

불안정 성인애착과 직장인의 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 매개효과*

홍 준 미

차 의과학대학교
의학과
박사 과정

김 지 영†


차 의과학대학교
의학과
교수

본 연구는 직장인의 사회불안에 영향을 미치는 여러 요인 중 심리적 요인에 대한 것으로, 사회적 상황에서 타인의 평가에 두려움을 느끼는 사회불안에 영향을 미치는 불안정 성인애착과의 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 매개효과를 알아보는 것에 목적이 있다. 이를 위해 직장인을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였고, 수집한 431명의 자료를 분석하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 불안정 성인애착과 사회불안 간의 관계에서 거부민감성은 부분 매개하였다. 둘째, 불안정 성인애착과 사회불안 간의 관계에서 대인존재감은 부분 매개하였다. 셋째, 불안정 성인애착과 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감을 순차적으로 투입하여 확인한 결과, 거부민감성과 대인존재감의 순차 매개하였다. 이에 따라 본 연구는 사회적인 상황에서 불안을 느끼는 직장인들을 이해하고, 심리적 어려움을 겪는 이들을 위한 긍정적인 자원을 제안하고, 효과적인 치료적 개입 방안 마련에 도움이 될 것으로 기대한다. 끝으로 연구의 제한점 및 후속 연구 제언을 제시하였다.

주요어 : 직장인, 불안정 성인애착, 거부민감성, 대인존재감, 사회불안

* 본 연구는 제1저자의 2024년 석사학위논문을 수정 및 보완한 것임.

† 교신저자(Corresponding Author) : 김지영 / 차 의과학대학교 의학과 교수 / (13488) 경기도 성남시 분당구 판교로 335 / E-mail: morie02@cha.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.

직업 생활은 개인의 기본적인 심리적 욕구를 충족시켜주는 주요한 근원이 되는 동시에, 스트레스의 원인이 되어 신체적·정신적 건강에 심각한 영향을 미칠 수 있다. 특히 직장 내 인간관계, 업무 성과, 승진 등 다양한 요인들은 직장인에게 지속적인 불안을 유발하며, 이는 사회불안 문제로 나타나는 경향을 보인다(Gan et al., 2023). 최근 국내에서 사회불안 환자 수는 지속적으로 증가하는 추세이며(건강보험심사평가원, 2022), 일반 성인의 약 15% 수준으로 보고되는 유병률(Pilkonis et al., 1980)은 자신의 불안을 감추거나 자기표현을 회피하는 특성(강초롱, 양재원, 2019)을 고려할 때 실제 증상을 경험하는 사람의 수는 훨씬 많을 것으로 사료된다. 반면, 국내 유병률이 외국에 비해 낮게 보고되는 현상은 사회불안에 대한 인식 부족으로 인해 증상이 과소평가되거나 치료가 회피되는 현실을 반영한다(김은정, 2000, 백지영, 2020에서 인용됨). 이러한 맥락에서 한국 사회의 직장 환경은 과도한 경쟁과 지속적인 평가 구조 속에 놓여 있어 사회불안을 심화시키기 쉬운 구조적 특성을 지닌다. 직장인은 업무성과와 대인관계에서의 평가뿐 아니라 구조조정과 실업에 대한 불안까지 경험하며, 이 과정에서 정서적 통제와 억압을 요구받기 쉽다. 따라서 직장인의 사회불안은 단순한 개인의 심리적 특성을 넘어, 조직 및 사회 구조 속에서 강화되는 현대인의 주요 정신건강 문제로 이해될 필요가 있다. 사회불안은 다른 불안장애와 함께 나타나는 공병률이 높고(Hofmann, 2007; Spence & Rapee, 2016), 그 경과 또한 만성적이며 장기적인 양상을 보인다. 이는 개인의 발달 과정, 대인관계, 직업적 성취 전반에 걸쳐 부정적인 영향을 미친다. 따라서 직장인의 사회불안에 대한 조기 개입

은 개인의 적응뿐만 아니라 조직의 효율성을 위해서도 필수적이다(김기환, 권석만, 2013).

사회불안(social anxiety)은 타인에게 관찰되거나 평가받는 사회적 상황을 예상할 때, 자신이 창피스럽고 당황스러운 행동을 하게 될까 봐 두려워하는 현저하고 지속적인 두려움을 말한다(American Psychiatric Association [APA], 2013). 이러한 불안은 자신의 능력에 대한 과소평가, 그리고 과도하게 부정적인 자기 모습에 집중하여 사회적 상황을 지속적으로 회피함으로써 유지된다는 특성이 있다. 사회불안은 증상의 심각도에 따라 사회불안장애(social phobia)와 구분하여 사용되기도 하고, 혼용되어 사용되기도 한다(Leary & Kowalski, 1997; Rapee, 1995). 본 연구에서는 증상의 심각도에 따른 구분을 두기보다는 사회불안 증상 자체가 직장인의 심리적 기능에 미치는 영향을 탐색하는 데 초점을 맞추어, 사회불안과 사회불안장애(사회공포증)를 구분하지 않고 혼용하여 사용하고자 한다. 사회불안은 그 유발 상황의 특성에 따라 크게 사회적 상호작용 불안(social interaction anxiety)과 수행 불안(performance anxiety)의 두 가지 하위 유형으로 구분된다(곽새롬, 2016; Leary, 1983). 사회적 상호작용 불안은 일상적인 상호작용 상황에서 현저하고 지속적인 두려움을 경험하는 것으로, 낮은 사람에게 노출되거나 타인과 교류하며 대화를 이어가야 하는 등 상호작용 속에서 나타나는 불안을 의미한다(김혜원, 이지연, 2018). 반면, 수행 불안은 타인에게 관찰되거나 평가받을 수 있는 상황에서 지나친 두려움을 느끼는 것으로, 자신의 불안한 모습이나 신체적인 증상이 드러날까 두려워하는 양상으로 나타난다(Liebowitz, 1987). 사회불안이 높은 사람들은 이러한 불안 상황에서 부적절한 행동을 하게 되

거나 사회적 상호작용 자체를 회피함으로써 불안을 더욱 가중시키는 악순환을 경험한다고 보고된다(Davidson, 1998; Downey & Feldman, 1996; Rapee & Heimberg, 1997; Stein & Kean, 2000). 따라서, 사회불안에 대한 이해를 심화하기 위해서는 개인의 만성적인 심리적 취약성을 탐색하는 것이 필수적으로 요구된다.

최근 사회불안을 발생시키거나 지속시키는 요인에 대한 연구가 활발히 이루어지고 있으며, 선행연구들은 사회불안이 개인의 초기 대인관계 경험, 특히 부모와의 애착과 밀접하게 관련되어 있음을 보고하였다(차지연, 김정규, 2018). 애착(attachment)은 생애 초 주 양육자와 형성되는 정서적 유대감으로, 아동은 이러한 상호작용을 통해 자신과 타인에 대한 내적 작동모델(internal working model)을 형성한다(Bowlby, 1980). 이러한 내적 작동모델은 이후 친밀한 대인관계에서의 상호작용 방식과 관계의 질에 영향을 미치는 것으로 보고된다(Collins & Read, 1990). 성인기로 발달함에 따라 애착의 대상은 부모로부터 친구나 연인 등으로 확장되며(Hazan & Shaver, 1987), 성인애착(adult attachment)은 성인기 친밀한 관계 속에서 안정감과 정서적 지지를 추구하는 관계적 경향성으로 설명된다. 부모애착이 양육자와의 초기 관계 경험을 중심으로 한다면, 성인애착은 성인기 사회적 관계 속에서 형성되는 친밀감과 의존성의 양상을 설명하는 개념으로 이해된다(Bartholomew & Horowitz, 1991; Lopez & Brennan, 2000). 이러한 맥락에서, 불안정 성인애착(insecure adult attachment)은 사회불안에 영향을 미치는 대표적인 정서적 요인으로 보고된다(류지희, 이승연, 2020; 박민선, 채규만, 2013; 박선영, 이지연, 2020).

성인기 불안정 애착은 애착불안과 애착 회

피의 독립적인 두 차원으로 나눌 수 있다(Brennan et al., 1998). 두 차원은 개인이 타인과의 관계에서 보이는 정서적 반응 및 대처 양식에 따라 사회불안에 서로 다른 영향을 미칠 수 있기 때문에, 하위요인별로 구분하여 살펴볼 필요가 있다. 먼저 애착불안은 타인으로부터 거절당하거나 버림받는 것에 대한 과도한 두려움과 타인의 인정 및 애정에 대한 의존을 특징으로 한다(Bartholomew, 1990). 애착불안 수준이 높은 개인은 관계 속에서 타인의 반응에 민감하게 반응하고, 관계 유지에 지나치게 몰두하는 경향을 보인다. 이러한 개인은 불안을 완화하기 위해 과활성화 전략(hyperactivating strategy)을 사용하게 되는데, 이는 애착 대상을 붙잡기 위해 불안을 증폭시키고 정서적으로 매달리는 행동 양식이다(Bowlby, 1969; Mikulincer & Shaver, 2007). 반면, 애착 회피 경향을 지닌 개인은 친밀감을 불편해하고 정서적 의존을 꺼리며 독립성을 과도하게 추구한다. 이들은 친밀한 관계에서 불안과 위협을 관리하기 위해 애착 시스템을 의도적으로 억제하는 비활성화 전략(deactivating strategy)을 사용하는데, 이는 친밀감 욕구 억압, 관계 거리 두기, 그리고 관계의 가치를 낮추는 평가 등을 포함한다. 이러한 전략은 단기적인 불안 완화에 도움이 되지만, 장기적으로는 정서적 고립감을 심화시킨다(Bowlby, 1969; Mikulincer & Shaver, 2007). 두 애착 차원의 특성 차이는 서로 다른 연구결과를 야기할 수 있음을 시사한다. 애착불안이 높은 경우 타인과의 모임이나 만남에 적극적으로 참여하며 사회적 상황을 회피하지 않는 특성으로 인해 사회불안에 영향을 미치지 않을 수 있다(조영미, 이희경, 2013). 반면, 애착회피는 타인에게 친밀감을 느끼는 것과 독립성 침해

에 대한 두려움으로 인해 대인관계를 불편해 하며, 사회적 상황까지도 피하려는 특성 때문에 사회불안에 유의미한 영향을 미칠 수 있다(이연규, 최한나, 2013). 따라서 불안정 성인 애착은 하위요인인 애착불안과 애착회피에 따라 사회불안에 미치는 양상이 다를 수 있으므로, 각 요인의 영향을 개별적으로 파악할 필요가 있다.

선행연구들은 성인애착이 사회불안에 영향을 주는 심리적 요인임을 지적하고 있지만, 성인애착의 경우 이미 생애초기부터 형성되어 개입이 쉽지 않다(이정희, 1999) 사회불안 증상을 유발하는 다른 매개변인을 탐색할 필요가 있다. 본 연구에서는 불안정 성인애착과 사회불안의 관계를 설명하는 첫 번째 매개요인으로 거부민감성(rejection sensitivity)을 설정하였다. 거부민감성은 사회적 관계에서 타인이 자신을 거부할 것이라고 불안해하고, 거부와 관련한 정보를 민감하게 지각하며 과민하게 반응하는 인지-정서적 경향성이다(Feldman & Downey, 1994). 거부민감성 수준이 높은 사람은 과거 거절당한 경험으로 인해 또다시 거부당할 것이라는 예기불안을 느끼게 되는데(이복동, 2000), 이는 사회불안의 핵심 불안과 유사하다. 또한, 거부민감성 수준이 높을수록 사회불안을 더 크게 경험한다는 결과는 여러 연구에서 보고되었다(김나경, 양난미, 2016; 배라영, 최지영, 2018). 성인 애착 유형과 거부민감성의 관계를 살펴본 연구들에서는 불안정 애착일수록 거부민감성 정도가 유의하게 높으며, 특히 애착불안 수준이 높은 개인이 가장 높은 거부민감성을 보인다고 보고하였다(성정아, 홍혜영, 2014; 이복동, 2000). 이는 애착불안이 가진 타인과 친밀해지고 싶은 욕구와 거부당할 것을 두려워하여 타인에게 의존하는 경향

(노현승, 하정, 2021)이 거부민감성이라는 부정적 심리 과정과 밀접하게 관련됨을 보여준다. 반면, 애착회피의 경우 거부민감성과 관련은 있으나, 친밀감을 불편하게 여기는 특성으로 인해 그 영향력이 애착불안과 함께 분석될 경우 축소될 수 있다는 상이한 결과도 보고되었다(김혜원, 이지연, 2018; 최연재, 신나나, 2019; 황지선, 안명희, 2015). 이처럼 거부민감성은 애착에서 시작되어 개인의 성격처럼 자리 잡은 특성이 강한 요소이기 때문에(Kennedy & Kennedy, 2004), 치료 현장에서 효율적인 개입을 하기 어려운 심리적 취약 요인으로 간주된다(정지혜, 정남운, 2015). 따라서, 애착 유형에 따른 거부민감성의 다양한 연구 결과는 거부민감성에 대한 효율적 개입 방안 마련을 위해 애착 유형별 과정 탐색이 지속적으로 필요함을 시사한다.

이러한 심리적 취약 요인의 한계를 보완하고 사회불안의 발현 및 지속을 완화할 수 있는 긍정적 심리 자원으로서, 본 연구는 대인존재감(mattering)을 두 번째 매개변인으로 설정하였다. Bowlby(1980)는 부모에 대한 긍정적인 애착이 잘 형성된다면 자아존중감과 사회적 자신감이 생기고, 타인에 대한 신뢰를 바탕으로 긍정적인 관계를 형성할 수 있다고 보며 애착을 사회 인지 발달의 근간으로 보았다. 이러한 맥락에서 대인존재감은 타인에게 자신이 중요하고 가치 있는 존재이며, 타인에게 영향을 미칠 수 있다는 심리 내적인 인지적 신념이자 관계적 인식을 의미한다(Elliott et al., 2004; Rosenberg & McCullough, 1981). 이는 1980년대 초 Rosenberg와 McCullough(1981)가 자기개념의 필수적 요소로 개념화한 것으로, Rosenberg(1965)가 대상관계학자인 Sullivan(1953)이 제시한 '주요 타자'를 바탕으로 대인존재감

개념을 제안하였으며(백지영, 2020), ‘다른 사람들에게 나는 중요한 존재다’, ‘다른 사람들이 나에게 의존하고 있다’와 같은 여러 감정들에 기초해 개인의 삶에 의미를 부여하는 내적 신념이다. 특히 대인존재감은 자신을 평가하는 방식의 한 차원으로서, 타인에게 자신이 중요하다는 심리 내적 인식을 제공하며 긍정적 경험의 축진을 자기감 형성에 긍정적인 영향을 끼칠 수 있다(이연규, 최한나, 2013). 대인존재감은 사회적·관계적 측면을 반영하는 개념이기에(Rosenberg & McCullough, 1981), 개인을 사회의 한 부분으로 맥락적으로 이해하는 한국 문화에서는 특히 중요한 변인으로 간주될 수 있어 주목할 필요가 있다(송주석 외, 2018). 사회불안이 있는 사람들은 타인의 평가에 더 주의를 기울이고(Goldfried et al., 1984), 보여지는 이미지에 더욱 신경을 쓰는 경향이 있기에 타인에게 인정받는 대인존재감의 역할은 더욱 중요해진다. Elliott et al. (2004)은 타인이 자신을 중요하게 생각한다는 객관적인 지표가 있음에도, 정작 개인이 이러한 심리 내적 인식이나 자각이 없다면 중요한 존재라는 경험을 인식하지 못할 가능성이 있다고 밝혔다. 이는 대인존재감이 사실 여부를 떠나 개인의 심리 내적 특성에 의해 결정된다는 것을 의미하며, 직장에서의 직무(Dixon, 2006)와 직무 만족도(Connolly & Myers, 2003; Rayle, 2006)에도 영향을 미친다고 보고되었다. 대인존재감은 비교적 최근 연구가 시작된 구성개념이기 때문에 후속 연구의 필요성이 지속적으로 제기되고 있다(김중운, 김남희, 2019; 박준성, 박관성, 2019).

불안정 성인애착 수준이 높은 개인은 타인과의 관계에서 형성된 부정적 내적 표상의 영향으로 대인존재감과 부정적으로 연관을 보인다

는 연구들이 보고되었다(김옥란, 김완일, 2016; 백지영, 2020). 또한, 대인존재감은 자신이 속한 집단에서 거부당한다고 지각할 경우 스스로 중요한 존재라고 인식하기 어렵게 되는 점에서 거부민감성과 밀접한 연관을 보인다(김옥란, 김완일, 2016). 실제로 거부민감성 수준이 높을수록 대인존재감 수준이 낮아져 사회불안을 느끼게 되는데, 이는 자신을 중요한 존재로 받아들이지 못하기 때문이라는 결과가 확인되었다(백지영, 2020). 즉, 거부민감성이 타인에게 거부당할 것이라는 예기 불안으로 인해 부적응적 심리 과정을 강화한다면, 대인존재감은 자신의 가치에 대한 확신을 통해 부정적 영향을 상쇄하고 심리적 안녕감을 증진하는 긍정적 심리 자원으로 기능함을 시사한다.

지금까지의 논의를 종합하면, 애착불안이 사회불안을 유발하는 주요 변인임에도 불구하고(김안나, 최보영, 2019), 이러한 과정을 완화하고 증상을 감소시킬 수 있는 심리적 기제에 대한 탐색은 여전히 부족한 실정이다(김안나, 최보영, 2019; Flett et al., 2016). 특히 대인존재감은 거부당한다고 느낄 때 스스로 중요한 존재라고 인식하기 어렵게 되는 거부민감성과 밀접한 연관을 보이며(김옥란, 김완일, 2016; 윤하은, 2018), 거부민감성이 높을 때 타인과의 관계에서 느끼는 위협을 과도하게 지각하게 되는 인지적 왜곡을 대인존재감이 자신의 가치에 대한 확신으로 완충하여 사회불안을 감소시킨다는 기전에 주목할 필요가 있다(이연규, 최한나, 2013).

이와 같은 선행연구들을 바탕으로 대인존재감이 사회불안에 대한 보호 요인이 될 수 있음을 유추할 수 있으며, 이를 확인해보고자 한다. 구체적으로, 사회적 상황에서 불안을 경

험하더라도 대인존재감이 실제 타인의 반응을 있는 그대로 관찰하고 부정적 생각과 불안을 멈출 수 있음을 확인한 연구가 보고됨에 따라(이연규, 최한나, 2013), 불안정 성인애착이 거부민감성을 거쳐 대인존재감에 영향을 미치고 사회불안으로 이어지는 순차 매개 모형을 설정하여 그 경로를 실증적으로 검증하고자 한다. 거부민감성이 불안정 애착으로부터 기인하여 비교적 견고하게 형성된 인지적 취약성이자 선행 기제인 반면, 대인존재감은 타인과의 긍정적인 상호작용 경험을 통해 활성화될 수 있는 후속 심리적 자원 또는 완충 기제로 기능하기 때문이다. 본 연구는 성취 지향적이고 목적 지향적이며 경쟁적이고 성과를 중시하는 현대사회에서 심리적 어려움을 겪을 것으로 예상되는 만 19세 이상의 재직자를 연구 대상으로 선정하였다(이성령, 홍혜영, 2015). 하루 중 가장 많은 시간을 직장에서 보내며 지속적인 상호작용 상황을 마주하는 직장인들에게 사회불안은 업무 효율성, 조직 적응 및 이직률에까지 영향을 미치는 주요 문제이기에, 이들에 대한 예방과 치료 방법을 적극적으로 검토하고 확보할 필요성이 있다. 따라서 본 연구는 만 19세 이상의 직장인들을 대상으로, 불안정 성인애착이 사회불안에 미치는 영향에서 거부민감성과 대인존재감의 순차 매개효과를 검증하고자 하며, 이러한 연구 목적에 따라 설정한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 불안정 성인애착, 거부민감성, 대인존재감, 사회불안 간 유의한 상관관이 있을 것이다.

둘째, 불안정 성인애착과 사회불안 사이를 거부민감성이 매개할 것이다.

셋째, 불안정 성인애착과 사회불안 사이를

대인존재감이 매개할 것이다.

넷째, 불안정 성인애착과 사회불안 사이를 거부민감성과 대인존재감이 순차 매개 할 것이다.

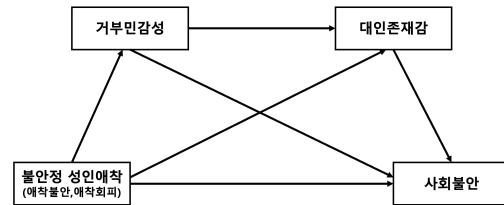


그림 1. 연구모형

방 법

연구 대상

본 연구는 연구대상자에 대한 윤리적 보호를 위해 차 의과학대학교 생명윤리심의위원회(IRB)로부터 연구 승인(1044308-202309-HR-120-02)을 받아 자료 수집을 진행하였다. 연구대상자는 사전에 연구의 목적, 비밀 보장, 연구 데이터 관리에 대한 안내문과 설문조사에 응하는 도중 자발적 의사에 따라 설문을 중단할 수 있음을 고지 받았다. 국내에서 현재 직장을 다니고 있는 만 19세 이상의 재직자들을 대상으로 설문을 실시하였고, 대상자 모집은 단체 SNS, 다양한 직장인들의 교류가 활발한 커뮤니티와 같은 온라인 설문 게시물을 게재하여 진행하였다. 모든 응답은 자기보고식으로 이루어졌으며, 총 445명이 설문에 참여하였고 1회 수행시간은 대략 10분 정도 소요되었다. 회수된 445명 데이터 중 최종 431명의 응답결과를 분석에 사용하였다. 인구통계학적 특성 중 종속변인인 사회불안에서 유의미한

차이를 보인 변인은 매개 효과 분석 시 통제 변인으로 투입하였다.

응답자들의 성별 분포는 남자 193명(44.8%), 여자 238명(55.2%)으로 남자보다 여성의 비율이 더 높았다. 성별에 따른 연령 평균은 남성은 34.98세($SD = 8.31$), 여성은 34.57세($SD = 7.47$)였다. 연령은 만 30대가 226명(52.4%)으로 가장 많았고, 만 20대가 110명(25.5%)으로 그 뒤를 이었다. 최종학력은 4년제 대학교 졸업이 221명(51.3%)으로 가장 많았고, 다음 대학원 졸업 이상이 118명(27.4%), 전문대 졸업 70명(16.2%)이 뒤를 이었다. 현재 직장 소재지는 서울 215명(48.3%), 인천/경기도 159명(36.9%) 순으로 나타났다. 현재 직장 유형은 국내 사기업 286명(66.4%)으로 가장 높게 나타났고, 공기업/공공기관 98명(22.7%)이 그 뒤를 이었다. 직장 종사자 수는 100명 이하가 239명(55.5%), 100명-300명이 111명(25.8%), 300명-1000명이 46명(10.7%), 1000명 이상이 35명(8.1%) 순으로 뒤를 이었다. 직종은 일반/사무직 160명(37.1%)으로 가장 높게 나타났으며, 영업/마케팅/서비스 53명(12.3%), 전문직 48명(11.1%), 연구/개발 36명(8.4%) 순으로 나타났다. 직책은 실무자가 302명(70.1%)으로 가장 많았고, 중간 관리자가 64명(14.8%), 인턴/단기계약직 23명(5.3%), 임원급 이상이 22명(5.1%), 관리자 20명(4.6%) 순으로 나타났다. 고용형태는 정규직 358명(83.1%)으로 가장 높게 나타났고, 비정규직 69명(16.0%), 기타 4명(0.9%) 순으로 나타났다. 근무년수는 2-5년 미만 149명(34.6%), 5-10년 미만 132명(30.6%), 1-2년 미만 47명(10.9%), 10-20년 미만 46명(10.7%), 20년 이상 35명(8.1%), 1년 미만 22명(5.1%) 순으로 나타났다.

측정도구

불안정 성인애착

성인애착 측정을 위해 Brennan et al. (1998)이 개발하고 Fraley et al. (2000)이 개정한 친밀한 관계에서의 경험 척도(Experiences in Close Relationships - Revised [ECR-R])를 김성현(2004)이 번안하고 타당화 한 것을 사용하였다. 이 척도는 타인에게 버림받고 거부당하는 것을 두려워하는 정도(애착불안)나 대인관계에 과도하게 몰두하는 정도(애착회피)를 측정한다. 본 연구에서 각 하위 요인의 Cronbach's α 는 애착불안 .92, 애착회피 .86으로 나타났다(김성현, 2004, 애착불안 $\alpha = .89$, 애착회피 $\alpha = .85$).

사회불안

사회불안의 특징을 알아보기 위해, 측정치로 사회적 상호작용 불안척도(Social Interaction Anxiety Scale [SIAS]) 및 사회공포증 척도(Social Phobia Scale [SPS])로부터 얻은 점수를 합산한 값을 사용하였다. 두 척도는 쌍으로 구성되어 함께 시행하도록 고안되었고, 점수의 합이 높을수록 사회불안 정도가 심한 것으로 설명되고 있다(Heidenreich et al., 2011; Mattick & Clarke, 1998).

사회적 상호작용 불안. 사회적 상호작용에 대한 불안을 측정하기 위하여 Mattick과 Clarke (1998)이 개발하고 김향숙(2001)이 번안, 타당화한 사회적 상호작용 불안 척도(SIAS)를 사용하였다. 이 척도는 사회적 상호작용에 관한 불안의 정도를 측정한다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 .92로 나타났다(Mattick & Clarke, 1998, $\alpha = .88-.94$; 김향숙, 2001, $\alpha = .92$).

사회공포. 사회공포 수행불안을 측정하기 위해서 Mattick과 Clarke(1998)가 개발하고 김향숙(2001)이 번안, 타당화한 사회공포증 척도(SPS)를 사용하였다. 이 척도는 타인의 시선이 의식되는 상황에서 경험하는 수행 불안을 측정한다. 본 연구에서 수행불안 척도의 Cronbach's α 는 .93로 나타났다(Mattick & Clarke, 1998, $\alpha = .89-.95$; 김향숙, 2001, $\alpha = .92$).

거부민감성

본 연구에서는 Downey와 Feldman(1996)이 개발한 거부민감성 질문지(Rejection Sensitivity Questionnaire/Adult Rejection Sensitivity Questionnaire [RSQ/ARSQ])를 바탕으로 박명진과 양난미(2017)가 한국 대학생을 대상으로 타당화한 척도를 사용하였다. 본 연구에서 전체 척도의 Cronbach's α 는 .93이었으며, 하위 요인(예기 분노, 예기불안, 과잉반응, 거부지각)의 α 는 각각 .87, .80, .81, .83으로 나타났다(박명진과 양난미, 2017, 전체 $\alpha = .91$; 하위 요인 $\alpha = .88, .82, .83, .80$).

대인존재감

대인존재감의 측정을 위하여 Elliott et al. (2004)이 개발하고 최한나와 임윤선(2013)이 번안 및 타당화 한 한국판 대인존재감 척도(Korean-version of Mattering Scale)를 사용하였다. 본 척도는 3개의 하위 요인(알아봄, 상호의지, 관심)으로 구성되어 있으며, 개인이 타인에게 인식되고 가치 있다고 느끼는 정도를 측정한다. 본 연구에서 전체 척도의 Cronbach's α 는 .85이었으며, 하위 요인(알아봄, 상호의지, 관심)의 α 는 각각 .61, .74, .83으로 나타났다(최한나와 임윤선, 2013, 전체 $\alpha = .92$; 하위 요인 $\alpha = .87, .87, .87$).

자료분석

본 연구는 연구문제 검증을 위해 수집된 자료를 SPSS Statistics 21.0 및 SPSS PROCESS macro v4.2을 활용하여 분석하였다. 세부적인 분석과정은 다음과 같다. 먼저, 연구 대상자의 인구통계학적 특성을 확인하기 위해 빈도분석(frequency analysis)을 실시하였다. 둘째, 인구통계학적 특성에 따라 불안정 성인애착, 사회불안, 거부민감성, 대인존재감에 차이가 있는지 알아보기 위해 독립표본 t test와 일원배치 분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였다. 셋째, 주요 변인들의 측정도구의 신뢰도를 파악하기 위해 신뢰도 계수(Cronbach's α)를 구하였다. 넷째, 연구변수의 평균과 표준편차 및 정상성 분포를 파악하기 위해 기술통계분석(descriptive statistics analysis)을 실시하였다. 다섯째, 각 변인들의 기술 통계 분석 및 변인들 간의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 상관관계분석(correlation analysis)을 시행하였다. 마지막으로, 불안정 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 이중매개효과를 검증하기 위해서 PROCESS macro 중 Model 6을 실시하였고, 본 연구 모형에서 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 bootstrapping 방법을 사용해 간접효과의 통계적 유의미성을 검증하였다.

결 과

주요 변인의 기술통계 및 상관관계

불안정 성인애착(애착불안, 애착회피), 거부민감성, 대인존재감 및 사회불안 간의 상대적 영향력을 파악하기 위해 Pearson 상관분석을

표 1. 기술통계 및 상관계수 (N = 431)

	1	2	3	4	5
1. 애착불안	-				
2. 애착회피	.37**	-			
3. 거부민감성	.72**	.42**	-		
4. 대인존재감	-.53**	-.60**	-.45**	-	
5. 사회불안	.73**	.52**	.72**	-.62**	-
평균	57.99	68.01	44.37	63.24	95.77
표준편차	18.49	15.06	13.53	9.27	26.84
왜도	-.00	-.19	-.39	-.08	-.17
첨도	-.67	-.16	-.30	-.63	-.75

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

실시하였고, 측정변인들의 일반적 경향성과 정규성을 알아보기 위해 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도를 산출하였다. 그 결과는 표 1에 제시하였다. 먼저 애착불안은 사회불안($r = .73$, $p < .01$)과 유의한 정적 상관을 보였고, 거부민감성($r = .72$, $p < .01$)과도 유의한 정적 상관을 보였다. 대인존재감($r = -.53$, $p < .01$)과는 유의한 부적 상관을 보였다. 애착회피는 사회불안($r = .52$, $p < .01$)과 유의한 정적 상관을 보였고, 거부민감성($r = .42$, $p < .01$)과도 유의한 정적 상관을 보였다. 대인존재감($r = -.60$, $p < .01$)과는 유의한 부적 상관을 보였다. 즉, 애착불안과 애착회피 수준이 높을수록 사회불안과 거부민감성 수준이 높았으며, 애착회피보다 애착불안이 변인들과 더 높은 상관을 보였다. 또한, 애착불안과 애착회피의 수준이 높을수록 대인존재감 수준은 낮아지는 것으로 확인되었다. 대인존재감과 상관은 애착불안보다 애착회피가 더 높은 상관을 보였다. 거부민감성은 사회불안($r = .72$, $p <$

.01)과 유의한 정적 상관을 보였으며, 대인존재감($r = -.45$, $p < .01$)과는 유의한 부적 상관을 보였다. 즉, 거부민감성 수준이 높을수록 사회불안 수준이 높아지고 대인존재감 수준은 낮아지는 것으로 확인되었다. 마지막으로 대인존재감은 사회불안($r = -.62$, $p < .01$)과 유의한 부적 상관을 보였다. 즉, 대인존재감 수준이 높을수록 사회불안 수준은 낮아지는 것으로 확인되었다. 변인들의 정규성 충족 여부를 확인하기 위해 왜도(skewness)와 첨도(kurtosis)를 검토한 결과, 왜도는 $-.39 - .00$, 첨도는 $-.75 - .16$ 로 나타났다. 왜도의 절대값이 2보다 크고 첨도의 절대값이 10보다 큰 경우 정규성에 문제가 있는 것으로 보나(Kline, 2011), 본 연구에선 왜도의 절대값이 2 이하, 첨도의 절대값이 10 이하로 나타나 변인들의 분포는 정상분포 가정을 만족하였다.

최종학력, 직장 종사자 수, 직책 및 근무년수에 따른 주요 변인의 평균 차이

성별을 제외한 인구 통계학적 차이분석을 확인하여 일원배치 분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였다. 그 결과, 최종학력은 대인존재감($F = 11.75, p < .001$)과 사회불안($F = 6.89, p < .001$)에서 유의미한 차이를 보였고, 직장 종사자 수는 사회불안($F = 8.57, p < .001$)에서 유의미한 차이를 보였다. 또한 직책과 사회불안($F = 2.54, p < .01$), 근무년수와 사회불안($F = 3.42, p < .01$)에서도 유의미한 차이를 보였다. 이처럼 성별, 최종학력, 직장종사자 수, 직책과 근무년수에 따른 유의한 차이가 나타났으므로, 매개효과 분석 시 해당 변인들을 모두 통제하였다.

불안정 성인애착과 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차매개효과

불안정 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차 매개효과를 검증하기 위하여 Hayes(2013)가 제안한 SPSS

PROCESS macro의 Model 6을 사용하였다. 본 연구 모형의 통계적 유의성을 검증하기 위해 PROCESS Macro의 bootstrapping 절차를 적용하였다.

애착불안과 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차매개효과

애착불안과 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차 매개효과를 확인하기 위해 실시한 분석 결과는 표 2와 같다. 1단계에서 독립변인인 애착불안이 매개변인인 거부민감성에 미치는 영향은 정적으로 유의하였으며($\beta = .72, p < .001$), 설명량은 58.8%였다. 2단계에서는 애착불안($\beta = -.36, p < .001$)과 거부민감성($\beta = -.19, p < .05$)이 또 다른 매개변인인 대인존재감에 미치는 영향이 통계적으로 모두 유의했으며, 이때 애착불안과 거부민감성의 영향은 부적이었다. 이 단계의 설명력은 42%였다. 3단계에서 종속변인인 사회불안에 대한 영향은 애착불안($\beta = .28, p < .001$)과 거부민감성($\beta = .37, p < .001$)은 정적으로 유의하였고, 대인존재감은 부적으로 유의했으

표 2. 애착불안과 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차매개효과 ($N = 431$)

DV	IV	B	SE	β	$t(p)$	R ²
사회불안	애착불안	1.02	.04	.70	21.05***	.57***
거부민감성	애착불안	.52	.02	.72	21.96***	.58***
대인존재감	애착불안	-.18	.02	-.36	-6.42***	.42***
	거부민감성	-.13	.04	-.19	-3.39*	
사회불안	애착불안	.41	.06	.28	6.54***	.69***
	거부민감성	.74	.08	.37	8.71***	
	대인존재감	-.84	.10	-.29	-8.12***	

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

며($\beta = -.29, p < .001$), 이때 설명량은 69.6%였다. 즉, 애착불안은 거부민감성에 유의한 영향을 미치고, 거부민감성은 대인존재감에 영향을 미치며, 이는 결과적으로 사회불안에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 또한, 애착불안이 사회불안에 미치는 영향은 매개변인들을 통하여 감소하였고, 통계적으로 유의미한 것으로 나타나($\beta = .70, p < .001 \rightarrow \beta = .28, p < .001$), 이는 애착불안과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 매개효과가 통계적으로 유의함을 의미한다.

다음으로 부트스트랩 절차에 따라 5,000개의 표본을 생성하여 신뢰구간 95%에서 거부민감성과 대인존재감의 순차매개효과를 검증하였다. 그 결과, 표 3에서 제시한 바와 같이 애착불안이 거부민감성과 대인존재감을 거쳐 사회불안에 미치는 간접효과의 신뢰구간은 [0.022, 0.111]이고, 그 사이에 0이 포함되지 않았으므로 애착불안과 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 판단되었다.

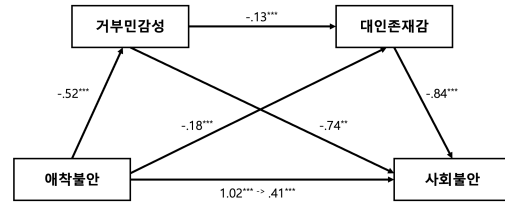


그림 2. 애착불안과 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차매개효과

애착회피와 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차매개효과

애착회피와 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차 매개효과를 확인하기 위해 실시한 분석 결과는 표 4와 같다. 먼저 1단계에서 독립변인인 애착회피가 매개변인인 거부민감성에 미치는 영향력은 정적으로 유의하였으며($\beta = .400, p < .001$), 설명량은 25.2%였다. 2단계에서는 애착회피($\beta = -.475, p < .001$)와 거부민감성($\beta = -.280, p < .05$)이 또 다른 매개변인인 대인존재감에 미치는 영향력은 통계적으로 유의하였고, 이때 애착회피와 거부민감성의 영향력은 부적이었다. 이 단계의 설명력은 53.7%였다. 3단계에서 종속변인

표 3. 부트스트랩을 통한 애착불안과 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 매개효과 검증 (N = 431)

Path	B	SE	95% CI	
			LLCI	ULCI
총 효과	1.02	.04	.92	1.12
직접효과	.41	.06	.29	.54
간접효과	.60	.05	.50	.72
애착불안 → 거부민감성 → 사회불안	.39	.05	.29	.49
애착불안 → 대인존재감 → 사회불안	.15	.03	.09	.22
애착불안 → 거부민감성 → 대인존재감 → 사회불안	.06	.02	.02	.11

표 4. 애착회피와 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차매개효과 ($N = 431$)

DV	IV	B	SE	β	$t(p)$	R ²
사회불안	애착회피	.90	.07	.50	12.20***	.34***
거부민감성	애착회피	.35	.03	.40	8.99***	.25***
대인존재감	애착회피	-.29	.02	-.47	-6.42***	.53***
	거부민감성	-.19	.02	-.28	-3.39***	
사회불안	애착회피	.21	.06	.11	6.72***	.67***
	거부민감성	1.07	.06	.53	15.53**	
	대인존재감	-.84	.12	-.29	-7.03***	

인 사회불안에 대한 영향력은 애착회피($\beta = .119, p < .001$)와 거부민감성($\beta = .539, p < .001$)은 정적으로 유의하였고, 대인존재감은 부적적으로 유의했으며($\beta = -.292, p < .001$), 이때 설명량은 67.2%였다. 즉, 애착회피는 거부민감성에 유의한 영향을 미치고, 거부민감성은 대인존재감에 영향을 미치며, 이는 결과적으로 사회불안에 유의한 영향을 미치는 것이 확인되었다. 또한, 애착회피가 사회불안에 미치는 영향은 매개변인들을 통하여 감소하였고, 통계적으로 유의미한 것으로 나타나 ($\beta = .508, p < .001 \rightarrow \beta = .119, p < .001$), 이는 애착회피와 사회불안의 관계에서 거부민감성

과 대인존재감의 매개효과가 통계적으로 유의함을 의미한다.

다음으로 부트스트랩 절차에 따라 5,000개의 표본을 생성하여 신뢰구간 95%에서 거부민감성과 대인존재감의 순차매개효과를 검증하였다. 그 결과, 표 5에서 제시한 바와 같이 애착회피가 거부민감성과 대인존재감을 거쳐 사회불안에 미치는 간접효과의 신뢰구간은 [0.033, 0.091]이고, 그 사이에 0이 포함되지 않았으므로 애착회피와 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 판단되었다.

표 5. 부트스트랩을 통한 애착회피와 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 매개효과 검증 ($N = 431$)

Path	B	SE	95% CI	
			LLCI	ULCI
총 효과	.90	.07	.75	1.05
직접효과	.21	.06	.08	.34
간접효과	.69	.07	.55	.84
애착회피 → 거부민감성 → 사회불안	.38	.05	.28	.48
애착회피 → 대인존재감 → 사회불안	.24	.04	.16	.34
애착회피 → 거부민감성 → 대인존재감 → 사회불안	.05	.01	.03	.09

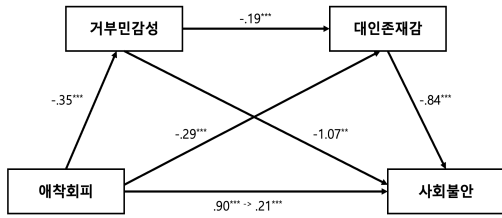


그림 3. 애착회피와 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차매개효과

논 의

본 연구에는 직장인을 대상으로 불안정 성인애착이 사회불안에 미치는 영향에서 거부민감성과 대인존재감의 매개효과를 검증하는 것을 목적으로 하였다. 이를 통해 사회불안 수준이 높은 직장인들이 경험하는 심리내적 과정과 특성을 보다 깊이 이해하고, 향후 적절하고 효과적인 치료적 개입 방안을 마련하기 위한 기초 자료를 제공하고자 하였다. 분석 결과, 불안정 성인애착이 직장인의 사회불안에 영향을 미치는 과정에서 거부민감성과 대인존재감의 순차적 매개효과가 유의하게 나타났다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 불안정 성인애착, 사회불안, 거부민감성, 대인존재감 간의 상관분석 결과, 네 변인 모두 전반적으로 유의한 상관을 보이는 것으로 나타났다. 먼저 불안정 성인애착의 하위요인인 애착불안과 애착회피는 모두 사회불안과 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 불안정 성인애착과 사회불안의 관계를 검증하였던 기존의 연구 결과(김나경, 양난미, 2016; 김혜성, 2023; 박민선, 채규만, 2013; 박선영, 이지연, 2020; 차지연, 김정규, 2018)와 일치한다. 반면, 애착불안이 애착회피보다 더 높은 정적 상관을 보인다는 점은, 애착회피가 사회불안과 더

관련성을 가진다고 보고한 연구(정재익, 양난미, 2017)와는 일치하지 않는 결과였다. 거부민감성과 대인존재감은 유의한 부적 상관을 보였다. 이는 두 변인이 부적 상관을 보인다는 선행 연구(김옥란, 김완일, 2016; 윤하은, 2018; 이근여, 홍혜영, 2019)와 일치하는 결과이다. 이러한 결과는, 타인의 거부에 민감한 개인일수록 주변 타인과의 관계에서 부정적인 영향을 받고, 자신이 타인에게 중요한 존재라고 인식하기 어렵다는 점을 의미한다(윤하은, 2018). 불안정 성인애착은 거부민감성과 사회불안과 정적으로 유의한 상관을, 반면 대인존재감과는 부적으로 유의한 상관을 보였다. 이는 불안정 성인애착 수준이 높을수록 거부민감성과 사회불안 수준이 높고, 반대로 불안정 성인애착과 거부민감성 및 사회불안 수준이 낮을수록 대인존재감 수준은 높다는 점을 시사한다. 이러한 결과는 불안정 성인애착과 사회불안 및 거부민감성의 관계를 확인한 선행 연구(김나경, 양난미, 2016; 노현승, 하정, 2021; 이유정, 2023), 불안정 성인애착과 사회불안 및 대인존재감의 관계를 확인한 선행 연구(이연규, 최한나, 2013), 그리고 거부민감성과 대인존재감의 관계를 연구한 선행 연구(김옥란, 김완일, 2016; 백지영, 2020; 윤하은, 2018)와도 일치한다. 종합하면, 불안정 성인애착, 거부민감성, 대인존재감 및 사회불안은 서로 밀접한 관련된 관련성을 보이는 것으로 확인되었으며, 이는 본 연구의 첫 번째 가설을 지지하는 결과이다. 이러한 결과는 이후 제시할 매개효과 분석의 이론적 기반을 강화한다.

한편, 본 연구 결과, 애착불안은 거부민감성 및 사회불안과 매우 높은 정적 상관을 보였으며, 이는 개념 간 중첩 가능성을 시사하는 수준이다. 그러나 이는 선행 연구에서 애착불안,

거부민감성, 사회불안이 모두 ‘타인에게 거부당할 것에 대한 두려움’과 ‘부정적 평가에 대한 민감성’이라는 공통의 심리적 핵심을 공유하기 때문에 발생하는 현상으로 설명된다(김나경, 양난미, 2016; 노현승, 하정, 2021; 최연재, 신나나, 2019). 특히 거부민감성은 애착불안의 인지적 결과이자 사회불안의 주요 위험요인으로 작동하는 심리적 과정으로, 세 변인은 서로 다른 구조적 위치(선행 원인, 매개 과정, 결과)를 지니고 있다는 점에서 개념적 독립성을 확보할 수 있다.

둘째, 확인된 변인들 간의 구조를 토대로 불안정 성인애착과 사회불안 관계에서 거부민감성의 매개효과를 검증한 결과, 불안정 성인애착이 거부민감성을 매개로 사회불안을 정적으로 예측하는 것으로 나타났다. 불안정 성인애착이 사회불안에 영향을 미치는 동시에 거부민감성을 매개로 하는 간접적인 경로를 통해서도 영향을 미치는 것으로 나타나 불안정 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성이 부분매개하고 있음을 확인하였다. 즉, 불안정 성인애착 수준이 높을수록 거부민감성 수준이 증가하고, 거부민감성이 높을수록 사회불안도 높아짐을 의미한다. 이는 애착불안과 애착회피 모두 거부민감성에 영향을 미친다고 나타난 여러 선행연구(김혜원, 이지연, 2018; 성정아, 홍혜영, 2014; 윤희경, 윤희식, 2014)와 일치한다. 다만, 일부 연구에서는 애착회피가 거부민감성에 유의한 영향을 보이지 않는다고 보고되었는데(최연재, 신나나, 2019; 황지선, 안명희, 2015), 이는 앞서 제시한 이론적 관점을 고려할 때, 애착불안과 애착회피가 거절 단서를 지각하고 대처하는 방식이 다르기 때문으로 이해할 수 있다.

불안정 성인애착 수준이 높은 개인은 초기

의 거절 경험으로 인해 사회적 단서를 위협적으로 해석하는 경향이 높으며, 거부 단서를 본인에 대한 위협으로 지각해 사회적으로 위축될 가능성이 크다(Levy et al., 2001). 이러한 해석과 반응의 반복은 사회불안을 강화·유지시키는 과정으로 이어질 수 있으며, 이는 본 연구의 분석 결과와 부합하여 연구자의 두 번째 연구가설을 지지하는 결과이다. 더 나아가 본 연구 결과는 불안정 성인애착을 지닌 개인이 타인의 반응을 ‘잠재적 위협’으로 해석하는 인지적 경향을 통해 사회적 불안을 학습하고 강화해 나가는 과정을 시사한다. 특히 애착불안이 높은 경우, 사회적 관계에서 거절 가능성을 실제보다 과대평가하며, 이를 회피하거나 통제하기 위한 과도한 자기초점적 주의(self-focused attention)와 자기방어적 행동(self-protective behaviors)이 사회불안을 지속시킨다(Shaver & Mikulincer, 2002; Wells et al., 1995). 따라서 사회불안 개입 시, 이러한 왜곡된 인지 패턴을 수정하는 인지행동적 접근(cognitive behavioral therapy)과 더불어, 관계 맥락에서 수용적 반응을 경험할 수 있는 대인관계 중심의 개입이 병행되어야 할 필요성이 있다.

셋째, 확인된 변인들 간의 구조를 토대로 불안정 성인애착과 사회불안의 관계에서 대인존재감의 매개효과를 검증한 결과, 불안정 성인애착은 대인존재감을 매개로 사회불안을 부적적으로 예측하는 것으로 나타났다. 즉, 불안정 성인애착은 사회불안에 영향을 미치는 동시에 대인존재감을 매개로 하는 간접적인 경로를 통해서도 영향을 미치는 것으로 나타나, 불안정 성인애착과 사회불안의 관계에서 대인존재감이 부분매개하고 있음을 확인하였다. 불안정 성인애착 수준이 높을수록 대인존재감 수준이 낮아지고 사회불안은 증가하며, 반대로

불안정 성인애착 수준이 낮을수록 대인존재감 수준은 높고 사회불안 수준이 낮아지는 경향을 보였다. 이는 연구자의 세 번째 가설을 지지하는 연구결과이다. 또한 본 연구는 불안정한 애착이 대인존재감의 관계에서 부적인 영향을 미치며 사회불안을 더 높게 느낀다는 선행연구(이연규, 최한나, 2013)와 일치한다. 성인애착과 신체·정신 건강의 관계에서 대인존재감의 매개효과를 보고한 연구(Raque-Bogdan, 2011), 거부민감성과 사회불안 간 관계에서 대인존재감의 매개효과를 보고한 연구(백지영, 2020), 그리고 직장인을 대상으로 성인애착과 대인존재감 및 대인관계능력 간 관계를 분석한 연구(송가미, 박희현, 2016) 역시 본 연구의 결과를 지지한다. 이러한 결과는 대인존재감이 불안정 성인애착과 사회불안 간의 관계에서 심리적 및 사회적 어려움을 완충하는 보호기제로 기능함을 시사한다. 자신이 타인에게 가치 있고 의미 있는 존재라고 인식하는 것은 사회적 평가 상황에서 불안을 완화하는 내적 안정감을 제공하며, 사회불안의 핵심인 자기비판적 사고와 부정적 자기표상을 감소시키는 역할을 한다(이연규, 최한나, 2013; Elliott et al., 2004). 따라서 대인존재감을 강화하는 개입은 단순한 불안 완화가 아닌, 자기 가치 회복을 통해 관계적 자존감을 재구성하는 방향으로 이루어져야 하며, 이는 불안정 성인애착의 부정적 영향을 완충하는 핵심 심리기제로서 중요하다.

마지막으로 확인된 변인들 간의 구조를 토대로 불안정 성인애착과 사회불안 관계에서 거부민감성과 대인존재감의 순차 매개효과를 검증한 결과, 불안정 성인애착이 거부민감성과 대인존재감을 거쳐 사회불안에 이르는 경로가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 이

는 연구자의 마지막 가설을 지지하는 결과이다. 즉, 불안정 성인애착 수준이 높은 경우 거부민감성 수준은 증가하고 대인존재감 수준은 감소하며, 그 결과 사회불안 수준이 높아지는 경향을 보였다. 반대로 불안정 성인애착 수준이 낮은 경우 거부민감성 수준은 낮고, 대인존재감 수준은 높아 사회불안 수준 또한 낮아지는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 대인존재감이 향상될 경우 거부민감성이 사회불안에 미치는 부정적 영향을 완충할 수 있다는 선행연구(백지영, 2020)와 일치하며, 거부민감성과 대인존재감의 부적 관계를 보고한 연구(이근여, 홍혜영, 2019)와도 맥락을 같이한다. 또한 거부민감성이 사회불안에 정적 영향을 미친다는 선행연구들(배라영, 최지영, 2018; 백지영, 2020) 역시 본 연구 결과를 지지한다.

거부민감성이 높은 개인은 타인과의 관계에서 자신이 중요한 대상으로서 존재하고 있다고 느끼기 어려우며(김옥란, 김완일, 2016), 이러한 낮은 대인존재감으로 인해 사회적 상황에서 부정적 평가를 두려워하고 회피 행동을 보일 가능성이 높다(이연규, 최한나, 2013). 본 연구 결과는 불안정 성인애착으로 인해 거부민감성 수준이 높고 사회불안을 경험하는 직장인에게 대인존재감을 강화하는 개입이 필요함을 시사한다. 즉, 불안정 성인애착이 사회불안으로 이어지는 간접경로를 완충하기 위해서는 거부민감성을 감소시키거나 대인존재감을 높이는 전략이 효과적임을 보여준다. 이희경 외(2014)의 연구에서는 거부민감성이 높은 개인이 사회적 상황에서 자신을 보호하기 위해 부정적 결과에 초점을 두는 인지적 경직성을 보일 수 있다고 보고하였다. 따라서 긍정정서를 경험하도록 돕는 개입은 경직된 인지 패턴을 완화하고 사회적 불안에 직면했을 때 보다

적응적인 대처를 가능하게 할 것으로 보인다(Fredrickson, 2004). 대인존재감을 촉진하기 위한 구체적인 개입 방안으로는 조직 내 상호 존중 문화를 조성하고, 개인의 성과와 공헌에 대한 긍정적 피드백을 일상적으로 활성화하는 전략이 효과적일 수 있다(Eisenberger et al., 1986; Rosenberg & McCullough, 1981). 또한, 집단활동 및 팀워크 강화 프로그램을 통해 개인이 조직 관계 속에서 '중요한 존재'로 경험할 수 있도록 돕는 것이 바람직하다. 더불어 상호 인정 기반의 집단상담, 긍정적 피드백 교환 프로그램 등도 대인존재감을 강화하는 유용한 개입 방식으로 제안될 수 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 사회적 상황에서 불안을 경험하는 직장인을 이해하기 위한 핵심 기제로서, 개인 및 사회적 적응과 밀접하게 관련된 중요한 심리내적 특성인 대인존재감을 주요 변인으로 함께 고려하였다는 점에서 의의가 있다. 이를 통해 개인이 타인에게 중요한 존재라고 인식하고 자각하는 주관적 인지 과정이 사회불안과 어떠한 관련성을 갖는지 탐색하였으며, 이러한 인식이 수용과 지지 경험을 통해 강화될 수 있는 잠재적 심리 자원임을 확인하였다. 또한 본 연구는, 대인존재감을 사회불안 개입에서 고려할 수 있는 치료적 가능성을 제시함으로써, 기존 사회불안 개입의 범위를 확장할 수 있는 이론적 기반을 마련하였다. 특히 불안정 애착을 가진 직장인의 사회불안을 이해하는 과정에서 대인존재감이 유용한 심리적 기제로 기능할 수 있음을 시사한다. Connolly와 Myers(2003)는 대인존재감이 자존감 및 자기개념과 밀접한 관련이 있다고 보고하였으며, 이 연구와 최한나(2013)는 대인존재감이 긍정적 자기개념 형성에 기여한다고 제시하였다. 이

러한 근거를 바탕으로, 본 연구는 사회불안을 겪는 직장인을 위한 대인존재감 기반 개입 개발에 참고할 수 있는 기초자료로서의 가치를 지닌다.

둘째, 불안정 성인애착은 최초의 부모-자녀 관계에서 형성되며 비교적 안정적으로 유지되는 특성을 지니고, 거부민감성 또한 고착화된 하나의 성격적 특성으로 자리 잡아 수정이 쉽지 않다. 이러한 특성으로 인해 애착의 질이나 거부민감성과 같은 근원적 변인을 직접적으로 변화시키는 개입은 현실적으로 제한이 있다. 따라서 상대적으로 수정 가능성이 높고 개입을 적용하기 용이한 매개변인들을 탐색하는 과정이 중요하다. 선행연구에서도 거부민감성은 애착으로부터 기원하나 임상 현장에서 직접적 개입이 어렵다는 지적이 제기되어 왔다(이정희, 1999; 정지혜, 정남운, 2015). 이러한 맥락에서, 본 연구는 불안정 성인애착이 거부민감성과 사회불안으로 이어지는 경로에서 부정적 영향을 완화할 수 있는 매개변인을 탐색하였다는 점에서 의의를 갖는다. 이는 사회불안을 경험하는 개인을 지원할 수 있는 심리적 자원을 확대하고, 보다 현실적이고 효과적인 개입 전략을 모색하는 데 기여할 수 있다.

마지막으로 기존 선행연구에서는 불안정 성인애착과 거부민감성, 거부민감성과 사회불안, 불안정 성인애착과 사회불안 등 변인 간의 개별적인 효과만을 두고 검증해 왔다(최연재, 신나나, 2019; Downey & Feldman, 1996). 그러나 본 연구는 이러한 단편적 접근을 넘어, 불안정 성인애착이 사회불안으로 이어지는 과정에서 거부민감성과 대인존재감이 어떠한 경로로 작용하는지를 통합적으로 검증하였다. 이를 통해 불안정 애착 유형의 개인이 사회불안을

경험하게 되는 심리적 과정을 보다 정교하게 이해할 수 있게 되었으며, 특히 거부민감성이 높은 개인이 거부에 대해 과잉 각성하여 경험하는 타인의 행동에 대한 왜곡된 지각, 분노, 불안과 같은 정서 반응이 대인존재감이라는 긍정적 심리 경험을 통해 완충될 수 있음을 밝혀내는 데 의의가 있다. 종합하면, 본 연구는 불안정 성인애착이 사회불안으로 이어지는 경로에서 거부민감성-대인존재감으로 이어지는 인지·정서적 연쇄 과정을 규명함으로써, 사회불안의 발현을 단순한 불안 반응이 아닌 관계적 자기(self-in-relationship)의 약화 과정으로 이해할 수 있음을 제시한다. 이는 기존의 사회불안 연구가 회피나 인지왜곡에만 초점을 맞추던 관점을 넘어, 관계적 자아의 회복이라는 새로운 치료적 관점을 제시한다는 점에서 중요한 의의를 갖는다.

다음으로 본 연구에서의 결과를 바탕으로 후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 전적으로 직장인의 자기 보고에 의존하였다는 한계점을 가진다. 응답자가 자신의 실제 모습을 객관적이고 솔직하게 있는 그대로의 모습을 보여주기보다 사회적으로 바람직한 모습으로 왜곡했을 가능성이 있다. 또한 거부민감성의 수준이 높은 사람은 다른 사람의 평가에 예민하여 민감했을 가능성이 있기 때문에 방어적인 모습을 보였을 가능성이 있다. 이러한 정보수집 과정은 변인들 간의 인과관계에 대한 명확한 규명이 어려울 수 있고, 설문 참여자들이 사회적 바람직성으로부터 자유롭지 못할 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 타인의 보고나 심층면접, 행동관찰 등을 통하여 이러한 제한점을 보완할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 사회불안의 하위요인인 사회적 상호작용과 수행불안으로 나

누지 않고 통합하여 사용했다. 최근 사회불안의 하위유형인 사회적 상호작용과 수행불안을 나누어 연구할 필요성에 대해 논의가 되고 있는 바, 후속 연구에서는 사회불안을 겪고 있는 직장인들의 수행상황에서 불안이 심한 직장인들과 일상적 사회상황에서 불안이 심한 직장인들을 구별하여 다른 개입으로 도움을 줄 수 있을 것이다. 셋째, 측정 변인들을 한 시점에서 1회만 측정한 횡단 자료를 활용하여 자료를 분석하였다. 따라서 변인 간의 인과관계를 보다 엄밀하게 확인하기 위해서는 종단 설계를 통한 자료수집과 분석이 도움이 될 것이다.

참고문헌

- 강초롱, 양재원 (2019). 사회불안과 우울의 관계: 지각된 사회적 기준과 자기은폐의 조절된 매개효과. *인문사회* 21, 10(5), 521-535.
<https://doi.org/10.22143/HSS21.10.5.37>
- 건강보험심사평가원 (2022.06.24). 최근 5년 (2017~2021년) 우울증과 불안장애 진료 현황 분석 [보도자료].
<https://www.hira.or.kr/bbsDummy.do?brdBltno=10627&brdScnBltno=4&pgmid=HIRAA020041000100>
- 곽새롬 (2016). 긍정적 및 부정적 평가에 대한 두려움이 사회불안증상에 미치는 영향: 사회적 사건의 긍정결과 가치절하와 부정결과 파국화의 매개효과 [석사학위논문, 아주대학교 대학원]. dCollection.
<http://dcoll.ajou.ac.kr:9080/dcollection/jsp/common/DcLoOrgPer.jsp?stitemId=000000022111>

- 김기환, 권석만 (2013). 한국판 사회불안 수용 행동 질문지의 타당화 연구. *인지행동치료*, 13(3), 489-510.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE10835921>
- 김나경, 양난미 (2016). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 거부민감성과 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과. *상담학연구*, 17(2), 217-238.
<https://doi.org/10.15703/kjc.17.2.201604.217>
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확장적 요인분석과 문항 반응 이론을 중심으로 [석사학위논문, 서울대학교 대학원]. dCollection.
<https://doi.org/10.23170/snu.000000055059.11032.0000731>
- 김안나, 최보영 (2019). 대학생의 사회불안에 영향을 미치는 억제변인과 유발변인에 대한 메타분석. *청소년학연구*, 26(7), 1-27.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3934706>
- 김옥란, 김완일 (2016). 군 병사의 부모애착과 군 생활 적응의 관계: 거부민감성과 대인존재감의 매개효과. *청소년학연구*, 23(4), 243-271.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3429877>
- 김중운, 김남희 (2019). 대학생의 성인애착이 대인관계능력에 미치는 영향: 사회인지적 마음챙김과 대인존재감의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 19(20), 529-551.
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2019.19.20.529>
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위 유형의 기억 편향 [석사학위논문, 서울대학교 대학원]. dCollection.
<https://doi.org/10.23170/snu.000000064217.11032.0000820>
- 김혜성 (2023). 불안정 성인애착이 사회불안에 미치는 영향: 자아탄력성의 매개효과 [석사학위논문, 명지대학교 대학원]. RISS.
<https://www-riss-kr.libproxy.cha.ac.kr/link?id=T16669559>
- 김혜원, 이지연 (2018). 대학생의 불안정 성인애착이 정서조절곤란에 미치는 영향: 거부민감성, 부적응적 자기초점주의 및 분노억제의 다중매개효과 검증. *사회과학연구논총*, 34(2), 233-267.
<https://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE07552522>
- 노현승, 하정 (2021). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 다차원적 경험회피의 이중매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 33(3), 1133-1154.
https://www.kci.go.kr/kciportal/landing/article.kci?arti_id=ART002749284
- 류지희, 이승연 (2020). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 무조건적 자기수용과 정서인식명확성의 매개효과. *청소년학연구*, 27(11), 147-172.
<https://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2020.11.27.11.147>
- 박민선, 채규만 (2013). 성인애착과 사회불안의 관계: 역기능적 신념과 사회적 자기효능감의 매개효과. *인간이해*, 34(2), 111-129.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE10888703>
- 박선영, 이지연 (2020). 불안정 성인애착과 사회불안 및 우울의 관계: 자기자비와 회피분산적 정서조절의 매개효과. *사회과학연구*, 31(3), 277-292.
<https://doi.org/10.16881/jss.2020.07.31.3.277>

- 박명진, 양난미 (2017). 대학생 거부민감성척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(1), 103-127.
<https://doi.org/10.23844/kjcp.2017.02.29.1.103>
- 박준성, 박관성 (2019). 불안정 성인애착과 대학생활적응의 관계에서 대인존재감의 매개효과. *복지상담교육연구*, 8(2), 245-225.
<https://doi.org/10.20497/jwce.2019.8.2.245>
- 배라영, 최지영 (2018). 정서적 학대가 관계적 공격성에 미치는 영향: 친구관계 문제, 거부민감성, 사회불안, 분노반추의 매개효과. *교육심리연구*, 32(1), 29-52.
<https://doi.org/10.17286/KJEP.2018.32.1.02>
- 백지영 (2020). 대학생의 거부민감성과 사회불안의 관계에서 대인존재감의 매개효과 [석사학위논문, 국민대학교 교육대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T15504578>
- 성정아, 홍혜영 (2014). 대학생의 이성관계에서 불안정 성인애착이 친밀감 두려움에 미치는 영향: 거부민감성과 자기노출의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(2), 387-412.
<https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001877961>
- 송가미, 박희현 (2016). 직장인의 성인애착과 대인관계능력의 관계에서 대인존재감의 매개효과. *인간발달연구*, 23(3), 113-131.
<https://doi.org/10.15284/kjhd.2016.23.3.113>
- 송주석, 박기산, 김예인, 최희락, 신성만 (2018). 대학생의 대인관계 유능성이 스마트폰 중독에 미치는 영향: 대인존재감의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 학교*, 15(3), 537-557.
<https://doi.org/10.16983/kjisp.2018.15.3.537>
- 윤하은 (2018). 대학생의 거부민감성과 대인관계 유능성 간의 관계: 대인존재감의 매개효과 [석사학위논문, 부산대학교 대학원]. dCollection.
<https://dcollection.pusan.ac.kr/srch/srchDetail/000000133874>
- 윤희경, 윤형식 (2014). 성인애착이 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향: 거부민감성의 매개효과. *사회과학논총*, 16, 75-100.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE02385163>
- 이근여, 홍혜영 (2019). 대학생의 거부민감성이 우울에 미치는 영향: 대인존재감과 전위 공격성의 매개효과. *청소년학연구*, 26(9), 161-186.
<https://doi.org/10.21509/KJYS.2019.09.26.9.161>
- 이복동 (2000). 성인 애착과 이성관계 만족: 거부민감성과 귀인 양식의 매개효과를 중심으로 [석사학위논문, 고려대학교 대학원]. RISS.
<https://sam.riss.kr/findThesisAnalysis.do?controlNo=000008052900&docType=T>
- 이성령, 홍혜영 (2015). 직장인의 사회부과 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향: 자기위로능력의 조절효과. *통합치료연구*, 7(2), 35-57.
<https://sam.riss.kr/findThesisAnalysis.do?controlNo=101808119&docType=A>
- 이연규, 최한나 (2013). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 대인존재감과 내면화된 수치심의 매개효과. *인간이해*, 34(2), 21-42.
<https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId>

- =ART001838092
- 이유정 (2023). 대학생의 성인애착, 거부민감성, 정서표현 양가성, 사회불안 간의 구조관계 분석. *학습자중심교과교육연구*, 23(15), 931-947.
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2023.23.15.931>
- 이정희 (1999). 자아정체감과 진로미결정 문제 및 진로준비행동과의 관계 [석사학위논문, 홍익대학교 대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T7717648>
- 이희경, 김경희, 이홍권 (2014). 거부민감성이 공격성에 미치는 영향: 긍정정서를 통한 파국적 사고의 매개된 조절효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(1), 97-121.
<https://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE11095195>
- 정재익, 양난미 (2019). 대학생의 불안정 애착과 사회불안의 관계: 내면화된 수치심과 자기자비의 순차적 매개효과. *청소년상담연구*, 27(2), 23-52.
<https://doi.org/10.35151/kyci.2019.27.2.002>
- 정지혜, 정남운 (2015). 거절민감성과 외로움의 관계에서 정서표현 양가성의 매개효과. *청소년상담연구*, 23(2), 339-360.
<https://doi.org/10.35151/kyci.2015.23.2.016>
- 조영미, 이희경 (2013). 성인애착과 사회불안의 관계: 기본 심리적 욕구만족과 경험적 회피의 매개효과. *상담학연구*, 14(2), 1227-1245.
<https://doi.org/10.15703/kjc.14.2.201304.1227>
- 차지연, 김정규 (2018). 불안정 성인애착과 사회불안의 관계: 자기자비의 매개효과. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 4(3), 377-394.
<https://doi.org/10.15842/CPKJOURNAL.PUB.4.3.377>
- 최연재, 신나나 (2019). 대학생의 성인애착이 대인관계문제에 미치는 영향: 거부민감성의 매개효과. *사회과학연구논총*, 35(2), 205-235.
<https://doi.org/10.16935/ejss.2019.35.2.007>
- 최한나, 임윤선 (2013). 한국판 대인존재감 척도의 타당화. *상담학연구*, 14(3), 1699-1715.
<https://doi.org/10.15703/kjc.14.3.201306.1699>
- 황지선, 안명희 (2015). 불안정 성인애착이 거절민감성에 미치는 영향: 외로움과 수치심의 매개효과. *인간이해*, 36(1), 1-20.
<https://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE10888726>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5*. American Psychiatric Association.
<https://psychiatryonline.org/doi/book/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 147-178.
<https://doi.org/10.1177/0265407590072001>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books. <https://archive.org/>
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss, sadness and depression*. The Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis.

- <https://www.worldcat.org/>
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 46-76). Guilford Press. <https://www.guilford.com/>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Connolly, K. M., & Myers, J. E. (2003). Wellness and mattering: The role of holistic factors in job satisfaction. *Journal of Employment Counseling*, 40(4), 152-159. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1920.2003.tb00866.x>
- Davidson, J. R. (1998). Pharmacotherapy of social anxiety disorder. *Journal of Clinical Psychiatry*, 59(Suppl 17), 47-53. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9811430/>
- Dixon, R. A. (2006). Mattering to others: Implications for the counseling relationship. *Journal of Counseling and Development*, 84(4), 483-487. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00432.x>
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1347. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1327>
- Eisenberger, R., Huntington, R., Hutchison, S., & Sowa, D. (1986). Perceived organizational support. *Journal of Applied Psychology*, 71(3), 500-507. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.71.3.500>
- Elliott, G., Kao, S., & Grant, A. M. (2004). Mattering: Empirical validation of a social-psychological concept. *Self and Identity*, 3(4), 339-354. <https://doi.org/10.1080/13576500444000119>
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and Psychopathology*, 6(1), 231-247. <https://doi.org/10.1017/S0954579400005976>
- Flett, G. L., Goldstein, A. L., Pechenkov, I. G., Nepon, T., & Wekerle, C. (2016). Antecedents, correlates, and consequences of feeling like you don't matter: Associations with maltreatment, loneliness, social anxiety, and the five-factor model. *Personality and Individual Differences*, 92, 52-56. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.12.014>
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-364. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.350>
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 359(1449), 1367-1377. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
- Gan, S. K.-E., Zeng, Y., & Wang, Z. (2023). Social anxiety mediates workplace incivility and work engagement. *Frontiers in Psychology*,

- 14, Article e1320703.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1320703>
- Goldfried, M. R., Padawer, W., & Robbins, C. (1984). Social anxiety and the semantic structure of heterosocial interactions. *Journal of Abnormal Psychology, 93*(1), 87-97.
<https://doi.org/10.1037/0021-843X.93.1.87>
- Hayes, A. F. (2013). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach. The Guilford Press.
https://books.google.com/books/about/Introduction_to_Mediation_Moderation_and.html?id=8YX2QwGgD8AC
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(3), 511-524.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Heidenreich, T., Schermelleh-Engel, K., Schramm, E., Hofmann, S. G., & Stangier, U. (2011). The factor structure of the social interaction anxiety scale and the social phobia scale. *Journal of Anxiety Disorders, 25*(4), 579-583.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.01.006>
- Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive Behaviour Therapy, 36*(4), 193-209.
<https://doi.org/10.1080/16506070701421313>
- Kennedy, J. H., & Kennedy, C. E. (2004). Attachment theory: Implications for school psychology. *Psychology in the Schools, 41*(2), 247-259. <https://doi.org/10.1002/pits.10153>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (3rd ed.). Guilford Press. <https://www.guilford.com/>
- Leary, M. R. (1983). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment, 47*(1), 66-75.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4701_8
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1997). *Social Anxiety*. Guilford Press.
<https://www.guilford.com/>
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G. (2001). The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others and valued social groups. In M. R. Leary (Ed.), *Interpersonal Rejection* (pp. 251-289). Oxford University Press.
<https://psycnet.apa.org/record/2001-06667-010>
- Liebowitz, M. R. (1987). Social phobia. *Modern Problems of Pharmacopsychiatry, 22*, 141-173.
<https://doi.org/10.1159/000414022>
- Lopez, F. G., & Brennan, K. A. (2000). Dynamic processes underlying adult attachment organization: Toward an attachment theoretical perspective on the healthy and effective self. *Journal of Counseling Psychology, 47*(3), 283-300.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.3.283>
- Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 36*(4), 455-470.
[https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(97\)10031-6](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(97)10031-6)
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
<https://search.worldcat.org/title/attachment-in-ad>

- ulthood-structure-dynamics-and-change/oclc/77271152
- Pilkonis, P. A., Feldman, H., Himmelhoch, J., & Cornes, C. (1980). Social anxiety and psychiatric diagnosis. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 168(1), 13-18.
<https://doi.org/10.1097/00005053-198001000-00004>
- Rapee, R. M. (1995). Descriptive psychopathology of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 41-66). Guilford Press.
<https://psycnet.apa.org/record/1995-98887-003>
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35(8), 741-756.
[https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(97\)00022-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(97)00022-3)
- Raque-Bogdan, T. L., Ericson, S. K., Jackson, J., Martin, H. M., & Bryan, N. A. (2011). Attachment and mental and physical health: Self-compassion and mattering as mediators. *Journal of Counseling Psychology*, 58(2), 272-278.
<https://doi.org/10.1037/a0023041>
- Rayle, A. D. (2006). Mattering to others: Implications for the counseling relationship. *Journal of Counseling & Development*, 84(4), 483-487.
<https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00432.x>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
https://books.google.com/books/about/Society_and_the_Adolescent_Self_Image.html?id=YR3WCgAAQBAJ
- Rosenberg, M., & McCullough, B. C. (1981). Mattering: Inferred significance and mental health among adolescents. *Research in Community & Mental Health*, 2, 163-182.
<https://psycnet.apa.org/record/1983-07744-001>
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133-161.
<https://doi.org/10.1080/14616730210154171>
- Spence, S. H., & Rapee, R. M. (2016). The etiology of social anxiety disorder: An evidence-based model. *Behaviour Research and Therapy*, 86, 50-67.
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.06.007>
- Stein, M. B., & Kean, Y. M. (2000). Disability and quality of life in social phobia: Epidemiologic findings. *American Journal of Psychiatry*, 157(10), 1606-1613.
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.157.10.1606>
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. W. W. Norton & Company.
https://openlibrary.org/books/OL21232167M/The_interpersonal_theory_of_psychiatr
- Wells, A., Clark, D. M., Salkovskis, P., Ludgate, J., Hackmann, A., & Gelder, M. (1995). Social phobia: The role of in-situation safety behaviors in maintaining anxiety and negative beliefs. *Behavior Therapy*, 26(1), 153-161.
[https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(05\)80088-7](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(05)80088-7)
- 원고접수일 : 2025. 09. 19.
수정원고접수일 : 2025. 11. 30.
게재확정일 : 2025. 12. 03.

Mediating Effects of Rejection Sensitivity and Mattering on the Relationship between Insecure Adult Attachment and Social Anxiety among Office Workers*

Joonmi Hong¹⁾

Jiyoung Kim^{2)†}

¹⁾Department of Medicine, Graduate School, CHA University, Ph.D. Student

²⁾Department of Medicine, Graduate School, CHA University, Professor

This study aimed to examine the mediating effects of rejection sensitivity and mattering on the relationship between insecure adult attachment and social anxiety, focusing on psychological factors influencing social anxiety among employees who fear being evaluated by others in social situations. An online survey was conducted with employees, and data from 431 participants were analyzed. The results of this study are summarized as follows. First, rejection sensitivity partially mediated the relationship between insecure adult attachment and social anxiety. Second, mattering partially mediated this relationship as well. Third, when rejection sensitivity and mattering were sequentially included in the analysis, a significant sequential mediating effect was found. Accordingly, this study is expected to contribute to understanding employees who experience social anxiety, to suggest positive psychological resources for those experiencing psychological difficulties, and to help develop effective therapeutic interventions. Finally, the limitations of the study and suggestions for future research were presented.

Keywords : office workers, insecure adult attachment, rejection sensitivity, mattering, social anxiety

* This study is a revised and supplemented version of the first author's 2024 master's thesis.

† Corresponding Author: Jiyoung Kim / Department of Medicine, Graduate School, CHA University, Professor / (13488) 335 Pangyo-ro, Bundang-gu, Seongnam-si, Gyeonggi-do, Republic of Korea / E-mail: morie02@cha.ac.kr