자신의 다른 측면이나 외부에 주의를 쉽게 돌리기 어려운 성향을 측정하는 자기몰입(21 문항)의 두 가지 하위 척도로 구성되어 있다(이지영, 권석만,

2005). 두 하위척도는 자기초점적 주의의 이질적인 성향을 구분하고 있으며, 사회불안과 같은 병리적인 자기초점적 주의 성향은 자기몰입 수준의 고저에 따라 구분된다(이지영, 2010). 따라서 본 연구에서는 우울 및 사회불안 성향과 관련하여 유의한 관련성을 보이는 자기몰입 척도만 사용하였다. 5점 Likert 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 병리적인 자기초점적 주의가 높음을 의미한다. 이지영과 권석만(2005) 연구에서 자기몰입 척도의 α 계수는 .79 이었고 본 연구에서의 α 는 1차에서는 .94, 2차에서는 .95로 나타났다.

자기비난

고등학생의 자기비난을 측정하기 위해 Blatt(1976)의 우울 경험 질문지(Depressive Experiences Questionnaire; DEQ)를 조재임(1996)이 요인분석한 것을 토대로 김현진(2002)이 재차 요인분석 한 우울 취약성 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 66문항으로 자기비난(22 문항), 의존성(22 문항), 효능감(22 문항)의 세 가지 하위 척도로 구성되어 있으며 본 연구에서는 자기비난(22 문항) 척도만을 사용하였다. 7점 Likert 식 척도로 평정한다. 3, 17, 18, 20, 21번 문항은 역채점 하였으며, 점수가 높을수록 자기 비난의 정도가 높음을 의미한다. 김현진(2002) 연구에서 자기비난 요인의 α 계수는 .85 였으며, 본 연구에서의 α 는 1차와 2차에서 모두 .92로 나타났다.

자료 분석

본 연구에서 수립된 자료는 SPSS 21.0과 AMOS 21.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 기술통계를 확인하기 위하

여 응답 점수의 범위(최소값, 최대값), 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 산출하였다. 둘째, 상관분석을 실시하여 주요변인 및 측정변인들 간 관련성을 살펴보았다. 셋째, 구조방정식 모형 검증을 실시하여 변인들 간 구조적 관계를 확인하였다. 모수치 추정 방법으로는 최대우도법(Maximum Likelihood)을 사용하였고, 2단계 접근법(Anderson & Gerbing, 1988)을 적용하여 먼저 측정모형 검증을 실시한 후 구조모형 분석을 통해 변인들 간 구조적 관계를 확인하였다. 구조모형 검증 시에는 부분매개모형과 완전매개모형을 비교하여 최적 모형을 탐색하였다. 넷째, 구조적 관계를 가장 잘 설명하는 최종모형에서 매개효과들의 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑(bootstrapping) 방법(Shrout & Bolger, 2002)을 적용하였다. 아울러 Chan (2007)이 제안한 유령변수(Phantom Variable) 생성 방법을 통해서 개별적인 매개효과들의 유의성을 확인하였다. 마지막으로 본 연구에서는 Comparative Fit Index(CFI), Tucker Lewis Index(TLI), Root Mean Square Error or Approximation(RMSEA) 적합도 지수를 사용하여 모형의 적합도를 평가하였다.

결 과

기술통계

표 1과 같이 분석에 사용된 변인들(사회불안, 완벽주의, 자기초점적 주의, 자기비난, 우울, 사회불안)의 기술통계 분석을 실시하여 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 산출하였다. 이때, 변인들 간 인과성을 더 분명하게 살펴보기 위하여 사회불안과 완벽주의를 제외한 나머지 변

표 1. 주요 변인과 측정변인의 기술통계 (N = 273)

	1차 측정(Time 1; T1)						2차 측정(Time 2; T2)					
	최소값	최대값	M	SD	왜도	첨도	최소값	최대값	M	SD	왜도	첨도
사회부과 완벽주의	1.73	6.13	3.88	.69	-.31	.64	-	-	-	-	-	-
완벽1	1.00	6.20	3.72	.82	-.44	1.09	-	-	-	-	-	-
완벽2	1.40	6.40	4.13	.80	-.27	.45	-	-	-	-	-	-
완벽3	1.20	6.20	3.78	.78	-.35	.28	-	-	-	-	-	-
자기초점적 주의	1.00	5.00	2.54	.72	.21	.01	1.00	4.71	2.40	.69	.21	.04
주의1	1.00	5.00	2.52	.75	.28	.12	1.00	4.86	2.36	.73	.32	-.02
주의2	1.00	5.00	2.55	.77	.16	-.38	1.00	4.57	2.40	.70	.20	-.10
주의3	1.00	5.00	2.56	.74	.22	.12	1.00	4.71	2.44	.71	.12	-.05
자기비난	1.27	6.45	3.74	.89	-.07	.13	1.27	6.27	3.64	.85	-.14	-.11
비난1	1.14	7.00	3.61	.94	.06	.47	1.29	6.14	3.57	.85	-.09	.10
비난2	1.14	6.71	3.97	.98	-.16	.18	1.00	6.57	3.79	.98	-.17	-.02
비난3	1.13	7.00	3.66	.96	.01	.25	1.00	6.50	3.57	.92	-.16	.00
우울	1.00	3.85	1.86	.49	.90	.98	1.00	3.45	1.85	.47	.78	.35
우울1	1.00	4.00	2.12	.57	.54	.11	1.00	3.86	2.14	.53	.54	.44
우울2	1.00	3.57	1.74	.53	.98	.72	1.00	3.57	1.74	.52	.80	.30
우울3	1.00	4.00	1.69	.50	1.10	1.91	1.00	3.33	1.66	.50	1.01	.81
사회불안	1.04	4.39	2.59	.71	-.05	-.48	1.72	7.11	3.92	1.12	.10	-.43
부정 평가 두려움	1.00	4.88	2.62	.86	.03	-.66	1.00	5.00	2.56	.87	.15	-.61
새로운 상황 회피불안	1.00	4.80	3.00	.82	-.18	-.56	1.00	4.80	2.86	.82	-.11	-.53
일반적 상황 회피불안	1.00	4.40	2.30	.79	.36	-.40	1.00	4.80	2.25	.79	.41	-.23
수행에 대한 의심	1.00	4.70	2.50	.85	.06	-.70	1.00	4.80	2.46	.84	.32	-.30

주. 완벽1-3은 문항묶음한 사회부과 완벽주의의 측정변인, 주의1-3은 문항묶음한 자기초점적 주의의 측정변인, 비난1-3은 문항묶음한 자기비난의 측정변인, 우울1-3은 문항묶음한 우울의 측정변인임.

인들은 총 2회(T1, T2) 측정하였다. 또한 사회 불안을 제외한 나머지 변인들은 모두 단일요인 척도이기 때문에 측정변인들을 생성하기 위하여 요인 알고리즘(factorial algorithm)을 이용하는 항목과 구성개념간 균형(item-to-construct

balance)을 이용한 문항묶음화(item parceling)를 실시하여 각각 3개의 측정변인들을 생성하여 분석에 이용하였다(Little, Cunningham, Shahar, & Widaman, 2002). 분석 결과, 모든 주요변인들에 대한 측정변인들의 왜도가 ±2, 첨도가 ±7을

넘지 않았기 때문에 정상성을 가정을 만족하는 것으로 확인할 수 있었다(West, Finch, & Curran, 1995).

것으로 나타났다.

측정모형 검증

주요 변인들 간 상관분석

사회부과 완벽주의(T1), 자기초점적 주의(T1, T2), 자기비난(T1, T2), 우울(T1, T2), 사회불안(T1, T2) 간 관련성을 분석하기 위하여 상관분석을 실시하였다. 주요변인의 전체 점수들 간 상관분석 결과는 표 2에 제시하였다. 본 연구의 주요 변인들 간 모든 상관계수는 정적으로 유의한 것($p < .001$)으로 나타났으며, 동일한 측정시점의 변인들 간 상관이 다른 측정시점의 변인들과의 상관에 비해 상대적으로 높은

Anderson과 Gerbing(1988)의 제안에 따라 먼저 측정모형 검증을 통하여 잠재변인들을 각 측정변인들이 얼마나 잘 측정하고 있는지를 확인하였다. 사회불안을 제외한 나머지 변인들은 문항묶음을 통해 3개의 측정변인을 생성해서 분석에 이용하였으며, 검증 시 측정시점(1차, 2차)별 동일한 측정변인들의 오차 간 상관은 모두 허용하였다. 표 3에서 확인하듯이 분석 결과 CFI가 .939, TLI가 .924, RMSEA가 .077(90% 신뢰구간: .070-.083)로 측정모형이 적절하여 구조모형 검증이 가능함을 확인하였다

표 2. 주요 연구변인들 간 상관분석 결과 (N = 273)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 사회부과완벽주의(T1)	-								
2. 자기초점적주의(T1)	.51***	-							
3. 자기초점적주의(T2)	.50***	.75***	-						
4. 자기비난(T1)	.60***	.63***	.57***	-					
5. 자기비난(T2)	.55***	.58***	.66***	.85***	-				
6. 우울(T1)	.49***	.57***	.54***	.72***	.61***	-			
7. 우울(T2)	.44***	.48***	.57***	.59***	.63***	.73***	-		
8. 사회불안(T1)	.44***	.66***	.61***	.64***	.61***	.53***	.48***	-	
9. 사회불안(T2)	.46***	.67***	.75***	.62***	.69***	.49***	.54***	.83***	-

표 3. 측정모형의 적합도 지수

	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA (90% 신뢰구간)
측정모형	852.838	329	.939	.924	.077(.070 - .083)

*** $p < .001$.

(표 3). 측정변인들의 요인 부하량(β)이 모두 .40 이상 (최저: .75, 최대: .97)으로 측정변인들이 잠재 변인들을 잘 측정하고 있음을 알 수 있다.

표 4. 측정모형의 요인부하량

잠재변인	측정변인	B	SE	β	t
사회부과 완벽주의	완벽1	1.00		.83	
	완벽2	.90	.07	.75	12.64***
	완벽3	.91	.07	.79	13.16***
자기초점적 주의(T1)	주의1(T1)	1.00		.94	
	주의2(T1)	1.05	.03	.95	31.93***
	주의3(T1)	.97	.03	.92	28.31***
자기초점적 주의(T2)	주의1(T2)	1.00		.95	
	주의2(T2)	.98	.03	.97	37.72***
	주의3(T2)	.96	.03	.94	32.66***
자기비난(T1)	비난1(T1)	1.00		.90	
	비난2(T1)	.99	.05	.84	20.16***
	비난3(T1)	1.05	.04	.91	23.93***
자기비난(T2)	비난1(T2)	1.00		.89	
	비난2(T2)	1.13	.05	.88	21.03***
	비난3(T2)	1.08	.05	.90	21.54***
우울(T1)	우울1(T1)	1.00		.88	
	우울2(T1)	.96	.05	.90	20.84***
	우울3(T1)	.85	.05	.85	18.71***
우울(T2)	우울1(T2)	1.00		.82	
	우울2(T2)	1.09	.06	.89	17.93***
	우울3(T2)	1.04	.06	.90	17.82***
사회불안(T1)	부정적 평가 두려움(T1)	1.00		.76	
	새로운 상황 회피불안(T1)	.95	.07	.78	14.64***
	일반적 상황 회피불안(T1)	1.06	.06	.89	16.61***
	수행에 대한 의심(T1)	1.05	.07	.83	14.89***
사회불안(T2)	부정적 평가 두려움(T2)	1.00		.80	
	새로운 상황 회피불안(T2)	.99	.06	.82	16.85***
	일반적 상황 회피불안(T2)	.98	.06	.86	17.60***
	수행에 대한 의심(T2)	.97	.06	.81	15.63***

*** $p < .001$.

구조모형 검증

측정모형 검증 결과가 적합함을 확인하였으므로, 본 연구에서 설정한 연구문제인 사회부와 완벽주의와 우울, 사회불안의 관계에서 자기초점적 주의와 자기비난이 매개하는지에 관한 구조모형의 적합성을 살펴보았다. 변인들 간 관계를 설명하는 모형으로는 사회부와 완벽주의가 우울과 사회불안으로 가는 직접 경로가 있는 부분매개모형과 직접 경로가 없는 완전매개모형을 비교하였다. 완전매개모형이

부분매개모형에 내재된(nested) 모형이므로 적합도 지수와 χ^2 차이검증 모형들의 모형 적합도를 분석·비교하였다(표 5).

적합도 지수를 확인한 결과 두 모형 모두 자료에 적합하였으나, χ^2 차이 검증을 실시한 결과 두 모형 간의 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않아 더 간명한 모형인 완전매개모형(대안모형)을 최적 모형으로 채택하였다. 최종모형으로 선택된 완전매개모형의 표준화 경로계수의 경로도와 각 경로들의 직접효과 크기 및 이에 대한 유의성 검증 결과는 그림 3

표 5. 모형들의 적합도 지수와 $\Delta\chi^2$ 차이 검증 결과

	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA (90% 신뢰구간)
부분매개모형	888.572	341	.936	.924	.077(.071-.083)
완전매개모형	890.139	343	.936	.924	.077(.070-.083)
χ^2 차이 검증	$\Delta\chi^2(2) = 1.567, p > .05$				

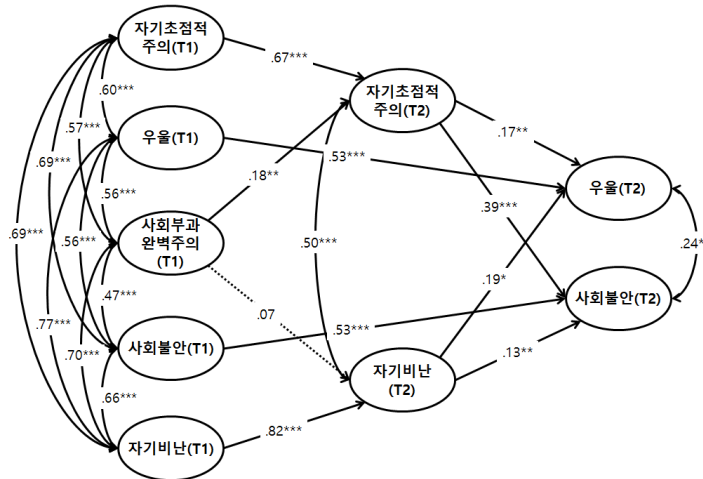


그림 3. 최종모형(완전매개모형)의 표준화 경로계수

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

주. 지면 관계상 잠재변인들 간 경로만 제시하였음. 유의한 경로는 실선으로, 유의하지 않은 경로는 점선으로 표시함. 내생변인들 간 상관은 실제로는 오차항들 간 상관을 연결하였음.

표 6. 최종모형(대안모형)의 잠재 변인들 간 모수 추정치

			B	SE	β	t
자기초점적 주의(T2)	→		.11	.04	.17	2.84**
자기비난(T2)	→	우울(T2)	.11	.04	.19	2.50*
우울(T1)	→		.48	.06	.53	7.97***
자기초점적 주의(T2)	→		.38	.05	.39	8.05***
자기비난(T2)	→	사회불안(T2)	.12	.04	.13	2.69**
사회불안(T1)	→		.56	.06	.53	9.60***
사회부과완벽주의(T1)	→	자기초점적	.18	.06	.18	3.27**
자기초점적 주의(T1)	→	주의(T2)	.63	.05	.67	13.01***
사회부과완벽주의(T1)	→	자기비난(T2)	.08	.06	.07	1.31
자기비난(T1)	→		.75	.06	.82	12.60***
자기초점적 주의(T1)	↔		.28	.04	.57	7.13***
우울(T1)	↔	사회부과	.18	.03	.56	6.93***
사회불안(T1)	↔	완벽주의(T1)	.20	.03	.47	5.89***
자기비난(T1)	↔		.39	.05	.70	7.84***
우울(T1)	↔		.21	.03	.60	7.87***
사회불안(T1)	↔	자기초점적	.32	.04	.69	8.25***
자기비난(T1)	↔	주의(T1)	.42	.05	.69	8.45***
사회불안(T1)	↔		.17	.02	.56	7.05***
자기비난(T1)	↔	우울(T1)	.31	.04	.77	8.86***
자기비난(T1)	↔	사회불안(T1)	.35	.05	.66	7.66***
자기초점적 주의(T2)	↔	자기비난(T2)	.08	.01	.50	6.07***
우울(T2)	↔	사회불안(T2)	.02	.01	.24	2.80**

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

과 표 6에 제시하였다.

결과적으로 보면, 사회부과 완벽주의가 자기초점적 주의 거쳐 우울로 이행되고, 사회부과 완벽주의가 자기초점적 주의를 매개로 사회불안으로 이행되는 과정을 확인함으로써 우울 및 사회불안에 모두에 대해 자기초점적 주의의 매개효과를 확인할 수 있었다. 그러나

사회부과 완벽주의에서 자기비난으로 이행하는 경로가 유의하지 않기 때문에 자기비난의 매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다.

매개효과 유의성 검증

Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트래

핑 방법으로 사회부과 완벽주의와 우울, 사회부과 완벽주의와 사회불안의 관계에서 자기초점적 주의와 자기비난의 매개(간접)효과 유의성을 검증하였다. 이 방법은 부트스트래핑을 통해 매개(간접)효과의 추정치에 대한 95% 신뢰구간을 구해서, 신뢰구간에 0이 포함되지 않으면 매개(간접)효과가 유의한 것으로 보는 방법으로 정상성 가정의 위배에 대한 제한을 받지 않기 때문에 검증력이 높다. 이때, 매개변인 중 자기비난의 경우에는 사회부과 완벽주의에서 가는 직접 경로가 유의하지 않았기 때문에 매개효과 검증은 실시하지 않았다.

표 7과 같이 사회부과 완벽주의가 자기초점적 주의를 거쳐 우울로 이행되는 매개 경로와 ($B = .020$, 95% Bias-corrected CI = $.005 \sim .050$) 사회부과 완벽주의가 자기초점적 주의를 거쳐 사회불안으로 이행되는 매개 경로가 통계적으로 유의($B = .070$, 95% Bias-corrected CI = $.016 \sim .141$)함을 확인하였다. 즉, 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 자기초점적 주의가 높아져서 우울 수준과 사회불안 수준이 높아지는 각각의 경로를 확인할 수 있었다.

논 의

본 연구에서는 고등학생을 대상으로 사회부과 완벽주의가 사회불안 및 우울에 영향을 미치는 과정에서 자기초점적 주의와 자기비난의 매개효과를 검증하고자 하였다. 먼저, 사회부과 완벽주의와 우울, 사회불안, 자기 초점적 주의, 자기비난의 변인들은 서로 정적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 사회불안, 우울, 자기초점적 주의와 자기비난의 변인 간 상관관계가 동일한 측정시점 뿐만 아니라 다른 측정시점의 변인들과도 정적으로 유의한 상관을 보인다는 것으로, 변인들 간의 정적인 상관관계가 안정성을 가지고 유지된다는 점을 시사한다. 또한 사회불안, 우울, 자기초점적 주의와 자기비난의 T1과 T2의 측정치가 정적으로 유의하게 나타났다는 점에서, 이들 변인들 역시 비교적 시간의 흐름에 따라 안정적인 특성을 지니고 있다는 점을 유추할 수 있다.

본 연구에서 확인하고자 했던 두 개의 매개변인, 즉 자기초점적 주의와 자기비난의 유의성 검증에서는 서로 다른 결과가 도출되었다. 먼저 매개변인으로서 자기초점적 주의의 경우

표 7. 매개효과들의 부트스트래핑 결과

경로	부트스트랩 추정치	SE	95% 신뢰구간 (Bias-corrected bootstrap)	
			하한	상한
사회부과완벽주의(T1) → 자기초점적 주의(T2) → 우울(T2)	.020	.011	.005	.050
사회부과완벽주의(T1) → 자기초점적 주의(T2) → 사회불안(T2)	.070	.032	.016	.141

주. 부트스트랩 표집은 5,000번, 부트스트랩 추정치는 비표준화된 자료임.

사회부과 완벽주의와 우울의 관계를 유의하게 매개하였다. 특히 이 결과는 우울과 사회불안, 그리고 자기초점적 주의의 각 변인의 2차 측정치(T2)에서 1차 측정치(T1)를 통계적으로 통제하고 난 후에도 유의하게 나타난 매개효과이기 때문에 보다 명확한 변인간의 영향 관계를 보여준다. 이는 대학생을 대상으로 부적응적 완벽주의와 우울의 관계에서 자기초점적 주의의 부적응적 측면인 자기몰입의 조절효과의 유의성을 밝혔던 연구 결과(박정화, 2013)와 일관적이다. 더 나아가 이 결과는 국내 고등학생을 대상으로 한 연구를 통해 Clark와 Wells의 사회불안장애 인지모델이 실제 사회불안을 설명하는데 유의함을 증명하였다는 점에서 의미가 있다. 즉, 사회부과 완벽주의가 자기초점적 주의를 매개로 사회불안과 우울의 발생에 기여하는 과정은 Clark와 Wells의 사회불안장애 인지모델에서 가정하고 있는 바와 맥을 같이 한다. Clark와 Wells의 사회불안장애 인지모델은 성인부터 청소년(Hodson, McManus, Clark, & Doll, 2008; Schreiber, Höfling, Stangier, Bohn, & Steil, 2012)에 이르기까지 다양한 집단에서의 연구를 통해 광범위한 경험적 지지를 얻은 이론이다. 그동안 국내에서 특히 청소년을 대상으로 이 모델을 검증한 경우가 부족하였다. 이 점에서 본 연구 결과가 Clark와 Wells의 인지모델을 바탕으로 비합리적 신념으로서의 사회부과 완벽주의 성향을 가진 청소년이 자기초점적 주의를 매개로 사회불안과 우울에 이르는 과정에 대한 경험적 뒷받침의 근거를 마련했다는 점에서 의의가 있다. 이를 바탕으로 학교 상담 및 임상장면에서 사회부과 완벽주의 성향을 가진 청소년들이 사회불안이나 우울을 경험할 때 자기초점적 주의에 초점을 두어 상담적 개입을 하는 것이 효과적임을 시

사한다. 이에 대한 구체적인 개입방법으로 원영주와 조성호(2013)는 탈중심화를 제안하였는데, 이는 사회적 상호작용 불안을 호소하는 내담자 중 주의의 초점이 자신에게 병리적으로 몰입되어 있는 사람들에게 자신이 현재 경험하는 것에서 한 발짝 물러나 관찰할 수 있도록 조력하는 것을 의미한다.

반면, 매개변인으로서 자기비난은 사회부과 완벽주의와 우울의 관계, 사회부과 완벽주의와 사회불안의 관계에서 사회부과 완벽주의에서 자기비난으로 이행되는 직접 경로가 유의하지 않아 매개변인으로 작용하지 않았다. 이 결과는 국내 고등학생을 대상으로 평가염려 완벽주의와 우울의 관계에서 자기비난의 매개효과를 확인한 김선은(2011)의 연구 결과와는 일치하지 않았으며, 자기비난을 우울의 원인 및 유지와 관련되는 취약요인으로 밝혔던 선행 연구 결과들(조재임, 1996; 조현주, 현명호, 2011; Blatt & Homann, 1992)과도 다소 다르다. 이에 대해 몇 가지 가능성을 고려해볼 수 있다.

먼저 사회부과 완벽주의와 사회불안 그리고 사회부과 완벽주의와 우울의 관계에서 매개변인으로 설정되었던 자기초점적 주의와 자기비난은 자신의 내부에 주의를 기울이는 속성이라는 공통점을 가지고 있다. 매개변인인 자기초점적 주의와 자기비난이 두 변인끼리 겹치는 공통 변량을 함께 측정하면서 나타난 변인간의 경쟁으로 도출된 결과일 수 있다. 아울러 연구 대상이 고등학생이라는 점에서도 생각해 볼 수 있다. 고등학생 시기는 신체·인지·사회적으로 급격한 발달과 변화를 겪으면서 사고를 자신에게로 향하게 하는 자의식이 발달하는 시기이다. 또한 형식적 사고가 가능해지면서 자신의 내면을 언어화하고 성찰할

수 있으며, 자신의 타인의 생각을 개념화 할 수 있게 된다(Harter, 2012; 강병은, 신현숙, 2017에서 재인용). 이러한 발달적 특징으로 인해 자기비난보다는 자신을 평가하고자 하는 자기초점적 주의가 더욱 활성화될 수 있음을 추측해 볼 수 있다. 또는 사회부과 완벽주의가 자기비난으로 바로 이어지는 것이 아니라 그 가운데에 다른 제 3의 매개변인이 존재하는 경우를 생각해 볼 수 있다. 사회부과 완벽주의 성향이 높은 사람은 중요한 타인이 자신에게 적용한 비현실적인 기준을 완벽하게 충족시켜야 한다는 믿음을 지니는데, 타인이 부과한 비현실적인 목표로 인해 성공과 실패가 자신의 통제 밖에 있다는 신념으로 이어질 수 있다(유성은, 권정혜, 1997). 따라서 다양한 상황을 통제 불가능한 스트레스 상황으로 인식하게 되고, 이를 해결하기 위한 부적절한 대처방식을 사용할 수 있음을 짐작할 수 있다. 중학생의 완벽성향과 스트레스 대처방식에 관한 연구에서 사회부과 완벽주의 성향이 높은 사람은 타인의 인정을 얻음으로써 스트레스를 해소하거나 수행과정에서 발생하는 어려움의 감정을 표현·발산하며, 혹은 체념이나 포기하는 방식으로 해결하려고 하며, 이러한 대처방식이 다시 스트레스를 불러오는 과정에 대해 설명하고 있다(윤현영, 2003). 부적절한 스트레스 대처 방식은 스트레스를 야기한 근본 문제를 해결하지 못할 가능성이 높고, 미해결된 근본 문제는 시간이 지난 후에도 심리적 부적응을 일으킬 수 있다(임소영, 2017)는 선행연구로 볼 때, 사회부과 완벽주의가 부적절한 스트레스 대처방식과 같은 다른 요인을 매개로하여 자기비난으로 이어질 가능성을 생각해 볼 수 있다.

종합하면, 본 연구에서는 완벽주의와 심리

적 부적응(사회불안 및 우울)의 매개변인으로 자기초점적 주의와 자기비난을 하나의 통합된 모형 안에서 검증하여 사회부과 완벽주의가 사회불안 및 우울로 이행되는 복잡하고 정교한 경로에 대한 검증을 실시했다는 점에서 의미가 있다. 또한 종단연구를 통해 변인 간의 영향관계를 살펴봄으로써 사회부과 완벽주의가 심리적 부적응인 사회불안과 우울로 영향을 미치는 방향성을 분명히 할 수 있었다. 특히 본 연구 결과는 자기초점적 주의의 매개효과를 확인하여 학교 상담 및 임상 장면에서 사회부과 완벽주의 성향이 높은 청소년들이 사회불안이나 우울을 경험할 때 이들의 자기초점적 주의에 초점을 두고 개입하는 것이 효과적임을 시사한다. 자기초점적 주의는 그 자체로 정신병리와 관련이 되는 것이 아니라 자기몰입으로 명명되는 방어적 자기초점적 주의가 심리적 문제와 관련된다. 즉 정신병리와 관련된 방어적인 자기초점적 주의를 비방어적인 자기초점적 주의로 전환하는 것의 중요성을 시사한다. 따라서 내부에 초점을 맞추되, 특정 부분에 집착적으로 주의를 기울이기보다 자신의 전반적인 부분에 초점을 맞추고 상황에 적절하게 주의를 외부로 전환시킬 수 있도록 안내하는 개입방법이 효과적일 것이다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 경기도 지역의 인문계 남녀고등학생을 대상으로 실시하여 얻은 결과이므로 지역, 연령, 학교 체제별 유형에 따라 연구 결과를 모든 고등학생들에게 일반화하기에는 한계가 있다. 다양한 연령과 지역, 학교 유형을 포괄하는 대상자를 선정하여 보다 일반화된 결과를 도출 할 수 있는 후속 연구가 필요하다. 둘째, 본 연구에서는 각

변인을 측정하기 위해 자기보고식 설문지를 사용하였으나 이는 응답자의 주관적인 판단에 의해 의존하는 한계를 지닌다. 후속 연구에서는 보다 객관적인 측정치를 얻을 수 있도록 다양한 측정 방법을 활용하여 신뢰성을 확보하여야 한다. 셋째, 사회부과 완벽주의가 자기비난을 매개로 하여 우울과 사회불안에 미치는 경로가 유의하지 않게 나왔고 이 부분에 대한 후속연구가 필요하다. 끝으로, 사회불안 장애의 성별에 따른 유병률의 차이는 청소년과 성인초기에 더욱 뚜렷하게 나타나며, 여성의 유병률이 남성에 비해 2배 높은 것으로 보고되고 있다(APA, 2013). 이를 고려할 때 후속 연구에서는 성별 간 비교연구를 통해 본 연구 결과를 재확인할 필요가 있다.

참고문헌

강병은, 신현숙 (2017). 청소년 자의식 척도의 타당화. *한국심리학회지: 학교*, 14(1), 105-128.

권석만 (2014). 이상심리의 기초: 이상행동과 정신장애의 이해. 서울: 학지사.

김내환 (2016). 평가염려 완벽주의와 우울간의 관계: 자기비난과 반추의 연속매개효과. *아주대학교 석사학위논문*.

김명식 (2008). 아동, 청소년 상담: 일 도시의 남녀 중학생 우울증 유병률과 우울증이 학교적응에 미치는 영향. *상담학연구*, 9(2), 645-658.

김병직, 이동귀, 이희경 (2012). 사회부과 완벽주의 및 자기지향 완벽주의와 우울간의 매개변인 탐색: 사회불안과 반추. *상담학연구*, 13(2), 417-436.

김선은 (2011). 남녀 고등학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계: 자기비난의 매개효과. *이화여자대학교 석사학위논문*.

김소린, 이은정, 조수현, 이성찬, 이상민 (2014). 심리적 요인이 자살에 미치는 영향: 스트레스, 자존감, 우울을 중심으로. *상담학연구*, 15(3), 1049-1065.

김정미 (2009). 대학생의 부적응적 완벽주의와 부적응적 정서의 관계: 자기비난과 수치심의 매개효과. *청소년학연구*, 16(10), 205-225.

김정미 (2010). 아동 및 청소년의 부적응적 완벽주의와 우울의 관계에서 자기존중감의 역할. *청소년학연구*, 17(8), 79-104.

김현진 (2002). 대학생의 우울 취약성과 자의식이 대인관계에 미치는 영향. *연세대학교 석사학위논문*.

나빛나, 장성숙 (2016). 고등학생의 내현적자기애와 우울 관계에서 수치심과 경험회피의 매개효과. *한국심리치료학회지*, 8, 1-23.

문혜신, 오경자 (2002). 한국판 아동·청소년용 사회 불안 척도의 타당화 연구. *한국심리학회지: 임상*, 21(2), 429-443.

박 은, 김정민 (2017). 대학생의 부적응적 자기초점주의, 사회불안 및 우울 간의 관계. *한국심리학회지: 건강*, 22(3), 669-685.

박정화 (2013). 대학생의 부적응적 완벽주의와 우울 간의 관계에서 자기몰입의 조절효과. *전남대학교 석사학위논문*.

박지연, 양난미 (2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 사회불안의 관계: 사회적 지지와 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(2), 363-388.

서선주 (1999). 아동의 역량지각과 행동문제.

- 아동학회지, 20(3), 97-106.
- 세계일보. “명문대 아니면 뭐 할래?”...‘성공 강박’ 시달리는 아이들.(2018.08.08.) <http://www.segye.com/newsView/20180808005171>
- 송은영, 하은혜 (2008). 청소년의 외상경험, 완벽주의 성향 부정적 사고가 사회불안에 미치는 영향. 인지행동치료, 8(1), 41-56.
- 신지은, 이동귀 (2011). 고등학생의 사회적으로 부과된 완벽주의와 심리적 부적응. 한국청소년연구, 22(2), 55-79.
- 신현숙, 이경성, 이해경, 신경수 (2004). 비행 청소년의 생활적응 문제에서 우울/불안 및 공격성의 합병 효과와 성차. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(3), 491-510.
- 양선경, 송원영 (2018). 남자고등학생의 내면화된 수치심이 사회불안에 미치는 영향: 완벽주의적 자기제시의 매개효과. 한국융합학회논문지, 9(2), 277-287.
- 양옥성 (2011). 사회불안이 청소년기 발달단계에 미치는 영향. 서울신학대학원 상담대학원 석사학위논문.
- 양재원, 양윤란, 오경자 (2008). 아동, 청소년기 사회불안의 측정. 한국심리학회지: 임상, 27(4), 861-878.
- 오은주, 남재걸 (2017). 고등학생의 사회불안과 학교적응의 관계에서 공감능력의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 17(7), 105-128.
- 원영주, 조성호 (2013). 자기초점적 주의가 사회적 상호작용 불안에 미치는 영향: 탈중심화의 매개효과. 인간이해, 34(2), 173-191.
- 유성은, 권정혜 (1997). 완벽주의적 성향, 사회적 지지, 스트레스에 대한 대처방식이 중년 여성의 우울에 미치는 영향. Korean Journal of Clinical Psychology, 16(2), 67-84.
- 윤현영 (2003). 중학생의 완벽성향과 스트레스 대처방식이 학교생활만족도에 미치는 영향. 교육심리연구, 17(3), 313-330.
- 이동귀, 배병훈, 함경애, 천영아. (2015). 완벽주의와 우울의 관계. 한국심리학회지: 일반, 34(1), 305-333.
- 이민규, 김근홍 (1998). 완벽주의 성향과 자기효능감이 우울과 과제수행에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 17(1), 211-222.
- 이시형, 신영철, 오강섭 (1994). 사회공포증에 관한 10년간의 임상 연구. 신경정신의학, 33(2), 305-312.
- 이지영 (2010). 자기초점적 주의 성향과 정신병리의 관계. 한국심리학회지: 일반, 29(2), 371-388.
- 이지영, 권석만 (2005). 자기초점적 주의 성향 척도의 개발: 사회적 상황을 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 24(2), 451-465.
- 임소영 (2017). 신경증적 경향성이 정서중심적 대처에 미치는 영향: 정서인식 명확성의 매개효과. 대구대학교 석사학위논문.
- 임정하, 송지은, 팽태희, 백지민, 권오연 (2017). 남녀 청소년의 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향. 한국청소년연구, 28(3), 209-235.
- 전점구, 최상진, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. 한국심리학회지: 건강, 6(1), 59-76.
- 제미영 (2014). 청소년 우울관련 변인에 관한 메타분석. 전주대학교 박사학위논문.
- 조용래, 원호택 (1999). 사회공포증에 대한 인지적 평가 3. 한국심리학회지: 임상, 18(1), 141-162.

- 조은주, 이은희 (2013). 부와 모의 심리적 통제와 청소년의 우울 및 불안: 비합리적 신념의 매개 역할. *한국청소년연구*, 24(1), 35-70.
- 조재임 (1996). 우울의 두 차원에 관한 연구. 고려대학교 석사학위논문.
- 조현주, 현명호 (2011). 자기비판과 우울관계에서 지각된 스트레스와 자기자비 효과. *한국심리학회지: 건강*, 16(1), 49-62.
- 질병관리본부, 보건복지부 (2017). 제13차 청소년건강 행태온라인조사 통계.
- 하정희, 장유진 (2011). 대학생들의 완벽주의 성향과 주관적 행복감 및 사회적지지 제공의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 23(2), 427-449.
- 하정희, 조한익 (2006). 비합리적 신념에 따른 완벽주의의 순기능과 역기능. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 18(4), 873-896.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성-개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 박사학위논문.
- 한주연, 박 경 (2011). 대학생의 부적응적 완벽주의와 우울과의 관계에서 수치심과 인지적 정서조절 전략의 매개효과. *청소년학연구*, 18(9), 169-188.
- 한창환 (2001). 생물학적 기질과 가정환경이 청소년기 우울, 품행장애 성향 및 반사회적 행동에 미치는 영향-성격, 자아상 및 스트레스를 매개변인으로. 서울대학교 박사학위논문.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Beck, A. T. (Ed.). (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford press.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36(6), 1373-1385.
- Blatt, S. J., & Homann, E. (1992). Parent-child interaction in the etiology of dependent and self-critical depression. *Clinical Psychology Review*, 12(1), 47-91.
- Blatt, S. J., & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12(5), 527-562.
- Burns, J. M., & Patton, G. C. (2000). Preventive interventions for youth suicide: a risk factor-based approach. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 34(3), 388-407.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, and Treatment*, 41(68), 00022-3.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). 완벽주의 이론, 연구 및 치료(박현주, 이동귀, 신지은, 차영은, 서해나 공역)(2013), 서울: 학지사.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Gould, M. S., & Kramer, R. A. (2001). Youth suicide prevention. *Suicide and life-threatening*

- behavior*, 31(Supplement to Issue 1), 6-31.
- Hankin, B. L., Abramson, L. Y., Moffitt, T. E., Silva, P. A., McGee, R., & Angell, K. E. (1998). Development of depression from preadolescence to young adulthood: emerging gender differences in a 10-year longitudinal study. *Journal of Abnormal Psychology*, 107(1), 128-140.
- 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), 456-470.
- Hewitt, P. L., Caelian, C. F., Flett, G. L., Sherry, S. B., Collins, L., & Flynn, C. A. (2002). Perfectionism in children: Associations with depression, anxiety, and anger. *Personality and Individual Differences*, 32(6), 1049-1061.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1303-1325.
- Hodson, K. J., McManus, F. V., Clark, D. M., & Doll, H. (2008). Can Clark and Wells'(1995) cognitive model of social phobia be applied to young people?. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 36(4), 449-461.
- Johnson, H. S., Inderbitzen-Nolan, H. M., & Schapman, A. M. (2005). A comparison between socially anxious and depressive symptomatology in youth: A focus on perceived family environment. *Journal of Anxiety Disorders*, 19(4), 423-442.
- Little, T. D., Cunningham, W. A., Shahar, G., & Widaman, K. F. (2002). To parcel or not to parcel: Exploring the question, weighing the merits. *Structural Equation Modeling*, 9(2), 151-173.
- Nepon, T., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Molnar, D. S. (2011). Perfectionism, negative social feedback, and interpersonal rumination in depression and social anxiety. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 43(4), 297-308.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 569-582.
- Rapee, R. M. (1995). Descriptive psychopathology of social phobia. *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, and Treatment*, 41-66.
- Rapee, R. M., & Spence, S. H. (2004). The etiology of social phobia: Empirical evidence and an initial model. *Clinical Psychology Review*, 24(7), 737-767.
- Schreiber, F., Höfling, V., Stangier, U., Bohn, C., & Steil, R. (2012). A cognitive model of social phobia: applicability in a large adolescent sample. *International Journal of Cognitive Therapy*, 5(3), 341-358.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Thapar, A., Collishaw, S., Pine, D. S., & Thapar, A. K. (2012). Depression in adolescence. *The Lancet*, 379(9820), 1056-1067.

West, S. G., Finch, J. F. & Curran, P. J. (1995).

Structural equation models with nonnormal variables: Problem and remedies. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (pp. 56-75). Newbury Park, CA: Sage.

원 고 접 수 일 : 2018. 06. 30.

수정 원고접수일 : 2018. 08. 22.

최종 게재결정일 : 2018. 08. 23.

Influence of Socially-Prescribed Perfectionism on Social anxiety and Depression in Academic High School Students: Mediation Effects of Self-focused Attention and Self-Criticism

Seul-Ki Kim

Dong-gwi Lee

Yonsei University

The study examined the influence of socially-prescribed perfectionism (SPP) on depression and social anxiety, and further investigated the mediating effects of self-focused attention and self-criticism. The questionnaires designed to measure multidimensional perfectionism, social anxiety, depression, self-focused attention, self-criticism scale for adolescents were administered twice at an interval of three weeks to 273 students (83 men, 190 women) enrolled at high schools in Gyeonggi-do Province. The findings for the present study were as follows. First, SPP, depression, social anxiety, self-focused attention, and self-criticism showed all positive correlations. Second, the mediation effect from the SPP to depression via self-focused attention was statistically significant, whereas the indirect effect from the SPP to depression via self-criticism was not. Third, the pattern in depression was the same in social anxiety. The results provide indirect support for the social anxiety cognitive model (Clark & Wells) with regards to social anxiety particularly in Korean high school students. Finally, the implications and limitations of this study and suggestions for future research were discussed.

Key words : *socially-prescribed perfectionism, depression, social anxiety, self-focused attention, self-criticism*