한국심리학회지 : 임상
The Korean Journal of Clinical Psychology
2005, Vol. 24, No. 2, 451-464

<Brief Report>

자기초점적 주의 성향 척도의 개발: 사회적 상황을 중심으로

이 지 영†
서울대학교 심리학과

권 석 만
서울대학교 심리학과

자기초점적 주의는 자신의 생각, 느낌, 행동이나 외모 등에 초점이 맞추어지는 주의로서 ,적응 지표뿐만 아니라 부적응 지표와도 관련되는 이중성을 보여 왔다 .본 연구는 이러한 두 가지 서로 다른 성격의 자기초점적 주의 성향을 구분해 낼 수 있는 척도를 제작하여 그 신뢰도와 타당도를 확인하고자 하였다 자기초점적 주의 성향 척도(SDSAS)는 사회적 상황에서 나타나는 자기초점적 주의 성향을 측정하기 위해 제작되었으며, 자신에게 주의를 기울이는 정도를 측정하는 일반적 자기초점적 주의 성향 척도와 자신의 특정 측면에 주의를 과도하게 계속해서 기울이며 자신의 다른 측면이나 외부에 주의를 쉽게 돌리기 어려운 성향을 측정하는 자기몰입 척도 두 가지로 구성되어 있다. 일반적 자기초점적 주의 성향 점수가 높은 사람들 가운데 자기몰입 점수가 높은 사람들은 방어적 자기초점적 주의 성향 집단으로 ,자기몰입 점수가 낮은 사람들은 비방어적 자기초점적 주의 성향 집단으로 구분한다. 예비문항을 선정한 후 대학생 31명에게 실시한 자료를 요인분석하여 30문항의 SDSAS를 제작하였다. 척도의 타당화를 위해서 대학생 52명을 대상으로 척도의 신뢰도와 타당도를 확인하였다. 척도의 내적합치도와 검사-재검사 신뢰도 모두 비교적 높았으며 ,관련 증상 질문지들과의 상관을 통해 구성타당도가 입증되었다. 또한 SDSAS를 사용하여 질적으로 다른 두 가지 자기초점적 주의 성향을 타당하게 구분할 수 있음을 시사하였다. 끝으로 본 연구에 대한 시사점을 논의하였다.

주요어 : 자기초점적 주의, 자기몰입, 방어적 자기초점적 주의, 비방어적 자기초점적 주의, SDSAS

† 교신저자(Corresponding Author) : 이 지 영 / 서울대학교 심리학과 / 서울시 관악구 신림동 산 56-1
FAX : 02-885-6431 / E-mail : subblack@hanmail.net

자기초점적 주의(self-focused attention)는 자신의 생각, 느낌, 행동이나 외모 등에 초점이 맞추어지는 주의를 의미한다(Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975). 이러한 자기초점적 주의는 오랫동안 심리치료분야에서 심리적인 적응과 건강에 기여하는 한편(Farber, 1989; Hall, 1992; Trapnell & Campbell, 1999), 정신병리 분야에서 불안이나 우울을 악화시키는 요인으로 간주되어져 왔다(Ickes, Wicklund, & Ferris, 1973; Scheier, Fenigstein, & Buss, 1974).

자기초점적 주의는 Fenigstein 등(1975)이 개발한 자의식 척도(Self-Consciousness Scale)의 하위척도인 사적 자의식 척도를 사용하여 주로 연구되어져 왔다. 사적 자의식이 높은 사람들은 자기지식에 대한 정확성, 태도 일관성, 자기도식의 정교화와 관련되며 불안과 관련없는 것으로 나타나는 한편(Carver & Scheier, 1978; Nasby, 1985; Scheier & Carver, 1977), 자신에 대한 부정적인 평가, 행동의 원인에 대한 왜곡된 사고, 낮은 자존감, 낮은 정서적 안정성과 관련된다고 보고하였다(Farber, 1989; Monfries & Kafer, 1994).

이러한 대립되고 모순되는 견해를 설명하기 위한 노력들이 이어졌다. 일부 연구자들은 건강한 측면과 관련되는 자기초점적 주의 성향과 병리적인 측면과 관련되는 성향이 단일선상에 놓여있는 것으로 간주하였다(Farber, 1989; Ingram, 1990). 즉 과도한 수준의 자기초점적 주의가 병리적인 측면과 관련된다는 것이다. 다른 한편에서는 서로 다른 성격을 지닌 두 가지 자기초점적 주의 성향이 존재할 것이라는 제안이 끊임없이 제기되었으며, 여러 연구들의 지지를 받으면서 최근에는 거의 타당하게 받아들여지고 있다. 이러한 주장을 뒷받침하는 가장 강력한 증거는 사적 자의식 척도에 대해 수차례 실시된 요인분석 결과에서 성격차원, 자기진술, 타인진술 등에서 뚜렷이 구분되는 두 요인이 반복적으로 추출되었다는 점이다(Anderson, Bohon, & Berrigan, 1996; Creed & Funder, 1998; Trapnell & Campbell, 1999; Watson, Morris, Ramsey, Hickman, & Waddell, 1996). 한 요인은 우울 상태불안, 대인불안 및 수줍음과 정적 상관을 보이는 데 반해, 다른 요인은 반대패턴을 보였다(Anderson et al., 1996; Watson et al., 1996). 또한 한 요인은 부정적 자기진술, 두려움이 많고 적대적이라는 동료진술 등 부적응지표들과 관련되며, 다른 요인은 자기 통찰력, 사회적 지각력 및 적응지표들과 상관되었다(Creed & Funder, 1998).

그렇다면 두 가지 자기초점적 주의 성향이 어떻게 구분될 수 있는지 조사하였다. 많은 연구들은 불안한 상태에서 과도한 자기초점적 주의가 나타난다는 점을 강조하였다(Bögels, Alberts & de Jong, 1996; Mellings & Alden, 2000; Panayioutou & Vrana, 1998). 이러한 과도한 수준의 자기초점적 주의를 Smith, Ingram과 Brehm(1983)은 불안한 자기점유(anxious self-preoccupation)라고 명명하였다. Ingram(1990)은 선행연구들을 바탕으로 병리적인 자기초점적 주의를 자기몰입(self-absorption)이라고 명명하고, 과정 측면 즉 정도, 지속시간, 융통성 세 가지 차원에서 정의하였다. 이러한 자기몰입은 자신의 내적인 측면에 과도하게 주의를 계속해서 기울이며, 다른 곳으로 주의를 쉽게 돌리지 못하는 경직성이 특징적이다. 따라서 특정 측면에 주의가 점유되어 다른 내적, 외적 측면을 자각하고 처리하는 능력이 제한된다(Clark & Wells, 1995; Dibartolo, Brown, & Barlow, 1997). 이에 반해서, 적응적 측면과 관련되는 것은 과도하게 점유되지 않는 적정 수준의 자기지향적 주의로, 융통성 있게 주의의 방향이 전환될 수 있다(Farber, 1989; Ingram, 1990).

두 가지 자기초점적 주의가 양적인 차이의 반영인지, 아니면 질적으로 다른 독립된 차원의 반

영인지의 문제는 내부-외부초점적 주의 차원에 대한 논의와 관련된다. 즉, 주의가 내부-외부 단일차원상에서 이동한다면 두 가지 자기초점적 주의는 정도상의 차이일지 모른다. 하지만, 독립된 차원이라면 서로 질적으로 다른 두 가지가 존재할 가능성이 시사된다. 초기 모델들은 내부초점적 주의와 외부초점적 주의를 단일차원상에서 고려하였다(Carver & Scheier, 1981; Duval & Wicklund, 1972). 이러한 관점에서 자기초점적 주의를 감소시키는 것이 환경정보를 처리할 수 있는 외부초점적 주의를 증가시켜 불안감을 해소하고 적응을 도울 것이라고 제안하였다(Hartman, 1983; Ingram, 1990). 그러나 경험적인 연구들은 서로 독립된 차원이라는 내부-외부초점적 주의의 다차원 모델을 지지하는 결과들을 보고하였다(Panayiotou & Vrana, 1998; Woody, Chambless, & Glass, 1997).

한편, 그동안 자기초점적 주의 성향을 측정하는데 사용되어온 자의식 척도에 대한 문제점들이 최근 들어 계속해서 제기되었다. 첫째, 공적 자의식과 사적 자의식의 구분이 모호하고 타당하지 않으며 이를 뒷받침해 주는 이론적 근거가 결여되어 있다(Trapnell & Campbell, 1999; Wicklund & Gollwitzer, 1987). 둘째, 사적 자의식 척도 문항이 매우 모호하고 무엇을 반영하는 것인지 불분명하다. 또한 여러 연구자들에 의해 2요인으로 구분되었지만, 요인분석할 때마다 각 요인에 속하는 문항들이 조금씩 달라졌다(Anderson et al., 1996; Bögels et al., 1996; Creed & Funder, 1998; Trapnell & Campbell, 1999; Watson et al., 1996). 따라서 두 가지 요인으로 명확히 구분되지 않을 뿐 아니라, 두 요인의 구성개념을 타당하게 반영하지 못한다. 셋째, 자기초점적 주의는 인지적 과정으로서 고려되지만, 자의식 척도는 과정으로서의 자기초점적 주의를 분명하게 정의하지도 반영하고 있지도 않는다(Bögels et al., 1996; Wicklund & Gollwitzer, 1987). 많은 연구자들은 자의식 척도의 문제점을 지적하면서 자기초점적 주의 성향을 제대로 반영하고 있지 않다고 주장하고, 새로운 자기초점적 주의 성향 척도의 개발을 제안하였다.

본 연구는 병리적인 자기초점적 주의 성향에 대한 Ingram(1990)의 자기몰입 개념을 받아들이되, 내부-외부초점적 주의의 다차원 모델을 채택하여 두 가지 자기초점적 주의 성향을 정의하였다. 그런데 자기몰입은 모든 상황에서 나타나는 것이 아니라 불안과 관련된 특정한 상황에 제한되어 나타난다(Beck, Emery, & Greenberg, 1985). 자기초점적 주의는 특히 사회적 상황에서 나타나는 불안과 관련되어 연구되었다. Duval과 Wicklund(1972)는 자기초점적 주의가 사회적 상황에서 미치는 영향에 주목하였으며, Fenigstein 등(1995)은 자의식 척도 내에 사회불안척도를 포함시킬 정도로 자기초점적 주의가 사회불안과 밀접한 관련성이 있음을 시사하였다. 이후 자기초점적 주의는 실험실에서 카메라, 거울, 비디오테이프 등을 이용해 사회적 상황을 유도하여 조작되었다(Burgio, Merluzzi, & Pryor, 1986; Carver & Scheier, 1978; Scheier & Carver, 1977). 따라서 자기초점적 주의가 나타나는 상황을 사회적 상황에 국한시켜 척도를 개발하고자 하였다.

이러한 배경에서 본 연구에서는 사회적 상황에서 나타나는 두 가지 자기초점적 주의 성향을 구분해낼 수 있는 자기초점적 주의 성향 척도(Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social situation; SDSAS)를 개발하고자 하였다. 이를 위해 이 척도의 심리측정적 속성을 조사함으로써 타당화하였다.

방 법

연구대상

척도 제작은 1차 피험자 집단인 대학생 311명(남 181명, 여 130명)을 대상으로 하였고, 평균연령은 22.36세(SD=3.86)였다. 척도의 타당화는 2차 피험자 집단인 대학생 525명(남 244명, 여 281명)을 대상으로 하였고, 평균연령은 20.5세(SD=3.18)였다.

연구절차

척도제작은 다음 절차를 통해 이루어졌다.

1) 자기초점적 주의 성향의 정의 및 구분. 두 가지 자기초점적 주의 성향은 모두 자신에게 주의를 많이 기울이는 성향으로, 방어적 자기초점적 주의 성향은 자신의 특정 측면에 주의를 과도하게 계속해서 기울이며, 자신의 다른 측면이나 외부에 주의를 쉽게 돌리기 어려운 성향이다. 비방어적 자기초점적 주의 성향은 자신의 특정 측면에 주의가 점유되지 않으면서, 적절한 수준의 주의가 다양한 측면에 할당되며 자신의 다른 측면이나 외부에 쉽게 주의를 전환시킬 수 있는 성향이다.

2) 하위척도 구성. 두 가지 모두 자신에게 주의를 많이 기울이는 성향이지만, 방어적 자기초점적 주의 성향이 자기몰입 경향을 보이는 데 반해, 비방어적 자기초점적 주의 성향은 자기몰입 경향을 보이지 않는다. 따라서 자신에게 주의를 기울이는 정도를 측정하는 일반적 자기초점적 주의 성향 척도와 자기몰입 경향을 측정하는 자기몰입 척도를 하위척도로 구성하여, 일반적 자기초점적 주의 성향 점수가 높은 사람들 가운데 자기몰입 점수가 높은 사람들은 방어적 자기초점적 주의 성향 집단으로, 자기몰입 점수가 낮은 사람들은 비방어적 자기초점적 주의 성향 집단으로 구분한다.

3) 문항 구성. 대인불안이 유발되는 사회적 상황은 일반적으로 다른 사람들과 이야기하는 상호작용 상황과 여러 사람들 앞에서 발표하는 상황과 같이 다른 사람이 관찰하는 수행상황으로 구분된다(박선영, 2003; Rapee, 1995; Schlenker & Leary, 1982). 따라서 그림 1에서 보는 바와 같이 두 가지 사회적 상황과 자기초점적 주의의 대상으로 생리적 각성, 행동, 느낌, 생각을 포함하였다. 각 하위척도의 성격은 서술어에서 구분되는데, 일반적 자기초점적 주의 성향은 자신에게 주

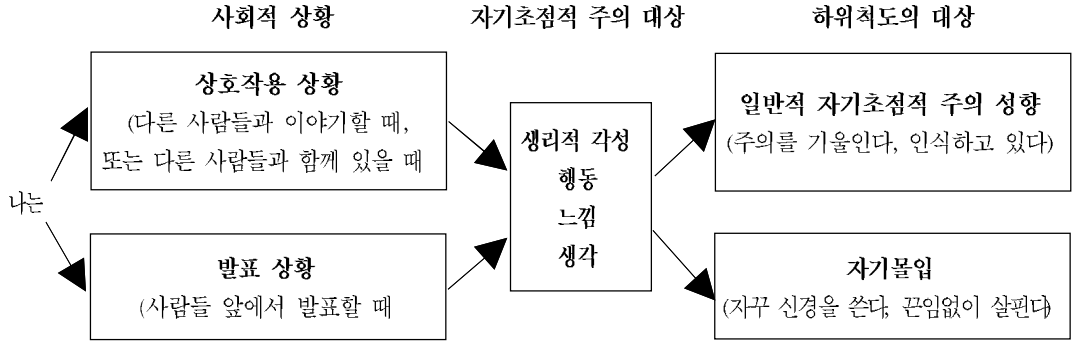

그림 1. SDSAS의 문항 구성

의를 기울이는 일반적 경향을 반영하는 서술어로 '자신에게 주의를 기울인다', '인식하고 있다' 등을 사용하였으며, 자기몰입 척도는 '자주 떠올라 떨치기 어렵다', '자꾸 신경을 쓴다' 등과 같이 자기주의의 정도, 지속시간, 융통성 측면에서 자기몰입 개념을 충실히 반영하는 서술어를 사용하였다.

4) 예비문항 구성. 64문항 가운데 중복되는 문항을 배제하고 더 전형적인 문항을 선별한 후, 임상 및 상담심리 전문가 3명에게 문항의 적절성 및 이해의 정도를 7점 척도상에 평정하도록 하였다. 평정결과, 이해하기 어렵거나 모호한 문항을 평정자와 상의하고 제거하여 최종 41문항(일반적 자기초점적 주의 성향 14문항, 자기몰입 27문항)의 예비문항목록을 작성하였다.

5) 1차 피험자 집단에 예비문항목록을 실시한 자료를 분석하여 최종문항을 선별하였다.

척도의 타당화는 2차 피험자 집단에 제작된 SDSAS를 실시하여 신뢰도와 타당도를 확인하였다. 신뢰도를 확인하기 위해서 각 하위척도별로 내적합치도, 검사-재검사 신뢰도를 알아보았다. 척도의 타당도를 검증하기 위해서 자의식, 특질불안, 대인불안을 측정하는 척도들과 상관계수를 구하였다.

연구도구

자의식 척도(Self-Consciousness Scale; SCS)

Fenigstein 등(1975)이 특질적인 자의식을 평가하기 위해 제작한 것으로, 사적 자의식, 공적 자의식, 대인불안 세 하위척도로 구성되어 있다. 이훈진과 원호택(1995)이 번안하였으며, 총 23문항으로 내적 합치도는 사적자의식이 .74, 공적자의식이 .78, 대인불안이 .68, 전체가 .76이었다.

특질불안 질문지 (State-Trait Anxiety Inventory Form; STAI-T)

Spielberger가 1970년에 불안을 측정하기 위해 제작하였으며, 김정택(1978)이 번안하였다. 본 연구에서 사용된 특질불안 척도는 20문항으로 내적 일관성 신뢰도 계수는 .86이었다.

사회적 불안 및 회피 척도(Social Avoidance and Distress Scale; SADS)

Watson과 Friend(1969)가 사회적 상황에서 불안을 경험하는 정도와 회피하는 경향을 측정하기 위해 개발한 자기보고형 검사로 이정윤과 최정훈(1997)이 번안하였다. 총 28개 문항으로 내적 합치도는 .92, 반분신뢰도는 .94, 그리고 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .88이었다.

대인관계 불안 척도(Interaction Anxious Scale; IAS)

Leary(1983)의 대인관계 불안척도를 김남재(1995)가 번안하였다. 15개 문항으로 내적 합치도는 .88이었으며, 3주일 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .70이었다.

Rosenberg 자존감 척도(Rosenberg Self-Esteem Scale; RSES)

Rosenberg(1965)가 전반적인 자기개념과 관련된 자존감을 측정하기 위해 개발한 것으로, 이훈진과 원호택(1995)이 번안하였다. 총 10문항이며 내적 합치도는 .89이었다.

결 과

제작된 자기초점적 주의 성향 척도의 요인구조

먼저 41개의 예비문항의 요인구조를 알아보기 위해 1차 피험자 집단에게 실시한 결과를 요인분석하였다. 분석 방법은 최대우도법(maximum likelihhood)을 사용하였고 사각회전(direct oblimin) 방식을 적용하였다. 분석 결과, 요인고유치가 1 이상인 요인은 7개가 나왔으나 Scree 검사에서 고유치 하락정도 및 해석가능성을 종합할 때 2개 요인이 적절한 것으로 판단되었다. 요인수를 2개로 지정하여 요인분석한 후, 요인부하량이 .40 이상인 문항들을 중심으로 내용이 중복되지 않도록 최종 30문항을 선정하여 척도를 구성하였다.

새롭게 제작된 최종 30문항에 대해 동일한 요인구조가 유지되는지 확인하기 위해 요인 수를 2로 지정해주고 다시 동일한 방법으로 요인분석을 시행하였다. Scree 검사에서의 고유치 하락정도, 누적분산비율, 해석가능성 등을 고려할 때 2요인이 적절한 것으로 판단되었다. 요인구조 및 요인계수행렬은 표 1에 제시하였으며, 두 요인은 전체 변량의 49.38%를 설명하였다. 요인 1은 '자주 어떤 생각에 사로잡혀 내 의견을 알아차리기 어렵다', '어떤 기분에 자꾸 신경을 쓴다' 등 21문항으로 '자기몰입'을 반영하는 문항들이며, 요인 2는 '나 자신에 대해 파악하려고 노력한다', '나 자신에게 주의를 기울인다' 등 9문항으로 '일반적 자기초점적 주의 성향'을 측정하는 문항에 해당하였다. 이러한 결과에 따라 SDSAS는 사전에 구성한 바와 같이, 요인 1에 해당하는 자기

표 1. SDSAS 최종 30문항의 요인분석 결과

문항	요인 1	요인 2	문항	요인 1	요인 2
SDSAS25	.79	-.14	SDSAS18	.64	.05
SDSAS23	.77	-.01	SDSAS16	.62	.03
SDSAS19	.77	.11	SDSAS11	.59	.19
SDSAS22	.76	-.06	SDSAS10	.56	.15
SDSAS26	.76	-.03	SDSAS9	.56	-.01
SDSAS27	.74	-.19	SDSAS8	.55	.07
SDSAS13	.73	-.04	SDSAS4	-.05	.82
SDSAS15	.73	.05	SDSAS3	.07	.73
SDSAS12	.72	.20	SDSAS1	-.09	.66
SDSAS29	.71	-.09	SDSAS5	-.12	.65
SDSAS28	.69	-.11	SDSAS7	.18	.61
SDSAS17	.69	-.02	SDSAS6	-.09	.57
SDSAS14	.69	-.02	SDSAS2	.14	.43
SDSAS24	.66	.04	SDSAS20	.23	.42
SDSAS30	.64	.06	SDSAS21	.30	.31
고유치				11.31	3.72
설명량(%)				37.65	11.73

몰입 척도와 요인 2에 해당하는 일반적 자기초점적 주의 성향 척도 두 가지 하위척도를 포함하는 것으로 나타났다. 두 요인간의 상관은 .281을 보였으며, 일반적 자기초점적 주의 성향 척도와 자기몰입 척도간에는 유의미한 상관이 있었다($r(311)=.349$, $p<.01$).

표 2. SDSAS 하위척도와 증상 질문지 간 상관

척도	요인 1	요인 2
특질불안(STAI-T)	.566**	.083
사회적 회피 및 불안(SADS)	.476**	.010
대인관계불안 (IAS)	.560**	.099
자존감(RSES)	-.329**	.155**

** $p<.01$

자기초점적 주의 성향 척도의 신뢰도

2차 피험자 집단에 SDSAS를 실시한 결과 문항-총점 상관 계수는 요인 1의 경우 .48~.78, 요인 2는 .52~.72의 범위를 보였다. 내적 합치도는 요인 1의 경우 .94, 요인 2의 경우 .79이었다. 2주 간격의 검사-재검사 신뢰도(r)는 요인 1이 .78이고 요인 2가 .77로서 비교적 높은 신뢰도를 보였다.

자기초점적 주의 성향 척도의 타당도

SDSAS가 자기초점적 주의 성향을 측정하는 척도로서 타당한지 확인하기 위해, 오랫동안 자기초점적 주의 성향을 측정하는데 사용되어온 사적자의식 척도와의 상관계수를 검토하였다. 그 결과 일반적 자기초점적 주의 성향($r(525)=.60$, $p<.01$)과 자기몰입($r(525)=.28$, $p<.01$) 모두 사적자의식 척도와 유의미한 상관을 보였다. 특히 일반적 자기초점적 주의 성향 척도는 .60의 매우 높은 정적 상관을 보임으로써, 자신에게 주의를 기울이는 일반적 경향을 타당하게 측정하고 있음을 보여주었다.

SDSAS의 구성타당도를 확인하기 위해서, 관련된 다른 증상 질문지들과 상관관계를 살펴보았다. 표 2에서 자기몰입 척도는 여러 불안 측정치들과 높은 정적 상관을 보였지만, 일반적 자기초점적 주의 성향 척도는 전혀 유의미한 상관을 보이지 않았다. 이러한 결과들은 SDSAS의 일반적 자기초점적 주의 성향 척도가 병리적인 측면과 무관한 구성개념을 측정하는 데 반해, 자기몰입 척도는 불안과 같은 부적응적인 측면과 관련된 구성개념을 타당하게 측정하고 있음을 보여주는 것이다.

SDSAS가 두 가지 자기초점적 주의 성향을 타당하게 구분해낼 수 있는지 확인하기 위해, 일반적 자기초점적 주의 성향 척도의 총점 상에서 상위 40%에 해당하는 사람들 가운데 자기몰입 척도의 총점이 상위 35%에 해당하는 사람들을 방어적 자기초점적 주의 성향 집단으로, 하위 35%에 해당하는 사람들을 비방어적 자기초점적 주의 성향 집단으로 구분하였다. 일반적 자기초점적 주의 성향 척도의 총점 상에서 하위 15%에 해당하는 사람들을 자기초점적 주의 성향이 낮은 집단으로 포함시켰다. 세 집단이 증상 질문지 점수 상에서 차이가 있는지 비교하기 위해 일원변량분석(one-way ANOVA)을 수행하고, 어느 집단간에 차이가 나타나는지 알아보기 위해 Turkey test($\alpha=.05$)를 사용한 사후검증을 하였다. 표 3에서와 같이, 모든 증상 질문지 점수 상에서 유의도 .001 수준에서 세 집단간의 유의미한 차이가 나타났다. 사후비교검증 결과, 방어적 자기초점적 주의 성향 집단이 비방어적 자기초점적 주의 성향 집단보다 모든 불안 측정치 상에서 통계적

표 3. 집단별 증상 질문지 점수의 평균과 집단간 차이검증 결과

척도	방어적 자기초점적 주의 성향 집단(67명	비방어적 자기초점적 주의 성향 집단(68명	자기초점적 주의 성향이 낮은 집단(67명)	*F*값	사후검증
	M(SD)	M(SD)	M(SD)		
특질불안(STAI-T)	53.81(7.72)	41.94(9.30)	44.85(9.92)	31.568 ***	1> 2, 3
사회적 회피 및 불안(SADS)	59.58(14.15)	43.28(14.55)	53.09(16.16)	20.180 ***	1> 3> 2
대인관계불안 (IAS)	35.72(8.19)	23.00(8.73)	30.05(9.42)	34.029 ***	1> 3> 2
자존감(RSES)	35.22(5.89)	39.17(5.48)	34.81(6.96)	10.600 ***	2> 1, 3

*** p<.001

으로 유의미하게 높은 점수를 보였다. 이는 SDSAS에 근거한 방어적/비방어적 자기초점적 주의 성향 집단의 구분이 타당함을 보여주는 것이다.

논 의

자기초점적 주의는 심리치료 분야에서 적응적이고 건강한 측면에 기여하는 것으로 간주되는 한편, 정신병리 분야에서는 불안과 우울을 악화시키는 요인으로 보고되었다. 본 연구는 이러한 자기초점적 주의의 이질적인 두 가지 성향을 구분해낼 수 있는 척도를 개발하고 그 존재를 입증하고자 하였다. Ingram(1990)은 자기초점적 주의의 이중성을 설명하기 위해, 정신병리에 기여하는 자기초점적 주의를 인지적 과정, 즉 정도, 지속시간 및 융통성 세 차원에서 정의하고 자기몰입이라 명명하였다. 연구자는 이러한 자기몰입 개념을 받아들이고 내부-외부 초점의 다차원 모델을 가정하여 두 가지 자기초점적 주의 성향을 정의하였다.

본 연구에서 제작한 자기초점적 주의 성향 척도(SDSAS)는 자신에게 주의를 기울이는 정도를 측정하는 일반적 자기초점적 주의 성향 척도와 자기몰입 척도로 구성되어 있다. 일반적 자기초점적 주의 성향 점수가 높은 사람들 가운데 자기몰입 점수가 높은 사람들이 방어적 자기초점적 주의 성향 집단이며, 자기몰입 점수가 낮은 사람들이 비방어적 자기초점적 주의 성향 집단일 것으로 가정하였다. 41개의 예비문항을 대학생 집단에 실시하고 요인분석을 통해 최종 30개 문항의 척도를 제작하였으며, 요인분석 결과 분명한 2요인 구조가 확인되었다. 두 하위척도간에 유의미한 상관(r(311)=.349, p<.01)이 발견된 것은 두 척도가 공통적으로 자신에게 주의를 기울이는 성향과 관련된 구성개념을 측정하기 때문으로 해석된다.

SDSAS의 신뢰도를 확인하기 위해, 각 하위 척도별로 내적합치도와 검사-재검사 신뢰도를 살펴본 결과, 모두 내적 일관성 및 시간적 안정성 면에서 신뢰도가 비교적 높게 나타났다. SDSAS의 구성타당도를 알아보기 위하여 관련 측정치들과의 상관계수를 검토하였다. 그 결과, 두 하위척도 모두 사적자의식 척도와 정적상관을 보여 자기초점적 주의 성향을 타당하게 측정하고 있는

것으로 나타났다. 특히 일반적 자기초점적 주의 성향 척도는 사적자의식과 매우 높은 정적 상관을 보임으로써, 자기몰입과 구별되는 일반적이고 모호한 구성개념을 반영하고 있음을 시사하였다. 불안 관련 질문지와의 상관에서 일반적 자기초점적 주의 성향은 거의 상관을 보이지 않은 반면, 자기몰입 척도는 높은 정적 상관을 보였다 이는 자기몰입이 불안과 관련이 높은 구성개념이라는 점에서 일반적 자기초점적 주의 성향과 구별됨을 보여준다. 또한 기존의 연구들에서 자기초점적 주의가 심리적 건강과 정신병리와 관련하여 비일관된 결과를 보고한 데 대해(Farber, 1989; Hope & Heimberg, 1988; Monfries & Kafer, 1994; Jostes, Pook, & Florin, 1999), 자신에게 주의를 기울이는 성향 자체는 긍정적이지도 부정적이지도 않으며 불안 측정치들을 설명할 수 없음을 시사하였다. 그리고 SDSAS를 사용하여 선발된 방어적 자기초점적 주의 성향 집단은 모든 증상 측정치 상에서 비방어적 자기초점적 주의 성향 집단보다 유의미하게 높은 점수를 나타냄으로써, 두 가지 자기초점적 주의 성향이 타당하게 구분될 수 있음을 보여주었다.

자기초점적 주의가 낮은 사람들에 대해서는 직접적으로 연구된 바 없지만, 높은 수준의 자기초점적 주의가 불안을 악화시키므로 대인불안 감소를 위해서는 자기초점적 주의를 감소시켜야 한다고 제안되어왔다(Hartman, 1983; Ingram, 1990). 본 연구결과에서 자기초점적 주의 성향이 낮은 집단은 모든 증상질문지 상에서 방어적 자기초점적 주의 성향 집단보다 유의미하게 낮은 점수를 보여 이러한 주장에 부합되는 듯 보였다. 그러나 비방어적 자기초점적 주의 성향 집단보다는 유의미하게 높은 대인불안 점수를 보임으로써, 선행연구들의 제안과 다른 결과를 나타냈다. 이는 사회적 상황에서 자신의 의견을 얘기하거나 다른 사람들과 상호작용하기 위해서는 자기자각이 요구되는데, 자신에게 주의를 기울이지 않는 사람들은 자신의 느낌이나 생각을 즉각적으로 인식하여 전달하는데 어려움을 느껴 다소 불안을 경험할 수 있기 때문으로 이해될 수 있다. 또한 이들은 비방어적 자기초점적 주의 성향 집단보다 유의미하게 낮은 자존감을 보였고, 방어적 집단과는 거의 차이를 보이지 않았다. 이는 일반적 자기초점적 주의 성향이 자존감과 정적 상관을 보인 점에서 이해될 수 있다. 즉, 자기가치 평가에 관심을 갖는 사람일수록 자신에게 주의를 기울일 것이며, 자신에게 주의를 기울이지 않는 사람은 그만큼 자기가치에 관심이 없을 것이므로 자존감이 높지 않을 것이다. 이러한 결과는 대인불안을 감소시키기 위해서 심리치료 장면에서 방어적 자기초점적 주의 성향을 비방어적 자기초점적 주의 성향으로 전환시키는 것 또한 효과적인 치료적 개입이 될 수 있음을 시사하고 있다.

많은 연구자들이 적응적인 지표와 관련된 자기초점적 주의와 부적응적인 지표와 관련된 자기초점적 주의를 설명하고 구분하기 위해 노력해왔다(Farber, 1989; Anderson et al., 1996; Creed & Funder, 1998; Trapnell & Campnell, 1999). 하지만, 두 유형이 어떠한 측면에서 다르며, 어떻게 구분될 수 있는지에 대해 분명한 설명을 제시하지 못하고 있다. 이러한 시점에서 본 연구는 자기초점적 주의 성향의 두 가지 유형을 구체적으로 구분하고자 한 시도라는 점에서 그 의미가 있을 것이다.

자기초점적 주의는 대인불안 및 사회공포증의 유지와 악화에 중요한 역할을 하는 것으로 여겨져왔음에도 불구하고, 사적자의식 척도를 사용한 연구에서 둘 사이에 직접적인 관련성을 입증하지 못했다. 대부분의 연구들에서 사적자의식은

대인불안 및 사회공포증과 상관이 없는 것으로 나타나는 한편(Fenigstein et al., 1975; Hope & Heimberg, 1988; Bögels et al., 1996), 일부 연구들에서는 사적자의식이 대인불안 및 사회공포증과 상관이 있음을 보고하였다(Monfries & Kafer, 1994; Saboonchi, Lundh, & Öst, 1997). 이는 사적자의식 척도에 자기초점적 주의의 이중성이 혼재되어 있기 때문으로 여겨진다. 따라서 추후 연구에서는 두 가지 자기초점적 주의를 구분해 낼 수 있는 SDSAS를 사용하여 자기초점적 주의와 대인불안 및 사회공포증의 관련성을 입증해볼 수 있을 것이다.

마지막으로, SDSAS는 몇 가지 제한점이 지적된다. 첫째, 일반적 자기초점적 주의 성향의 9문항 중 7문항이 상호작용 상황에 편중되어 있다. 이는 일방적으로 의견을 전달하는 발표상황에서는 전달할 내용에 주의를 주어야 하므로, 자신의 생각, 느낌, 행동이나 생리적 각성에 주의를 기울이는 것이 자칫 부적응적일 수 있기 때문으로 해석된다. 예비문항의 요인분석 결과, 발표상황에 해당하는 5문항 중 3문항이 자기몰입 요인에 높은 요인값을 보였다. 따라서 추후 연구에서 두 가지 상황에 따른 자기초점적 주의의 차이를 연구하고 그러한 결과를 고려할 필요가 있다. 둘째, 발표상황의 일반적 자기초점적 주의 성향에 해당하는 문항 수가 적은 점 때문에, 21번 문항은 요인부하량이 문항선발 기준 .40에 미치지 못함에도 불구하고 임상·상담심리전문가들과 상의하에 채택하였다. 따라서, 이 점을 고려하고 21번 문항을 제외한 나머지 문항을 대상으로 다시 통계분석을 할 필요가 있다. 셋째, SDSAS는 사회적 상황에서 나타나는 자기초점적 주의 성향에 국한되어 있다. 자기초점적 주의는 대인불안을 포함한 많은 정신병리에 있어 매우 중요한 인지적 요인으로 다루어지고 있다. 이러한 점을 고려할 때, 보다 보편적인 상황에 걸쳐 나타나는 자기초점적 주의 성향을 측정할 수 있는 척도를 개발하여 다양한 정신병리와 자기초점적 주의간의 관련성을 확인하고 그 영향을 비교하는 연구가 필요하다.

참고문헌

김남재 (1995). 대인불안의 측정에 대한 연구. 한국심리학회지 : 임상, 14, 73-81.

김정택 (1978). 특성불안과 사회성과의 관계. 고려대학교 석사학위 청구논문.

박선영 (2003). 사회불안 유발상황의 구분 및 사회불안 하위유형의 차별적 특성. 서울대학교 석사학위 청구논문.

이정윤, 최정훈 (1997). 한국판 사회공포증 척도(K-SAD, K-FNE)의 신뢰도 및 타당도 연구. 한국심리학회지 : 임상, 16, 254-264.

이훈진, 원호택 (1995). 편집증적 경향, 자기개념, 자의식간의 관계에 대한 탐색적 연구. 한국심리학회' 95 연차대회 학술발표논문집, 277-290.

Anderson, E. M., Bohon, L. M., & Berrigan, L. P. (1996). Factor structure of the private self-consciousness scale. *Journal of Personality Assessment, 66,* 144-152.

Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias : A cognitive perspective.* New York: Guilford Press.

Bögels, S. M., Alberts, M., & de Jong, P. (1996). Self-consciousness, self-focused attention, blushing propensity and fear of blushing. *Personality and Individual Difference, 21,* 573-581.

Burgio, K. L., Merluzzi, T. V., & Pryor, J. B.

(1986). Effects of performance expectancy and self-focused attention on social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology, 50,* 1216-1221.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1978). Self-focusing effects of dispositional self-consciousness, mirror presence, and audience presence. *Journal of Personality and Social Psychology, 36,* 324-332.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1981). Control theory: A useful conceptual framework for personality-social, clinical, and health psychology. *Psychological Bulletin, 92,* 111-135.

Clark, D. M., & Wells. A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Scheier(Ed.). *Social Phobia : Diagnosis, assessment, and treatment* (pp.69-93). New York: The Guilford Press.

Creed, A. T., & Funder, D. C. (1998). The two faces of private self-consciousness: Self report, peer-report, and behavioral correlates. *European Journal of Personality, 12,* 411-431.

Dibartolo, P. M., Brown, T. A., & Barlow, D. H. (1997). Effect of anxiety on attentional allocation and task performance: An information processing analysis. *Behavioral Research Therapy, 35,* 1101-1111.

Duval, S., & Wicklund, R. A. (1972). *A theory of objective self-awareness.* New York: Academic Press.

Farber, B. A. (1989). Psychological-mindedness: Can there be too much of a good thing? *Psychotherapy, 26,* 210-216.

Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 43,* 522-527.

Hall, J. A. (1992). Psychological-mindedness: A conceptual model. *American Journal of Psychotherapy, 106,* 131-140.

Hartman, L. M. (1983). A metacognitive model of social anxiety: Implications for treatment. *Clinical Psychology Review, 3,* 435-456.

Hope, D. A., & Heimberg, R. G. (1988). Public and private self-consciousness and social phobia. *Journal of Personality Assessment, 52,* 626-639.

Ickes, W. J., Wicklund, R. A., & Ferris, C. B. (1973). Objective self-awareness and self-esteem. *Journal of Experimental Social Psychology, 9,* 202-219.

Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychological Bulletin, 107,* 156-176.

Jostes, A., Pook, M., & Florin, I. (1999). Public and private self-consciousness as specific psychopathological features. Personality and Individual Difference, 27, 1285-1295.

Leary, M. R. (1983). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment, 47,* 66-75.

Mellings, T. M., & Alden, L. E. (2000). Cognitive processes in social anxiety: The effects of self-focus, rumination and anticipatory processing. Behaviour Research and Therapy, 38, 243-257.

Monfries, M. M., & Kafer, N. F. (1994). Private self-consciousness and fear of negative evaluation. *The Journal of Psychology, 128,* 447-454.

Nasby, W. (1985). Private self-consciousness, articulation of the self-schema, and recognition memory of

trait adjectives. *Journal of Personality and Social Psychology, 49,* 704-709.

Panayiotou, G., & Vrana, S. R. (1998). Effect of self-focused attention on the startle reflex, heart rate, and memory performance among socially anxious and nonanxious individuals. *Psychophysiology, 35,* 328-336.

Rapee, R. M. (1995). Descriptive psychopathology of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier(Ed.). *Social phobia : Diagnosis, assessment, and treatment* (pp.41-66). The Guilford Press.

Rosenberg (1965). *Society and adolescent self-image.* Princeton, NJ : Princeton University Press.

Saboonchi, F., Lundh, L. G., & Öst, L. G.(1999). Perfectionism and self-consciousness in social phobia and panic disorder with agoraphobia. *Behavior Research and Therapy, 37,* 799-808.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1977). Self-focused attention and the experience of emotion : Attraction, repulsion, elation, and depression. *Journal of Personality and Social Psychology, 35,* 625-636.

Scheier, M. S., Fenigstein, A., & Buss, A. H. (1974). Self-awareness and physical aggression. *Journal of Experimental Social Psychology, 10,* 264-273.

Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self presentation: A conceptualization and model. Psychological Bulletin, 92, 641-669.

Smith, T. W., Ingram, R. E., & Brehm, S. S. (1983). Social anxiety, anxious self-preoccupation, and recall of self-relevant information. *Journal of Personality and Social Psychology, 44,* 1276-1283.

Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology, 76,* 284-304.

Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 33,* 448-457.

Watson, P. J., Morris, R. J., Ramsey, A., Hickman, S, E., & Waddell, M. G. (1996). Futher contrasts between self-reflectiveness and internal state awareness factors of private self-consciousness. *The Journal of Psychology, 130,* 183-192.

Wicklund, R. A., & Gollwitzer, P. M. (1987). The fallacy of the private-public self-focus distinction. *Journal of Personality, 55,* 491-523.

Woody, S., Chambless, D. L., & Glass, C. R. (1997). Self-focused attention in the treatment of social phobia. *Behavior Research and Therapy, 35,* 117-129.

원고접수일 : 2004. 10. 29
게재결정일 : 2005. 3. 15

한국심리학회지 : 임상
The Korean Journal of Clinical Psychology
2005, Vol. 24, No. 2, 451-464

<Brief Report>

Development of the Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social situation

Ji-Young Lee
Department of Psychology, Seoul National Univ.

Seok-Man Kwon
Department of Psychology, Seoul National Univ.

Self-focused attention refers to one's own thoughts, feelings, behaviors, and appearance. It has been considered to be related to the adaptive index as well as the maladaptive one. The purpose of this study is to develop the Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social situation(SDSAS) which distinguishes two types of self-focused attention and to examine its reliability and validity. The SDSAS aims to measure the dispositional self-focused attention in social situation and consists of two subscales: "General Self-focused Attention ," which measures the degree of attention that an individual pays to the self and "Self-Absorption ," which measures the tendency of giving excessive attention to one's specific aspects constantly and having difficulty turning his attention to other aspects or external environment the tendency of self-absorption. Among high scorers on the general self-focused attention scale, those who also show high score on the self-absorption scale constitute defensive self-focused attention group and those who show low score on the self-absorption scale constitute nondefensive self-focused attention group. A pool of preliminary items were administered to 311 undergraduates, and the SDSAS with 30 items was constructed using factor analyses on the data. To examine its reliability and validity, the SDSAS was administered to 525 undergraduates. The SDSAS appeared to have adequate internal consistency and test-retest reliability. The construct validity of the scale was supported by the pattern of correlations between the SDSAS and measures of related characteristics. Two types of dispositional self-focused attention that differed qualitatively could be differentiated by means of SDSAS. Additionally, the implications of this study were discussed.

Keywords : Self-focused attention, self-absorption, defensive self-focused attention, nondefensive self-focused attention, SDSAS

부록 1. 자기초점적 주의 성향 척도(SDSAS)

아래 문항은 사람들이 사회적 상황에서 나타내는 성향들을 나열한 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽으시고, 다음 두 가지 상황에서 여러분들이 평소에 경험하는 바에 따라 응답해 주십시오. 각 문항이 평소의 자신을 얼마나 잘 나타내는지 그 정도를 아래 척도상의 적당한 숫자에 O표 해 주십시오.

전혀 그렇지 않다	약간 그렇다	웬만큼 그렇다	상당히 그렇다	매우 그렇다
1	2	3	4	5

나는 다른 사람들과 이야기할 때, 또는 다른 사람들과 함께 있을 때						
1.	나 자신에 대해 파악하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
2.	내게 일어나는 생리적 변화에 민감하다.	1	2	3	4	5
3.	나 자신에게 주의를 기울인다.	1	2	3	4	5
4.	내가 무슨 생각을 하고 있는지 주의를 기울인다.	1	2	3	4	5
5.	내가 어떻게 행동하고 있는지 인식하고 있다.	1	2	3	4	5
6.	내가 다른 사람들이 말하는 것을 제대로 이해하고 있는지 파악하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
7.	내가 어떻게 느끼는지 예민하다.	1	2	3	4	5
8.	자주 어떤 생각에 매여 대화 내용을 놓친다.	1	2	3	4	5
9.	자주 불편한 감정에 신경이 쓰여 내가 어떤 기분인지 알아차리기 어렵다.	1	2	3	4	5
10.	말을 잘 하고 있는지 계속해서 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
11.	어떤 기분에 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
12.	긴장해서 행동하고 있는지 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
13.	자주 어떤 생각에 신경이 쓰여 내 의견을 알아차리기 어렵다.	1	2	3	4	5
14.	얼굴이 붉어지거나 떨고 있는지 계속해서 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
15.	내가 자연스럽게 행동하고 있는지 끊임없이 살핀다.	1	2	3	4	5
16.	내가 호흡을 잘 조절하고 있는지 끊임없이 확인한다.	1	2	3	4	5
17.	자주 어떤 기분에 사로잡혀 상대의 이야기를 놓친다.	1	2	3	4	5
18.	자주 어떤 생각이 떠올라 떨치기 어렵다.	1	2	3	4	5
19.	내가 긴장하고 있는지 예민하게 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
나는 사람들 앞에서 발표할 때						
20.	내가 하고 있는 생각에 주의가 간다.	1	2	3	4	5
21.	나의 기분 변화에 민감하다.	1	2	3	4	5
22.	긴장해서 행동하고 있는지 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
23.	어떤 기분에 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
24.	내 의견을 잘 이야기하고 있는지 지나치게 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
25.	자주 어떤 생각에 사로잡혀 내 의견을 알아차리기 어렵다.	1	2	3	4	5
26.	내가 긴장하고 있는지 예민하게 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
27.	자주 어떤 기분에 매여 발표 내용을 놓친다.	1	2	3	4	5
28.	자주 어떤 생각이 떠올라 떨치기 어렵다.	1	2	3	4	5
29.	얼굴이 붉어지거나 떨고 있는지 계속해서 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
30.	내가 적절하게 행동하고 있는지 끊임없이 살핀다.	1	2	3	4	5