

## 피드백 유형이 사회공포증 집단의 예상불안과 수행에 미치는 영향: 이성과의 사회적 상호작용을 중심으로\*

정 유 선                      권 정 혜 †

고려대학교 심리학과

본 연구는 사회공포증이 있는 사람들에게 낮은 이성과 사회적 상호 작용 시 긍정적 측면이 있음을 강조한 피드백과 부정적 측면이 없음을 강조한 피드백을 처치하였을 때 이 피드백이 다음 번 사회적 상호 작용에 대한 불안과 수행에 대한 예상에 어떠한 영향을 미치는지 알아 보았다. 피험자는 총 40명으로 모두 남자이며 여자 연구 보조원 두 명과 각기 한 명씩 일대일 사회적 상호 작용을 두 번 실시하였다. 피험자는 각 피드백 조건에 따른 피드백 처치를 받은 후 두 번째 사회적 상호 작용에 대해 예상되는 불안과 수행 수준, 상태 불안을 평가하고 연이어 두 번째 사회적 상호 작용에 참여한 후 상태 불안, 피드백 특성과 피드백 수용성을 평가하였다. 두 번의 사회적 상호 작용 실험을 한 결과, 사회공포증 집단과 통제 집단 모두 예상 불안과 예상 수행에 대하여 피드백 종류에 따른 차이는 나타나지 않았다. 사회공포증 집단은 두 번째 사회적 상호 작용에 대하여 통제 집단보다 더 높은 수준의 불안을 예상했고, 수행은 더 못할 것이라고 예상했다. 또한, 사회공포증 집단은 통제 집단에 비하여 두 번의 사회적 상호 작용을 실시하면서 상태불안이 계속 유의미하게 감소하였다. 본 연구결과에 대한 제한점과 시사점을 논의하였다.

주요어 : 사회공포증, 사회적 상호작용, 피드백

\* 본 연구에 대한 실험 참여 및 진행을 도와준 고려대학교 심리학과 사회공포증 상담센터 연구원 김소정 박사정, 박은희 외 여러 연구원들에게 감사드립니다.

† 교신저자(Corresponding Author) : 정유선 / 고려대학교 심리학과 / 서울시 성북구 안암동 5-1  
FAX : 02-3290-2537 / E-mail : psydream@korea.ac.kr

### Rapee와 Heimberg(1997)가 제시한 사회공포증에 대한 인지 모델

사회공포증이 있는 사람들은 사회적 상황에 처하거나 혹은 예상할 때, 다른 사람에게 보이는 자신에 대한 정신적 표상을 형성하게 되며 사회적 불안은 다른 사람과 자신의 기대 수준 간 차이로 나타난다. 따라서 사회공포증에 대한 치료적 접근에서는 무엇보다 사회공포증인 사람들이 자신이 지각한 수행수준과 다른 사람이 기대하리라 예상되는 수행수준 차이를 줄여서 이들이 경험하는 사회적 불안을 감소시키고자 한다. 이를 위해 비디오 피드백 같은 객관적 피드백을 통해 자신이 지각하는 수행수준을 객관적으로 평가하게 하는 방법을 사용하기도 한다.

사회공포증이 있는 사람들은 사회적 상황에서 자신에 대한 정신적 표상과 다른 사람이 자신에 대해 기대하는 수준 간 차이로 인하여 사회적 불안을 경험하게 된다고 설명한다. 즉, 사회공포증이 있는 사람들은 사회적 상황에 처하거나 혹은 앞으로 처할 사회적 상황에 대하여 예상할 때 다른 사람에게 보여질 자신의 이미지에 대한 정신적 표상을 형성하게 되는데, 주로 부정적인 자기 이미지를 포함하고 있다. 이들은 사회적으로 평가받는 상황에서 부정적으로 평가받겠다고 생각하는 외부 위협 단서에 특히 주의를 기울이며 이와 동시에 사회공포증이 있는 사람들은 자신이 처한 특정 상황에서 청중이 자신에게 기대하는 수행 수준이나 기준을 예상한다. 그리고 청중이 기대하리라고 예상하는 수행수준과 자신이 지각한 수행수준 간 차이를 과대평가하여 부정적 결과를 예상하게 된다. 이러한 일련의 과정을 거쳐 사회공포증이 있는 사람들은 불안을 경험하게 된다.

### 청중에게 보여지는 자신에 대한 정신적 표상

Rapee와 Heimberg(1997)가 제시한 인지 모델에서 '청중'이란, 일반적인 의미의 관찰자 뿐 아니라 자신의 걸모습이나 언어 및 행동에 대하여 지각할 가능성이 있는 모든 사람들을 의미한다. 즉, 실제적 상호작용을 한 것은 아니어도 부정적으로 평가할 가능성이 있는 '청중'이 존재하면 사회공포증인 사람들에게는 사회적 상황으로 여겨질 수 있기 때문에 사회공포증인 사람들은 거리에서 단지 걷고 있을 때도 사람들이 자신을 쳐다보고 있는 것 같아 불안이 증가한다고 종종 보고한다. 또한 낯선 이가 앉아있는 방에 들어갔을 때 그가 자신의 존재를 알아채지 못함에도 불구하고 불안을 느낀다고 보고한다.

사회적 상황에서 사회공포증이 있는 사람들은 얼굴이 붉어짐과 같은 내적 느낌은 물론 얼굴 표정, 자세 등과 같은 걸모습이나 행동 등 다양한 측면에 대해 관찰하며 이에 대한 정신적 표상을 형성한다. 이들은 다른 사람으로부터 얻은 과거 피드백을 토대로 자신에 대한 이미지가 장기 기억에 '기본적 이미지'로 형성되어 있고 여기에 현재 처한 상황에서 얻게 되는 내적, 외적 단서들을 통해 정신적 표상은 계속 수정된다. 외부로부터 얻게 되는 피드백은 주로 관중의 언어적, 비언어적 신호의 형태로 전달되는데 중요한 점은 사회적 피드백은 간접적이고 모호한 특성이기 때문에 쉽게 왜곡되어질 수 있다는 점이다 (Voncken, M. J., Bögels, S. M., & de Vries, K., 2004). 또한, 사회공포증인 사람들은 부정적으로 평가받을 수 있는 위협 단서에 대하여 편향되게 주의를 기울이는 인지적 특성으로 인하여 사회 평가적 상황에서 보이는 정신적 표상은 실

제 객관적인 모습이기 보다는 왜곡된 이미지가 인 경우가 많다(McNeil 등, 1995).

사회공포증이 있는 사람들이 정신적 표상을 형성하는데 있어서 가장 중요한 요인은 자기 수행에 대한 평가로서 이들은 자신의 수행에 대하여 실제보다 과소평가하는 경향이 있다. 또한 다른 사람에 대한 수행 평가에 대해서는 일반인들과 다르지 않으나 자신에 대한 수행 평가를 할 때 실제보다 과소평가하는 특성이 있다(Rapce & Lim, 1992).

### 편향된 주의 분배

사회공포증이 있는 사람들에게 사회적 위협이란 다른 사람에게서 부정적으로 평가받는 것을 의미한다. 스트룹 과제를 사용한 여러 연구 결과들에 따르면, 이들은 부정적 평가와 관련된 단서를 찾는데 편향되게 주의를 기울인다(Holle, Heimberg & Neely, 1997).

### 청중이 기대하는 수행수준과 기준 비교

앞에서 언급한 것처럼, 사회공포증이 있는 사람들은 다른 사람에 대한 부정적 평가를 위협적으로 지각하기 때문에 그러한 부정적 결과가 생기지 않도록 특정 상황에서 기대되는 적절한 수행 수준에 도달하려한다. 그래서 사회공포증이 있는 사람들은 청중에게 보여질 자신의 수행수준에 대한 정신적 표상과 관중이 자신에게 기대할 것이라고 믿는 수행수준을 비교하게 된다.

이들은 청중의 특성에 따라 청중이 자신에게 기대할 것이라 믿는 수행 수준과 기준을 예상한다. 즉, 사회공포증이 있는 사람들은 자신에게 덜 중요한 사람보다는 중요한 사람, 비공식적 상황 보다는 공식적 상황에서, 청중이 적을 때 보다는 많을 때 자신에게 더 높은

수행수준을 기대할 것이라고 예상하며 경험하는 불안의 정도도 달라진다(Latane, 1981). 예를 들어, 사회공포증이 있는 사람들은 공식적 모임이나 이성과의 상호작용에서 상대적으로 더 큰 불안을 경험한다고 보고한다(Dodge, C. S., Heimberg, R. G., Nyman, D., & O'Brien, G. T., 1987). 만일 청중이 기대하는 수행수준과 자신이 인식한 수행수준의 차이가 클수록 상당한 불안을 느끼게 된다(Wallace & Alden, 1991). 이러한 이유 때문에 사회공포증이 있는 사람들은 청중에게서 긍정적 피드백을 받으면 청중이 다음 번 수행에 대해서는 자신에게 더 높은 행동수준을 기대할 것이라고 예상하여 더 큰 불안을 경험하게 된다(Wallace & Alden, 1995).

### 사회적 사건에 대한 부정적 예상과 수행 평가 특성

사회공포증이 있는 사람들은 청중이 자신을 부정적으로 평가하게 될 가능성과 그로 인해 일어날 수 있는 결과들을 예상하고 불안을 경험하게 된다. 이와 관련된 연구들을 살펴보면, 사회공포증이 있는 사람들은 정상인에 비하여 부정적인 사회적 결과가 일어날 확률을 과장해서 판단하는 경향을 보이며, 사회적 사건에 대하여 부정적 예상을 한다고 보고한다(Winton, Clark & Edelman, 1995). 따라서 사회공포증이 있는 사람들이 앞으로 처할 사회적 상황에 대하여 보이는 부정적인 예상을 감소시키는 것이 사회공포증 치료에 중요한 역할을 한다(Clark, 2001; Heimberg & Becker, 2002).

이와 관련된 최근 연구를 살펴보면, Alden, Mellings와 Lapos(2004)는 사회적 상호작용 후 처치한 피드백에 따른 가상의 다음번 사회적 상호작용에 대한 예상 불안과 예상 행동을 사

회공포증 집단과 일반인 집단간 비교하였다. 피험자들에게 5분 동안 이성과의 사회적 상호작용에 참여하게 한 후 자신의 수행에 대하여 긍정적 측면이 있었음을 강조한 피드백(이하 긍정적 피드백) 혹은 부정적 측면이 없었음을 강조한 피드백(이하 비부정적 피드백)을 처치하여 가상의 다음 번 사회적 상호작용에 대한 예상불안과 예상수행에 미치는 영향을 살펴보았다. 연구 결과, 사회공포증이 있는 사람들은 피드백 유형에 따라 예상 불안이 다르게 나타났다. 사회적 상호작용 후 긍정적 피드백을 받은 사회공포증 집단은 가상의 다음 번 사회적 상호작용에 대한 예상 불안이 통제집단보다 더 높았고, 비부정적 피드백을 받은 사회공포증 집단은 가상의 다음 번 상호작용에 대한 예상 불안이 통제집단과 유의하게 다르지 않았다. 한편 예상 수행에 대해서는 피드백 유형에 따른 차이가 나타나지 않았다. 즉, 사회공포증이 있는 사람들은 피드백 유형에 상관없이 통제 집단보다 수행을 더 못할 것이라고 예상했다. 이러한 결과는 사회공포증이 있는 사람들이 앞으로 경험할 사회적 상황에 대한 부정적 예상 감소에 긍정적 피드백 보다는 그들이 예상하는 부정적 결과가 일어나지 않았다는 것을 강조하는 비부정적 피드백을 주는 것이 예상 불안 감소에 더 효과적임을 시사한다. 사회공포증이 있는 사람들이 사회적 상황에서 남들보다 잘 하지 못할 것이라는 부정적 예상으로 인하여 더욱 사회적 상황에 처하는 것을 두려워한다. 따라서 Alden 등(2004)의 연구결과는 예상 불안 감소에 유용한 치료 절차를 제시했다는 점에서 상당히 임상적 의의가 있다. 그러나 가상의 다음 번 사회적 상호작용을 예상하는 것이 아닌 실제로 사회 상황에서 느끼는 불안에 피드백 처치가 어떤 영

향을 미치는지에 대한 점은 밝혀지지 않았다는 아쉬움이 있다.

이에 본 연구는 Rapee와 Heimberg(1997)가 제시한 인지 모델을 토대로 사회적 상호상황에서 사회공포증의 중요한 인지적 특성인 부정적 예상과 자기 수행평가 특성에 대하여 연구하고자 한다. 특히, Alden 등 (2004)이 실시한 실험절차를 사용하여 피드백의 영향을 반복검증하되 가상의 두 번째 사회적 상호작용이 아닌 실제 두 번의 사회적 상호작용을 실시하여 피드백 유형이 사회적 상황에서 느끼는 불안에 미치는 영향을 살펴보려고 한다.

본 연구의 가설은 다음과 같다; (1) 사회공포증 집단은 비부정적 피드백보다는 긍정적 피드백을 받았을 때 두 번째 사회적 상호작용에 대하여 통제집단보다 더 높은 수준의 불안을 예상할 것이다, (2) 사회공포증 집단은 긍정적 피드백보다 비부정적 피드백을 받았을 때 두 번째 사회적 상호작용에 대하여 더 높은 수준의 수행을 예상할 것이다.

## 방 법

### 연구 대상

#### 사회공포증 집단

본 연구는 사회공포증에 대한 인지행동치료 집단 프로그램 참여 신청자를 고려대 학생상담센터와 고려대 사회공포증 상담센터 인터넷홈페이지(<http://www.koreauniv-socialphobia.com>)에 올린 공고를 통해 모집한 후, 사회불안 및 사회공포증상에 초점을 맞춘 반구조화된 불안장애 면담 도구인 ADIS-R(ADIS-R for social phobia; Anxiety Disorders Interview Schedule-Revised; Di Nardo, P.

A., 1993)을 예비면접도구로 사용하였고 DSM-IV(American Psychiatric Association, 1994) 진단 기준에 근거하였다. 사회공포증이 아닌 다른 불안이 주요문제인 경우나, 주요 우울증이나 정신병적인 장애가 있는 경우 등은 피험자 대상에서 제외되었다. 면담은 고려대 사회공포증 연구팀에서 일정 시간 훈련 받은 심리학과 대학원생이 약 1시간동안 수행하였고, 또 다른 임상심리 전문가 한 명이 무작위 추출한 ADIS-R 면담지를 토대로 독립적으로 평정하였다. 평정자간 일치도는 높게 나타났다 ( $Kappa = .80$ ). 피험자는 총 참여 신청자 40명중 실험 참여에 동의한 남자 신청자 20명으로 구성하였다. 피험자 선별 도구로 사회적 회피 및 불안 척도(SADS)와 부정적 평가에 대한 두려움 척도(B-FNE)를 사용하였다. 이정윤과 최정훈(1997)의 기준에 따라 SADS와 FNE에서 평균보다 1 표준편차 높은 점수(93점 이상)를 받은 사람들을 사회공포증 집단으로 분류하였다. 사회공포증 집단의 전체 평균 나이는 23.85세 ( $SD = 1.87$ )였다.

### 통제 집단

통제 집단은 고려대 심리학 관련 과목 수강생 총 80명중 남자 대학생 35명을 대상으로 자료를 수집하였다. 이 중 다수의 결측치를 포함하거나 실험 참여에 동의하지 않은 1명의 자료는 분석에서 제외되어 통제 집단은 총 20명으로 구성되었다. 사회공포증 집단과 마찬가지로 예비면접도구로는 사회공포증 면담 도구(ADIS-R for social phobia; Anxiety Disorders Interview Schedule-Revised; Di Nardo, P. A., 1993)에 기초한 초기 면접을 훈련 받은 대학원생이 실시하여 사회공포증으로 진단된 사람은 제외하였고, 피험자 선별에 SADS와 B-FNE를 사용

하였다. 이정윤과 최정훈(1997)의 기준에 따라 SADS와 FNE에서 평균보다 1 표준편차 아래 점수를(29.54점) 받은 사람들을 통제 집단으로 분류하였다. 통제 집단의 전체 평균 나이는 23세( $SD=1.59$ )이었다

### 평가 도구

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

본 연구에서는 Watson과 Friend(1969)가 사회적 상황에서 불안을 경험하는 정도와 잠재적으로 혐오적인 사회적 상황을 회피하려는 경향을 측정하기 위하여 제작한 자기보고식 검사로서 총 28개 문항으로 구성되어있다. 이를 이정윤과 최정훈(1997)이 한국판으로 번안한 것을 사용하였고 5점 척도로 구성되어있다. 이 척도는 실험에 참여한 모든 피험자 선정에 사용하였다. 대학생 집단의 경우, 한국판 SADS의 내적 합치도는 .92, 반분 신뢰도는 .94, 4주 간격 검사-재검사 신뢰도는 .88이었다(이정윤, 1997). 본 연구에서 나타난 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .98이었다.

#### 부정적 평가에 대한 두려움 척도-단축형(Fear of Negative Evaluation-Brief: B-FNE)

Leary(1983)가 Watson과 Friend가 1969년에 30 문항으로 제작한 부정적 평가에 대한 두려움 척도에서 문항-총점 간 상관인 .50이상인 문항을 뽑아서 만들었다. 총 12문항으로 다른 사람에게 부정적 평가를 받는 것에 대한 두려움의 정도를 측정하며 진위형으로 응답하도록 되어있다. 이를 이정윤과 최정훈(1997)이 한국판으로 번안한 척도를 사용하였다. 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .90이고, 반분 신뢰도는 .93,

4주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .80 이었다(이정윤과 최정훈, 1997). 본 연구에서 나타난 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .95이었다.

#### 사회적 상호작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale: SIAS)

Mattick과 Clarke(1998)가 개발한 척도로, 사회적 상호작용을 요구하는 다양한 상황에서 겪는 불안의 정도를 측정하는 19문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 김향숙(2001)이 번안한 척도를 사용하였다. 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .88에서 .94이며 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .92이었다(김향숙, 2001). 본 연구에서 나타난 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .95이었다.

#### 사회 공포증 척도 (Social Phobia Scale: SPS)

Mattick과 Clarke(1998)가 개발한 척도이며, 타인에 의해 관찰되는 상황 혹은 사건 등을 기술한 내용으로 되어있으며 김향숙 (2001)이 번안하였다. 총 20문항으로 구성되어 있으며 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .89~ .95이며 4주 간격 검사-재검사 신뢰도는 .91이었다(김향숙, 2001). 본 연구에서 나타난 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .95이었다.

#### 상태 불안 척도 (State Trait Anxiety Inventory-State)

본 연구에서 사용한 척도는 Spielberger(1970)의 STAI를 김정택(1978)이 번안한 것으로 이 중 상태 불안 문항만을 사용했다. 실험에 참여하기 전, 낯선 이성과 사회적 상호 작용을 하고 나서 피드백을 받은 후, 두 번째 사회적 상호 작용을 끝낸 후 이렇게 총 3차례에 걸쳐 실시하였다. 이 척도는 본래 정신 장애가 없

는 정상적인 성인의 불안 상태를 측정하는 도구로 총 40문항이었으나 본 연구에서는 상태 불안을 재는 20문항만 사용하였다. 이 척도는 0점(전혀 그렇지 않다)에서 4점(대단히 그렇다)으로 평정하게 되어있으며 신뢰도 계수는 .87이었다(이영자, 1996).

#### 예상 불안과 예상 수행에 대한 평가

사회적 상호작용에 대해 예상되는 불안 정도와 예상되는 수행 정도를 측정하기 위해 Alden, Mellings과 Lapsa(2004)가 사용한 문항을 토대로 번안하여 사용하였다. 총 6문항으로 구성되어 있으며, 3문항은 예상 불안을 묻는 문항이고(예: “이런 상황을 다시 경험하게 된다면 얼마나 불안을 느낄 것 같습니까?”), 나머지 3문항은 두 번째 상호 작용에서 어느 정도 수준의 수행이 예상되는지를 묻는 문항이다(예: “이런 상황을 다시 경험하게 된다면 어떻게 대처하실 것 같습니까?”). 척도는 1점(매우 편안하고 침착할 것이다)에서 9점(매우 불편하고 불안할 것이다)으로 평정한다. Alden 등(2004)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .71이었다. 본 연구에서 나타난 예상 불안을 측정하는 문항에 대한 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .64였고 예상 행동 문항에 대한 내적 합치도 (Cronbach's  $\alpha$ )는 .63이었다.

#### 피드백 특성 질문지와 피드백 수용성 질문지

피험자가 낯선 이성과 사회적 상호작용 후 긍정적 피드백 혹은 비부정적 피드백을 받았을 때 피드백 특성을 정확하게 인식하는 정도를 묻는 문항과(예: “관찰자의 피드백이 얼마나 긍정적이었나?”) 피드백을 수용하는 정도를 묻는 문항(예: “관찰자의 피드백이 얼마나 진

술하다고 느끼십니까?”)으로 Alden 등 (2004)의 연구에서 사용한 문항을 변안하여 구성하였다. 총 3문항이며 각 문항은 1점(매우 부정적이다 혹은 매우 거짓같이 전혀 수궁이 가지 않는다)에서 9점(매우 긍정적이다 혹은 매우 정확하다)으로 평가할 수 있다. 본 연구에서 나타난 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .75였다.

### 실험절차

연구자는 실험 시작 전 모든 피험자에게 다음과 같은 설명을 하며 실험에 대한 동의를 구하였다: “이 실험은 사람들이 낯선 이성과의 처음 만나는 상황에서 어떻게 대처하는지 알고자 하는 실험입니다. 여자 보조 연구원과 함께 약 5분간 일상적 대화를 나누시면 되고 두 번 하시게 될 겁니다. 대화하는 동안 관찰자가 일 방향 거울 뒤에서 관찰한 후 첫 번째 사회적 상호작용이 끝나면 5가지 정도로 평가해 줄 것입니다. 이는 앞으로 있을 치료 프로그램에 대한 새로운 평가체계를 도입하려 하기 위한 것입니다.”

실험과정은 1) 첫 번째 사회적 상호작용을 5분간 실시, 2) 피드백 조건에 따른 피드백 처리(긍정적 피드백 혹은 비부정적 피드백)를 실시한 후 3) 두 번째 사회적 상호작용을 5분간 실시하였다. 평가는 총 3회에 걸쳐 실시하였다. 평가 1에서는 SADS, FNE, SIAS, SPS, STAI-S를, 평가 2에서는 예상 불안, 예상 수행, STAI-S를, 평가 3에서는 피드백 특성, 피드백 수용성, STAI-S를 실시하였다. 피험자들에게 개별적으로 실험을 실시하였으며 실험 절차는 사회공포증 집단과 통제 집단에서 동일하게 시행되었다.

사회적 상호 작용 시 대화 내용 및 절차는

Alden 등 (2004)의 연구에서와 같이 모든 대화는 정해진 대본 없이 실시되 실험에 대한 주제는 대화 주제에서 제외시켰다. 피험자와의 사회적 상호작용 파트너로 여자 보조 연구원 2명이 참여했고, 피드백처치를 하는 관찰자로 여자 보조 연구원 1명이 참여했다. 대화 파트너인 보조 연구원은 항상 호의적이면서 중립적 자세 가령, 지나치게 먼저 말을 꺼내다거나(긍정적 태도) 혹은 묻는 말에 단답형으로 대답(부정적 태도)하지 않도록 실험 참여 전 10회 연습을 실시하였다. 피험자가 10초 이상 침묵할 때는 보조 연구원이 먼저 질문을 할 수 있다. 질문의 내용은 취미활동, 날씨, 최근 뉴스와 같은 일상적 소재로 하였다.

### 피드백 처리

피험자는 긍정적 피드백 혹은 비부정적 피드백 조건에 무선 할당된다. 두 가지 종류의 피드백 처리는 사회적 상호작용에 대해 동일한 측면에 대한 내용이고 문장수도 동일하다.

### 긍정적 피드백 조건

첫 번째 사회적 상호작용 후 수행에 대한 긍정적 측면을 강조하며 관찰자가 다음과 같이 말하였다: “대화하신 상황에 대해 총 5가지 측면에 대해 평가해 드리겠습니다. 먼저, 전반적인 대화 상황에 대한 평가인데요, 평균 이상으로 잘 대처하셨습니다. 그 다음으로 대화 하시면서 말하는 태도에 대한 부분인데요, 말씀을 차분하게 잘 하셨습니다. 또한, 목소리 톤도 적절하셨습니다. 그리고 말씀 하시는 동안 얼굴 표정이 편안해보였습니다. 끝으로, 대화 파트너의 반응에 대한 부분인데요, 대화 파트너가 고개를 끄덕이는 것과 같은 긍정적

태도를 보였습니다. 수고하셨습니다.”

**비부정적 피드백 조건**

첫 번째 사회적 상호작용 후 수행에 대한 부정적 측면이 없었음을 강조하며 관찰자가 다음과 같이 말하였다: “대화하신 상황에 대해 총 5가지 측면에 대해 평가해 드리겠습니다. 먼저, 전반적인 대화 상황에 대한 평가인데요, 대화 상황에서 크게 어색하거나 서툴러 보이지 않았습니다. 대화하시면서 말하는 태도에 대한 부분인데요, 말씀하실 때 긴장하시는 것 같지 않았습니다. 또한, 목소리가 떨리거나 이상하게 들리지 않았으며, 말씀 하시는 동안 얼굴 표정이 굳어 보이지 않았습니다. 끝으로

대화 파트너의 반응에 대한 부분인데요, 대화 파트너가 지루해하는 것 같은 부정적 태도를 보이지 않았습니다. 수고하셨습니다.”

모든 실험이 끝난 후 피험자들에게 실험에 대한 질문을 받으며 간략히 실험 목적과 피드백 조건에 대해 설명해 주었다.

**결 과**

사회공포증 집단과 통제 집단의 특성 비교 및 종속 변인들

사회적 회피 및 불안 척도(SADS), 부정적 평

표 1. 사회공포증 집단과 통제 집단에 대한 사전검사 t-검증

	사회공포증 집단 (n = 20)		t
	평균(표준편차)	통제 집단(n = 20) 평균(표준편차)	
SADS	105.55(13.73)	62.25(6.55)	12.73 ***
B-FNE	49.95( 5.84)	34.35(6.64)	7.89 ***
SIAS	51.75( 9.98)	16.10(9.53)	11.55 ***
SPS	42.50(15.74)	9.80(6.76)	8.54 ***

주. SADS: 사회적 회피 및 불안 척도; B-FNE:부정적 평가에 대한 두려움;

SIAS: 사회적 상호작용 불안 척도; SPS: 사회 공포증 척도

\*\*\* p < .001.

표 2. 피드백 조건에 따른 종속 변인들의 평균과 표준편차

	사회공포증 집단 (n = 20)		통제 집단(n = 20)	
	긍정적 피드백	비부정 피드백	긍정적 피드백	비부정 피드백
예상 불안	17.70(3.68)	17.40(4.03)	13.20(3.62)	12.40(2.55)
예상 수행	17.00(3.06)	15.70(4.32)	12.20(3.05)	12.80(3.05)
피드백 특성 <sup>a</sup>	5.9(1.66)	6.60(1.71)	7.2(1.14)	8.00(0.94)
피드백 수용성 <sup>a</sup>	9.00(3.33)	8.90(3.93)	12.60(2.01)	11.70(3.13)

<sup>a</sup>= 점수가 클수록 피드백을 긍정적으로 인식하고, 수용성이 높다는 것을 뜻한다

가에 대한 두려움(B-FNE), 사회적 상호작용 불안 척도(SIAS), 사회 공포증 척도(SPS) 점수의 평균과 표준편차를 정리하고 이에 대한 결과를 표 1에 제시하였다. 또한, 피드백 조건에 따른 종속변인들의 평균과 표준편차를 표 2에 제시하였다.

두 집단이 각 척도에 대하여 유의한 차이가 있는지 *t*-검증을 실시하였다. 분석 결과 사회공포증 집단과 통제 집단은 각 척도별로 유의한 차이를 보였다.

분석결과 피드백 조건의 주효과는 나타나지 않았고, 두 번째 사회적 상호 작용에 대한 예상 불안과 예상 수행에 대한 집단의 주효과만 유의하게 나타났다. 또한 집단과 피드백 조건의 상호 작용 효과도 유의하지 않았다. 이러한 결과는 사회공포증 집단이 통제 집 보다 피드백 조건에 관계없이 다음 번 사회적 상호 작용에 대해 더 불안할 것이라고 예상하며, 잘 대처하지 못할 것이라고 예상한다는 것을 나타낸다.

#### 피드백 처치에 따른 예상 불안과 예상 수행 비교

첫 번째 사회적 상호 작용 후 처치한 피드백이 다음 번 사회적 상호 작용에 대한 예상 불안과 예상 수행에 어떠한 영향을 주는지 알아보기 위해 이원변량분석을 실시하였다. 예상 불안과 예상 수행에 대한 이원변량분석 결과는 표 3에 제시하였다. 예상 불안 점수와 예상 수행 점수가 높을수록 다음 번 사회적 상호 작용에 대해 높은 수준의 불안을 예상하고, 낮은 수행 수준을 예상한다는 것을 의미한다.

#### 피드백 처치에 대한 상태 불안 변화

피험자는 총 3회 상태 불안 척도를 실시하였다(실험에 참여하기 전, 첫 번째 사회적 상호 작용 후 피드백 처치를 받고 나서, 두 번째 사회적 상호 작용 후). 집단에 따라 피드백 처치에 따른 상태불안 변화가 있는지 살펴보기 위해 반복측정 이원변량분석을 실시하였다. 3회 평가에 따른 상태불안의 평균과 표준편차 점수는 표 4에, 반복측정 이원변량분석결과는 표 5에 제시하였다.

표 3. 예상 불안과 예상 수행에 대한 이원변량분석

	변량원	제곱합	자유도	평균제곱	F
예상 불안	집단	225.63	1	225.63	18.27 ***
	조건	3.03	1	3.03	.25
	집단 × 조건	.63	1	.63	.05
	오차	444.50	36	12.35	
예상 수행	집단	148.23	1	148.23	12.73 ***
	조건	1.23	1	1.23	.11
	집단 × 조건	9.03	1	9.03	.78
	오차	419.30	36	11.65	

\*\*\* *p* < .001.

표 4. 상태 불안(STAI-S)의 평균과 표준편차 점수

	사회공포증 집단 (n = 20)		통제 집단 (n = 20)	
	긍정적 피드백	비부정 피드백	긍정적 피드백	비부정 피드백
평가1	55.90(10.23)	51.10(9.94)	37.60(7.31)	35.60(3.78)
평가2	48.20(12.44)	47.00(9.64)	34.80(5.18)	33.50(4.48)
평가3	40.70(8.03)	44.90(7.34)	32.90(3.93)	32.60(5.28)

표 5. 상태 불안에 대한 반복측정 이원변량분석

		제곱합	자유도	평균제곱	F
피험자 간	집단(A)	5440.53	1	5440.53	41.76 <sup>***</sup>
	조건(B)	24.30	1	24.30	.19
	A × B	2.70	1	2.70	.02
	오차	4690.60	36	130.29	
피험자 내	평가시기(C)	1066.22	2	533.11	20.73 <sup>***</sup>
	A × C	234.62	2	117.31	4.56 <sup>**</sup>
	B × C	144.95	2	72.48	2.82
	A × B × C	67.55	2	33.78	1.31
	오차	1852.00	72		

\*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

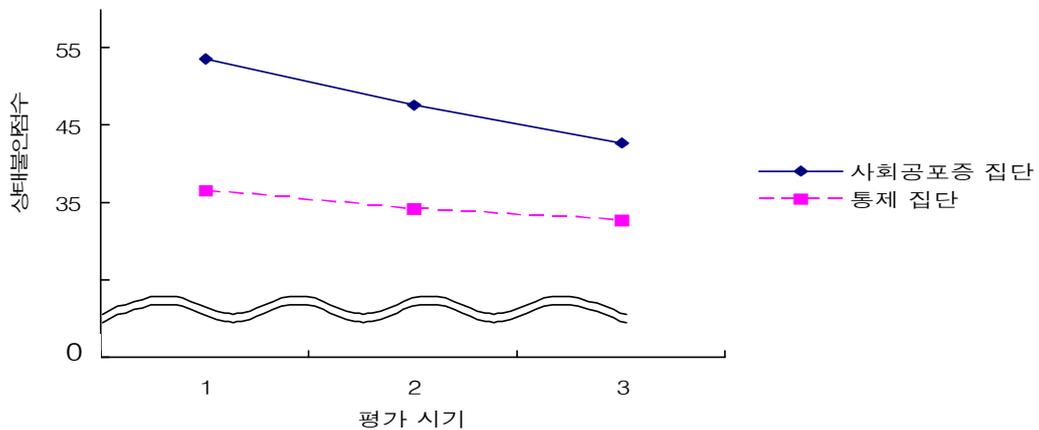


그림 1. 집단과 평가시기의 상호작용 효과

분석 결과 평가시기와 집단의 주효과, 집단과 평가시기의 상호작용효과가 유의미하게 나타났다. 피드백조건의 주효과와 조건과 집단의 상호작용효과는 유의미하지 않았다. 추후 분석으로 각 집단별로 반복측정 일원변량분석을 실시하였다. 사회공포증 집단에 대한 사후 분석결과를 살펴보면, 평가 1 대 평가 2의 차이는 유의하였고( $F(1, 19) = 7.79, p < .01$ ), 평가 2 대 평가 3 차이도 유의하였다 [ $F(1, 19) = 9.96, p < .01$ ]. 이에 비해, 통제 집단에 대한 사후 분석결과를 살펴보면, 평가 1 대 평가 2 차이는 유의하지 않았으나 [ $F(1, 19) = 3.59, p > .05$ ], 평가 2 대 평가 3의 차이는 유의하였다 [ $F(1, 19) = 4.81, p < .05$ ]. 집단과 시기의 상호작용효과는 그림 1에 제시하였다.

#### 피험자가 인식한 피드백 특성과 피드백 수용성

첫 번째 사회적 상호작용 후 처치한 두 가지의 긍정적 피드백에 대하여 피험자가 인식한 피드백 특성을 알아보고, 피드백 수용성이 피드백 조건별로 차이가 나는지 살펴보기 위해 이원변량분석을 실시하였다. 분석결과 피드백 특성과 피드백 수용성에 대하여 집단과 피드백 조건의 상호작용효과는 각각 유의미하지 않았고 피드백 특성의 주효과와 [ $F(1, 36) = 9.25, p < .01$ ], 피드백 수용성의 주효과가 유의미하게 나타났다 [ $F(1, 36) = 10.14, p < .01$ ].

### 논 의

본 연구는 Alden 등 (2004)의 연구절차를 토대로 낮은 이성과 사회적 상호 작용 시 수행

에 대한 긍정적 측면을 강조한 피드백 형태를 달리 하여 두 가지로 처치하였을 때 (긍정적 피드백과 비부정적 피드백) 다음 번 사회적 상호 작용에 대한 불안과 수행에 대한 예상에 어떠한 영향을 미치는지 알아보았다. 연구 결과를 종합해보면 다음과 같다. 첫째, 사회공포증 집단은 낮은 이성과 첫 번째 사회적 상호 작용에 대한 피드백 처치를 받은 후 피드백 조건에 상관없이 두 번째 사회적 상호 작용에 대해 통제 집단보다 더 높은 수준의 불안을, 더 낮은 수준의 수행을 예상했다. 예상 불안과 예상 수행에 있어서 두 가지 피드백 형태 즉, 긍정적 피드백과 비부정적 피드백조건에 따른 차이는 나타나지 않았다. 즉, 피드백 조건에 따른 예상 불안과 예상 수행이 다르게 나타날 것이라고 예상한 본 연구의 가설은 기각되었다. 이러한 결과에 대하여 피드백 처치에 대한 수용성이 예상 불안에 영향을 미쳤을 가능성을 살펴볼 수 있다. Alden 등 (2004)의 연구결과와 비교해 볼 때, 본 연구결과와 달리 피드백 유형에 따른 예상 불안 차이가 나타났다.

본 연구에서는 표 2에 제시하였듯이 사회공포증 집단의 경우 긍정적 피드백 조건과 비부정적 피드백 조건간 수용성 점수 차이는 0.1점으로 거의 나타나지 않았다. 이에 비해, Alden 등(2004)의 연구에서는 긍정적 피드백 처치를 받은 사람들과 비부정적 피드백 처치를 받은 사람들의 수용성 점수 차이가 1.2점으로 비록 연구에서 통계적 차이 검증까지 제시하지는 않았으나 피드백 유형에 따라 피드백 수용성이 차이가 난다는 것을 알 수 있다. 이러한 점에서 동양 문화권과 서양 문화권의 문화적 차이를 고려해 볼 수 있다. 서양 문화권에서는 자기 주장성을 강조하며 다른 사람

에게 칭찬하는 것이 인색하지 않은 문화이다. 또한, 서양 문화권에서는 다른 사람에게 긍정적인 피드백을 줄 때 ‘말씀을 잘 하셨습니다’ 혹은 ‘발표를 참 잘 하시네요’와 같이 직접적으로 표현하는 경우가 많다. 그에 비하여 동양 문화권에서는 겸양과 같은 덕목을 강조하는 유교적 문화권으로 다른 사람에게 긍정적 피드백을 줄 때 ‘말씀을 잘 하셨습니다’라는 직접적인 칭찬보다는 ‘목소리가 떨리지 않으셨습니까’ 혹은 ‘그리 나쁘지 않은데요’와 같이 표현하는 경우도 많다(이시형, 1993). 따라서 긍정적 피드백과 비부정적 피드백의 차이가 한국인 사회공포증인 사람들에게는 서양 문화권에 속하는 사회공포증인 사람들에 비하여 두드러지지 않을 수 있다.

문화적 차이 뿐 아니라 자신에 대한 긍정적 평가는 무시하는 인지적 특성으로 인하여 긍정적 피드백이든 비부정적 피드백이든 무시하였을 가능성도 배제할 수 없다. 사회공포증인 사람들은 자신의 수행에 대한 긍정적 평가를 잘 받아들이지 않는 것으로 알려져 있다(Alden, 1987). 본 연구에서 사회공포증인 사람들은 긍정적 피드백이든 비부정적 피드백이든 피드백 특성의 형태와 상관없이 긍정적인 피드백은 무시하는 경향이 높았던 것 같다. 또한, 사회공포증이 있는 사람들은 자신의 수행에 대하여 실제보다 더 부정적으로 평가하는 인지적 특성이 있다는 점을 고려해 볼 때(Alden & Wallace, 1995; Rapee & Lim, 1992) 긍정적인 사회적 경험을 하거나 다른 사람으로부터 수행에 대한 긍정적 측면의 피드백을 받으면 자신이 지각하는 자기 수행 수준과 다른 사람이 자신에게 평가한 수행 수준의 차이로 인해 정상인에 비하여 피드백 내용을 진실하다고 믿거나 수용하는 정도가 더 낮았던 것 같다.

둘째, 본 연구에서는 실험참여 전, 첫 번째 사회적 상호작용 후, 두 번째 사회적 상호작용 후 총 3회 피험자들이 느끼는 상태 불안을 측정하여 피드백 처치가 사회공포증인 사람들이 느끼는 불안에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과 사회공포증 집단은 두 번의 사회적 상호작용을 실시하면서 통제 집단에 비하여 피드백 조건에 상관없이 상태불안이 유의미하게 감소하였다. 이러한 결과는 피드백 처치로 인한 인지적 수정은 이루어지지 않았으나 실제 사회공포증인 사람들이 느끼는 사회적 불안은 감소하였다는 점을 시사한다.

사회공포증의 인지적 특성상 사회공포증이 있는 사람들은 사회적 상황에서 일반인에 비하여 높은 수준의 불안을 겪는다(Hope, Rapee, Heimberg & Dombeck, 1990). 본 연구에서 사회공포증 집단에 속한 피험자들은 2번의 사회적 상호작용이라는 노출 경험 후 불안이 유의하게 감소하였다. 비록 피드백에 대한 수용성이 통제집단보다 낮았으나 인지적 수정 없이 노출경험 자체만으로도 사회적 불안 감소에 유용하다는 점은 잘 알려져 있다(Taylor, S. 1996). 또한, 피드백 처치가 사회공포증이 있는 사람들이 나타내는 부정적인 자기 개념을 바꿀 정도로 영향력을 미치지지는 않았으나 수행에 대한 긍정적 피드백을 받았을 때 실제 그들이 느끼는 불안이 감소하였다는 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 기존의 연구 결과와 일치한다. Williams(1995, 1996)는 사회적 수행에 대해 다른 사람들이 잘 했다고 인정해주는 속달 경험과 긍정적인 사회적 결과가 있을 때 행동에 대한 자기 효능감이 형성된다고 제안하였다. 즉, 긍정적인 사회적 결과와 관련된 사회적 정보가 잘 할 수 없을 것 같다는 수행에 대한 부정적 예상을 변화시키는데 유용할 수 있다.

고 보고하였다. 또한 Mor와 Winqvist(2002)가 보고한 바에 따르면 긍정적인 측면에 주의를 기울이게 하거나 긍정적인 사회적 결과와 관련 있는 사건을 겪고 나면 불안과 같은 부정적 정서가 감소한다.

본 연구의 제한점으로는 우선 연구대상자를 남성으로 제한하였다는 점을 들 수 있다. 따라서 본 연구결과를 사회공포증이 있는 여성에게 일반화하는데 세심한 주의를 기울여야 할 것이다. 또한, 사회적 상호작용이라는 실험이 실제 상황이 아닌 실험실 상황에서 이루어 졌다는데 있다. 비록 피험자들이 실제 상황인 것처럼 느끼며 실험에 참여하도록 유도하였으나 실험이라는 것을 피험자들이 다 알고 있기 때문에 보다 자연스런 실험적 상황설정이 필요할 것으로 보인다. 또한, 긍정적 피드백이 사회공포증의 불안 감소에 효과적이라는 점을 밝혀냈으나 어떠한 인지적 과정을 거치는지는 명확히 드러나지 않았다. 사회공포증인 사람들이 사회적 상황에서 겪는 인지적 변화는 불안, 인지, 행동적 측면 등 복합적인 요소가 작용하여 나타날 것이다. 이러한 요소들중 치료의 핵심 요소가 어떤 것인지에 대한 부분은 본 연구에서 다루어지지 못했다는 아쉬움이 있다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 사회공포증에 대한 비디오 세션에서 사회적 수행에 대한 피드백 처치 시 특정 정보의 특성을 부각시키는 피드백이 하나의 치료 기법으로 쓰일 수 있는 가능성을 제시하였다. 추후 연구에서는 사회공포증이 있는 사람들이 타인으로부터 사회적 수행에 대한 피드백을 받았을 때 어떠한 인지적 과정을 거쳐 자기 개념으로 수용할 수 있는지에 대한 연구가 필요할 것으로 보인다.

## 참고문헌

- 김정택 (1978). 특성 불안과 사회성과의 관계. 고려대학교 석사학위 논문.
- 이영자 (1996). 스트레스, 사회적지지, 자아존중감과 우울 및 불안과의 관계. 서울여자대학교 박사학위 논문.
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위유형의 기억편향. 서울대학교 석사학위 논문.
- 이시형 (1993). 대인공포증. 일조각.
- 이정윤, 최정훈 (1997). 한국판 사회공포증 척도(K-SAD, K-FNE)의 신뢰도 및 타당도 연구, 한국심리학회지: 임상, 16(2), 251-264.
- Alden, L. E. (1987). Attributional responses of anxious individuals to different patterns of social feedback: Nothing succeeds like improvement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 100-106.
- Alden, L., & Mellings, T. M. B. (2000). Social phobia and the interpretation of positive social events. Paper presented at *The Annual Meeting of the Association for the Advancement of Behavior Therapy*. New Orleans, LA.
- Alden, L. E., Mellings, T. M. B. & Laposa, J. M. (2004). Framing social information and generalized social phobia. *Behavior research and therapy*, 42, 586-600.
- Alden, L. E., & Wallace, S. T. (1995). Social phobia and social appraisal in successful and unsuccessful social interactions. *Behaviour Research and Therapy*, 33, 497-505.
- Clark, D. M. (2001). A cognitive perspective on social phobia. In R. Crozier, & L. Alden (Eds.), *The international handbook of social*

- anxiety* (pp. 405-430). London, UK: Wiley.
- Di Nardo, P. A. (1993). *Reliability of DSM-III-R Anxiety Disorder Categories: Using the Anxiety Disorders Interview Schedule-Revised*. American Medical Association, 50, 4.
- Dodge, C. S., Heimberg, R. G., Nyman, D., & O'Brien, G. T. (1987). Daily heterosocial interactions of high and low socially anxious college students: A diary study. *Behavior Therapy*, 18, 90-96.
- Heimberg, R. G., & Becker, R. E. (2002). *Cognitive-behavioral group therapy for social phobia: Basic mechanism and clinical strategies*. New York: Guilford Press.
- Holle, C., Heimberg, R. G., & Neely, J. H. (1997). The effects of blocked versus random presentation and semantic relatedness of stimulus words on response to a modified Stroop task among social phobics. *Cognitive Therapy and Research*, 21(6), 681-697.
- Hope, D. A., Rapee, R. M., Heimberg R. G. & Dombeck, M. (1990). Representations of the self in social phobia: Vulnerability to social threat. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 185-195.
- Latane, B. (1981). The psychology of social impact. *American Psychologist*, 36, 343-356.
- Leary, M. R. (1983). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment*, 47, 66-75.
- Lynn E. Alden, Tanna M. B. Mellings & Judith M. Lapsa. (2004). Framing social phobia information and generalized social phobia. *Behavioral Research and Therapy*, 42, 585-600.
- Mattick, R. P. & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behavioral Research and Therapy*, 36, 455-470.
- McNeil, D. W., Ries, B. S., Taylor, L. J., Boone, M. L., Carter, L. E., Turk, C. L., & Lewin, M. R. (1995). Comparison of social phobia subtypes using Stroop tests. *Journal of Anxiety Disorders*, 9, 47-57.
- Mor, N., & Winquist, J. (2002). Self-focused attention and negative affect: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 128, 638-662.
- Rapee, R. M. & Lim, L. (1992). Discrepancy between self- and observer ratings of performance in social phobics. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 74-77.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Pal. Alto, CA: Consulting Psychology Press.
- Taylor, S. (1996). Meta-analysis of cognitive-behavioral treatments for social phobia. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychoatry*, 27, 1-9.
- Voncken, M. J., Bögels, S. M., & de Vries, K. (2004). Interpretation and Judgmental biases in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 1481-1488.
- Wallace, S. T. & Alden, L. E. (1991). A comparison of social standards and perceived ability in anxious and nonanxious men. *Cognitive Therapy and Research*, 15, 237-254.
- Wallace, S. T. & Alden, L. E. (1995). Social anxiety and standard-setting following social success or failure. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 613- 631.

- Wallace, S. T. & Alden, L. E. (1997). Social phobia and positive social events: The price of success. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 416-424.
- Williams, S. L. (1995). Self-efficacy, anxiety, and phobic disorders. In E. Maddux (Ed.), *Self-efficacy, adaption, and adjustment: Theory, research and application*. 69-107, New York: Plenum Press.
- Williams, S. L. (1996). Therapeutic changes in phobic behavior are mediated by changes in perceived self-efficacy. In Rapee (Ed.), *Current controversies in the anxiety disorders*, 373-376. New York: Guilford.
- Winton, E. C., Clark, D. M., & Edelmann, R. J. (1995). Social anxiety, fear of negative evaluation and the detection of negative emotion in others. *Behaviour Research and Therapy*, 33, 193-196.
- 원고접수일 : 2006. 1. 28  
게재결정일 : 2006. 4. 12

## Effects of feedback type on social interaction of individuals with social phobia

YuSun Chung

Jung-Hye Kwon

Department of Psychology, Korea University

The purpose of this study was to examine effects of feedback during social interaction on predicted anxiety, predicted performance in individuals with social phobia and non-patient control. 20 individuals with social phobia were administered the Anxiety Disorders Interview Schedule for social phobia by a trained graduate student interviewer. Non-patient control group were 20 control college students. To establish interrater agreement, a second clinician independently rated a random sample selection of ADIS-R interviews. Interrater agreement was good ( $Kappa = .80$ ). All participants completed the Social Avoidance and Distress Scale(SADS), Fear of Negative Evaluation-Brief(B-FNE), Social Performance Scale(SPS), Social Interaction Anxiety Scale(SIAS). The participants participated in two 5-min "getting acquainted" social exchanges with two assistants. After an initial interaction with one assistant, participants were shown the observer's "ratings and comments" which either framed the presence of positive social cues or the absence of negative social cues. They then rated state anxiety, predicted anxiety and performance in the upcoming second interaction, as well as their perceived valence and accuracy of feedback. After they participated second social interaction with another assistant, they rated state anxiety again. The results were as followings; first, regardless of feedback conditions, individuals with social phobia predicted higher anxiety and poorer performance for the upcoming interaction. Second, during two social interactions, the state anxiety of individuals with social phobia was reduced relative to non-patient control group regardless of the conditions of feedback. Third, individuals with social phobia accepted positive feedback less than non-patient control group. The implications for future research are discussed.

*Keywords* : social phobia, social interaction, feedback