한국심리학회지 : 임상심리 연구와 실제
Clinical Psychology in Korea: Research and Practice
2026, Vol. 12, No. 1, 109-131

OPEN ACCESS

자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 경향의 관계: 내면화된 수치심과 경험회피의 매개효과

신 인 수
한신대학교
정신분석대학원
석사 졸업

안 도 연†
한신대학교
심리·아동학부
부교수

본 연구는 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 성향 관계에서 내면화된 수치심과 경험회피의 매개효과를 검증하고자 하였다. 20세 이상 35세 이하에 해당하는 성인 남녀 총 312명(남: 153명, 여: 159명)을 대상으로 병리적 자기애 척도 중 자기애적 취약성을 측정하는 문항, 은둔형 외톨이 척도, 내면화된 수치심 척도와 경험회피 척도를 사용하여 온라인 설문조사를 실시하였다. 분석 결과, 첫째, 내면화된 수치심은 자기애적 취약성에서 은둔형 외톨이로 가는 경로에서 완전매개효과를 나타냈다. 둘째, 경험회피는 자기애적 취약성에서 은둔형 외톨이로 가는 경로에서 부분매개효과를 나타내었다. 셋째, 내면화된 수치심과 경험회피는 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 관계에서 완전 매개효과를 나타내었다. 본 연구는 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 성향 간의 관계를 경험적 자료를 통해 검토함으로써, 자기애적 취약성이 은둔 성향으로 이어지는 과정에서의 심리적 기제에 대한 이해를 확장하였으며, 치료적 개입에서 내면화된 수치심과 경험회피가 중요한 개입 방향으로 고려될 필요가 있음을 시사한다는 점에서 의의가 있다.

주요어 : 자기애적 취약성, 은둔형 외톨이, 내면화된 수치심, 경험회피

† 교신저자(Corresponding Author) : 안도연 / 한신대학교 심리·아동학부 부교수 / (18101) 경기도 오산시 한신대길 137(양산동) 8225 / E-mail: psydoyoun@hs.ac.kr

Copyright ©2026, Clinical Psychology in Korea: Research and Practice
This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

최근 한국 청년층에서 늘어나고 있는 은둔형 외톨이는 집에서만 머무는 물리적인 고립을 핵심 특징으로 하는 병리적인 사회적 철수(social withdrawal)로 정의된다(Kato et al, 2020). 은둔형 외톨이의 다른 표현인 히키코모리(hikikomori)는 일본에서 처음 고안된 개념으로, 1990년대 말 등교를 거부하거나 직장에 나가지 않고 수개월에서 수년까지 집에서만 지내는 이들을 shakaiteki hikikomori(사회적 히키코모리)라고 부른 것이 그 시초이다. 이러한 인구들이 점점 늘어나 현재는 수십만 명에 이르는 등 걷잡을 수 없는 문제로 비화한바, 은둔형 외톨이는 종종 '조용한 전염병'으로 불린다(Teo, 2010). 기본적으로 구직의 어려움이 은둔 생활에 영향을 미치기도 하나, 일부는 직장을 구한 이후에도 폭언, 꾸중, 높은 압박 상황 혹은 직장 내 인간관계 문제로 은둔형 외톨이가 되기도 한다(OECD, 2025). 이들 중 몇몇은 시간이 지나 다시 사회에 복귀하기도 하나, 현재 일본에서는 '8050 문제'라 하여 은둔 생활을 하는 자녀가 50대가 되어서도 사회·경제활동을 하지 않고 80대 노부모의 경제적인 부양을 받으며 생활하는 등의 사회적인 문제가 발생하고 있다(Sekimizu, 2021). 이러한 현상을 두고, 정근하와 노영희(2022)는 일본에서 일어난 사회 문제가 한국에서 재현된 적이 있다는 경험적인 근거를 들어 8050 문제 또한 한국에서도 나타날 가능성이 있다는 점이 우려된다고 경고하였다. 실제로 한국은 2024년 기준, 거의 집에만 있는 고립·은둔 청년의 비율이 5.2%로 나타났다(국무조정실, 2025).

현재 히키코모리는 일본에서 기술된 개념이므로 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder-5 Text Revision(DSM-5-TR)의 문화 및 정신의학적 진단(culture and psychiatric diagnosis) 항목에 등록되어 있다. 그러나 한국을 포함한 아시아 국가 뿐 아니라 프랑스(Chauliac et al., 2015), 스페인(Malagón-Amor et al., 2018), 튀르키예(Kasak et al 2022), 중동(Shah et al., 2024) 등 전 세계에서 일본의 히키코모리와 비슷한 사례가 발견됨에 따라 은둔형 외톨이는 IT의 발달, 글로벌 경제의 불확실성 등과 관련한 현대사회 관련 증후군으로 보아야 한다는 견해가 제기되어 왔다(Furlong, 2008; Kato et al., 2024). 한때, 은둔형 외톨이는 선진국의 청소년이라면 누구나 직면할 수 있는 현대의 사회적 문제로서 비임상 전문가들 사이에서 정신병리로 바라보는 것에 부정적인 견해가 있었다(Li & Wong, 2015). 그러나 은둔형 외톨이는 다양한 부적응적인 심리 변인과 연관이 있고 이러한 심리 요인이 은둔형 외톨이를 유발하게 된다는 점(Nonaka & Sakai, 2021)과 이들 중 대부분이 회피성, 편집성, 조현성 성격장애 및 우울, 불안장애와 같은 다양한 정신질환으로 진단 될 수 있는 것으로 나타났다(Teo et al., 2015). 이 밖에도, 다수의 연구에서 은둔형 외톨이는 약물치료가 필요한 다양한 정신질환뿐 아니라 자살 사고 및 사회적 기능손상 등을 비롯한 부적응적 심리 변인과 관련이 있는 것으로 나타났다(Amendola et al., 2021; Bonnaire & Rignot, 2022; Kondo et al., 2011; Nagata et al., 2013, Nonaka & Sakai, 2021). 따라서 많은 연구자가 이러한 장기적인 사회적 철수 행동이 DSM에 나열된 여러 정신장애의 표현(manifestation)으로 보고 있는 실정(Kato et al., 2019; Li & Wong, 2015)따라 은둔형 외톨이는 심리학적 개입이 필요한 문제라고 볼 수 있다(강주승 등 2021; 정진영 등 2023).

최근 연구가 뒷받침됨에 따라 국내외에서도 일찍이 은둔형 외톨이에 대한 기준을 마련해

오고 있다. 하지만 개입이 필요하고 본 은둔 기간은 최소 1개월에서 6개월까지 다르다. 전반적으로 홍콩과 한국은 3개월 이상으로 보고 있으며 일본의 경우 6개월로 정해진 추세이다(Li & Wong, 2015). 그러나 일본에서도 은둔 기간을 6개월뿐 아니라 최소 3개월 이상 6개월 미만이면 조기 개입이 필요한 '전 은둔형 외톨이(pre-hikikomori)'단계로 보고 있다(Kato et al., 2019). 이에, 잠재적인 은둔형 외톨이를 포함한 은둔형 외톨이의 철수 기간의 최소 기준은 많은 국내외의 연구자와 기관이 명시한 3개월이 적절할 것으로 보인다. 따라서 본 연구에서는 은둔형 외톨이의 철수 기간을 전 은둔형 외톨이 기준을 포함하여 최소 3개월 이상으로 정하고 은둔형 외톨이를 '3개월 이상 주요 사회적 상호작용이나 책임을 회피하며 사회적으로 철수한 상태(Teo et al., 2018)' 로 정의하고자 한다.

본 연구는 은둔형 외톨이에 영향을 미치는 여러 심리적 요인 중 자기애적 성격 특성에 주목하였다. 은둔형 외톨이 중에는 사회적 회피뿐 아니라 자기중심성과 자기애적 경향성을 보이는데(Kato et al., 2019), 실제로 Iwakabe(2020)역시 은둔형 외톨이 중에는 타인의 비판에 과민하게 반응하는 '취약성 자기애(vulnerable narcissism)'도 흔하다고 언급한 바가 있다. 이는 자존감에 상처를 입고 수치심에 압도되어 은둔 생활을 함으로써, 자신에게 고통스러운 모든 것을 거부하는 것으로 설명된다(Sarchione et al., 2015). 국내에서 내현적 자기애(covert narcissism)로 더 많이 통용되는 자기애적 취약성(narcissistic vulnerability)이란, 침체되고 고갈된 자아상으로 인해 분노, 우울, 공허감 등의 부정적인 감정과 자기 비판적인 사고 및 대인 민감성으로 인한 사회적 철수로 특징지어진 성격을 의미한다(Pincus & Lukowitsky, 2010). 자기애는 웅대성(grandiosity)과 취약성(vulnerability) 두 가지 표현형으로 나뉘는 것으로 알려져 있는데, 자신만만하고 자신의 우월감을 증명하기 위해 적극성을 보이는 자기애적 웅대성과 달리, 자기애적 취약성 성향이 높은 이들은 주관적인 심리적 불편감을 더 많이 보고하므로(심상홍, 이장한, 2012) 훨씬 더 병리적인 성격으로 여겨진다. 자기애적 취약성이 현저한 이들은 내면의 웅대한 자아상으로 인해 타인의 반응에 과도하게 신경 쓰게 되며, 충족되지 못한 특권의식은 사회적 철수로 드러나고, 이러한 사회적 철수는 자아존중감을 지키려는 효과 없는 시도로 간주 된다(Czarna et al.,2018; Dickinson & Pincus, 2003; Pincus & Cain, 2014).

실제로 은둔형 외톨이와 정신질환을 다룬 Teo 등(2015)의 연구에서 정신질환의 진단 및 통계편람에 대한 구조화된 임상적면담(Structured Clinical Interview for the DSM disorder [SCID])을 통해 미국과 일본에서 6개월 이상 사회적 철수를 겪고 있는 22명을 진단한 결과, 1명이 자기애성 성격장애(narcissistic personality disorder)로 진단될 수 있음이 밝혀졌다. 그러나 자기애성 성격장애의 진단기준이 자기애적 웅대성을 중심으로 구성되어 있어 자기애적 취약성을 충분히 포착하지 못했을 가능성을 배제하기 어려워 보인다. 실제로 DSM-5의 자기애성 성격장애에서도 취약한 자존감, 공허감 및 비판에 대한 민감성을 위시한 자기애적 취약성 측면을 부수적 특징으로 일부 언급하고 있음에도 불구하고, 진단기준 수준에서는 이러한 취약성이 직접적으로 반영되어 있지 않다는 비판이 지속적으로 제기되어 왔다(Miller et al., 2010; Pincus & Cain, 2014; Weiss & Miller, 2018). 또한 다양한 문헌에서는 자기애적 취약성

이 만연한 사람은 특권의식적인 기대나 웅대한 자아상이 드러나지 않는 경향이 있어 회피성 성격이나 단순한 신경증으로 오해되며 이 때문에 적절한 치료적 개입을 놓칠 위험이 있음을 지적하고 있다(AAkhtar, 2000; Diamond et al., 2014; Dickinson & Pincus, 2003; Pincus, 2023; Ronningstam, 2020). 따라서 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 간의 관계를 경험적으로 검증하는 것이 필요하며, 이러한 과정에서 작동하는 매개변인을 탐색하는 것은 은둔을 겪는 자기애적 성향자에게 실제적이고 유용한 개입 전략을 모색하는 데 기여할 수 있을 것이다.

본 연구는 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이의 관계에서 내면화된 수치심에 주목하였다. 다양한 문헌에서 사회적 철수와 자기애적 취약성 간의 논의는 많이 진행되어왔다. 실제로 자기애적 취약성이 높은 이들은 인정욕구가 충족되지 않을 때 수치심을 느끼고 대인관계에서 회피대처를 특징으로 하며, 이러한 회피를 통해 자신의 취약성을 방어한다고 알려져 있다(Bernardi & Eidlin, 2018; Rogoza et al., 2022). 수치심은 자신에 대한 전반적인 평가절하로 인식된 극단적인 부정적인 감정을 의미하며 종종 개인적 지위 하락이나 거절 받은 느낌 때문에 유발되는 감정이다(Velotti et al., 2017). 수치심 경향성(shame-proneness)으로도 불리는 특질 수치심은 성격화된 수치심으로 내면화된 전반적인 수치심 경험을 의미한다(이인숙, 최혜림, 2005). 또한, 수치심은 마땅히 자신이 되어야 할 것에 한참 미치지 못했을 때 느껴지는 감정을 의미하므로 삶의 여러 부분에서 실패했다는 느낌으로 인해 자기애적인 사람들의 핵심 감정에 있는 경우가 많다(Gabbard, 2022). 이와 비슷하게, 자기애의 취약성 영역을 묘사하는 다양한 용어 중 '수치심에 지배된(shame-ridden)자기애'라는 용어가 있을 정도로 자기애적 취약성은 수치심과 연관이 깊다(Ronningstam, 2009). 또한 선행연구에서 자기애적 취약성이 수치심을 매개로 우울, 사회적 불안, 완벽주의 및 이상섭식행동 등 다양한 부적응으로 이어진다는 점이 반복적으로 나타났다(김애경, 하승수, 2020; 나하영, 신태섭, 2016; 박지연 등, 2011; 이문선, 이동훈, 2014). 이는 쉽게 상처받고 타인의 평가나 반응에 민감하며, 내면에 웅대한 환상을 가지고 있으나 이러한 환상이 깨지면 쉽게 부정적인 정서를 느끼는 자기애적 취약성의 특징을 반영하는 것으로 풀이된다(강선희, 정남운, 2002; Pincus et al., 2009).

또한, 내면화된 수치심은 자기애적 취약성이 높은 이들에게 대인관계에서 회피적이고 철수적인 모습을 보이게 하는 요인으로도 자주 언급된다(Bernardi & Eidlin, 2018; Besser & Priel, 2010; Gabbard, 2022; Krizan & Herlache, 2018). 이들의 회피 방략은 자신의 취약성으로 인해 상황에 직접 부딪히기보다는 철수적인 행동을 통해 자존감을 조절하려는 시도로 볼 수 있는데(Besser & Zeigler-Hill, 2010), 이러한 방략은 자기애적 취약성의 기본 방략으로써 호의적이지 않은 상황에서 자신을 숨기고 수치심을 느끼지 않기 위한 시도로 본다(Rogoza et al., 2022). 즉 자기애적 취약성이 현저한 이들은 사회적 상황에서 비판이나 비웃음당하는 것에 대한 두려움과 수치심을 예측함으로써 억제적이고 회피적이며 사회적 철수를 보이게 되는 것이다. 수치심이 사회적으로 철수와 연관이 깊은 이유는 수치심 자체가 타인과 관련된 사회적 감정(social emotion)이기 때문이다. 수치심은 사회적 기준을 충족하지 못한 것을

타인이 알게 되었을 때 나타나게 되는데 이러한 감정을 통해 자기 자신이 가치 없으며 혐오스럽게 느껴지게 되고 타인보다 열등하다는 생각에 휩싸이게 된다(Gausel et al., 2012; Lewis, 1971). 이러한 개인 내적 차원의 수치심은 종국에 회피, 사회적 상호작용의 억제, 사회적 철수나 자기 자신을 고립시키는 행동 등 대인관계에 부정적인 영향을 유발하게 된다(de Hooge et al., 2018).

한편, 본 연구는 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 성향 간의 관계에서 수치심이 어떠한 과정을 통해 은둔으로 이어지는지를 추가적으로 설명하기 위해, 매개 변인으로서 경험회피(experiential avoidance)에 주목하였다. 경험회피는 불쾌한 감정, 사고, 생각 등의 사적 경험을 회피하는 것을 의미한다. 인간은 자극 뿐 아니라 반응도 회피할 수 있으며(Hayes & Gifford, 1997; Hayes & Wilson, 1993), 특정한 사적 경험과 접촉하기를 꺼리는 개인이 그 경험의 형태 및 빈도를 변경하거나 그러한 경험을 일으키는 상황적 맥락을 변경할 수 있는 존재이다(Hayes et al., 1996).

선행연구에서 자기애적 취약성과 경험회피 간의 관계에 대해서 보고해 온 바가 있다. 노고은과 안도연(2020)은 내현적 자기애가 경험회피를 거쳐 심리적 안녕감에 유의한 영향을 미치는 것을 확인했으며 이러한 결과가 나타나게 된 이유로 자기애적 취약성이 높은 이들은 거절과 비판에 민감하고 쉽게 수치심을 느끼기 쉬우므로 이러한 것들로부터 자신을 지키기 위해 회피적인 방식을 사용하는 것으로 제안했다. 이승렬과 장혜인(2022)은 내현적 자기애가 경험회피를 거쳐 사회불안으로 가는 경로에서 부분 매개효과가 있는 것으로 보고했다. 이는 내현적 자기애가 높은 이들이 취약한 자기를 보호하기 위해 사적 경험을 억제하고 억압하는 내적인 회피를 사용한 것으로 보았다.

수치심은 그 자체로 조절하기 어려운 감정으로 고려되므로 왜곡된 인지와 정서 경험 억압과 관련이 있고(Velotti et al., 2017) 자신의 부정적 경험을 부인하고 회피하는 시도를 유발한다는 점에서 경험회피와 연관이 깊다. 수치심과 같이 감당하기 어려운 감정은 부인되는 경향이 있고 다른 활동을 통해 분산함으로써 자신의 부끄러운 행동, 잘못이나 감정에 대한 인식을 최소화하게 된다(Elison et al., 2006). 이러한 경험회피는 역설적으로 직면하고 싶지 않은 사고의 빈도를 더 늘리는 결과를 초래하며, 그 나름의 대처방식으로써 물질 남용, 해리나 사회적 철수가 나타나게 된다. 이는 단기적으로 유효한 방식이 되지만 장기적으로 사회적, 신체적, 심리적인 손상을 초래하게 된다(Hayes & Gifford, 1997). 다른 선행연구에서도 내면화된 수치심과 경험회피 간의 연관성은 연구되어 온 바가 있다. 이은정과 장유진(2020)은 내면화된 수치심이 정신화와 고통 감내력을 매개하여 경험회피에 영향을 미치는 것으로 조사하였는데, 이는 수치심으로 인해 자신의 정서적인 성찰 능력이 떨어져 경험회피로 이어진 것으로 설명된다. 또한 정지은과 정남운(2023)은 아동기 외상과 성인기 대인관계 문제에서 내면화된 수치심과 경험회피의 순차매개효과를 밝혔는데, 이는 수치심이 내면화되어 있을 수록 고통스러운 감정을 피하고자 경험회피 수준이 높은 것으로 해석된다.

상술한 대로, 경험회피의 여러 방편 중 하나는 사회적 철수로(Hayes & Gifford, 1997), 개인이 자신의 부적응적인 대인관계 양식을 인

정하지 않고 관계에 대한 인지적, 감정적 반응 등을 과도하게 부정적으로 평가하기 시작할 때, 냉담한 태도와 함께 철수적인 모습을 보임으로써 그러한 반응을 회피할 수 있게 된다(Gerhart et al., 2014; Kashdan et al., 2009). 이를 대입해 보면, 자기애적 취약성이 높은 이들은 자신의 특권의식적인 태도를 인정하기보다는 자신의 불완전한 모습이 타인에게 비칠 때 나타나는 부정적인 감정과 같은 반응을 문제시함으로써 회피적이고 철수적인 모습을 보이는 것으로 해석할 수 있다.

선행연구를 살펴본 결과, 자기애적 취약성, 내면화된 수치심, 경험회피, 은둔형 외톨이 변인 간의 밀접한 관련성과 유연성을 확인할 수 있으며 이를 통해 자기애적 취약성이 수치심과 경험회피를 통해 장기간의 은둔 생활에 영향을 미칠 수 있을 것으로 판단된다. 즉, 자기애적 취약성이 현저한 이들은 자신이 바라는 이상적인 자기상에 한참 미치지 못한다는 생각으로 인해 수치심이 현저하고, 이러한 불쾌한 감정과 사고에 대한 회피적인 대처가 발생함으로써 장기간의 사회적 철수를 의미하는 은둔형 외톨이 성향으로 이어질 것이라는 가정이 가능하다. 따라서 상술한 네 가지 변인들 간의 관계를 검증함으로써 자기애적 취약성이 은둔으로 이행되는 심리적 기제를 경험적으로 검증하고자 한다. 이를 통해 자기애적 취약성이 은둔형 외톨이에 미치는 영향과 두 변인 간 이어지는 구체적인 경로에 대한 이해를 넓히고, 자기애적 성향이 높은 은둔형 외톨이의 치료적 개입을 마련하는 데 유용한 경험적 근거를 제공하고자 한다. 본 연구의 가설은 다음과 같다.

가설 1. 내면화된 수치심이 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이의 관계를 매개할 것이다.

가설 2. 경험회피가 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이의 관계를 매개할 것이다.

가설 3. 내면화된 수치심과 경험회피가 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이의 관계를 매개할 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 초기 성인기에 해당하는 성인 남녀를 대상으로 진행되었다. 연구 대상자의 연령은 유민상과 신동훈(2021)이 청년기 사회적 고립을 조사한 연구에 따라 20세에서 35세로 설정했다. 본 연구는 한신대학교 생명윤리위원회(Institutional Review Board [IRB])로부터 연구 승인을 받은 후 IRB규정에 근거하여 진행되었다(승인번호: No. 2023-01-006). 자료수집은 온라인 리서치 전문기관에 의뢰하여 2023년 9월 19일부터 9월 22까지 온라인 조사를 통해 이루어졌으며, 리서치 기관 패널 중 20세에서 35세 성인 남녀 312명을 대상으로 성비를 균등하게 맞추어 참여자를 선발하였다(M = 29.18세, SD = 3.79). 연구 참가에 자발적으로 동의한 참여자는 온라인 자기보고식 설문을 실시하였다. 설문은 병리적 자기애 척도에서 자기애적 취약성 요인을 추출한 척도, 내면화된 수치심 척도, 경험회피 척도, 은둔형 외톨이 척도로 구성되었다. 참여자 성별의 경우, 남성이 153명(49%), 여성이 159명(51%)으로 나타났고, 연령대는 20대가 155명(49.7%), 30대가 157명(50.3%)으로 나타났다. 직업의 경우, 무직이 33명(10.6%), 대학생이 41명(13.1%), 아르바이트가 12명(3.8%), 전일제 직장인이 194

명(62.2%), 기타 직업군이 32명(10.26%)인 것으로 나타났다.

측정도구

병리적 자기애 척도(Pathological Narcissism Inventory [PNI])

본 연구에서 자기애적 취약성을 측정하기 위해 Pincus 등(2009)이 개발한 병리적 자기애 척도에서 양진원과 권석만(2016)이 번안 및 타당화한 한국판 병리적 자기애 척도 중 자기애적 취약성을 측정하는 3개의 하위요인과 20개의 문항을 사용하였다. 20문항 중 10문항의 변동하는 자존감, 5문항의 특권분노, 5문항의 평가절하로 이루어져 있으며 각 문항은 6점 Likert 척도(0점 = 전혀 나같지 않다, 5점 = 매우 나 같다)로 평정하며, 점수가 높을수록 자기애적 취약성 수준이 높음을 의미한다. 양진원과 권석만(2016)의 연구에서 보고한 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .92이며, 본 연구에서는 .94로 나타났다.

은둔형 외톨이 척도(Hikikomori Questionaire-25 [HQ-25])

본 연구에서 은둔형 외톨이 성향을 측정하기 위해 Teo등(2018)이 개발하고 제세령 등(2022)이 번안 및 타당화한 은둔형 외톨이 자가보고 척도를 사용하였다. 고립, 사회화, 정서적지지 3가지 하위요인으로 구성되어 있으며 총 25문항 중 고립이 9문항, 사회화가 10문항, 정서적 지지가 6문항으로 이루어져 있으며 각 문항은 5점 Likert 척도(0점 = 해당되지 않는다, 4점 = 해당된다)로 구성되어 있다. 원척도는 최근 6개월 동안 해당하는 상태를 표시하게 되어 있으나 본 설문지에서는 3개월로 변경하였다. 제세령 등(2022)의 연구에서 내적 합치도 계수는 .93로 나타났으며, 본 연구에서는 .92으로 나타났다.

내면화된 수치심 척도(Internalized Shame Scale [ISS])

본 연구에서는 내면화된 수치심을 측정하기 위해 Cook(1987)이 개발하고 이인숙과 최해림(2005)이 번안 및 타당화한 내면화된 수치심 척도를 사용하였다. 내면화된 수치심을 측정하는 하위 요인으로 부적절감 10문항, 공허 5문항, 자기처벌 5문항, 실수불안 4문항과 자존감을 측정하는 6문항으로 총 30문항으로 구성되어 있다. 원척도의 자존감 요인의 경우, 한 방향으로 대답하려는 경향을 제어하기 위해 Rosenberg 자존감 척도의 문항을 ISS 척도에 포함한 것이므로, 본 연구에서는 6개의 자존감 문항을 제외하고 총 24문항을 사용하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도(0점 = 그런 경우가 없다, 4점 = 거의 항상 그렇다)로 평정되며, 총점이 높을수록 내면화된 수치심이 높다는 것을 의미한다. 이인숙과 최해림(2005)의 연구에서 ISS 척도의 내적 합치도 계수는 .93으로 보고되었으며, 본 연구에서 내적 합치도 계수는 .97으로 나타났다.

경험회피 척도(Multidimensional Experiential Avoidance Questionnaire [MEAQ])

본 연구의 매개변수인 경험회피를 측정하기 위해 Gámez 등(2011)이 개발한 다차원적 경험회피 척도에서 이주연과 유성은(2017)이 번안 및 타당화한 단축형 척도(K-MEAQ-24)를 사용했다. 총 24문항 중 고통혐오, 고통감내, 억압/부인, 지연행동, 회피행동, 주의분산/억제 각각 4문항으로 이루어져 있다. 각 문항은

6점 Likert식 척도로 '전혀동의하지 않음(1점)'에서 '전적으로 동의함(6점)'으로 평정하며, 점수가 높을수록 경험회피 수준이 크다는 것을 의미한다. 이주연과 유성은의 연구에서 내적 합치도 계수는 .82로 나타났으며 본 연구에서 내적 합치도 계수는 .85으로 나타났다.

자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 IBM SPSS Statistics 25.0과 PROCESS macro v. 4.3(Hayes, 2023)을 사용하여 분석하였으며 분석한 내용은 다음과 같다. 첫째, 대상자의 인구통계학적 및 일반적 정보에 따른 은둔형 외톨이 수준에 차이가 있는지 알아보기 위해 빈도분석과 독립표본 t검증 및 일원 배치 분산분석(One-way ANOVA)를 실시했다. 둘째, 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위해 내적 합치도 계수(Cronbach' α)를 산출하였다. 셋째, 연구에 사용된 변인(자기애적 취약성, 내면화된 수치심, 경험회피, 은둔형 외톨이 경향) 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 넷째, 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 관계에서 내면화된 수치심과 경험회피의 매개효과를 확인하기 위해 SPSS PROCESS macro v.4.3.의 Model 6번을 이용해 매개효과의 유의성을 파악하였다. 마지막으로 매개효과의 통계적 유의성을 확인하기 위해 부트스트래핑(bootstraping)을 실시했다. 이를 위해 10,000개의 표본을 재추출하고 95%의 신뢰구간을 설정하였다. 이 과정에서 은둔형 외톨이 점수에 대한 직업군의 혼입 효과를 통계적으로 제거하기 위해, 직업군을 공변인으로 포함하여 그 영향을 통제하였다.

결 과

인구 통계학적 정보에 따른 은둔형 외톨이 경향의 특성

연구 대상자들의 성별, 연령, 학업, 직업에 따라 은둔형 외톨이 경향성에 차이가 있는지 검증하기 위해서 독립표본 t 검증 및 일원배치 분산분석(One-way ANOVA), Scheffe 사후검증을 실시하였으며 효과크기를 알아보기 위해 Cohen's d와 에타제곱을 산출하였다.

은둔형 외톨이 성향은 성별과 연령대에 따라서 유의한 차이가 없는 것으로 드러났다. 은둔형 외톨이 성향은 학력에 따른 차이가 나타나지 않았으나, 직업(F = 9.29, p < .001)에 따라 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. Scheffe 사후검증 결과, 전일제 직장인만 무직이나 아르바이트를 하는 사람보다 은둔형 외톨이 수준이 유의하게 높았으나, 그 외에는 유의한 차이가 발견되지 않았다. 그 결과는 표 1에 제시하였다.

주요변인 간 상관관계와 기술통계

본 연구의 주요 변인 간의 관련성을 알아보기 위해 Pearson 상관분석 결과와 평균 및 표준편차를 제시하였다. 그 결과는 표 2에 제시하였다. 주요 변인 간 상관분석 결과를 살펴보면, 모든 변수가 정적인 상관관계가 나타났다. 먼저 자기애적 취약성은 내면화된 수치심, r =. 68, p < .001, 경험회피, r = .59, p < .001, 은둔형 외톨이, r = .47, p < .001, 와 유의한 정적상관을 보였으며, 내면화된 수치심은 경험회피, r = .64, p < .001, 은둔형 외톨이, r = .64, p < .001, 와 유의한 정적상관을 보였다. 또한 경험회피는 은둔형 외톨이, r =

표 1. 인구통계학적 정보에 따른 은둔형 외톨이 경향성 차이

구분	*n*	집단	*M*(*SD*)		*t*
성별	153	남	44.14(18.20)		-.689
	159	여	45.55(17.92)		
연령대	155	20대	43.90(18.43)		-.932
	157	30대	45.81(17.67)		
구분	*n*	집단	*M*(*SD*)	*F*	Scheffé
최종 학력	39	고졸 이하	50.25(18.87)	1.572	-
	47	2, 3년제 대학 재학 중 혹은 졸업	42.53(17.48)		
	37	4년제 대학 재학 중	45.11(19.78)		
	173	4년제 대학 졸업	42.58(16.83)		
	16	대학원(석, 박사) 재학 중 혹은 졸업	42.37(16.54)		
직업	33	무직[a]	58.33(14.35)	9.298***	c < a = b
	41	학생[b]	46.90(19.33)		
	12	아르바이트[c]	57.17(19.66)		
	194	전일제 직장인[d]	41.04(16.53)		
	32	기타(자영업, 프리랜서 등)[e]	46.91(19.50)		

*** $p < .001$.

주. Scheffé 사후검정 결과, 비교식에서 부등호(<, >)는 .05 수준에서 집단 간 유의미한 차이를 나타내며, '='는 집단 간 유의미한 차이가 없음을 의미함.

표 2. 주요 변인 간 상관관계

	1	2	3	4
1. 자기애적 취약성	-			.
2. 내면화된 수치심	.68***	-		
3. 경험회피	.59***	.64***	-	
4. 은둔형 외톨이	.47***	.64***	.52***	-
M	39.52	34.08	79.94	44.86
SD	18.52	22.94	15.56	15.56
왜도	-.01	.37	.04	.06
첨도	-.60	-.95	-.41	-.15

*** $p < .001$.

.52, p < .001, 와 유의한 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 또한, 다중공선성 진단을 실시한 결과, 분산팽창지수(VIF)는 모두 10미만으로 나타나 다중공선성 문제는 없는 것으로 판단되었다.

자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 경향 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과

자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 경향의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 Process macro의 model 4를 설정하여 단순 매개분석을 실시하였다. 자기애적 취약성을 독립변인으로, 은둔형 외톨이 경향을 종속변인으로, 내면화된 수치심을 매개변수로 설정하였으며, 이에 대한 결과는 표 3에 제시하였다. 자기애적 취약성은 은둔형 외톨이 경향에 유의한 정적 영향을 미쳤으며, β = .44, p < .001, 내면화된 수치심에도 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다, β = .83, p < .001. 하지만 자기애적 취약성과 내면화된 수치심을 동시에 투입했을 때, 자기애적 취약성, β = .08, p >.05, 은 은둔형 외톨이에 유의한 영향을 보이지 않았으며, 내면화된 수치심, β = .43, p < .001, 은 은둔형 외톨이에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 완전 매개효과를 확인할 수 있었다. 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과의 유의성을 검증한 결과는 표 4에 제시되어 있으며, 내면화된 수치심의 단순 매개효과는 유의한 것으로 나타났다, β = .36, 95% CI = [.27, .46].

표 3. 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 성향 관계에서 내면화된 수치심의 단순 매개분석

종속변인	독립변인	β	*SE*	*t*	95% CI		*F*			R^2
					LL	*UL*	*F*	*df1*	*df2*	
내면화된 수치심	자기애적 취약성	.83	.05	16.22***	.73	.93	57.08	5	306	.48
은둔형 외톨이	내면화된 수치심	.43	.04	9.48***	.34	.52	45.03	6	305	.47
	자기애적 취약성	.08	.05	1.52	-.02	.19				
은둔형 외톨이	자기애적 취약성	.44	.04	9.57***	.35	.53	27.94	5	306	.31

주. CI = confidence interval, LL = lower limit, UL = upper limit.
***p < .001.

표 4. 내면화된 수치심의 부트스트래핑 결과

	β	Boot *SE*	95% CI	
			LL	*UL*
내면화된 수치심	.36	.05	.27	.46

자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 성향 관계에서 경험회피의 매개효과

자기애적 취약성과 은둔형 외톨이의 관계에서 경험회피의 매개효과 유의성을 검증하기 위해 경험회피를 매개변수로 설정하고 그 결과를 산출했다. 이에 대한 결과는 표 5에 제시하였다. 자기애적 취약성은 경험회피에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다 β = .48, p < .001. 은둔형 외톨이를 종속변인으로 경험회피와 자기애적 취약성을 동시에 투입했을 때, 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이는 유의한 영향을 보였으며, β = .26, p < .001, 경험회피 역시 유의한 정적 영향을 보였다, β = .38, p < .001. 이를 통해 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 관계에서 경험회피가 부분 매개효과를 보임을 확인할 수 있었다. 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 관계에서 경험회피를 더하면 약 6.8%를 추가로 설명하여 총 설명량은 38%로 증가하였다, F(6, 305) = 31.32, p < .001. 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 관계에서 경험회피의 매개효과의 유의성을 검증한 결과(표 6), 신뢰구간이 0을 포함하지 않아서 경험회피의 매개효과는 유의한 것으로 나타났다, β = .18, 95% CI = [.12, .26].

자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 관계에서 내면화된 수치심과 경험회피의 순차적 매개효과

자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 관계에서 내면화된 수치심과 경험회피의 순차적 직렬매개 효과는 PROCESS macro의 model 6을 이용하여 분석하였다. 독립변인은 자기애적 취약성을, 종속변인에는 은둔형 외톨이를 설정하고 매개변인으로 내면화된 수치심과 경험회피를 차례대로 투입하여 결과를 산출했다. 그 결과

표 5. 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 성향 관계에서 경험회피의 단순 매개분석

종속변인	독립변인	β	*SE*	*t*	95% CI		*F*			R^2
					LL	*UL*	*F*	*df1*	*df2*	
경험회피	자기애적 취약성	.48	.04	12.81***	.41	.56	36.72	5	306	.38
은둔형 외톨이	경험회피	.38	.07	5.78***	.25	.51	31.32	6	305	.38
	자기애적 취약성	.26	.05	4.7***	.15	.37				
은둔형 외톨이	자기애적 취약성	.44	.05	9.57***	.35	.54	27.94	5	306	.31

***p < .001.

표 6. 경험회피의 부트스트래핑 결과

	β	Boot *SE*	95% CI	
			LL	*UL*
경험회피	.18	.03	.12	.26

표 7. 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 성향 관계에서 내면화된 수치심과 경험회피 순차매개효과

종속변인	독립변인	β	*SE*	*t*	95% CI		*F*			R^2
					LL	*UL*	*F*	*df1*	*df2*	
내면화된 수치심	자기애적 취약성	.83	.05	16.22***	.73	.93	57.08	5	306	.48
경험회피	내면화된 수치심	.28	.04	7.18***	.21	.36	44.24	6	305	.47
	자기애적 취약성	.25	.05	5.26***	.16	.35				
은둔형 외톨이	내면화된 수치심	.37	.05	7.78***	.28	.47	40.72	7	304	.48
	경험회피	.19	.07	2.89***	.06	.32				
	자기애적 취약성	.04	.06	.64	-.08	.15				
은둔형 외톨이	자기애적 취약성	.44	.05	9.57***	.35	.54	27.94	5	306	.31

***p < .001.

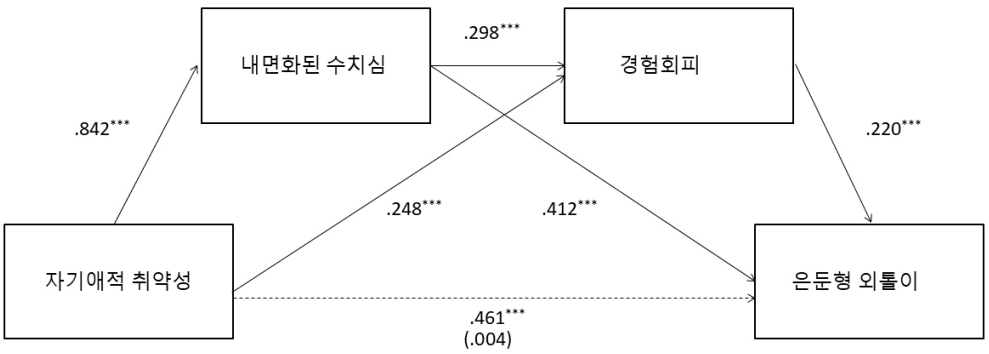
는 표 7에 제시했다. 자기애적 취약성은 은둔형 외톨이에 유의한 영향을 미쳤으며, β = .44, p < .001, 내면화된 수치심에도 정적 영향을 미쳤다, β = .83, p < .001. 자기애적 취약성과 내면화된 수치심을 경험회피에 투입하면 내면화된 수치심은 경험회피에 정적 영향을 미쳤으며, β = .28, p < .001, 자기애적 취약성 역시 경험회피에 유의한 영향을 미쳤다, β = .25, p < .001. 마지막으로 은둔형 외톨이를 종속변인으로 설정해 나머지 변인을 투입했을 때, 자기애적 취약성은 은둔형 외톨이에 직접적으로 미치는 효과는 유의하지 않았으나, β = .03, p >.05, 자기애적 취약성이 내면화된 수치심을 거쳐 은둔형 외톨이에 미치는 영향을 유의하였으며, β = .37, p < .001, 경험회피를 거쳐 은둔형 외톨이에 미치는 영향은 유의하였다, β = .18, p < .001. 즉, 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이의 관계에서 직접 효과는 유의하지 않았으나, 내면화된 수치심과 경험회피를 거쳐 나타난 간접 효과는 유의한 것으로 나타났다. 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 관계에서 내면화된 수치심과 경험회피를 투입하면 17%의 설명력이 추가되어 총 설명량은 48%로 나타났다, F(7, 304) = 40.72, p < .001.

독립변인은 자기애적 취약성(X), 종속변인은 은둔형 외톨이(Y), 매개변인은 내면화된 수치심(M1)과 경험회피(M2)로 설정한후, 자기애적 취약성이 은둔형 외톨이에 미치는 순차매개효과를 탐색한 결과는 표 8과 같다. 내면화된 수치심을 매개변인으로 한 매개효과(X→M1→Y)는 유의했고, β = .32, 95% CI = [.22, .42], 매개변인을 경험회피로 설정하여 투입한 결과 역시 유의하였다, β = .05, 95% CI = [.01, .10]. 마지막으로 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 관계에서 내면화된 수치심과 경험회피의 순차매개효과 역시 유의한 것으로 나타났다, β = .04, 95% CI = [.01, .08]. 따라서 자기애적 취약성이 은둔형 외톨이 관계에서 내면화된 수치심과 경험회피의 순차매개효

표 8. 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 성향 관계에서 내면화된 수치심과 경험회피 순차매개효과 검증

	β	Boot *SE*	*t*	95% CI	
				LL	*UL*
총 효과	.44	.05	9.57***	.35	.53
직접효과	.04	.06	.64	-.08	.15
간접효과 (total)	.41	.05		.31	.52
매개효과1 X→M1→Y	.32	.05		.22	.42
매개효과2 X→M2→Y	.05	.02		.01	.10
매개효과3 X→M1→M2→Y	.04	.02		.01	.08

***p <.001.



주. 괄호 안은 간접효과 통제한 직접효과

그림 1. 연구모형의 비표준화계수

과는 유의 한 것으로 나타났다. 연구모형의 경로계수는 그림과 같다.

논 의

본 연구는 자기애적 취약성이 은둔형 외톨이에 미치는 영향에서 내면화된 수치심과 경험회피의 영향을 검증하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 자기애적 취약성이 은둔형 외톨이의 관계에서 내면화된 수치심이 완전 매개효과를 보였다. 이는 자기애적 취약성이 높은 개인일수록 내면화된 수치심을 경험할 가능성이 높고, 이에 따라 장기적인 은둔 생활을 유지하거나 그러한 생활 양식으로 이행할 위험이 증

가할 수 있음을 시사한다. 이러한 결과는 내현적 자기애와 수치심의 유의한 경로를 확인한 선행연구 결과(나하영, 신태섭, 2016; 박지연 등, 2011; 이문선, 이동훈, 2014)와 일치하며, 다양한 문헌에서 자기애적 취약성 성향자들이 철수적인 모습을 보이는 이유로 수치심이 자주 거론된다는 설명과 일치한다(Bernardi & Eidlin, 2018; Besser & Priel, 2010; Krizan & Herlache, 2018; Rogoza et al., 2022). 수치심과 자기애적 취약성은 그 정의상 자신이 할당한 이상적 기준에 미치지 못했을 때 부적응을 겪는다는 점(Gabbard, 2022)과 이러한 것을 타인이 알게 될지도 모른다고 생각함으로써 자기 패배적인 사고와 함께 철수적인 모습이 나타날 수 있다는 점(de Hooge et al., 2018)에서 유사하다. 즉, 자기애적 취약성이 높은 개인이 사회적 철수를 보이는 양상은 내면화된 수치심을 매개로 이해될 수 있는 하나의 가능성으로 해석할 수 있다.

둘째, 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이의 관계에서 경험회피가 부분적인 매개 역할을 하는 것으로 나타났으며, 이는 내현적 자기애가 경험회피를 거쳐 다양한 부적응적 결과와 관련된다고 보고한 선행연구들(노고은, 안도연, 2020; 이승렬, 장혜인, 2022)의 결과와 맥락을 같이한다고 볼 수 있다. 이러한 결과는 자기애적 취약성이 높은 개인들이 사회적 관계에서 자신의 과도한 특권의식적 욕구나 기대를 직접적으로 인식하거나 수용하기보다는, 대인관계에서 경험하는 부정적인 사적 경험에 주목하고 이를 회피하려는 경향을 보일 가능성이 있음을 시사한다. 나아가 이러한 회피 성향은 부정적 정서를 감소시키기 위한 전략으로서 사회적 철수 행동과 연관될 수 있으며(Gerhart et al., 2014; Hayes & Gifford, 1997), 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 간의 관계를 이해하는 하나의 설명 틀로 고려될 수 있다.

셋째, 자기애적 취약성이 은둔형 외톨이로 가는 경로에서 내면화된 수치심과 경험회피가 완전 이중매개효과를 나타낸 것으로, 이러한 결과는 자기애적 취약성이 은둔형 외톨이와 직접적으로 관련되기보다는 내면화된 수치심과 경험회피를 경유하여 관련될 가능성을 시사한다. 자기애적 취약성이 현저한 이들은 수치심이 만성화되어 있을 가능성이 있으며, 수치심을 조절하기 위한 방식으로 경험회피가 활용될 수 있고, 이 과정에서 냉담한 태도나 철수적인 행동이 나타날 수 있으며 이러한 양상이 장기적인 은둔 생활과 연관될 가능성도 배제할 수 없다. 한편, 이러한 연구 결과는 내면화된 수치심이 경험회피로 가는 경로가 정적으로 유의하게 나타난다는 선행연구(이은정, 장유진, 2020; 정지은, 정남운, 2023)와 맥락을 같이한다. 이는 수치심이 만성화될수록 더 큰 수치심으로부터 벗어나기 위한 회피 기제가 작동할 가능성이 있으며, 수치심과 같이 조절이 어려운 파괴적인 감정일수록 회피적인 방략이 나타날 경향이 있음을 시사한다(de Hooge et al., 2010; Elison et al., 2006; Velotti et al., 2017). 다만 경험회피는 내면화된 수치심과 함께 모형에 포함될 경우 설명량의 증가는 크지 않아, 은둔형 외톨이 성향을 보이는 개인의 정서적 처리 양상을 보다 정교하게 이해하기 위해서는 추가적인 연구가 필요할 것으로 여겨진다.

넷째, 자기애적 취약성은 내면화된 수치심, 경험회피 모든 경로에서 은둔형 외톨이로 이어지는 경로가 통계적으로 유의미하게 나타났으며, 이를 통해 자기애적 취약성과 은둔형 외톨이 간의 관련성을 시사하는 결과를 제시

하였다. 이는 자기애적 취약성이 높은 개인들이 자신의 취약성을 방어하기 위해 대인관계에서 회피적이고 철수적인 양상을 보일 가능성이 있으며, 이러한 행동 양상이 장기적으로 유지될 수 있음을 시사한다. 이러한 결과는 국내에서 내현적 자기애가 높은 개인일수록 물리적인 사회적 고립 수준이 높다고 보고한 선행연구(김민재, 김은정, 2018)의 결과와 맥락을 같이한다고 볼 수 있다. 또한 은둔형 외톨이의 심리적 특성으로 자기애적 취약성 성향을 언급한 기존 문헌들(Iwakabe, 2020; Kato et al., 2019; Sarchione et al., 2015)의 논의는 본 연구의 결과와 일관된 방향성을 보인다고 해석할 수 있다.

이상의 결과들에 기반한 본 연구의 의의는 다음과 같다. 먼저 사회적 철수와 연관이 깊은 자기애적 취약성이 은둔형 외톨이로 이어질 가능성을 본 연구의 결과를 통해 제시함으로써, 장기간의 사회적 철수와 고립을 보이는 은둔형 외톨이들의 심리 치료적 개입을 위해 성격적인 측면에서 자기애적 취약성을 파악할 필요성을 제안했다. 자기애적 취약성은 그 개념의 다른 표현인 '내현적(covert)' 자기애라는 용어에서 시사되듯이 치료 장면에서 특권의식적인 기대를 부인하는 경향과 사고나 인지 등이 드러나지 않아 회피성 성격이나 단순한 신경증으로 오해되어 적절한 치료적 개입을 어렵게 하는 병리적인 성격이다(Dickinson & Pincus, 2003; Pincus et al., 2014). 이와 더불어 은둔형 외톨이 중 다수가 회피성 성격장애, 주요우울장애나 사회불안장애 등으로 진단되는 것을 고려하면(Teo, 2010; Teo et al., 2015), 회기가 계속됨에 따라 은둔형 외톨이 중 적지 않은 이들이 자기애적인 면을 나타낼 가능성을 시사한다고 볼 수 있다.

다음으로, 자기애적 취약성이 내면화된 수치심을 완전 매개로 은둔형 외톨이로 이어지는 순차적인 경로를 확인함으로써, 이들에 대한 유용한 개입 전략을 찾는 데 중요한 시사점을 제공한다. 이는 사회적으로 철수된 자기애적 취약성 성향자에게 만연한 분개 등에 비판단적인 자세를 유지하고 자기 증진이나 유능감에 대한 욕구와 그러한 욕구 좌절로 인한 취약성을 강조해 다룸으로써 수치심을 극복하도록 도와야 할 필요성을 시사한다(Ronningstam, 2020).

한편, 지금까지 은둔형 외톨이에 대한 증거기반개입이 확립되지 않은 상태에서 본 연구는 주요 경로를 보완하는 변인으로서 경험회피를 고려함으로써 자기애적인 성향과 수치심이 만연한 은둔형 외톨이들에 대한 개입에 시사점을 제공한다. 이를 통해 자기애적 취약성 수준이 높은 이들에게 수치심과 같은 내적 경험에 대한 회피적 대처 양상을 완화하는 방향의 임상적 접근이 사회적 철수를 완화하는 데 기여할 수 있음을 시사한다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 온라인으로 자기 보고식 설문을 통해 자료를 수집하였으므로 표본에 의한 오차 가능성을 배제하기 어렵다. 은둔형 외톨이들은 인터넷 중독에 빠지는 경향이 있어 오프라인 표본과 차이가 있을 것으로 추측된다.

둘째, 본 연구는 연구 대상자를 20세에서 35세로 한정하고 있어 전 연령에 걸쳐 연구 결과를 일반화하기 어려울 수 있다. 자기애적 취약성은 나이가 들어감에 따라서 지속해서 줄어드는 경향이 있으며(Weidmann et al., 2023), 한국에서 은둔형 외톨이에 대한 관심은 2000년대 초중반 정도로, 당시 은둔형 외톨이

들이 은둔 생활을 지속한 중년기에 들어섰을 가능성을 배제하기 어렵다. 따라서, 후속 연구에서는 그 목적에 따라 많은 연령대를 고려하는 것이 바람직할 수 있다.

셋째, 본 연구의 대상자는 자기보고식 척도를 통해 선별된 잠재적 은둔형 외톨이 성향군이라는 점에서 결과 해석에 제한이 있다. 따라서 본 연구 결과를 장기간의 사회적 철수와 기능 손상을 동반한 임상적 은둔형 외톨이 집단에 직접적으로 일반화하는 데에는 주의가 필요하다. 향후 연구에서는 임상 면담이나 기능 수준에 대한 객관적 평가를 병행하여 은둔형 외톨이의 심각도 수준에 따른 차이를 보다 정교하게 검토할 필요가 있다.

넷째, 본 연구는 횡단연구를 진행하였으므로 변인 간의 선후 관계를 확증하기 어렵다. 은둔생활이 길어지며 수치심이 높아질 가능성을 배제하기 어렵다. 추후 연구에서는 종단연구를 통해 변인간의 관계가 어떤 식으로 변화되는지 확인할 필요가 있다.

참고문헌

강선희, 정남운 (2002). 내현적 자기애 척도의 개발 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(4), 705-723. https://www.riss.kr/link?id=A104152212

강주승, 장혜인, 황수진, 안지현, 김명현, 홍진표 (2021). 정신건강 실무자들의 은둔형 외톨이에 대한 낙인. 신경정신의학 60(4), 284-290. https://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE11301945

국무조정실 (2025). 2024년 청년의 삶 실태조사 결과 발표 [보도자료]. https://www.korea.kr/briefing/pressReleaseView.do?newsId=156678299

김민재, 김은정 (2018). 내현적 자기애가 대인공포(Taijin Kyofusho) 증상에 미치는 영향: 편집 사고와 사회적 고립의 연속매개 효과. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 24(4), 637-655. http://dx.doi.org/10.20406/kjcs.2018.11.24.4.637

나하영, 신태섭 (2016). 대학생의 내현적 자기애와 사회적 상호작용 불안의 관계: 내면화된 수치심과 자기제시 동기-기대 차이의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(3), 695-717. https://www.riss.kr/link?id=A103661836

김애경, 하승수. (2020). 내현적 자기애가 우울에 미치는 영향: 내면화된 수치심과 자기자비의 조절된 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지 건강 25(6), 1181-1193. https://www.riss.kr/link?id=A108066069

노고은, 안도연 (2020). 내현적 자기애와 심리적 안녕감의 관계: 정서표현신념과 경험회피의 매개효과. *Korean Journal of Clinical Psychology, 6*(1), 97-115. http://dx.doi.org/10.15842/CPKJOURNAL.PUB.6.1.97

박지연, 신민섭, 김은정 (2011). 내현적 자기애 성향과 이상섭식행동의관계에서 신체에 대한 수치심 매개효과 검증. *Korean Journal of Clinical Psychology 30*(3), 663-679. http://dx.doi.org/10.15842/kjcp.2011.30.3.003

심상홍, 이장한 (2012). 자기애 성격장애 척도의 요인 구조: 외현적 자기애 및 내현적 자기애와의 관련성 검증. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 26(2), 87-100.

https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3069206

양진원, 권석만 (2016). 병리적 자기애 성향자의 웅대성과 취약성에 따른 정서적 특성. *Korean Journal of Clinical Psychology, 35*(1), 215-242. http://dx.doi.org/10.15842/kjcp.2016.35.1.011

유민상, 신동훈 (2021). 청년의 사회적 고립 실태 및 지원 방안 연구. 한국청소년정책연구원. https://www.nypi.re.kr/repository/handle/2022.oak/2931

이문선, 이동훈 (2014). 내현적 자기애와 사회적으로 부과된 완벽주의의 관계에서 수치심과 자기비난의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(4), 973-992. https://www.riss.kr/link?id=A104105495

이승렬, 장혜인 (2022). 내현적 자기애와 사회불안의 관계: 부적응적 자기초점주의와 경험회피의 순차매개효과. 한국심리학회지: 건강, 27(2), 313-332. http://dx.doi.org/10.17315/kjhp.2022.27.2.008

이은정, 장유진 (2020). 대학생의 내면화된 수치심이 경험회피에 미치는 영향: 정신화와 고통감내력의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 20(13), 477-501. http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2020.20.13.477

이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심 척도(ISS)의 타당화 연구: 애착, 과민성 자기애, 외로움과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(3), 651-670. https://www.riss.kr/link?id=A104091724

이주연, 유성은 (2017). 한국판 다차원적 경험회피 척도(K-MEAQ)의 타당화 및 단축형(K-MEAQ-24) 개발. 인지행동치료, 17(2), 181-208. https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002239306&utm_source=chatgpt.com

정근하, 노영희. (2022). 지방의회 은둔형 외톨이 조례안 비교 연구 - 6개 시도를 중심으로. 한국자치행정학보, 36(2), 209-225. https://doi.org/10.18398/kjlgas.2022.36.2.209

정지은, 정남운 (2023). 아동기 외상과 성인기 대인관계 문제의 관계: 내면화된 수치심과 경험 회피의 순차적 매개효과. 한국가족관계학회지, 28(2), 125-148. https://www.riss.kr/link?id=A108686933

정진영, 안지현, 김명현, 박소희, 홍진표. (2023). 은둔형 외톨이의 정신질환 유병률 및 정신사회적 특징. 신경정신의학, 62(4), 164-172. https://doi.org/10.4306/jknpa.2023.62.4.164

제세령, 최태영, 원근희, 봉수현 (2022). 은둔형 외톨이 자가보고 척도의 신뢰도 및 타당도 연구. *Journal of Korean Neuropsychiatric Association, 61*(2), 80-89. http://dx.doi.org/10.4306/jknpa.2022.61.2.80

Akhtar, S. (2000). The shy narcissist. In J. Sandler, R. Michels, & P. Fonagy (Eds.), *Changing ideas in a changing world: Essays in honor of Arnold Cooper* (pp. 111-119). Karnac Books. https://www.sakkyndig.com/psykologi/artvit/akhtar2000.pdf

Amendola, S., Cerutti, R., Presaghi, F., Spensieri, V., Lucidi, C., Silvestri, E., Di Giorgio, V., Conti, F., Martorelli, A., Izzi, G., & Teo, A. R. (2021). Hikikomori, problematic internet use and psychopathology: Correlates in non-clinical and clinical samples of young

adults in Italy. *Journal of Psychopathology*, *27*(2), 106-114. https://doi.org/10.36148/2284-0249-412

Bernardi, R., & Eidlin, M. (2018). Thin-skinned or vulnerable narcissism and thick-skinned or grandiose narcissism: Similarities and differences. *The International Journal of Psychoanalysis*, *99*(2), 291-313. https://doi.org/10.1080/00207578.2018.1425599

Besser, A., & Priel, B. (2010). Grandiose narcissism versus vulnerable narcissism in threatening situations: Emotional reactions to achievement failure and interpersonal rejection. *Journal of Social and Clinical Psychology, 29*(8), 874-902. https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.8.874

Besser, A., & Zeigler-Hill, V. (2010). The influence of pathological narcissism on emotional and motivational responses to negative events: The roles of visibility and concern about humiliation. *Journal of Research in Personality*, *44*(4), 520-534. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2010.06.006

Bonnaire, C., & Roignot, Z. (2022). Relationship between social withdrawal (hikikomori), personality, and coping in an adult population. *Psychiatry Investigation, 20*(8), 740-749. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37614013/

Chauliac, N., Depraz, P., Pacaut-Troncin, M., & Terra, J.-L. (2015). Psymobile et le phénomène des hikikomori. *Soins Psychiatrie, 36*(298), 30-33. https://www.em-consulte.com/article/973248/psymobile-et-le-phenomene-des-hikikomori

Cook, D. R. (1987). Measuring Shame: The Internalized Shame Scale. *Alcoholism Treatment Quarterly, 4*(2), 197-215. https://doi.org/10.1300/J020v04n02_12

Czarna, A. Z., Zajenkowski, M., & Dufner, M. (2018). How does it feel to be a narcissist? Narcissism and emotions. In A. D. Hermann, A. B. Brunell, & J. D. Foster (Eds.), *Handbook of trait narcissism: Key advances, research methods, and controversies* (pp. 255-263). Springer. https://www.annaczarna.pl/wp-content/uploads/2023/12/Czarna-Zajenkowski-Dufner_Narcissism-and-emotions_chapter.pdf

de Hooge, I. E., Breugelmans, S. M., Wagemans, F. M., & Zeelenberg, M. (2018). The social side of shame: Approach versus withdrawal. *Cognition and Emotion, 32*(8), 1671-1677. https://doi.org/10.1080/02699931.2017.1422696

de Hooge, I. E., Zeelenberg, M., & Breugelmans, S. M. (2010). Restore and protect motivations following shame. *Cognition and Emotion, 24*(1), 111-127. https://doi.org/10.1080/02699930802584466

Diamond, D., Yeomans, F., & Levy, K. N. (2011). Psychodynamic psychotherapy for narcissistic personality. In W. K. Campbell & J. D. Miller (Eds.), *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments* (pp. 421-433). John Wiley & Sons. https://doi.org/10.1002/9781118093108.ch38

Dickinson, K. A., & Pincus, A. L. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, *17*(3), 188-207.

https://doi.org/10.1521/pedi.17.3.188.22146

Elison, J., Lennon, R., & Pulos, S. (2006). Investigating the compass of shame: The development of the Compass of Shame Scale. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, *34*(3), 221-238. https://doi.org/10.2224/sbp.2006.34.3.221

Furlong, A. (2008). The Japanese hikikomori phenomenon: Acute social withdrawal among young people. *The Sociological Review, 56*(2), 309-325. https://doi.org/10.1111/j.1467-954X.2008.00790.x

Gabbard, G. O. (2022). Narcissism and suicide risk. *Annals of General Psychiatry, 21*(1), Article e3. https://doi.org/10.1186/s12991-022-00380-8

Gámez, W., Chmielewski, M., Kotov, R., Ruggero, C., & Watson, D. (2011). Development of a measure of experiential avoidance: The Multidimensional Experiential Avoidance Questionnaire. *Psychological Assessment*, *23*(3), 692-713. https://doi.org/10.1037/a0023242.supp

Gausel, N., Leach, C. W., Vignoles, V. L., & Brown, R. (2012). Defend or repair? Explaining responses to in-group moral failure by disentangling feelings of shame, rejection, and inferiority. *Journal of Personality and Social Psychology, 102*(5), 941-960. https://doi.org/10.1037/a0027233

Gerhart, J. I., Baker, C. N., Hoerger, M., & Ronan, G. F. (2014). Experiential avoidance and interpersonal problems: A moderated mediation model. *Journal of Contextual Behavioral Science, 3*(4), 291-298. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2014.08.003

Hayes, S. C., & Gifford, E. V. (1997). The trouble with language: Experiential avoidance, rules, and the nature of verbal events. *Psychological Science*, *8*(3), 170-173. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1997.tb00405.x

Hayes, S. C., & Wilson, K. G. (1993). Some applied implications of a contemporary behavior-analytic account of verbal events. The Behavior Analyst, 16(2), 283-301.

Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical psychology*, *64*(6), 1152-1168. https://psycnet.apa.org/record/1996-07086-005

Iwakabe, S. (2020). Working with social withdrawal, or hikikomori, in Japan: From shame to pride. *Journal of Clinical Psychology*, *77*(5), 1205-1218. https://doi.org/10.1002/jclp.23151

Kasak, M., Hacıosmanoglu, C. D., Hesapcioglu, S. T., & Ceylan, M. F. (2022). Loneliness in modern world: A case study of Hikikomori from Turkey. *Turkish Jounal of Clinical Psychiatry, 25*(1), 117-122. https://doi.org/10.5505/kpd.2022.59265

Kashdan, T. B., Morina, N., & Priebe, S. (2009). Post-traumatic stress disorder, social anxiety disorder, and depression in survivors of the Kosovo War: Experiential avoidance as a contributor to distress and quality of life. *Journal of Anxiety Disorders, 23*(2), 185-196. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2008.06.006

Kato, T. A., Kanba, S., & Teo, A. R. (2019).

Hikikomori: Multidimensional understanding, assessment, and future international perspectives. *Psychiatry and Clinical Neurosciences, 73*(8), 427-440. https://doi.org/10.1111/pcn.12895

Kato, T. A., Kanba, S., & Teo, A. R. (2020). Defining pathological social withdrawal: Proposed diagnostic criteria for hikikomori. *World Psychiatry*, *19*(1), 116-117. https://doi.org/10.1002/wps.20705

Kato, T. A., Sartorius, N., & Shinfuku, N. (2024). Shifting the paradigm of social withdrawal: a new era of coexisting pathological and non-pathological hikikomori. *Current Opinion in Psychiatry, 37*(3), 177-184. http://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000929

Kondo N, Sakai M, Kuroda Y, Kiyota Y, KitabataY., & Kurosawa M. (2013) General condition of hikikomori (prolonged social withdrawal) in Japan: Psychiatric diagnosis and outcome in mental health welfare centres. *International Journal of Social Psychiatry*. *59*(1), 79-86. https://doi.org/10.1177/0020764011423611

Koyama, A., Miyake, Y., Kawakami, N., Tsuchiya, M., Tachimori, H., Takeshima, T., & World Mental Health Japan Survey Group, 2002-2006 (2010). Lifetime prevalence, psychiatric comorbidity and demographic correlates of "hikikomori" in a community population in Japan. *Psychiatry Research*, *176*(1), 69-74. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2008.10.019

Krizan, Z., & Herlache, A. D. (2018). The narcissism spectrum model: A synthetic view of narcissistic personality. *Personality and Social Psychology Review, 22*(1), 3-31. https://doi.org/10.1177/1088868316685018

Lewis, H. B. (1971). Shame and guilt in neurosis. *Psychoanalytic Review*, *58*(3), 419-438. https://doi.org/10.3928/0048-5713-19760901-09

Li, T. M., & Wong, P. W. (2015). Youth social withdrawal behavior (hikikomori): a systematic review of qualitative and quantitative studies. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry, 49*(7), 595-609. https://doi.org/10.1177/0004867415581179

Luoma, J. B., & Platt, M. G. (2015). Shame, self-criticism, self-stigma, and compassion in acceptance and commitment therapy. *Current Opinion in Psychology, 2*, 97-101. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2014.12.016

Lyakina, Y., Fedorov, A., & Teo, A. (2023). Validation and Application Practice of the Russian-Language Version of the 25-Item Hikikomori Questionnaire (HQ-25). *Psychology Journal of Higher School of Economics, 20*(2), 257-281. https://www.researchgate.net/publication/372171549_Validation_and_application_practice_of_the_Russian-language_version_of_the_25-item_Hikikomori_Questionnaire_HQ-25

Malagón-Amor, Á., Martín-López, L. M., Córcoles, D., González, A., Bellsolà, M., Teo, A. R., Pérez, V., Bulbena, A., & Bergé, D. (2018). A 12-month study of the hikikomori syndrome of social withdrawal: Clinical characterization and different subtypes proposal. *Psychiatry Research, 270*, 1039-1046. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.03.060

Miller, J. D., Widiger, T. A., & Campbell, W. K.

(2010). Narcissistic personality disorder and the DSM-V. *Journal of Abnormal Psychology*, *119*(4), 640-649. https://doi.org/10.1037/a0019529

Nagata, T., Yamada, H., Teo, A. R., Yoshimura, C., Nakajima, T., & van Vliet, I. (2013). Comorbid social withdrawal (hikikomori) in outpatients with social anxiety disorder: Clinical characteristics and treatment response in a case series. *The International Journal of Social Psychiatry*, *59*(1), 73-78. https://doi.org/10.1177/0020764011423184

Nonaka, S., & Sakai, M. (2021). Psychological factors associated with social withdrawal (Hikikomori). *Psychiatry Iinvestigation*, *18*(5), 463-470. https://doi.org/10.30773/pi.2021.0050

OECD. (2025.03.04). *Supporting Japanese people affected by severe social isolation: A case study* [Policy brief]. OECD Forum Network. https://www.oecd.org/en/blogs/2025/03/supporting-opportunities-insights-from-communities/supporting-japanese-people-affected-by-severe-social-isolation-a-case-study.html.

Pincus, A. L. (2023). Narcissistic personality disorder and pathological narcissism. In P. H. Blaney & R. F. Krueger (Eds.), *Oxford textbook of psychopathology* (4th ed., pp. 628-649). Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/med-psych/9780197542521.003.0027

Pincus, A. L., Ansell, E. B., Pimentel, C. A., Cain, N. M., Wright, A. G., & Levy, K. N. (2009). Initial construction and validation of the Pathological Narcissism Inventory. *Psychological assessment*, *21*(3), 365-379. https://doi.org/10.1037/a0016530

Pincus, A. L., Cain, N. M., & Wright, A. G. (2014). Narcissistic grandiosity and narcissistic vulnerability in psychotherapy. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, *5*(4), 439-443. https://doi.org/10.1037/per0000031

Pincus, A. L., & Lukowitsky, M. R. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual review of clinical psychology, 6*, 421-446. https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131215

Pincus, A. L., Roche, M. J., & Good, E. W. (2015). Narcissistic personality disorder and pathological narcissism. In P. H. Blaney, R. F. Krueger, & T. Millon (Eds.), *Oxford textbook of psychopathology* (3rd ed., pp. 791-813). Oxford University Press. https://global.oup.com/academic/product/oxford-textbook-of-psychopathology-9780199846749

Rogoza, R., Cieciuch, J., & Strus, W. (2022). Vulnerable Isolation and Enmity Concept: Disentangling the blue and dark face of vulnerable narcissism. *Journal of Research in Personality*, *96*, 1-19. https://psycnet.apa.org/record/2022-26481-001

Ronningstam, E. (2020). Internal processing in patients with pathological narcissism or narcissistic personality disorder: Implications for alliance building and therapeutic strategies. *Journal of Personality Disorders, 34*(Supplement), 80-103. https://doi.org/10.1521/pedi.2020.34.supp.80

Sarchione, F., Santacroce, R., Corbo, M., Lupi, M., Martinotti, G., & Di Giannantonio, M. (2015).

Hikikomori: Clinical and psychopathological issues. *European Psychiatry, 30*(Supplement1), 28-31. https://doi.org/10.1016/s0924-9338(15)31007-5

Sekimizu, T. (2021). "Hikikomori" and dependency on family: Focusing on father- son relationships. *International Journal of Japanese Sociology,30*(1), 182-196. https://doi.org/10.1111/ijjs.12121

Shah, H., Helmy, M., & Vally, Z. (2024). Hikikomori in the Middle East: The role of problematic gaming, social media use, and loneliness. *PLOS ONE, 19*(10), Article e0312818. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0312818

Teo, A. R. (2010). A new form of social withdrawal in Japan: a review of hikikomori. *International Journal of Social Psychiatry*, *56*(2), 178-185. https://doi.org/10.1177/0020764008100629

Teo, A. R., Chen, J. I., Kubo, H., Katsuki, R., Sato-Kasai, M., Shimokawa, N., Hayakawa, K., Umene-Nakano, W., Aikens, J. E., Kanba, S., & Kato, T. A. (2018). Development and validation of the 25 item Hikikomori Questionnaire (HQ 25). *Psychiatry and Clinical Neurosciences, 72*(10), 780-788. https://doi.org/10.1111/pcn.12691

Teo, A. R., Stuffleban, K., Saha, S., Fetters, M. D., Tateno, M., Kanba, S., & Kato, T. A. (2015). Psychopathology associated with social withdrawl: Idiopathic and comorbid presentations. *Psychiatry Research*. *228*(1), 182-183. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.04.033

Velotti, P., Garofalo, C., Bottazzi, F., & Caretti, V. (2017). Faces of shame: Implications for self-esteem, emotion regulation, aggression, and well-being. *The Journal of Psychology*, *151*(2), 171-184. https://doi.org/10.4324/9781003243601-8

Weidmann, R., Chopik, W. J., Ackerman, R. A., Allroggen, M., Bianchi, E. C., Brecheen, C., Campbell, W. K., Gerlach, T. M., Geukes, K., Grijalva, E., Grossmann, I., Hopwood, C. J., Hutteman, R., Konrath, S., Küfner, A. C. P., Leckelt, M., Miller, J. D., Penke, L., Pincus, A. L., Renner, K. H., … Back, M. D. (2023). Age and gender differences in narcissism: A comprehensive study across eight measures and over 250,000 participants. *Journal of Personality and Social Psychology, 124*(6), 1277-1298. https://doi.org/10.31234/osf.io/5ygtc

Weiss, B., & Miller, J. D. (2018). Distinguishing between grandiose narcissism, vulnerable narcissism, and narcissistic personality disorder. In A. D. Hermann, A. B. Brunell, & J. D. Foster (Eds.), *Handbook of trait narcissism: Key advances, research methods, and controversies* (pp. 3-13). Springer. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-92171-6_1

원고접수일 : 2025. 12. 04.
수정원고접수일 : 2026. 01. 20.
게재확정일 : 202.6 01. 21.

한국심리학회지 : 임상심리 연구와 실제
Clinical Psychology in Korea: Research and Practice
2026, Vol. 12, No. 1, 109-131

The relationship between Narcissistic Vulnerability and Hikikomori Tendency: The mediating effects of Internalized Shame and Experiential Avoidance

Insoo Shin[1)] **Doyoun An**[2)†]

[1)]Department of Clinical Psychology, The graudate school of Hanshin University, M.A.
[2)]Department of Psychology and Child Studies, Hanshin University, Professor

This study examined the mediating effects of internalized shame and experiential avoidance in the relationship between narcissistic vulnerability and hikikomori tendencies. A total of 312 adults aged 20 to 35 years (153 men and 159 women) completed an online survey including measures of narcissistic vulnerability, hikikomori tendencies, internalized shame, and experiential avoidance. The results indicated that internalized shame fully mediated the relationship between narcissistic vulnerability and hikikomori tendencies, whereas experiential avoidance showed a partial mediating effect. In addition, a multiple mediation model including both internalized shame and experiential avoidance revealed a full mediating effect. By empirically examining the association between narcissistic vulnerability and hikikomori tendencies, this study extends the understanding of the psychological mechanisms underlying the development of hikikomori tendencies. The findings further suggest that internalized shame and experiential avoidance should be considered important targets in therapeutic interventions for individuals with narcissistic vulnerability who exhibit withdrawal tendencies.

Keywords : narcissistic vulnerability, hikikomori, internalized shame, experiential avoidance

† Corresponding Author: Doyoun An / Department of Psychology and Child Studies, Hanshin University, Professor / (18101) 8225, 137 Hanshindae-gil, Osan-si, Gyeonggi-do, Republic of Korea / E-mail: psydoyoun@hs.ac.kr