

## 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계: 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 이중매개효과

최 호 경

신 경 민

한양사이버대학교

본 연구에서는 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 이중매개효과를 검증하고자 했다. 연구대상은 서울 소재 성인 남녀 252명이었다. 완벽주의적 자기제시 척도, 사회적 상호작용 불안 척도, 사회적 공포 척도, 불확실성에 대한 내인력 부족 척도, 개정판 이분법적 사고 지표를 사용하여 자료를 수집하였으며 분석 결과는 다음과 같다. 첫째, 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고, 각각의 완전 매개효과가 검증되었다. 완벽주의적 자기제시 성향의 개인에게서 사회불안이 발생하고 유지되는데 있어 두 변인의 매개효과가 유의했다. 둘째, 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 관련성이 검증되었다. 즉, 완벽주의적 자기제시가 불확실성에 대한 내인력 부족을 매개로 하여 이분법적 사고를 촉발시키고, 불확실성에 대한 내인력 부족에서 비롯된 부정적인 인지적 편향을 이분법적 사고가 매개하여 사회불안을 발생시키는 것으로 확인되었다. 이에 완벽주의적 자기제시 성향의 개인이 불확실성에 대한 내인력이 부족할 경우에 이분법적 사고에 취약할 수 있으며, 이분법적 사고는 사회불안을 심화시킬 수 있음이 시사되었다. 마지막으로 본 연구의 제한점과 향후 연구 방향을 제안하였다.

주요어 : 사회불안, 불확실성에 대한 내인력 부족, 이분법적 사고, 완벽주의적 자기제시, 직렬매개효과

---

† 교신저자 : 신경민, 한양사이버대학교 상담심리학과 교수, 서울시 성동구 왕십리로 220 한양사이버대학교  
kmshin@hycu.ac.kr, 02-2290-0384

사회적 상황에 노출될 때에 누구나 어느 정도의 불안을 경험하게 되는데, 적절한 불안은 집중력을 높여 수행에 도움을 주는 적응적인 기능을 한다(Heimberg & Becker, 2002). 하지만 그 불안이 적절한 수준을 넘어서게 되면 사회적 상황에서 현저하고 지속적인 두려움을 느끼게 되고, 그런 상황에서 창피하고 당황스럽게 행동할까봐 두려워하는 인지적, 정서적 반응이 일어나게 된다. 그러한 반응을 사회불안이라 하는데(American Psychiatric Association, 1994), 사회불안의 정도가 심해서 일상생활에서 병리적이고 부적응적인 양상을 보여 DSM-5의 진단기준을 충족하면 사회불안장애(social anxiety disorder)로 진단된다.

사회불안은 실제 사회적 상황에 처했을 경우에는 물론, 그러한 상황을 예상할 때에도 느끼게 된다. Schlenker와 Leary(1982)는 사회불안을 실제 또는 가상의 사회적 상황에서 대인적 평가를 예견함으로써 생기는 인지적, 정서적 경험의 총체라 정의하고, 신체적 또는 인지적 철수, 열등감, 지나친 자기몰입, 그리고 자기조절력과 통제력의 감소 등의 반응이 나타난다고 하였다. 사회불안으로 치료를 받는 환자들은 교육, 가족관계, 결혼, 친구관계 등 다양한 영역에서 어려움을 보고하며(Schneier, Johnson, Horning, Liebowitz, & Weissman, 1992), 사회적 상호작용을 할 때 경험되는 불편감과 긴장을 떨쳐버리기 위해 약물과 알코올에 의존하는 경우도 많다(Beidel, Turner, & Dancu, 1985).

사회불안에 대한 관심이 증가하면서 사회불안의 발생과 유지에 기여하는 요인을 설명하기 위해 다양한 연구가 이루어져 왔다. Plomin과 Daniels (1985)는 자율신경계 활동이 불안정할 때 수줍음과 사회적 불편감, 사회적 위축

과 회피, 낮은 사람에 대한 두려움 등과 같은 기질적 특성이 나타난다고 하였다. 발달적 접근에서는 인지 발달이나 개인의 기질, 부모 자녀관계를 통해서 사회불안의 영향을 받는다고 설명한다(Dadds, Barrett, Rapee, & Ryan, 1996). 인지이론들은 사회불안의 발생, 유지에 인지가 중심 역할을 하고 있으며 인지적 재구조화가 사회불안의 치료에 가장 효과적이라고 제안하였다(Clark et al., 1995).

한편 자기제시모형(self-presentation)은 동기적 측면에서 사회불안을 설명하고 있다. 자기제시모형은 사회불안과 관련된 여러 인지적 변인들을 포괄한 자기제시동기와 자기제시기대의 두 요인을 가정한다(정승아, 오경자, 2005). 자신이 기대하는 인상을 타인에게 주고 싶은 욕구를 자기제시동기라 하고 그것을 성공시킬 수 있는지에 대한 내적평가를 자기제시기대라 하는데, 사회불안 수준은 두 요인의 함수관계에 의해 결정된다(김남재, 1998; Leary & Kowalski, 1995). 즉, 자기제시동기가 너무 높을 경우 자기제시기대가 그 수준을 따라가지 못해 사회불안을 경험하게 된다. Hewitt 등(2003)은 자기제시동기가 극에 달해 타인에게 자신을 완벽하게 보이고자 하는 표현적 욕구를 '완벽주의적 자기제시'라 하였다.

자기제시는 타인의 인정 및 지지에 대한 욕구 또는 사회적 소속감과 같은 대인관계적 욕구로부터 비롯되었다(Baumeister & Leary, 1995). 하지만 완벽주의적 자기제시 성향은 타인에게 좋은 인상을 주려는 초기의 의도가 왜곡되어 타인과의 관계를 차단하는 부정적인 결과를 낳으므로(Lee & Seo, 2010), 여러 심리적 문제의 위험요인으로 작용할 수 있다.

Hewitt 등(2003)에 의하면 완벽주의적 자기제시 성향을 지닌 사람들은 자신을 완벽하게

보이고자 노력하고 자신의 불완전함을 숨기려는 특성을 갖고 있다. 때문에 그들의 비현실적인 완벽에 대한 욕구가 모순적으로 타인의 시선 및 비난에 더욱 민감해지고 자신을 솔직하게 드러내지 못하는 행동 양상으로 나타나 사회불안과 같은 부적응적 특성으로 이어지게 된다. 즉 자신만만하고 과장된 자기제시를 통해 자신의 완벽함을 강조하고자 하는 사람들(완벽주의적 자기노력)은 그들이 얻고자 하는 수준의 지지, 존중, 도움을 받지 못할 것에 대한 두려움을 갖게 된다. 그 결과, 이상적 자기와 실제적 자기간의 지각된 불일치에 의해 지속적인 사회불안을 경험한다(Schlenker & Leary, 1982). 또한 자신의 불완전함이 드러나서 타인에게 비난받거나 경멸당할 것에 대한 두려워하는 사람들은(완전한 오픈 노력-행동적, 언어적) 회피 양상을 보이는데 이는 사회불안을 지닌 사람들이 주로 보이는 안전행동과 유사하다.

Mackinnon과 그의 동료들(2014)은 완벽주의적 자기제시와 사회불안 척도를 날마다 측정하는 방식인, 21일 간의 경험표집법(experience sampling design)을 통해 사회부과적 완벽주의와 완벽주의 인지, 우울 기분을 통제한 뒤 사회불안 증상을 살펴보았는데 완벽주의적 자기제시는 일상 속의 사회불안 증상을 강하게 예측하는 성격요인으로 나타났다.

본 연구에서는 완벽주의적 자기제시 성향을 지닌 사람들이 사회불안을 나타내는데 있어 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고가 어떠한 영향을 미치는지를 알아보고자 한다.

우선 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족의 관련성을 살펴보았다.

불확실성에 대한 내인력 부족은 불확실한 상황이나 사건에 대해 어떻게 지각하고, 해석하고, 반응하는지에 영향을 주는 인지적 편향이다(Dugas, Schwarz, & Francis, 2004). Grenier, Barrette 및 Ladouceur(2005)는 불확실성을 참을 수 없는 것은 불확실한 상황이나 환경을 위협, 불만족, 불평의 근원으로 해석하는 개인적인 경향이라고 하였다. 때문에 불확실한 상황에 처했을 때, 내인력이 부족한 사람은 사적 사건들에 대해 인지적, 정서적, 행동적 수준에서 부정적으로 반응하여(Dugas, Buhr, & Ladouceur, 2004), 지나친 경계 반응을 일으키게 되고 정서적 각성을 견디지 못하며 인지적 회피 반응을 야기하여 과도한 불안이 발생한다(Krohne, 1993). 이로 인해 실제로는 문제해결 기술을 가지고 있음에도 문제해결에 대한 자신감이 부족하게 되며(Dugas, Freeston, & Ladouceur, 1997), 부정적인 사건의 발생 가능성이 매우 낮은데도 이를 스트레스로 받아들이고 회피하려 한다(Dugas et al., 2004).

완벽주의적으로 자신을 제시하고자 하는 사람들은 타인에게 완벽하게 좋은 인상을 주고 싶어 하며 자신의 불완전함이 드러날 것에 대한 두려움으로 인해 타인의 시선이나 비난에 민감하게 된다. 그런데 타인의 정보가 긍정적인 것인지 부정적인 것인지 아직 확인되지 않은 모호한 상황, 즉 불확실한 상황일 경우에는 자신이 타인에게 완벽하게 좋은 인상을 주었는지에 대해서 확실히 알기 어렵게 되고 상대가 자신의 불완전함을 알고 있는 것인지에 대한 정보를 제대로 파악할 수 없게 된다. 이러한 상황은 그들의 완벽주의적으로 자신을 제시하고 싶은 욕구를 충족시켜 줄 수가 없기에 왜곡 해석하는 인지적 편향을 하게 되어 불확실성에 대한 내인력 부족을 경험하게 되

는 것이다.

또한, 사회적 정보는 정서적 의미가 모호한 경우가 많다. 그러므로 우리의 일상에서 불확실성은 피할 수 없는 부분이다. 사람들은 모호한 정보를 나름대로의 인지 과정을 통해 해석하게 되는데 사회불안을 가진 사람들은 모호한 정보에 대해 긍정적으로 해석하기보다는 부정적으로 해석하는 편향을 보인다(Clark & McManus, 2002; Stopa & Clark, 2000). 이렇듯 사회불안을 지닌 사람들이 보이는 인지적 편향은 불확실성에 대한 내인력이 부족한 사람의 인지적 편향과 비슷한 양상으로 나타나는데, 많은 연구자들이 불확실성에 대한 내인력 부족의 수준이 사회불안의 수준과 변화를 예측할 수 있다고 보고하고 있다(Riskind, Tzur, Williams, Mann, & Shahar, 2007). 부정적 평가에 대한 두려움, 불안 민감성 등과 같은 주요 인지변인들의 영향을 통제하고도 불확실성에 대한 내인력부족이 사회불안에 영향을 미치는 변인임이 밝혀지기도 하였다(Boelen et al., 2009; Carleton et al., 2010).

최근의 연구에서 Carleton 등(2010)은 사회불안에 영향을 미치는 변인들과 불확실성에 대한 내인력 부족의 관계에서 위계적 회귀분석을 하였다. 그 결과, 불확실성에 대한 내인력 부족이 사회불안에 영향을 미치는 강력한 예측변인임이 확인되었다. 즉, 불확실성에 대한 내인력 부족은 사적 사건들에 대해 인지적, 정서적, 행동적 수준에서 부정적으로 반응하여(Dugas, Buhr, & Ladouceur, 2004) 지나친 경계 반응을 일으키게 되고 정서적 각성을 견디지 못하며 인지적 회피 반응을 야기하여 과도한 사회불안이 발생하게 되는 것이다.

다음으로 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 이분법적 사고의 관련성에 대해

살펴보고자 한다. 이분법적 사고는 결합 있는 정보처리 중의 하나로 분류되며(Beck & Rush, Shaw & Emery, 1979), 경계선 성격장애, 섭식장애, 편집증, 자살, 우울증 등과 같은 다양한 정신병리에 취약한 요인이다(황성훈, 2007). 또한 이분법적 사고가 완벽주의의 주요한 인지적 요인임이 강조되고 있다(Shafran et al., 2002). 그런데 완벽주의적 자기제시는 완벽주의의 표현적 욕구에 관심을 두는 것으로, 완벽주의의 일부로 개념화된다. 따라서 이분법적 사고가 완벽주의적 자기제시의 주요한 인지적 요인이라 할 수 있겠다.

대부분의 연구자들은 높은 기준을 설정하는 것을 완벽주의의 병리적인 특성으로 보고하였다. Pacht(1984)는 완벽주의자들이 'no-win' 시나리오를 가지고 있기 때문에 어떤 목표를 성취하고자 하는 욕구가 있지만 필연적인 실패로 인하여 끊임없이 좌절하게 된다고 하였다. 그런데 Shafran 등(2002)은 높은 기준을 설정하는 것 자체는 부적응적인 면이 아니며, 높은 기준에 따라 자신의 수행을 이분법적으로 평가하는 것이 완벽주의의 부적응적인 면을 나타낸다고 하였다. Beck(1976)도 완벽주의의 주된 특징은 이분법적 사고라고 하였다. 따라서 완벽주의적 자기제시의 주요한 인지적 요인 또한 이분법적 사고라고 할 수 있겠다. 완벽주의적으로 자신을 제시하고자 하는 사람들의 이분법적 사고는 'no-win 시나리오' 의해서 부정적인 쪽으로 편향될 가능성이 높아지며 사회적 상황에서 타인의 부정적인 평가는 사회불안을 야기하게 되는 것이다.

마지막으로 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적사고의 관련성 대해 살펴보았다. 유성진과 권석만(2000)은 완벽주의와 불확실성

에 대한 내인력 부족은 서로 관련이 높은 성격적 변인이라고 제안하였다. 또한 Burns와 Fedewa(2005)는 이분법적 사고와 유사한 개념인 ‘범주적 사고 척도’를 사용하여 완벽주의와의 관계를 살펴보았는데, 부정적 완벽주의 성향의 사람들이 경직된 이분법적 사고를 하는 것은 모호함을 줄이고 스스로 통제감을 얻기 위해서라고 하였다. 이에 불확실성에 대한 내인력 부족이 완벽주의와 이분법적 사고의 관계를 매개하는 것으로 예상해 볼 수 있겠다.

또한 불확실성에 대한 내인력 부족이 사회불안에 영향을 미칠 때 이분법적 사고가 어떤 관련성을 나타낼 지에 대해서 살펴보았다. 이분법적 사고는 ‘전부 또는 전부’의 사고로서 어떤 상황을 연속선상에서 판단하기 보다는 단 두 개의 범주로만 분류하는 것이다. 따라서 중간지대가 없고 양 극단만 존재하게 된다. 그러한 이분법적 사고가 생활 사건의 해석에 적용될 때, 그 부정적 영향력이 강해지므로 개인의 부정적 특성이 더욱 부정적으로 된다(황성훈, 이훈진, 2011). 불확실성에 대한 내인력 부족은 불확실한 상황이나 환경을 위협, 불만족, 불평의 근원으로 해석하는 인지적 편향이다. 그러한 인지적 편향으로 인한 모호한 상황은 이분법적 사고를 통하여 안전하고 확실하게 긍정적으로 판단되지 않는 한 부정적으로 판단될 가능성이 높다. 따라서 완벽주의적으로 자신을 제시하고자 하는 개인은 불확실성에 대한 내인력 부족에 의해 이분법적 사고 과정을 거쳐 사회불안을 경험하게 될 것으로 예상해볼 수 있겠다. 이에 본 연구에서는 완벽주의적 자기제시가 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 이중매개 과정을 거쳐 사회불안을 발생, 유지시키는 것으로 가정하였다.

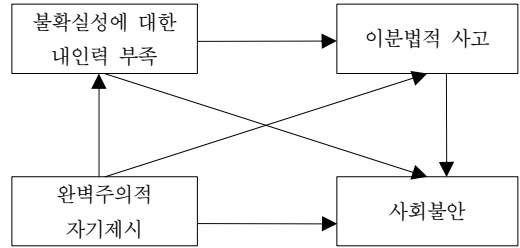


그림 1. 완벽주의적 자기제시와 사회불안 간 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 직렬매개효과 연구모형

완벽주의적 자기제시 성향이 있음에도 일상 생활에 적응적 태도를 갖고 있는 개인들이 있으며 그들은 더 높은 가치 추구를 해나갈 수 있을 것이다. 완벽주의 자기제시 성향을 가진 개인이 어떠한 심리적 요인이 매개가 되어 사회불안을 겪게 되는 지를 이해하는 것은 코치들의 코칭 역량 확대 및 클라이언트의 코칭을 통한 수행 개선에 도움이 될 것이다. 본 연구의 연구문제는 다음과 같으며 연구모형은 그림 1에 제시하였다.

### 연구문제

- I. 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고, 각각의 매개효과
- II. 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 직렬매개효과

## 방 법

### 연구대상

서울 소재 4년제 대학에 재학 중인 57명,

표 1. 연구 대상의 인구통계학적 특성

		빈도(명)	비율(%)
성별	남	99	39.3
	여	153	60.7
결혼	기혼	124	49.2
	미혼, 이혼	128	20.8
종교	있음	118	46.8
	없음	134	53.2
합계		252	100
		평균	표준편차
연령	(19~72세)	37.96	13.062
교육기간	(12~18년)	15.44	1.803

서울 소재 사이버대학·대학원에 재학 중이거나 졸업한 86명과 직장인 남녀 129명으로부터 설문을 받아 총 272부 중 불충분하게 응답한 20명의 설문을 제외하고 252부를 분석에 사용하였다. 자료는 온라인상에 링크된 설문지에 응답하는 방식으로 수집되었으며, 일부는 설문지에 대면 상황에서 응답하는 방식으로 진행하였다. 총 116문항의 설문 응답에 소요된 시간은 약 30분 정도가 되었다. 연구대상의 연령대 비율은 20대 27.4%, 30대 14.7%, 40대 27%, 50대 21%, 60대 이상에서는 9.9%로 나타났다. 연구 대상의 인구통계학적 특성은 표 1 과 같다.

측정도구

**사회적 공포 척도(Social Phobia Scale: SPS)와 사회적 상호작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale: SIAS)**

두 척도를 함께 실시하도록 고안된 쌍 척도로서, Mattick과 Clarke(1998)가 제작하였다. 사

회적 공포 척도는 사회적 상황 중 타인에게 관찰되는 상황 또는 관찰되는 상황 하에서 수행할 때 경험되는 불안을 측정한다. 총 20문항으로 구성되어 있고, 0점(전혀 그렇지 않다)에서 4점(매우 그렇다)까지의 5점 리커트 척도로 평정된다. 본 연구에서는 김향숙(2001)이 번안한 척도를 사용하였다. 점수 범위는 0점에서 80점으로, 점수가 높을수록 타인에게 관찰되는 상황 또는 관찰되는 상황 하에서 수행할 때 경험되는 불안 수준이 더 높다는 것을 의미한다. 김향숙(2001)이 보고한 내적 합치도는 .89~.95이고 본 연구에서는 .94 이었다. 사회적 상호작용 척도는 두 사람이나 여러 사람이 함께 대화를 하는 등의 사회적 상호작용 상황에서 경험되는 불안을 측정한다. 총 20문항으로 구성되었고, 0점(전혀 그렇지 않다)에서 4점(매우 그렇다)까지의 5점 리커트 척도로 평정한다. 본 연구에서는 김향숙(2001)에 의해 번안된 19문항에 최병휘(2007)가 번안한 1문항을 덧붙여 총 20문항으로 구성된 척도를 사용하였다. 전체 20문항 중 3개(8, 10, 11번)의 긍정문으로 이루어지는 역채점 문항을 처리한 후에 모든 문항의 점수를 합산하여 총점을 산출한다. 점수 범위는 0점에서 80점으로 점수가 높을수록 사회적 상호작용 상황에서의 불안 수준이 더 높다는 것을 의미한다. 김향숙(2001)이 보고한 내적 합치도는 .88~.94 이고 본 연구에서의 내적 합치도는 .92 이었다. 본 연구에서는 두 척도의 평균을 사용하였다.

**한국판 완벽주의적 자기제시 척도(Perfectionistic Self-Presentation Scale-K)**

완벽주의적 자기제시를 측정하기 위하여 Hewitt, Flett, Sherry, Habke, Ediger, Fairlie, 등 (2003)이 개발하였다. 총 27개의 문항으로 완

표 2. 완벽주의적 자기제시 척도의 문항구성 및 신뢰도

	문항구성	신뢰도
완벽주의적 자기제시		.85
완벽주의적 자기노력	1. 8. 9. 12. 15. 46. 18. 19	.88
불완전함 은폐노력-행동적	4. 6. 7. 10*. 17	.76
불완전함 은폐노력-언어적	2. 3. 5. 11. 13. 14	.75

\*역채점 문항

벽주의적 자기노력, 불완전함 은폐 노력-행동적, 불완전함 은폐 노력-언어적의 하위척도로 구성되었다. 본 연구에서는 하정희(2011)가 한국 실정에 맞게 재구성하고 타당화한 한국판 완벽주의적 자기제시 척도를 사용하였다. 한국판 완벽주의적 자기제시 척도는 총 19문항으로 구성되어 있으며 0점(전혀 아니다)에서 6점(매우 그렇다)까지의 7점 리커트 척도로 평정된다. 점수가 높을수록 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 것으로 평가된다. 하정희(2011)가 타당화한 한국판 완벽주의적 자기제시 척도의 문항구성 및 신뢰도는 표 2와 같다. 본 연구에서의 내적 합치도는 완벽주의적 자기제시 .92, 하위유형인 완벽주의 자기노력 .91, 불완전함 은폐-행동적 .81, 불완전함 은폐-언어적은 .79 이었다.

**불확실성에 대한 내인력 부족 척도 (Intolerance of Uncertainty Scale: IUS)**

불확실함을 못 견디는 성향을 측정하기 위해 Rheaume, Letarte, Dugas 및 Ladouceur(1994) 등이 개발한 자기보고식 검사이다. 모호한 상황에 대한 인지적, 정서적, 행동적 반응 및 불확실함에 대한 생각, 미래에 대한 통제시도 등을 측정하는 27개의 문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대한 동의 및 반대의 정도를

4점 척도(0=전혀 아니다, 3=매우 그렇다) 상에 평정하는데, 총점이 높을수록 불확실한 상황을 못 견디는 성향이 많음을 의미한다. Freeston(1994) 등에서 이 검사의 내적합치도는 .91로 보고되어 있다. 본 연구에서는 최혜경(1997)이 번안한 척도를 사용하였다. 최혜경(1997)이 보고한 내적 합치도는 .94 이고 본 연구에서의 내적 합치도는 .94 이었다.

**개정판 이분법적 사고 지표 (DTI-30R)**

이분법적 사고를 측정하기 위해 황성훈(2007)이 개발한 척도로서 30문항에 대해 5점 척도로 응답하게 되어 있다. 각 문항들은 이분법 사고가 연속적인 대안 중 양극단을 취하는 사고라는 점에 초점을 맞춰 개발되었다. 양극단으로는 a) 성공 대 실패, b) 선 대 악, c) 전부 대 전무, d) 내 편 대 네 편 등이었다. 이런 개념적 틀로부터, “잘한 것이 아니면 못한 것이다(a).”, “선한 대상과 악한 대상을 분명히 판가름한다(b).”, “모가 아니면 도이다(c).”, “동지가 아니면 적이다 (d).” 등의 문항이 만들어졌다. 황성훈의 내적합치도는 .92 였고, 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .78 이었다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .94 이었다.

## 분석

PASW Statistics 18.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 연구 대상자들의 인구통계학적 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 하였으며, 척도의 신뢰도를 확인하였다. 인구통계학적 변인에 따른 사회불안의 평균점수에서 차이가 있는지 알아보기 위해 성별, 결혼, 종교에 대해서는 독립 t-test를 실시하고, 연령, 교육기간에 대해서는 이변량 상관분석을 실시하였다.

완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 매개효과를 알아보기 위해 Baron과 Kenny의 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 이중매개효과를 검증하기 위해 Process Macro를 사용하여 Hayes(2013)의 제안에 따른 직렬매개모형을 검증하였다. 그 후, 부트스트래핑(표본수 = 10,000)을 이용하여 효과의 유의성을 검증하였다. 추가적으로, 매개효과가 성별, 결혼, 종교, 연령, 교육기간을 통제하고도 존재하는지 알아보기 위해 모든 회귀분석과 부트스트래핑 분석에서 통제변인들로 설정하였다.

## 결 과

### 완벽주의적 자기제시와 사회불안 간 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 효과 검증

완벽주의적 자기제시와 사회불안 사이에서

불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고가 각각 매개효과를 나타내는지에 대해 검증했다.

### 완벽주의적 자기제시와 사회불안 간 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 효과 검증

네 변인의 상관분석 결과, 각 변인 모두 유의수준 .01에서 유의미한 정적 상관관계를 나타냈다(표 3).

완벽주의적 자기제시와 불확실성에 대한 내인력 부족( $r = .60$ ), 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고( $r = .70$ )는 상관이 높은 반면, 완벽주의적 자기제시와 이분법적 사고( $r = .50$ ), 이분법적 사고와 사회불안( $r = .47$ ), 불확실성에 대한 내인력 부족과 사회불안( $r = .39$ )은 보통 정도의 상관을 보였다. 완벽주의적 자기제시와 사회불안( $r = .21$ )은 낮은 상관을 나타냈다.

우선 완벽주의적 자기제시를 독립변인, 사회불안을 종속변인, 불확실성에 대한 내인력 부족을 매개변인으로 하여 Baron & Kenny의 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 결과는 표 4와 같다. 회귀모형을 살펴보면 첫째, 완벽주의적 자기제시는 사회불안에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다( $\beta = .232, p = .000$ ). 이는 완벽주의적 자기제시 수준이 높을수록 사회불안 수준이 높음을 의미한다. 둘째, 완벽주의적 자기제시는 불확실성에 대한 내인력 부족에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다( $\beta = .576, p = .000$ ). 즉, 완벽주의적 자기제시 수준이 높을수록 불확실성에 대한 내인력 수준이 높아진다. 마지막으로 불확실성에 대한 내인력부족은 사회불안에 정적으로 유의미한 영향을 미쳤고



표 3. 완벽주의적 자기제시, 사회불안, 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적사고 간 상관관계

		완벽제시	사회불안	내인력 부족	이분사고
완벽주의적 자기제시	<i>r</i>	1			
	<i>p</i>				
	<i>N</i>	252			
사회불안	<i>r</i>	.211**	1		
	<i>p</i>	.001			
	<i>N</i>	252	252		
불확실성에 대한 내인력 부족	<i>r</i>	.603**	.388**	1	
	<i>p</i>	.000	.000		
	<i>N</i>	252	252	252	
이분법적 사고	<i>r</i>	.495**	.469**	.703**	1
	<i>p</i>	.000	.000	.000	
	<i>N</i>	252	252	252	252

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

표 4. 완벽주의적 자기제시와 사회불안 간 불확실성에 대한 내인력 부족의 매개효과

	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	$\beta$	<i>P</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>F</i>
완벽제시 → 사회불안	.355	.095	3.736	.232	.000	.121	5.596
완벽제시 → 내인력부족	.413	.037	11.110	.576	.000	.387	25.829
내인력부족 → 사회불안	.862	.154	5.603	.405	.000	.221	9.876
완벽제시 → 사회불안	-.001	.110	-.013	-.001	.990		

주. 성별, 결혼, 종교, 연령, 교육기간을 통제한 결과임.  $P < .05$ 

( $\beta = .405$ ,  $p = .000$ ), 완벽주의적 자기제시는 사회불안에 영향을 나타내지 않았다( $\beta = -.001$ ,  $p = .990$ ). 즉, 불확실성에 대한 내인력 부족이 완벽주의적 자기제시와 사회불안을 완전 매개하였다. 다중공선성 진단을 위해 VIF를 이용했는데, 1.572로 나타나 공선성의 문제는 없었다. Sobel Test를 실시한 결과,  $Z = 5.07$ ( $p < .05$ )로 1.96보다 높게 나타났으므로 매개효과의

유의성이 확인되어 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족의 완전 매개효과가 검증되었다. 완벽주의적 자기제시가 사회불안의 변량을 설명하는 정도( $R^2$ )는 불확실성에 대한 내인력 부족의 매개로 12.1%에서 22.1%로 증가하였다.

다음으로 완벽주의적 자기제시를 독립변인, 사회불안을 종속변인, 이분법적 사고를 매개

변인으로 하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다.

결과는 표 5과 같다. 회귀모형을 살펴보면 첫째, 완벽주의적 자기제시는 사회불안에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다( $\beta = .232, p = .000$ ). 둘째, 완벽주의적 자기제시는 이분법적 사고에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다( $\beta = .495, p = .000$ ). 이는 완벽주의적 자기제시의 수준이 증가하면 이분법적 사고의 수준도 높아지는 것을 의미한다. 마지막으로, 이분법적 사고는 사회불안에 정적으로 유의미한 영향을 미쳤고( $\beta = .447, p = .000$ ), 완벽주의적 자기제시는 사회불안에 유의미한 영향을 나타내지 않았다( $\beta = .155, p = .877$ ). 이는 이분법적 사고가 완벽주의적 자기제시와 사회불안을 완전 매개하는 것을 의미한다. VIF 1.325로 나타나 공선성의 문제는 없었다. Sobel Test 결과,  $Z = 5.78(p < .05)$ 로 매개효과에 대한 유의성이 확인되어 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 이분법적 사고는 완전 매개효과를 나타내는 것으로 검증되었다. 완벽주의적 자기제시가 사회불안의 변량을 설명하는 정도( $R^2$ )는 이분법적 사고의 매개로 12.1%에서 26.5%로 증가하였다.

**완벽주의적 자기제시와 사회불안의 간 불확**

**실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 직렬매개효과 검증**

완벽주의적 자기제시가 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고를 순차적으로 매개하여 사회불안에 영향을 미치는지 알아보기 위해 Process Macro를 사용하여 Hayes(2013)의 제안에 따라 검증하였다. 결과는 표 6과 그림 2에 제시하였다.

회귀모형 별로 결과를 살펴보면 첫째, 완벽주의적 자기제시는 사회불안에 정적인 방향으로 유의한 영향을 미쳤다( $\beta = .232, p = .000$ ). 즉, 완벽주의적 자기제시 성향이 높을수록 사회불안 수준이 높았다. 둘째, 완벽주의적 자기제시는 불확실성에 대한 내인력 부족에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다( $\beta = .575, p = .000$ ). 이는 완벽주의적 자기제시 성향이 높을수록 불확실성에 대한 내인력 부족 수준이 높음을 의미한다. 셋째, 불확실성에 대한 내인력 부족은 이분법적 사고에 정적으로 유의한 영향을 미쳤으며( $\beta = .628, p = .000$ ), 완벽주의적 자기제시도 이분법적 사고에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다( $\beta = .134, p = .018$ ). 즉, 불확실성에 대한 내인력 부족 수준이 높을수록 이분법적 사고 수준이 높았으며, 불확실성에 대한 내인력 부족은 완벽주의적 자기제시

표 5. 완벽주의적 자기제시와 사회불안 간 이분법적 사고의 매개효과

	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	$\beta$	<i>P</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>F</i>
완벽제시 → 사회불안	.355	.095	3.736	.232	.000	.121	5.596
완벽제시 → 이분법사고	.525	.060	8.822	.495	.000	.279	15.806
이분법사 → 사회불안	.646	.093	6.920	.447	.000	.265	12.555
완벽제시 → 사회불안	.015	.100	.010	.155	.877		

주. 성별, 결혼, 종교, 연령, 교육기간을 통제한 결과임.  $P < .05$

표 6. 완벽주의적 자기제시와 사회불안 간 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 직렬매개효과

예측변인	준거변인	B	SE	t	$\beta$	P	R <sup>2</sup>	F
완벽제시	사회불안	.355	.095	3.736	.232	.000	.121	5.596
완벽제시	내인력 부족	.413	.037	11.110	.575	.000	.387	25.829
내인력 부족	이분법 사고	.927	.084	11.092	.628	.000	.502	37.872
완벽제시	이분법 사고	.142	.060	2.386	.134	.018		
내인력 부족	사회불안	.396	.182	2.177	.186	.030		
이분법 사고	사회불안	.503	.114	4.424	.348	.000	.279	11.746
완벽제시	사회불안	-.073	.107	-.681	-.048	.497		

주. 성별, 결혼, 종교, 연령, 교육기간을 통제한 결과임.  $P < .05$

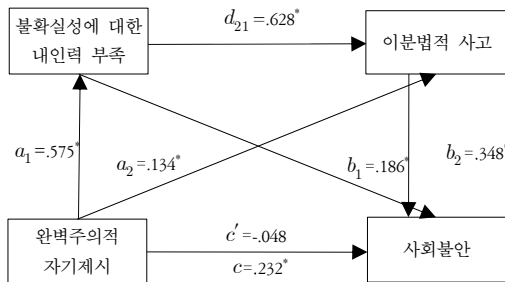


그림 2. 완벽주의적 자기제시와 사회불안 간 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 직렬매개효과 연구결과

와 이분법적 사고의 관계에서 부분 매개효과를 나타냈다. 마지막으로, 불확실성에 대한 내인력 부족은 사회불안에 정적으로 유의미한 영향을 미쳤으며( $\beta = .186, p = .030$ ), 이분법적 사고도 사회불안에 정적으로 유의미한 영향을 미쳤다( $\beta = .348, p = .000$ ). 즉, 불확실성에 대한 내인력 부족의 수준과 이분법적 사고의 수준이 높을수록 사회불안 수준이 높게 나타났다. 또한, 완벽주의적 자기제시는 사회불안에 유의미한 영향을 나타내지 않았다( $\beta = -.048, p = .497$ ). 따라서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고는 완벽주의적

자기제시와 사회불안의 관계에서 완전 직렬매개효과를 나타냈다.

**매개모형의 각 경로의 효과에 대한 부트스트래핑 방법 검증.** 각 경로에 대한 매개효과를 검증하고 표 7에 제시하였다. 우선 간접효과를 살펴보면 첫째, 완벽주의적 자기제시가 불확실성에 대한 내인력 부족을 거쳐 사회불안으로 가는 경로(경로1)의 간접효과는 유의했다( $B=.164, 95\% \text{ CI } [.018, .316]$ ). 즉, 완벽주의적 자기제시는 불확실성에 대한 내인력 부족을 증가시켰고, 증가된 불확실성에 대한 내인력 부족은 사회불안을 증가시켰다고 할 수 있다. 둘째, 완벽주의적 자기제시가 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고를 순차적으로 경유하여 사회불안으로 가는 경로(경로2)의 간접효과도 유의미했다( $B=.193, 95\% \text{ CI } [.094, .324]$ ). 이는 완벽주의적 자기제시가 불확실성에 대한 내인력 부족을 증가시켰고, 증가된 불확실성에 대한 내인력 부족은 다시 이분법적 사고를 증가시켰으며, 이렇게 증가된 이분법적 사고는 사회불안을 증가시켰음을 의미한다. 마지막으로, 완벽주의적 자기제시가

표 7. 총 효과, 직접 효과, 간접 효과

		Effect	SE	t	p	95%CI	
						LL	UL
완벽제시→사회불안총 효과		.355	.095	3.736	.000	.168	.542
완벽제시→사회불안 직접효과		-.073	.107	-.681	.497	-.284	.138
		Effect	SE	95%CI			
				LL	UL		
완벽제시→사회불안 총 간접효과		.429	.091	.267	.625		
경로1	완벽제시→내인력부족	.164	.076	.018	.316		
	→사회불안 간접효과						
경로2	완벽제시→내인력부족	.193	.059	.094	.324		
	→이분법사고→사회불안 간접효과						
경로3	완벽제시→이분법사고	.072	.036	.015	.161		
	→사회불안 간접효과						

주. 성별, 결혼, 종교, 연령, 교육기간을 통제한 결과임.  $P < .05$

이분법적 사고를 거쳐 사회불안으로 가는 경로(경로3)의 간접효과도 유의미했다( $B = .072$ , 95% CI [.015, .161]). 즉, 완벽주의적 자기제시는 이분법적 사고를 증가시켰고, 증가된 이분법적 사고는 사회불안을 증가시켰다고 할 수 있다. 다음으로 총 효과, 직접 효과와 간접 총효과를 살펴보면, 총 효과는 .355, 직접 효과는 -.073, 간접 총 효과는 .429로 나타났다. 직접효과가 부적으로 나타난 것으로 보아 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 사이에 역압변인과정이 있을 것으로 예상해 볼 수 있겠다.

### 논 의

본 연구의 목적은 완벽주의적 자기제시와 사회불안과의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 관련성을 검증하

는 것이었다. 그 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫 번째로, 인구통계학적 변인들의 사회불안 평균 점수는 결혼에서 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 즉, 결혼을 하지 않은 사람들은 결혼한 사람들에 비해 사회불안이 높은 것으로 나타났다. 이는 실제로 사회불안으로 치료를 받는 환자들이 결혼, 가족관계, 친구관계의 영역에서 어려움을 보고한다(Schneier 등, 1992)는 선행연구 결과와 일치하고 있다. 또한 연령, 교육기간과 사회불안의 관련성을 살펴 보았는데 연령이 낮을수록, 교육기간이 짧을수록 불안을 더 경험하는 것으로 확인되었다. 본 연구에서는 대상이 19세부터 72세 인 것으로 미루어볼 때 대학생 연령대에서 사회불안이 더 높게 나타난 것으로 볼 수 있겠다. 이는 대학생들이 높은 사회불안을 경험하고 있다는(Strahan, 2003) 선행연구 결과와도 일치하

고 있다. 사회불안이 학업수행, 고용, 연애관계, 친구관계 등에서 어려움을 보이는(MaQuaid et al., 1999; Beidel et al., 1995) 점을 고려해보면, 사회불안은 그들의 현재 발달과업인 정체감 형성이나 타인과의 친밀감 형성은 물론 성취의 영역에도 부정적인 영향을 미칠 수 있을 것이다. 이에 사회불안을 경험하고 있는 대학생을 포함한 사회초년생들의 발달과업 및 진로를 코칭하는데 있어 그들의 사회불안을 시의적절하게 다루어 줌으로써 한 개인의 행복한 삶을 위해서는 물론이거니와 사회에 기여할 수 있는 능력을 발휘할 수 있도록 체계적인 접근의 필요성이 시사되고 있다.

대학생 연령대에서 사회불안이 높게 나타났지만 인간은 사회적 동물이기에 어느 연령대에서나 사회적 상황에 노출된다. 생산성이 발달과업인 40~50 대는 사회적 위치로나 가족의 부양책임에서나 어께가 가장 무거운 시기이다. 사회적 성취가 가족의 생계나 미래와 밀접하게 연결되어 있기에 그들은 사회적 상황에서 완벽하게 자신을 제시하려는 욕구를 가지게 될 것이다. 완벽하게 자신을 제시하고자 할 때 발생하는 사회불안을 코칭을 통해 다루어준다면 그들은 보다 높은 역량을 발휘할 것이며 심리적 안녕을 도모할 수 있을 것이다. 또한 요즘은 평균수명이 늘어 은퇴 후에도 사회활동이나 경제활동을 지속하기를 원하는 사람들이 늘어나고 있다. 그러한 활동은 그들의 삶의 질에 긍정적인 영향을 줄 것이며 보다 높아진 삶의 질로 인하여 만족스런 노후를 보낼 수 있을 것이다. 따라서 그들이 새로운 환경에서 자신을 완벽하게 제시하려 할 때 경험하게 될 사회불안을 코칭을 통해 줄여 줄 수 있다면 그들의 발달과업인 통합을 잘 이루어낼 수 있을 것이다.

두 번째로 인구통계학적 변인을 통제 한 후, 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고가 각각 매개효과를 갖는지 알아보았다. 네 변인 모두 유의한 정적 상관을 보였으며, 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 상관 값은 .21로 나타났다. 두 변인의 상관 값에 대해서 Flett(2012)는 .05, Hewitt(2012)는 .20 로 연구자들마다 다른 결과를 보고하고 있는데 이는 매개하는 변인들의 영향에 의한 것이라고 생각해 볼 수 있겠다.

완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족의 완전 매개효과가 확인되었다. 이는 불확실성에 대한 내인력 부족의 수준이 높아지면 사회불안 수준이 높아짐을 의미한다. 여러 연구자들이 불확실성에 대한 내인력 부족의 수준이 사회불안의 수준과 변화를 예측할 수 있다고 보고하였는데(Riskind et al., 2007), 본 연구에서도 불확실성에 대한 내인력 부족이 사회불안에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 또한 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 이분법적 사고의 완전 매개효과가 확인되었다. 이는 완벽주의적 성향의 사람들에게 있어 이분법적 사고가 주요한 인지적 요인(Shafraan et al., 2002)이며, 완벽주의적 자기제시가 사회불안을 발생, 유지시키는데 이분법적 사고가 기여한다는 Sorotzkin(1985)의 제안과 일치하고 있다.

즉, 완벽주의적 자기제시와 사회불안 간에 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고가 각각 완전매개효과를 나타내었는데, 이는 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고가 완벽주의적 자기제시 성향의 개인에게서 사회불안이 발생하고 유지되는데 기여하는 주요한 변인임을 시사하고 있다. 따라서 완벽

주의적 자기제시 성향의 사람들이 사회불안을 경험하는 개인을 코칭상담할 때 우선 이분법적 사고와 불확실성에 대한 내인력 부족에 개입하는 것이 보다 효과적임을 시사하고 있다.

세 번째로 인구통계학적 변인들을 통제 한 후, 완벽주의적 자기제시와 사회불안과의 관계에서 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고의 순차적인 직렬매개효과가 검증되었다. 우선 완벽주의적 자기제시가 불확실성에 대한 내인력 부족의 매개로 이분법적 사고를 발생시켰다. 완벽주의적 자기제시 성향의 개인은 자기제시에 대한 내적 기준이 높아 모든 사람에게 완벽한 피드백을 받기를 기대한다. 불확실한 상황에 처했을 때 지나친 경계 반응을 일으키게 되고 정서적 각성을 견디지 못하여 과도한 불안이 발생한다. 그러한 경우에 적절한 촉발자극이 없음에도 불안한 사람들의 특징인 “만약 ~ 하면 어떡하지?” 와 같은 내적 대화양식을 사용한다(유성진, 권석만, 2000). 이런 내적 대화양식이 위협에 대한 모호성을 유지시키게 되어, 모호성은 불안을 낳고 불안은 다시 모호성을 유지하면서 위협감은 더욱 커지게 될 것이다. 이때 완벽주의적 자기제시 성향의 개인은 모호함을 줄이고자 이분법적 사고를 하게 되는 것이다. Burns 등은(2005) 완벽주의 성향을 가진 사람들이 모호함을 줄이고 스스로 통제감을 얻고자 이분법적 사고를 한다고 제안한 바 있다.

또한 불확실성에 대한 내인력 부족이 이분법적 사고를 매개하여 사회불안을 발생시켰다. 불확실성에 대한 내인력 부족이 사회불안에 영향을 미치는 강력한 예측변인임은 다수의 연구자들에 의해 확인된 바 있다. 사회불안을 지닌 개인은 모호한 사회적 상황을 부정적으로 평가하고 빈약한 수행을 한다. 그럴 때의

사회불안은 현재와 미래의 사회적 평가와 관련되어 불확실한 느낌을 동반하므로 예기불안의 형태로 경험된다. 이러한 불확실한 느낌을 통제하고자 이분법적 사고를 하게 된다. 그런데 이분법적 사고가 생활 사건의 해석에 적용될 때 그 부정적 영향력이 강해지므로 부정적 특성이 더욱 부정적으로 된다(황성훈, 이훈진, 2011). 그러므로 완벽주의적으로 자신을 제시하고자 하는 개인은 타인의 정보가 긍정적인 것인지 부정적인 것인지 아직 확인되지 않은 상황에서 불확실성에 대한 내인력이 부족하여 생긴 모호함을 통제하고자 이분법적 사고를 하게 되는데 이분법적 사고의 ‘no-win’ 시나리오에 의해 실패로 인식되어 사회불안을 경험하게 되는 것이다. 성공이 아니면 모두 다 실패로 인식하는 이분법적 사고를 하기보다는 자신이 이룬 조그만 성취에 의미를 부여하여 효능감을 느끼고 그로 인해 축적된 힘을 바탕으로 더 큰 성취를 위해 노력할 수 있도록 코칭을 한다면 완벽주의적으로 자기제시를 하고자 하는 욕구가 강한 개인이 불확실한 상황에 대한 내인력 부족으로 인하여 겪게 되는 사회불안을 어느 정도는 줄여줄 수 있을 것이다. 다시 말하면 불확실성에 대한 내인력 부족은 기질적인 요인이 있어 쉽게 변화되기 어려운 측면이 있지만, 불확실성에 대한 내인력 부족과 이분법적 사고가 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계에서 완전직렬매개효과를 나타내고 있는 만큼 매개요인인 이분법적 사고에 개입하여 중간지대를 선택하는 경험이 반복되고 그로인해 효능감을 경험하게 된다면 인지적 편향의 모호성이 줄어들 수 있을 것이다.

다음으로 총 효과, 직접 효과, 총 간접효과를 살펴보았다. 비록 그 효과크기가 .073으로

작았지만, 직접효과가 부적으로 나타난 것으로 보아 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 사이에 억압변인과정이 있었을 것으로 보인다. 억압변인과정의 원인은 여러 가지로 생각해볼 수 있겠다. 그 하나는 완벽주의적 자기제시 성향의 사람들이 지닌 공적자의식이다. 그들은 공적자의식이 높아 타인에게 관찰되지 않는 곳에서 노력하는 사람들이다. 대인관계 상황을 예상하고 미리 리허설을 해본다거나, 예상되는 질문에 대한 답변을 미리 생각해보는 등의 행동은 사회적 상황에서 좋은 수행을 하도록 만들어 사회불안을 낮추는 요인으로 작용할 수 있을 것이다. 또한 실수하는 것을 두려워하여 그 상황을 피하게 됨으로써 다른 대인관계 문제나 다른 심리적 문제를 야기할 수는 있겠으나 사회불안은 감소될 수도 있을 것이다.

대부분의 선행연구에서 주로 완벽주의적 자기제시의 부정적인 특성이나 영향력에 대해 제시하고 있는데, Hamachek(1978)는 완벽주의를 정상적 완벽주의와 신경증적 완벽주의로 구분하고, 정상적 완벽주의의 특성에 대해서도 주목한 바 있다. 억압변인과정은 불확실성에 대한 내인력 부족이나 이분법적 사고와 같은 부정적인 변인들의 매개효과를 낮출 수 있다면, 긍정적인 영향을 주는 변인들의 영향력이 다소나마 발휘될 수 있을 것임을 시사하고 있다.

본 연구의 한계점과 후속 연구에 대한 제언으로는 첫째, 252명의 설문문을 바탕으로 연구가 이루어졌으므로 본 연구를 해석하고 일반화하는데 한계가 있겠다. 둘째, 자기보고식 설문조사의 한계로 긍정적으로 보이는 방향으로의 방어적인 응답이나 왜곡된 반응의 가능성이 있겠다. 셋째, 본 연구는 연구대상의 연령

대의 범위(19~72세)가 넓어 연령대에서 나타날 수 있는 특성들을 제대로 밝히지 못하였으며 여성에게 편중되어 있다. 넷째, 완벽주의적 자기제시는 ‘완벽주의적 자기노력’, ‘불완전함 은폐 노력-행동적’, ‘불완전함 은폐 노력-언어적’의 하위유형을 가지고 있다. ‘완벽주의적 자기노력’은 자신의 완벽함을 공적으로 확실하게 나타내고 싶어 하는 욕구를 의미하며 ‘불완전함 은폐 노력-행동적’은 공적인 상황에서 자신의 불완전함이 행동적으로 드러나는 것에 대한 염려와 더불어 이를 회피하고자 하는 행동양상을 나타낸다. 또한 ‘불완전함 은폐 노력-언어적’은 자신의 불완전함을 나타내는 실수나 결함 등을 공적인 상황에서 인정하기 꺼려하거나 말하지 않는 것을 의미한다. 완벽주의적 자기제시의 성향을 가진 개인은 이러한 하위유형에 따라 사회불안을 경험하는 양상이나 정도가 다르게 나타날 것이라고 생각해볼 수 있겠다. 완벽주의적 자기제시의 하위유형과 사회불안의 관련성에 대한 연구를 제안한다.

## 참고문헌

- 김남재 (1998). 대인불안에 대한 자기제시동기와 자기제시기대의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 유성진, 권석만 (2000). 걱정이 많은 사람들의 성격특징. 심리과학, 9, 15-37.
- 이동귀, 서해나 (2010). 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 대학생과 낮은 대학생의 특성비교. 한국상담학회. 상담학연구, 11, 91-110.
- 이희경 (2010). 코칭심리의 미래, 한국심리학회

- 학술대회 자료집, 2010. 8, 350-351(p2)
- 정승아, 오경자 (2005). 자기불일치가 사회불안에 영향을 미치는 기제. 한국심리학회.
- 하정희 (2011). 한국판 완벽주의적 자기제시 척도(PSPS)의 개발과 타당화. 상담학연구, 12, 1069-1088.
- 황성훈 (2007). 정신병리에서 이분법적 사고의 역할. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder*(4rd Ed) Washington DC: APA Press.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Baron, R. M., Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual strategic statistical considerations. *Journal of Personality and social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorder*. New York: International Universities Press.
- Beck, A. T., Rush, J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: The Guilford Press and Mark Paterson.
- Beidel, D. C., Turner, S. H., & Dancu, C. V. (1985). Psychological cognitive and behavioral aspects of social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 23, 109-117.
- Berenbaum, H., Bredemeier, K., & Thompson, R. J. (2008). Intolerance of uncertainty: Exploring its dimensionality and associations with need for cognitive closure, psychopathology and personality. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 117-125.
- Boelen, P. A. & Reijntjes, A. (2009). Intolerance of uncertainty and social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 130-35.-52.
- Burns, I. R., & Fedewa, B. A. (2005). Cognitive style: Links with perfectionistic thinking. *personality and Individual Differences*, 38, 103-113.
- Carleton, R. N., Collimore, K. C., & Asmundson, G. J. G. (2010). It's not just the judgements-It's that I don't know: Intolerance of uncertainty as a predictor of social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 189-195.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier(Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment*. New York: The Guilford Press.
- Clark, D. M., & McManus, F. (2002). Information processing in social phobia. *Biological Psychiatry*, 51, 92-100.
- Dadds, M. R., Barrett, P. M., Rapee, R. M., & Ryan, S. R. (1996). Family process and child anxiety and aggression: An observational analysis. *Journal of abnormal child psychology*, 24, 715-734.
- Dugas, M. J., Buhr, K., & Ladouceur, R. (2004). The role of intolerance of uncertainty in etiology and maintenance. *Generalized Anxiety Disorder: Advances in research and practice*
- Dugas, M. J., Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (1997). Intolerance of uncertainty and problem orientation in worry. *Cognitive Therapy and Research*, 21, 593-606.



- Dugas, M. J., Schwarz, A., & Francis, K. (2004). Intolerance of Uncertainty, Worry, and Depression. *Cognitive Therapy and Research, 28*, 835-842.
- Flett, G. K., Hewitt, P. L., Shapiro, B., & Rayman, J. (2001). Perfectionism, beliefs, and adjustment in dating relationships. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues, 20*, 289-311.
- Flett, G. L., Panico, T., & Hewitt, P. L. (2011). Perfectionism, type A behavior, and self-efficacy in depression and health symptoms among adolescents. *Current Psychology, 30*, 105-116.
- Flett, G. L., Coulter, L. M., & Hewitt, P. L. (2012). The Perfectionistic Self-Presentation Scale-Junior From Psychometric Properties and Association With Social Anxiety in Early Adolescents. *Canadian Journal of School Psychology, 27*, 136-149.
- Freeston, M. H., Rhéaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry? *Personality and Individual Differences, 17*, 791-802.
- Grenier, S., Barrette, A. M., & Ladouceur, R. (2005). Intolerance of uncertainty and intolerance of ambiguity: Similarities and differences. *Personality and individual differences, 39*, 593-600.
- Heimberg, R. G., & Becker, R. E. (2002). *Cognitive-behavioral group therapy for social phobia: Basic mechanisms and clinical strategies*. New York: Guilford Press.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parlin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of personality and social psychology, 84*, 1303-1325.
- Krohne, H. W. (1993). Vigilance and cognitive avoidance as concepts in coping research. In H. W. Krohne, *Attention and avoidance* (pp. 19-50). Toronto, Gottingen: Hogrefe & Huber.
- Leary & Kowalski. (1995). *Social anxiety*. NY: Guilford Press.
- Mackinnon, S. P., Battista, S. R., Sherry, S. B., & Stewart, S. H. (2014). Perfectionistic self-presentation predicts social anxiety using daily method. *Personality and Individual Differences, 56*, 143-148.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist, 39*, 386-390.
- Plomin, R., Daniels, D. (1985). Origins of individual differences in infant shyness. *Development Psychology, 21*.
- Riskind, J. H., Tzur, D., Williams, N. L., Mann, methodological conditions. *Behaviour Research and Therapy, 45*, 1765-1777.
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: a conceptualization and model. *Psychological Bulletin, 92*, 641-669.
- B., & Shahar, G. (2007). Short-term predictive effects of the looming cognitive style on anxiety disorder symptoms under restrictive.
- Schneier, F. R., Johnson, J., Horning, C. D., Liebowitz, M. R., & Weissman, M. M. (1992). Social phobia: Comorbidity and

- morbidity in epidemiological sample. *Archives of General Psychiatry*, 49, 282-288.
- Shafran, R., Cooper, T., Fairburn, C. G. (2002). Clinical perfectionism: a cognitive-behavioral analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 40(7), 773-791.
- Stopa, L., & Clark, D. M. (1993). Cognitive processes in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 255-267.
- Stopa, L., & Clark, D. M. (2000). Social phobia and interpretation of social events. *Behaviour Research and Therapy*, 38, 273-283.
- 투고일자 : 2020. 01. 21.  
수정일자 : 2020. 06. 08.  
게재확정일자 : 2020. 06. 18.

**A Study on Effect  
of Perfectionistic Self-presentation on Social Anxiety:  
Focused on serial mediated effect  
of intolerance of uncertainty and dichotomous thinking**

**Hokyoung Choi**

**Kyoungmin Shin**

Hanyang Cyber University human service department

The study was intended to explore the relevance of the variables below, assuming that the intolerance of uncertainty and dichotomous thinking would represent sequential serialized effects in the relationship between perfectionistic self-presentation and social anxiety. The data of this study were collected on questionnaire survey of 252 adult men and women in Seoul using perfectionistic self-presentation scale, social interaction anxiety scale, social phobia scale, intolerance of uncertainty scale and dichotomous thinking I-30R as index, which results are as follow. First, intolerance of uncertainty and dichotomous thinking showed perfect mediation effects on the relationship between perfectionistic self-presentation and social anxiety. Intolerance of uncertainty and dichotomous thinking were identified as contributing factors to the development and preservation of social anxiety by perfectionistic self-presenters. Second, in the relationship between perfectionistic self-presentation and dichotomous thinking, intolerance of uncertainty showed mediation effect. And in the relationship between intolerance of uncertainty and social anxiety, dichotomous thinking showed mediation effect. This suggested that if tolerance of uncertainty was deficient, it was likely to lead to dichotomous thinking. And a dichotomous thinking has prompted or accelerated negative cognitive biases resulting from intolerance of uncertainty, triggering and deepening social anxiety. Lastly, the limitations of this study and future research direction were suggested.

*Key words : perfectionistic self-presentation, social anxiety, intolerance of uncertainty, dichotomous thinking, serial mediation effect*