

사회공포증에 대한 인지적 평가 III: 역기능적 신념검사의 개발 및 타당화

조 용 래†

조선대학교 의과대학
신경정신과학 교실

원 호 택

서울대학교
심리학과

사회공포증에는 인지적 변인들이 특히 중요한 것으로 알려져 있다. 하지만 사회공포증의 주된 인지적 내용의 하나로 간주되는 역기능적 신념들을 체계적으로 정의해서 이를 객관적으로 측정하는 도구는 아직까지 개발되어 있지 않다. 두가지 일련의 연구를 통해, 사회공포증의 역기능적 신념들을 체계적으로 정의한 후 예비 문항들을 표집하였고, 그 문항들의 내용타당도에 대한 검토 및 일련의 요인분석을 거쳐 70개의 문항으로 된 역기능적 신념검사를 개발하였으며, 그 신뢰도와 타당도를 검증하였다. 이 검사는 내적 합치도, 반분신뢰도 및 검사-재검사 신뢰도가 매우 높았다. 요인분석 결과, '사회적 자기에 대한 부정적인 개념', '타인의 인정에 대한 과도한 요망', 그리고 '타인에 대한 부정적인 신념 및 실수에 대한 과도한 염려'라는 3 요인구조로 이루어져 있었다. 그리고 이 검사는 부정적 평가에 대한 공포 성향 뿐만 아니라 사회공포증과 관련된 부적응적인 자동적 사고, 정서적 및 행동적 증상, 그리고 특질불안 등과도 유의미한 상관을 보였던 반면, 사회적 스트레스 자극과의 상관은 유의미하지 않았다. 따라서 역기능적 신념검사는 사회공포증의 역기능적 신념들을 평가하는데 있어 매우 신뢰롭고 타당한 검사라고 결론내릴 수 있다. 마지막으로, 본 연구의 의의와, 사회공포증에 대한 인지적 연구 및 치료에서 이 검사가 어떻게 활용될 수 있는 지에 관해 논의하였다.

사회공포증 (social phobia) 또는 사회적 불안 (social anxiety)¹⁾은 사회생활 및 인간관계와 불가분의

관계가 있는 문제로서 비교적 흔한 심리적 장애이다. 그럼에도 불구하고, 이를 주제로 한 연구의 역사는

† 교신저자(Corresponding Author): 조 용 래 / 조선대학교 부속병원 정신과 광주광역시 동구 서남동 588번지 501-759 / FAX : (062)225-3659 / E-mail : yrcho@mail.chosun.ac.kr

1) Social phobia(social anxiety)를 연구자에 따라 대인공포증(대인불안)으로 부르기도 하나, 여기서는 DSM-IV(APA, 1994)의 진단기준을 충실히 반영하려는 의도에서 사회공포증(사회적 불안)이라고 칭하였다. 그리고 특별히 언급해야 할 경우를 제외하고는 사회공포증 또는 사회적 불안이라는 말을 사회공포증이라는 용어로 통일하였다.

다른 장애들에 비해 비교적 짧은 편이며, 한 때 '버림받은 불안장애'라고 불리다가 지났다 (Leibowitz, Gorman, Fyer, & Klien, 1985).

그러나, 1980년에 들어서는 사회공포증이 정신과적 진단 범주로 공식적으로 인정받을 만큼 많은 임상가와 연구자들의 관심과 주목을 받게 되었고, 여러 유형의 연구들이 매우 활발해지고 있는 추세이다 (Heimberg, 1989; Scholing & Emmelkamp, 1990).

이에 따라 Beck 등의 인지적 이론 (Beck, 1967, 1976; Beck, Emery, & Greenberg, 1985; Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979)에 기초하여 오늘날 정신병리에 대한 가장 유망한 패러다임으로 정착한 인지적 접근을 통해 사회공포증을 이해하고 설명하며 치료하고자 하는 시도들이 외국에서는 물론이거니와 국내에서도 최근 들어 눈에 띄게 증가하고 있다 (조용래, 1998; Arnkoff & Glass, 1989; Heimberg, 1994). 인지적 접근은 심리적 장애의 발생, 지속, 그리고 치료에 있어 인지의 주된 원인적 역할을 가정하고 있는데, 이러한 입장에서 특정 심리적 장애를 연구하고 치료하기 위해서는 그 장애와 관련된 인지를 정확하게 평가하는 것이 매우 중요하다 (Heimberg, 1994; Zweig & Brown, 1985). 더구나 인지적 변인들이 다른 어떤 심리적 장애에서 보다는 사회공포증에서 더욱 중요하기 때문에 (Butler, 1985; Emmelkamp, 1982) 특히 더 그렇다.

정신병리에 대한 인지적 접근에서는 인지를 인지적 구조, 인지적 과정, 인지적 내용 및 인지적 산물이라는 개념들로 구분하고 있다 (권석만, 1995a; Ingram & Kendall, 1986). 그 중에, 특정한 정신병리 또는 심리적 장애는 주로 인지적 내용에 따라 결정되며 (= 인지적 내용-특정성 가설, cognitive content-specificity hypothesis), 부적응적인 자동적 사고 (maladaptive automatic thoughts)와 역기능적 신념 (dysfunctional beliefs)을 분석하게 되면 해당 정신병리의 인지적 내용을 잘 파악할 수 있다고 본다. 더 나아가, 이러한 접근에 기초한 인지치료에서는 사회공포증 등 심리적 부적응을 보이는 사람들로 하여금 그들이 내면적으로 가지고 있는 부적응적인 자동적 사고 및 역기능적 신념을 찾아내고, 현실검증한 후, 이를 현실적인 것으로

교정하도록 도와주는 일이 주된 치료적 작업이 된다 (조용래, 1998; Beck et al., 1985; Beck et al., 1979).

이로 보아 사회공포증에 대한 인지이론적 연구와 인지치료에는 부적응적인 자동적 사고 및 역기능적 신념 등 인지적 내용을 평가하고 측정하는 도구가 필수적이다. 사회공포증과 관련된 역기능적 신념의 경우, 평가도구로 사용하는 것을 고려해 볼 수 있는 점사에는 Ellis (1962)가 제안한 비합리적 신념들 (irrational beliefs)을 측정하기 위해 개발된 여러 도구들과, 역기능적 태도척도 (Dysfunctional Attitude Scale, DAS: 권석만, 1994; Weissman & Beck, 1978), 그리고 다차원적 완벽주의척도 (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS: 심해원, 1995; Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990) 등이 있다. 선행 연구들을 개관해 보면, 사회공포증의 역기능적 신념을 측정하기 위하여 가장 많이 사용되어져온 도구로는 Jones (1968)의 비합리적 신념검사 (Irrational Beliefs Test, IBT: 신현균, 원호택, 1991; 최정훈, 이정운, 1994)가 있다 (Arnkoff & Glass, 1989). 이 검사는 원래 Ellis (1962)가 제안한 비합리적 신념들을 측정하기 위해 개발된 도구인데, 이를 사회공포증과 관련된 역기능적 신념을 측정하는데 사용할 경우 결과 해석에 문제가 생길 수 있다. 왜냐하면 이 검사에는 신념 외에 정서적 불편감 혹은 부정적 정서, 그리고 부정적인 자동적 사고 등을 재는 문항들도 포함되어 있다는 비판이 많기 때문이다 (Arnkoff & Glass, 1989; Haaga & Davison, 1993; Kassiove, 1986; Smith, 1982; Smith & Zurawski, 1983; Smith & Allred, 1986; Zurawski & Smith, 1987). 다시 말해, 이 검사는 변별타당도가 결여되어 있다는 지적이다. 실제로, 한국판 비합리적 신념검사 (신현균, 원호택, 1991)의 문항들을 임상심리학 전공의 박사 3인이 분류한 결과, 전체 77개 중 25개에 달하는 문항들이 역기능적 신념을 재기에는 부적당한 문항들로 밝혀졌다 (조용래, 미발표). 따라서 이러한 문제로 인해 사회공포증의 역기능적 신념들을 측정하는데 비합리적 신념검사를 그대로 사용하는 것은 적절치 못하다고 하겠다. 이러한 비판은 Ellis의 비합리적 신념을 측정하기 위하여 널

리 쓰이고 있는 또다른 검사인 합리적인 행동척도 (Rational Behavior Inventory: 정미순, 1996; Shorkey & Whiteman, 1977)에도 동일하게 적용될 수 있다 (Haaga & Davison, 1993; Zurawski & Smith, 1987).

이에 따라, 비합리적 신념검사가 안고 있는 변별타당도의 문제를 개선하기 위하여, 부정적 정서나 자동적 사고를 기술하는 문항들을 제외하고 비합리적 신념을 재는 문항들만으로 척도를 구성하고자 하는 시도들이 있었다. 그 결과, 신념척도 (Beliefs Scale: Malouff & Schutte, 1986)라는 단축형 척도와, 개인적 신념 조사표 (Survey of Personal Beliefs: Kassirnové, 1986)라는 새로운 척도가 개발되었다. 그러나, 전자의 경우 문항내용이 너무 명백해서 피검자가 반응을 쉽게 왜곡할 수 있으며, 사회적 신뢰도에 영향을 받을 수 있고, 모든 문항들이 동일한 방향으로 채점되도록 되어 있어 반응편파에 취약하다는 제한점이 있다 (Malouff & Schutte, 1986).

다음으로, 우울증을 야기할 소지가 있는 인지적 취약성변인으로 간주되는 역기능적 신념들을 측정하기 위하여 개발된 역기능적 태도척도를 사회공포증과 관련된 역기능적 신념들을 평가하는데 사용할 수도 있다. 이와 관련하여, 역기능적 태도척도로 측정된 신념들이 우울증에 특정한 것이라기 보다는 불안을 포함한 일반적인 정신병리에 대한 인지적 취약성변인을 반영하는 것으로 보여진다는 여러 연구 보고들이 있다 (Hill, Oei, & Hill, 1989; Hollon, Kendall, & Lumry, 1986). 그렇지만 한 연구 (조용래, 미발표) 결과, 역기능적 태도척도와 사회적 불안척도들과의 상관관계수가 .24~.38 ($p < .001$)로서 유의미하기는 했지만 그리 높은 편은 아니었다. 특히 역기능적 태도척도에 대한 요인분석 결과 (권석만, 1994) 나온 요인들 중 사회공포증과 이론적으로 관련이 높을 것으로 생각되는 사회적 의존성 및 애정욕구라는 하위 척도는 사회적 불안증상과 -.06 (ns)~.14 ($p < .05$)의 상관을 보여 매우 낮았다. 이러한 점을 고려할 때, 역기능적 태도척도를 사회공포증과 관련된 역기능적 신념들을 측정하는데 그대로 사용하기에는 한계가 있어 보인다. 실제로, 역기능적 태도척도로 측정된 역기능적 신념

을 통해 일반적인 불안증상과 우울증상의 인지내용에 있어서 공통점과 차이점을 밝히고자 할 때, 공통요인 및 특수요인에 해당되는 문항의 수가 충분히 많지 않고 그 내용에도 분명한 일관성을 발견하기가 힘들었다는 보고도 있다 (권석만, 1996).

사회공포증을 포함한 다양한 정신병리에서 주된 역할을 할 것으로 가정되는 완벽주의 성향을 다차원적으로 정의한 후 이를 포괄적으로 평가하기 위하여 개발된 다차원적 완벽주의척도를 사회공포증의 역기능적 신념을 측정하는데 사용할 수도 있다 (예: Frost & Marten, 1990). 하지만 이 척도 역시 사회적 불안척도들과의 상관관계수가 .16($p < .05$)~.18 ($p < .01$)로서 비교적 낮았다 (조용래, 미발표). 따라서 역기능적 태도척도 등 앞에서 소개한 다른 신념척도들과 마찬가지로 다차원적 완벽주의척도는 사회공포증과 관련된 역기능적 신념들을 대표하는 문항들이 충분히 포함되어 있지 않다고 하겠다.

요컨대, 지금까지 소개한 기존의 신념척도들은 변별타당도 및 내용타당도에 문제가 있으므로 사회공포증과 관련된 역기능적 신념들을 측정하는데 이 척도들을 그대로 사용하는 것은 적절치 못하다. 그러므로 사회공포증을 야기할 소지가 있는 역기능적 신념들을 적절하게 반영하는 측정도구를 새롭게 개발할 필요성이 있다 (Arnkoﬀ & Glass, 1989; Lohr & Bonge, 1982). 이러한 도구를 새롭게 개발하기 위해서는 역기능적 신념의 정의적 특징, 측정도구에 포함될 역기능적 신념의 내용에 대한 체계적이고 조작적인 정의, 그리고 척도의 형식적 측면 등이 모두 고려되어야 한다.

우선, Sutton-Simon (1981)은 역기능적 신념체계들을 정의하는 여러 가지 모델들이 평가도구를 개발하기 위한 근거가 될 수 있다고 하였다. 그에 따르면, 역기능적 신념은, 1) 아주 흔하게, 심리적 장애의 핵심을 이루는 특정한 생활 규칙의 내용이라고 보는 견해, 2) 신념의 내용보다는 특징적인 성질을 보고 알아낼 수 있는데, 즉 내담자들이 자기자신 및 세상에 대한 그들의 가정에다 절대주의적이고, 평가적이며, 요구적인 성질을 부지불식간에 부여하고 있다는 견해, 그리고 3) 인지적인 작용에서의 장애가 비논리적

이고 왜곡된 사고를 초래하는 역기능적인 사고과정을 반영한다는 견해 등에 따라 각각 다르게 정의된다고 한다. 그러나, 3)의 견해는 인지 유형 중 인지적 과정에 관한 것으로서 역기능적 신념이 역기능적인 인지 구조의 내용을 이룬다는 Beck 등의 인지적 이론과 맞지 않는다. 따라서 앞의 두가지 견해를 토대로 역기능적인 신념검사를 구성하는 것이 이론적으로 타당해 보인다.

다음으로, 사회공포증의 기저에 있는 역기능적 도식의 내용들을 보다 체계적이고 구체적으로 살펴볼 필요가 있다. Ingram과 Kendall (1987)의 견해에 따르면, 불안의 인지적 내용을 기술하는 데에는 적어도 두가지 불안관련 도식이 있을 수 있다고 한다. 즉 정상적인 조건에서는 자기(self)와 관련된 명제들로 이루어진 도식이 작용하는데 비해, 위협적 혹은 위험한 것으로 지각된 상황에서는 외부적 혹은 내부적 위험 단서들의 처리를 촉진시키고자 하는 도식으로 전환이 이루어진다는 것이다. 이들의 견해를 사회공포증에 적용시키면, 사회적으로 각성된 상황이 아닐 경우에는 자기와 관련된 특질들 중 불안을 야기케 하는 특질들을 정의하는 도식이 주로 작용하지만, 사회적으로 각성된 상황에 당면하게 되면 타인의 평가와 관련된 도식으로의 전환이 일어난다고 할 수 있다. 이 도식은 타인의 평가와 관련된 명제들로 이루어지며, 위협적인 대인관계 상황에서 자신들을 다른 사람들이 어떻게 평가하는 지에 관한 정보의 처리를 촉진시키는 역할을 하게 된다. Ingram과 Kendall (1987)에 따르면, 위에서 언급한 두가지 불안관련 도식들은 서로 무관한 인지적 구조가 아니라, 서로 밀접하게 관계되기는 하나, 기능적으로는 차별적인 인지적 구조라고 한다.

또한 사회 환경, 평가체계 및 대처체계의 관점에서 사회공포증을 설명하고자 하는 Trower와 Gilbert 및 Sherling (1990)의 사회공포증에 대한 평가-대처모델(appraisal-coping model)을 고려할 필요가 있다. 이 모델에 따르면, 사회공포경향이 높은 사람들은 사회 환경이 지배-복종 관계로 구조화되어 있다고 지각하는 부적절한 도식에 사로잡혀 있으며, 이 도식에 따라 개인의 기대 및 추론의 유형이 정해진다고 한다.

전형적으로, 이러한 추론들은 개인의 행동이나 외양의 어떤 측면 혹은 자기 동시시적인 다른 측면을 자기제시 행동에 대한 타인의 부정적 평가와 연결시키며, 그런 추론의 이면에는 지배-복종 도식에 내재한 보다 중심적인 가정, 이를 테면 거절, 유기(버려짐) 및 지위 상실 등에 대한 생득적인 공포와 같은 가정들이 있다고 한다. 이러한 맥락에서, 사회공포증이 있는 사람들은 다른 사람들이 본래 비판적이라는 가정을 갖고 있다는 것이다. 즉 사람들은 일반적으로 상대방을 부정적으로 평가하기 쉽다는 가정이 사회공포증 환자들에게 있다는 것이다 (Leary, Kowalski, & Campbell, 1988; Rapee & Heimberg, 1997). 이와 관련하여, 권석만 (1995b)은 대학생의 대인관계 부적응을 이해하고 대인관계 향상을 지원하기 위한 체계적이고 통합적인 이론적인 틀로서 인지행동적 설명모형을 상정하는 과정에서 대인관계 주체로서의 자기자신 뿐 아니라 대인관계 일반 및 대인관계 대상으로서의 타인에 대한 개인의 신념, 즉 부적응적인 대인신념들을 제시하기도 했다.

그 밖에, 변별타당도의 문제가 있어 척도 전체를 그대로 사용하는 것은 문제가 있겠지만, 사회공포증과 관련된 비합리적 신념을 주제로 한 선행 연구들에서 사회공포증의 불안 혹은 회피증상과 유의미하게 관련된 것으로 일관되게 보고되고 있는 인정에 대한 요망, 높은 자기기대감, 과도한 불안염려, 무기력 요인들에 해당되는 비합리적 신념검사의 문항내용들을 참고할 필요가 있겠다 (최정훈, 이정운, 1994; Arnkoff와 Glass, 1989).

최근에는 Clark와 Wells (1995)가 사회공포증 환자들이 사회적 상황을 위협적으로 해석하는 경향은 자기자신 및 그들이 사회적 상황에서 행동해야 하는 방식에 대해 갖고 있는 일련의 역기능적 신념의 결과라는 가정하에 사회공포증과 관련된 역기능적 신념들을 세가지 범주로 구분하여 제시하였다. 즉 사회적 수행에 대한 과도하게 높은 기준, 사회적 평가에 대한 조건적인 신념, 그리고 자기자신에 대한 무조건적인 부정적인 신념 등이 그것이다.

이상과 같이 살펴본 바를 요약하면, 사회공포증과

관련된 역기능적 신념의 내용들은 주로 부정적인 자기개념, 다른 사람들의 부정적인 평가에 대한 공포 및 그들로부터 긍정적 평가를 받고자 하는 과도한 집착, 그리고 일반적인 대인관계 및 타인에 대한 경직되고 부정적인 태도 등으로 이루어져 있다고 하겠다.

이와 같은 측정도구의 내용적 측면 뿐만 아니라, 척도의 형식적 측면과 관련하여 고려해야 할 사항들이 있다. 첫째, 각 문항을 어떻게 표현하는 것이 적절한가 하는 문제로서, 이는 본 연구가 Beck 등의 인지이론(Beck et al., 1985; Beck et al., 1979)에 바탕을 두고 있다는 점에서 동일한 이론적 맥락에서 개발된 역기능적 태도척도의 문장표현양식을 참고하는 것이 도움이 될 것이다. Sutton-Simon (1981) 역시 지적했듯이, 역기능적 신념을 담고 있는 척도는 경직된 수량사(rigid quantifiers: all, always, never), 범주적 당위조동사(categorical imperatives: must, ought, should, have to) 및 선취적 유목할당(preemptive class assignments: nothing-but)과 같이 유연성이 결여되고 절대적인 용어를 사용하는 것을 원칙으로 한다.

둘째, 첫 번째 원칙을 너무 강조하다 보면, 사실 여부와 관계없이 사회적 선회도(social desirability)가 결여되어 있다는 이유만으로 반대하는 문항이 나올 수 있기 때문에 이럴 가능성을 최소화시킬 필요가 있다(Sutton-Simon, 1981). 그러기 위해서는 역기능적(비합리적) 신념이 안고 있는 부적응적인 특징들이 너무 분명하게 드러나지 않도록 문항을 만들고, 채점방향을 확립적으로 하지 않으며, 또한 '어떻게 생각하는 것이 옳으나 하는 것이 아니라 평소 마음 속으로 어떻게 생각하는 지에 따라 솔직하게 답해 주십시오'와 같이 지시문을 통해 주의를 환기시키는 방안들을 고려할 수 있다(Malouff & Schutte, 1986).

셋째, 역기능적 신념검사는, 비교적 불안정하고 상태의존적인 자동적 사고와 달리, 비교적 안정적이고 특질과 비슷한 일반적인 신념들을 재는 검사이다(Kwon & Oei, 1992; Sutton-Simon, 1981). 따라서 역기능적 태도척도와 마찬가지로, 지시문에서 평소 본인의 신념이나 태도와 일치하는(혹은 일치하지 않는) 정도나 동의(혹은 반대)하는 정도를 평정 척도

에 답하도록 하는 것이 효과적일 것이다.

사회공포증을 야기할 소지가 있는 역기능적 신념들을 평가하기 위한 적절한 검사도구는, 사회공포증에 대한 인지이론적 연구 및 인지치료를 하는데 있어 매우 중요하고 유용한 도구임에도 불구하고, 아직까지 개발되어 있지 않은 실정이다. 따라서 본 연구는 사회공포증과 관련된 역기능적 신념의 내용과 정도를 평가하는 검사를 새롭게 제작하고, 이 검사의 신뢰도와 타당도를 확인하고자 하였다.

연구 1. 역기능적 신념검사의 제작

역기능적 신념검사를 제작하기 위해, 앞서 기술한 사회공포증과 관련된 역기능적 신념들에 대한 체계적이고 조작적인 정의를 반영할 수 있는 충분히 많은 수의 문항들이 표집되었다. 문항 표집과정에는 사회공포증에 대한 치료과정에서 나온 자료, 사회공포증 및 회피성 인격장애와 관련된 문헌 및 기존 신념척도 등을 참고하였다. 이 문항들은 내용타당도에 대한 평정과 일련의 요인분석을 통해 가려졌으며, 이런 과정을 거쳐 최종 척도가 제작되었다.

방 법

대 상

서울 또는 지방 소재 대학교에 재학중인 학생 653명(남자 455명, 여자 198명)이 연구에 참가하였다.

검사 제작절차

사회공포증을 야기할 소지가 있는 역기능적 신념들을 측정하는 새로운 검사를 개발하기 위해, 사회공포증에 대한 인지적 이론에 입각하여 다음과 같은 네 가지 절차를 통해 역기능적 신념검사를 제작하였다.

검사 제작을 위한 첫 번째 단계에서는 예비 문항

들을 선정하기 위해 사회공포증에 대한 인지적 이론에 기초하여 역기능적 신념의 내용들을 체계적이고 조작적으로 정의하였다. 서론에서 살펴보았듯이, 사회공포증과 관련된 역기능적 신념의 내용들은 주로 부정적인 자기개념, 다른 사람들의 부정적인 평가에 대한 공포 및 그들로부터의 긍정적 평가에 대한 과도한 집착, 그리고 일반적인 대인관계 및 타인에 대한 경직되고 부정적인 태도 등으로 이루어져 있다.

역기능적 신념의 내용을 위와 같이 정의한 후에, 두 번째 단계로는 이러한 내용을 잘 반영한다고 생각되는 예비 문항들을, 서론에서 살펴본 척도의 형식적 측면을 반영함과 동시에, 다음과 같은 자료들을 사용하여 만들었다. ① 사회공포증에 대한 집단인지치로 및 집단인지행동치료 과정에서 내담자들에 의해 보고된 역기능적 신념들 (권정혜, 이정운, 조선미, 1998; 조용래, 1998; Blackburn & Davidson, 1990; Clark & Wells, 1995), ② 다른 어떤 정신장애보다도 사회공포증에서 회피적인 특징을 흔히 보일 뿐 아니라 회피성 인격장애가 일반화된 사회공포증에서 특히 흔하다는 점 (Herbert, Hope, & Bellack, 1992) 및 사회공포증과 회피성 인격장애는 질적으로 구분되는 장애가 아니라 사회적 평가에 대한 염려의 정도라는 연속선상에 있다는 견해 (Rapee & Heimberg, 1997) 등에 기초하여, Freeman과 Beck (1990)이 제시한 회피성 인격장애의 전형적인 역기능적 신념의 목록, ③ 대학생의 대인관계 부적응을 설명하기 위해 인지행동적 모델을 상정하는 과정에서 권석만 (1995b)이 제시한 부적응적인 대인신념의 내용들, 그리고 ④ 기존의 신념척도들을 사용한 선행 연구들에서 사회공포증에 취약한 역기능적 신념으로 일관되게 밝혀진 문항의 내용들을 참고하여 총 220개의 예비 문항을 만들었다.

세 번째는 예비 문항들의 내용타당도를 평정하는 단계였다. 임상심리학을 전공한 석사학위소지자 2인에게, 사회공포증과 관련된 역기능적 신념에 관한 자료와 새로 제작할 검사에 포함되어 있는 문항들이 무엇을 측정하고자 하는 것인지에 관한 자세한 지시문을 나누어 주었다. 이들로 하여금, 참고 자료와 지시문에 근거하여, 각 예비문항에 대해 적절성 및 이해

의 정도를 평정토록 하였다. 평정 결과, 이해하기 어렵거나 내용이 다른 문항과 중복된다고 판단된 21개의 문항들은 평정자들과 상의하여 제거하였다. 이렇게 선별된 예비 문항들은 부정적인 자기 개념을 나타내는 36개 문항, 타인으로부터 인정 및 좋은 평가를 받는 것에 대한 과도한 집착을 반영하는 91개 문항, 타인 및 대인관계 일반에 대한 경직되고 부정적인 신념을 재는 24개 문항, 개인적 완벽성 추구를 나타내는 20개 문항, 그리고 재앙화 경향, 문제에 대한 회피적인 태도, 미래 및 세상을 위협적으로 보고 경계하는 태도, 과거 및 인간 본성에 대해 무기력하고 경직된 태도를 반영하는 문항들 각각 7개씩 모두 199개였다.

마지막 단계로는 653명의 조사 대상자들에게 199개의 예비 문항으로 구성된 검사를 실시하였다. 조사 대상자들로 하여금 각 문항들이 본인의 평소 신념과 일치하는 정도나 혹은 각 문항의 내용에 대해 동의 또는 반대하는 정도를 Likert 형의 7점 척도 [1점: 전혀 일치 (동의)하지 않는다, 4점: 중간이다, 7점: 전적으로 일치 (동의) 한다]상에 평정하도록 하였다.

결과 및 논의

척도의 내적 구조를 파악하기 위하여, 199개의 문항에 대해 주축 요인분석 (principal axis factor analysis)을 실시하였다. 요인분석을 통해 Scree 검사를 한 결과, 고유치 1.0 이상인 요인이 27개가 나왔으나, 고유치의 하락 정도 및 해석가능성 등을 고려할 때 4개의 요인이 적절한 것으로 판단되었다. 이 결과를 근거로 요인 수를 4개로 지정해 준 후 다시 주축 분해법 및 사각회전 (HKP=.5)법으로 요인분석을 실시하였다. 그 결과, 4번째 요인의 경우 그 의미가 불명료한 것으로 드러나 제 4 요인에 부하된 문항과, 다른 3개의 요인에 부하된 문항들 중 부하량이 낮은 문항을 포함하여 82개 문항을 제외한 총 117개 문항에 대해 요인분석을 다시 실시하였다.

이 과정에서 '나에 대한 나의 주관적인 견해가 다

른 사람의 견해보다 중요하다' '사람들이 나에 대해 좋은 인상을 갖지 않는다고 하더라도 그것 때문에 당황할 필요는 없다' '행복이란 다른 사람이 나를 어떻게 생각하든 주로 내 태도에 달려있다' 등 반대로 채점되는 몇가지 문항들과, '행동을 자연스럽게 하지 못하면 나는 웃음거리가 될 것이다' '남들 앞에서 실수를 한다면 끔찍한 일이다' '내가 유능함(능력)을 보여 주지 못하면 사람들은 나를 바보로 생각할 것이다'는 문항들이 제외되었다. 이 문항들은 내용타당도가 높아 보이기는 했지만 요인부하량이 낮았거나 또는 세 가지 이상의 요인에 높게 부하되었다는 공통점이 있었다.

이런 식의 요인분석을 세차례 더 반복한 결과, Scree 검사에서의 고유치의 하락 정도 및 해석가능성 등을 종합적으로 고려할 때 3개의 요인이 일관되게 중요한 것으로 나타났다. 그림 1은 70개의 문항에 대한 Scree 검사의 결과로서 각 요인의 고유치를 그래프로 제시한 것이다. 이에 따라 요인 수를 3개로 지정해 주고 주축분해법 및 사각회전 (HKP=.4)법으로 요인분석을 다시 실시하였다. 그 결과 3개의 요인에 명료하게 부하된 총 70개의 문항을 최종적으로 선정하였다. 요인구조계수행렬, 요인 상관행렬 및 요인변량 퍼센트는 각각 표 1, 표 2, 및 표 3에 제시되어 있다.

요인 1은 '나는 대인관계에서 무능한 사람이다' (문항 43), '다른 사람들은 나를 사교성이 부족하고 바

보같은 사람이라고 생각할 것이다' (문항 39), '나는 남들에게 좋은 인상 (호감)을 주지 못한다' (문항 22), '나는 사회적 상황에서 제대로 처신하지 못하는 바보이다' (문항 18) 등 24개의 문항이 높게 부하되었으며, '사회적인 자기에 대한 부정적인 개념'으로 해석되었다. 요인 2는 '남들로부터 인정을 받는다는 것이 나에게서는 매우 중요하다' (문항 54), '다른 사람들이 나에 대해 어떻게 생각하느냐가 나에게 매우 중요하다' (문항 51), '다른 사람이 나를 싫어한다면, 나는 견딜 수 없다' (문항 61), '다른 사람들에게 좋은 인상을 주어야 인정을 받을 것이다' (문항 41) 등 24개의 문항들로 구성되었으며, '타인의 인정에 대한 과도한 요망'이라고 명명되었다. 요인 3은 '모든 사람은 공격적이고 비판적이다' (문항 66), '사람들이란 다 알고 보면 남의 말하기 좋아하고 상대방에게 진정한 관심이 없으며 거부적인 속성을 가지고 있다' (문항 25), '사람들은 상대방이 헛점을 보이면 그것이 어떤 헛점이든 그 사람을 멀리할 것이다' (문항 48), '내 자신의 모습, 특히 결점이나 헛점을 남들에게 있는 그대로 보여서는 안된다' (문항 63) 등 22개의 문항들로 이루어져 있으며, '타인에 대한 부정적인 신념 및 실수에 대한 과도한 염려'로 이름붙여졌다. 각각의 요인에 대한 이름은 1차적으로는 요인구조계수를, 그리고 2차적으로는 요인형태계수를 고려하여 부하량이 높은 문항의 내용을 고려하였다. 예비 문항 선정시에

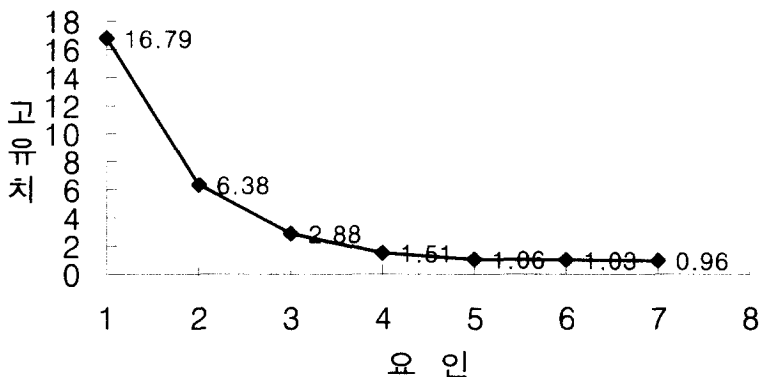


그림 1. 70개 문항들에 대한 요인들의 고유치 (Scree 검사)

표 1. 요인구조 계수행렬-요인 1

문 항	요인 부하량
43. 나는 대인관계에서 무능한 사람이다.	0.80
39. 다른 사람들은 나를 사교성이 부족하고 바보같은 사람이라고 생각할 것이다.	0.80
22. 나는 남들에게 좋은 인상(호감)을 주지 못할 것이다.	0.76
18. 나는 사회적 상황에서 제대로 처신하지 못하는 바보이다.	0.74
35. 나는 다른 사람들과 잘 맞지 않는다.	0.73
33. 지금 내 모습 그대로를 보고는 사람들이 날 형편없는 사람으로 볼거야.	0.73
5. 사람들은 나를 평범하고, 재미없으며, 상대하기 거북한 사람으로 여길 것이다.	0.73
69. 남들이 날 봤을 때 나를 그저 그런 사람으로 생각할 것이다.	0.72
29. 사람들이 나를 알게 된다면, 내가 정말 열등하다는 것을 알아차리고 말거야.	0.70
16. 나는 제대로 하는게 하나도 없어.	0.70
28. 나는 다른 사람과 친해지기 어려운 사람이다.	0.70
11. 아무도 내게 관심이 없다.	0.69
23. 나는 많은 점에서 남들보다 능력이 떨어지는 것 같다.	0.69
2. 나는 말재주도 없고 대인관계 능력이 부족하고 서툴러서 다른 사람을 거북하게 한다.	0.69
27. 내가 분명 남들과 다르고 모자라는 사람이기 때문에 내게는 친구가 없는 것이다.	0.68
34. 나의 실제 모습이 알려지면 사람들은 나를 전보다 업신여길 것이다.	0.66
59. 사람들은 내 실력이 별로라고 생각할 것이다.	0.65
68. 나는 다른 사람의 생각과 태도를 변화시키는 재주가 없다.	0.64
12. 나의 타고난 외모나 언행이 타인에게 거부감과 혐오감을 준다.	0.64
31. 나는 어딘가 부족한 사람이야.	0.57
50. 주변 사람들이 거는 기대에 비해 실제로 내가 할 수 있는 일은 보잘 것 없다.	0.52
24. 다른 사람과의 관계에서 긴장하는 것은 나에게 문제가 있어 그러는 것이다.	0.46
14. 나에게 뭔가 결함이 있다.	0.44
4. 사람들이 나를 이렇게 나쁘게 대하는 것을 보면 내가 형편없는 사람임에 틀림없다.	0.43

는 199개 문항 중 25개의 문항에서 나머지 문항과는 반대되는 대답을 하도록 만들었는데, 최종적으로 선정된 총 70개의 문항 중에는 한 개의 문항 (57번 문항)만 채택되었다.

각 요인의 설명변량을 제시한 표 3을 보면, 다른 요인들과 공유되지 않는 독자변량에서는 ‘사회적 자기에 대한 부정적인 개념’ 요인이 전체 변량의 26.13%로서 가장 큰 변량을 설명하고 있으며, 그 다음으로 요인 2, 그리고 요인 3의 순이었다. 독자변량 및 공유변량을 합친 합성변량에서도 역시 요인 1이 가장 큰 변량을 설명하고 있으며, 그 다음으로 요인 3, 그리고 요인 2의 순이었다. 여기서 독자변량과 달리 합성변량에서 요인 2와 요인 3의 순서가 뒤바뀐 것은,

표 2에서 보듯이, 요인 3의 경우 다른 두 요인과 정적 상관이 다소 높은데 기인한다고 하겠다.

역기능적 신념검사가 사회적 자기에 대한 부정적인 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 그리고 타인에 대한 부정적인 신념 및 실수에 대한 과도한 염려라는 3 요인구조로 이루어져 있다는 연구 1의 결과는, 서론에서 사회공포증에 대한 인지적 이론에 입각하여 사회공포증의 역기능적 신념을 체계적으로 정의했던 내용과 거의 일치함을 알 수 있다. 이 결과는, 앞으로 사회적 공포증과 관련된 다른 척도들과의 관계, 치료 전과 후의 차이, 그리고 중다특성-중다방법 (multitrait-multi method) 접근 등 더 검토해 봐야 할 사항들이 많이 남아있기는 하지만 (박동진, 1992;

표 1. 요인구조 계수행렬(계속)-요인 2

문 항	요인 부하량
54. 남들로부터 인정을 받는다는 것이 나에게서는 매우 중요하다.	0.73
51. 다른 사람들이 나에게 대해 어떻게 생각하느냐가 나에게겐 매우 중요하다.	0.69
61. 다른 사람이 나를 싫어한다면, 나는 견딜 수 없다.	0.68
41. 다른 사람들에게 좋은 인상을 주어야 인정을 받을 것이다	0.66
47. 다른 사람들에게 잘 보여야 한다.	0.66
45. 모든 사람들이 날 좋게 보아야 한다.	0.65
70. 행복해지기 위해서는 모든 사람들이 날 좋아해 줘야 한다.	0.64
17. 내 주변 사람들 모두 나를 이해해 주고 좋아해 줘야 해.	0.60
42. 어떤 사람이 나에게 대해 언짢게 생각하지 않도록 항상 행동을 조심해야 한다.	0.60
53. 내가 관심가진 사람들이 나를 좋아하지 않는다면, 이는 끔찍한 일이다.	0.54
20. 내 기분이나 행동은 나에게 대한 다른 사람의 태도나 평가에 의해 주로 좌우되는 것 같다.	0.54
13. 주변 사람들(친구들)이 날 좋아하게 만들려면 말을 유창하게, 그리고 재미있게 해야 한다.	0.52
32. 중요한 사람으로부터 인정을 못 받는 것은 몹시 끔찍한 일이다.	0.51
26. 상대방을 항상 즐겁게 해주어야 한다.	0.51
10. 사람들로부터 인정을 받으려면 항상 일을 잘 해야만 한다.	0.50
8. 나를 아는 대부분의 사람이 나를 칭찬해 주지 않으면 나는 행복해질 수 없다.	0.49
19. 다른 사람과 함께 있을 때, 그 사람들이 나와 함께 있는 것을 좋아하는지 혹은 그렇지 않는지를 살펴보아야 한다.	0.47
3. 한 인간으로서의 나의 가치는 나에게 대한 다른 사람의 평가에 달려 있다.	0.47
6. 다른 사람들에게 인기가 있을려면, 그들 앞에서 매끄럽고 유능하게 처신해야 한다.	0.46
56. 아무도 날 좋아해 주지 않는다면 비참해질 것이다.	0.46
1. 모든 사람들로부터 인정을 받아야만 괜찮은 사람이야.	0.45
64. 의지할 사람이 없으면, 당연히 불행해진다.	0.45
52. 나로 인해 다른 사람의 기분이 상하게 되어서는 안된다.	0.43
57. 행복해지기 위해서 누군가의 호감이 반드시 필요한 것은 아니다.	-0.46

음수 (-)는 역기능적 신념검사서에서 나머지 문항들과는 반대로 채점되는 문항을 의미한다.

Anastasi, 1988), 역기능적 신념검사는 사회공포증에 대한 인지적 이론이라는 관점에서 볼 때 그 구성타당도가 양호할 가능성을 시사하고 있다.

연구 2. 역기능적 신념검사의 신뢰도와 타당도

연구 2에서는 연구 1에서 제작된 역기능적 신념검사의 신뢰도와 타당도를 확인하고자 하였다. 역기능적 신념검사의 신뢰도를 평가하기 위하여, 이 검사의 각 하위 척도별로 문항-하위척도 상관계수, 내적 합치도, 반분신뢰도 및 검사-재검사 신뢰도를 알아보았다. 사회공포증에 대한 인지적 이론 또는 모델들과 선

행 연구들의 결과 (Ball, Otto, Pollack, Uccello, & Rosenbaum, 1995; Beck et al., 1985; Clark & Wells, 1995; Ingram & Kendall, 1987; Rapee & Heimberg, 1997)를 살펴보면, 타인의 부정적 평가에 대한 공포(fear of negative evaluation) 성향은 사회공포증의 핵심적인 인지적 내용이며 인지적 특질의 하나로 알려져 있다. 이러한 점에 착안하여, 역기능적 신념검사의 구성타당도를 확인하기 위하여, 부정적 평가에 대한 공포 성향과의 상관계수를 알아보았다. 또한 사회공포증에 대한 인지적 이론의 관점에 의하면, 역기능적 신념은 사회공포증에 대한 인지적 취약성변인으로 간주되고 있다 (Barlow, 1988; Beck et al., 1985;

표 1. 요인구조 계수행렬(계속)-요인 3

문항	요인 부하량
66. 모든 사람은 공격적이고 비판적이다.	0.68
25. 사람들이란 다 알고 보면 남의 말하기 좋아하고 상대방에게 진정한 관심이 없으며 거부적인 속성을 가지고 있다.	0.62
60. 사람들은 잘 변해서 믿을 수가 없다.	0.62
44. 인간은 본질적으로 이기적이다. 따라서 인간관계는 결국 착취적일 수 밖에 없다.	0.60
48. 사람들은 상대방이 헛점을 보이면 그것이 어떤 헛점이든 그 사람을 멀리할 것이다.	0.57
55. 다른 사람과의 관계에서 긴장하게 된다면 그것이 어떤 관계이든간에 그만두는 것이 상책이다.	0.57
63. 내 자신의 모습, 특히 결점이나 헛점을 남들에게 있는 그대로 보여서는 안된다.	0.55
9. 사람들은 언제 나에게 등을 돌릴지 모르기 때문에, 믿을 수 없다.	0.55
38. 절반의 실패는 전부 실패한 거나 다름없다.	0.52
58. 실패할 가능성이 조금이라도 있는 일을 시도하는 것은 바보같은 행동이다.	0.52
30. 대인관계는 기본적으로 지배와 종속의 구도를 갖는다. 의존은 종속을 의미하며 나의 상실을 의미한다.	0.52
15. 내 의견에 동의하지 않는 사람들은 그들이 나를 좋아하지 않는다는 것을 뜻한다.	0.51
40. 성공이 확실하게 보장되지 않는 한 어떤 일이든 시작하지 않는게 상책이다.	0.51
62. 생산적이고 현실적인 도움이 되지 않는 대인관계는 무의미하다.	0.51
65. 잘할 수 없는 일들은 피하는게 상책이다.	0.51
36. 처음 만난 사람이 나에 대해 칭찬해 주지 않거나 호감을 표시하지 않으면 그 만남은 끝장난 것이나 마찬가지다.	0.50
37. 대인관계에서 항상 주도적이어야 한다. 다른 사람에게 이끌려 가는 관계는 굴욕적인 것이다.	0.49
21. 사람들은 근본적으로 이기적이고 이해타산적이다.	0.48
67. 나를 분명하게 좋아하지 않는 사람을 만나는 것은 시간 낭비이다.	0.48
49. 다른 사람에게 도움을 요청하는 것은 나약함의 표시이다.	0.47
46. 긴장감이 느껴지는 대인관계를 일찍 그만두지 않는다면, 나중에는 끔찍한 결과를 경험하게 될 것이다.	0.47
7. 잘할 수 없는 일들은 아예 시작할 필요가 없다.	0.43

표 2. 요인상관행렬

요인	요인 1	요인 2
요인 2	0.16	
요인 3	0.37	0.30

표 3. 요인변량퍼센트

요인 1		요인 2		요인 3	
독자변량	공유변량	독자변량	공유변량	독자변량	공유변량
26.13	12.48	19.58	8.14	13.24	16.37

Clark & Wells, 1995; Ingram & Kendall, 1987). 이러한 점을 고려하여, 역기능적 신념검사의 구성타당도를 확인하기 위한 두 번째 방법으로, 사회공포증과 관련된 부적응적인 자동적 사고, 정서적 및 행동적

증상, 그리고 특질로서의 불안 등과의 상관계수를 각각 구하였다.

방 법

대 상

서울 또는 지방 소재 대학교에 재학 중인 학생 275명 (남자 225명, 여자 50명)이 연구에 참가하였다.

도 구

역기능적 신념검사 (Dysfunctional Beliefs Test: DBT). 연구 1에서 제작된 척도이다.

사회적 상호작용에 대한 자기 진술 검사 II (Social Interaction Self-Statement Test (II): SISST (II)). 이 검사는 원래 Glass, Merluzzi, Biever, 그리고 Larsen (1982)이 역할연기 형식의 실제 사회적 상호작용을 하는 동안 개인의 머리 속에 떠오른 자동적 사고들을 곧바로 측정하도록 제작된 것이며, 긍정적인 (촉진적인) 자동적 사고를 재는 15개 문항과 부정적인 (억제적인) 자동적 사고를 재는 15개 문항 등 총 30개 문항으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 일상생활에서 당면하는 여러 가지 대인관계 상황에서 떠오를 수 있는 자동적 사고의 빈도를 측정하기 위하여, 원판 SISST의 문항을 우리나라 말로 번안하여 제작한 한국판 SISST (조용래, 김은정, 원호택, 1997)의 문항들에서 부적절하다고 판단된 일부 문항들이 제외되고 인칭대명사와 지시문을 약간 변형시킨 수정판 (조용래, 1998)을 사용하였다. 수정판에서는 30개의 문항들 중 자동적 사고를 재기 보다는 불안증상이나 일반적인 신념에 더 가깝다고 판단된 문항들과, 요인 분석 결과 원판과 다른 양상을 보인 문항들을 합쳐 8개의 문항이 제외되었다. 그리하여 본 연구에서는 SISST(II)의 30개 문항 중 8개 문항을 제외한 22개 문항, 즉 긍정형의 경우 9개의 문항이, 그리고 부정형의 경우 13개의 문항으로 전체 척도 점수를 산출하였다. 또한 수정판에서는 지난 1주일간 사회적 상호작용을 하면서 각각의 생각들이 얼마나 자주 떠올랐는지를 5점 척도 (1점: 거의 떠오르지 않았다~5점: 아주 자주 떠올랐다)상에 평정하도록 되어 있다

(Bruch, Mattia, Heimberg, & Holt, 1993). 이 검사의 내적 합치도(Cronbach's α)는 긍정형 .86, 부정형 .91, 반분신뢰도는 긍정형 .90($p < .001$), 부정형 .91($p < .001$), 그리고 2주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 긍정형 .72($p < .001$), 부정형 .72($p < .001$)였다. 또한 공존타당도 및 구성타당도가 매우 만족할만한 것으로 밝혀졌다(조용래, 1998).

부정적 평가에 대한 두려움 척도-단축형 (Fear of Negative Evaluation-Brief: Brief FNE). 이 척도는 Watson과 Friend (1969)가 원래 30문항으로 제작한 것에서 Leary (1983a)가 전체 점수와 .50 이상의 상관이 있는 문항들만 뽑아서 만든 것으로서 최정훈과 이정운 (1994)이 우리나라 말로 번안한 척도이다. 문항 수는 12개 문항으로 되어 있고, 원래 진위형으로 되어 있는 척도를 5점 척도로 구성하여 변화에 보다 민감하도록 되어 있다. 따라서 12점에서 60점까지 점수가 분포되며, 점수가 높을수록 부정적 평가에 대한 두려움이 많음을 나타낸다. FNE 단축형은 내적 합치도 (Cronbach's α)가 .90이었고, 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .75 ($p < .001$)였으며, 최정훈과 이정운 (1994)의 연구에서는 신뢰도가 .89로 나타났다.

대인관계 불안척도 (Interaction Anxiousness Scale: IAS). 이 검사는 Leary (1983b)가 사회적인 교류 상황에서 개인이 느끼는 주관적인 불안감의 정도를 측정하기 위해 개발한 것으로서, 총 15개의 문항에 대해 5점 척도 (1점: 전혀 그렇지 않다~5점: 극히 그렇다)에 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서는 김남재 (1995)가 우리나라 말로 번안한 한국판 IAS를 사용하였으며, 이 검사의 내적 합치도 (Cronbach's α)는 .88, 3주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .70 ($p < .001$)이었다. 본 연구에서 한국판 IAS의 내적 합치도 (Cronbach's α)는 .89였다.

사회적 회피 및 불안 척도 III (Social Avoidance and Distress Scale(III): SADS(III)). 이 척도는 Watson과 Friend (1969)가 사회적 상황에서 불안을 경험하는 정도와, 잠재적으로 혐오적인 사회적 상황을 회피하려는 경향을 측정하기 위하여 개발한 자기-보고형 검사로서, 총 28개의 문항으로 되어 있다. 본

연구에서는 이옥정 (1988)이 번안한 한국판 SADS를 토대로, 응답방식을 변형하여 사용하였다. SADS는 원래 진위형으로 응답하도록 되어 있으나, 점수의 분포가 편도되는 것을 피하고 개인간의 차이를 극대화시키기 위하여 5점 척도 (1점: 전혀 그렇지 않다~5점: 극히 그렇다)로 구성하여 사용하였다. 또한 각 문항들을 사회적 불안감 및 사회적 회피행동 등 두가지 하위 척도로 구분한 후 보다 정확히 측정하고 채점하기 위하여 각 하위 척도의 특성을 고려하여 사회적 불안감의 경우 그 강도를, 그리고 사회적 회피행동의 경우 그 빈도를 측정하도록 지시문을 다소 바꾸었다.

본 연구에서 사용된 SADS(III)의 내적 합치도 (Cronbach's α)는 .92, 반분신뢰도는 .94 ($p < .001$), 그리고 2주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .85 ($p < .001$)로서 매우 높았다.

사회적 스트레스 자극 질문지. 이 질문지는 피검사자들이 위협적인 사회적 상황에 노출된 빈도를 측정하기 위해 연구자가 직접 제작한 것이다. 선행 연구들(조용래, 원호택, 1997; 최정훈, 이정운, 1994)에 기초하여, 우리나라 대학생들이 흔히 사회적 불안을 경험하는 것으로 알려진 사회적 상황 30가지를 선정하였다. 이 스트레스 질문지는 지난 1주일 동안 30가지의 사회적 스트레스 상황에 접했던 빈도를 '전혀 없었다' (0점), '한번 있었다' (1점), '두세번 있었다' (2점), '자주 있었다' (3점), '거의 매일 있었다' (4점) 등의 5점 척도에 평정하도록 되어 있다. 특히 지시문에는 스트레스 노출빈도 평정시 각 상황에 억지로 참가했던 빈도 뿐 아니라 참가해야 했지만 불안 때문에 일부러 회피했던 횟수도 함께 포함하도록 한 반면, 본인이 주선한 모임이나 평소 즐기는 만남의 경우에는 제외하도록 하였다. 질문지 끝부분에는 사전에 열거되지 않은 사회적 스트레스 상황을 피검사 스스로 기술하여 평정할 수 있도록 5문항이 추가되어 있다. 30개 문항에 대한 내적 합치도 (Cronbach's α)는 .92였다.

결과 및 논의

피검사 전체가 보인 역기능적 신념검사의 총점의 평균은 232.42이며, 표준편차는 42.31이었다. 이 검사의 문항-총점 상관계수, 신뢰도 및 타당도에 관한 결과는 다음과 같다.

역기능적 신념검사의 문항-하위 척도 상관계수 및 신뢰도

하위 척도 1의 경우, 문항-총점 상관계수가 .41~.78의 범위를 보였고, 내적 합치도 (Cronbach's α) 계수는 .95, 그리고 반분신뢰도 계수는 .96 ($p < .001$)이었다. 하위 척도 2의 경우, 문항-총점 상관계수가 .37~.66의 범위를 보였고, 내적 합치도 (Cronbach's α)는 .91, 그리고 반분신뢰도 계수는 .92 ($p < .001$)였다. 하위 척도 3의 경우, 문항-총점 상관계수가 .43~.61의 범위를 보였고, 내적 합치도 (Cronbach's α)는 .90, 그리고 반분신뢰도 계수는 .91 ($p < .001$)이었다.

2주 간격의 검사-재검사 신뢰도 (r)는, 하위 척도 1이 .81, 하위 척도 2가 .83, 그리고 하위 척도 3이 .83으로서 매우 높았다 (세가지 공히 $p < .001$).

따라서 역기능적 신념검사의 세가지 하위 척도 모두 내적 합치도가 매우 높으며, 시간의 흐름에 따라 매우 안정된 척도임을 알 수 있다.

역기능적 신념검사의 타당도

역기능적 신념검사의 구성타당도를 확인하기 위하여 사용된 검사들과 역기능적 신념검사간의 상관계수들은 표 4에 제시되어 있다. 먼저 부정적 평가에 대한 공포 성향을 재는 단축형 FNE와의 상관계수를 구하였다. 그 결과, 역기능적 신념검사의 하위 척도 및 전체 척도 점수 모두 유의미한 정적 상관을 보였다. 특히 세가지 하위 척도 중 내용상 가장 유사해 보이는 '타인의 인정에 대한 과도한 요망'이라는 요인을 재는 하위 척도 2와 .66의 상관을 보여 상관계수가 가장 높았다.

표 4. DBT의 타당도 평가를 위해 사용된 검사들간의 상관행렬

Scales	SISST(Ⅱ)	FNE	IAS	SADS(Ⅲ)	Stressor
DBT1	.70***	.48***	.62***	.61***	-.00
DBT2	.35***	.66***	.33***	.22**	.21**
DBT3	.37***	.34***	.35***	.44***	.11
DBT total	.58***	.61***	.53***	.51***	.12

** $p < .001$ *** $p < .0001$; DBT = 역기능적 신념검사; SISST(Ⅱ) = 사회적 상호작용에 대한 자기진술 검사(Ⅱ); FNE = 부정적 평가에 대한 두려움 척도-단축형; IAS = 대인관계 불안척도; SADS(Ⅲ) = 사회적 회피 및 불안척도(Ⅲ); Stressor = 사회적 스트레스 자극 질문지.

다음에는, 사회공포증의 증상에 속하는 사회적 불안감 및 사회적 회피행동을 측정하는 SADS(Ⅲ)와, 그리고 사회공포증의 특질불안을 재는 것으로 보이는 IAS 등과 역기능적 신념검사간의 상관계수를 구하였다. 그 결과, 역기능적 신념검사의 세가지 하위 척도 및 전체 척도 점수 모두 이 두 척도들과 유의미한 정적 상관을 보였다. 뿐만 아니라, 사회공포증과 관련된 부적응적인 자동적 사고를 재는 SISST(Ⅱ)와의 상관계수를 구한 결과, 역기능적 신념검사의 세가지 하위 척도 및 전체 척도 점수 모두 유의미한 정적 상관을 보였다.

역기능적 신념검사의 세가지 하위 척도들 중 '타인의 인정에 대한 과도한 요망'을 측정하는 척도 2가 부정적 평가에 대한 공포 성향과 가장 높은 상관을 보인 것을 제외하면, '사회적 자기에 대한 부정적 개념'을 재는 척도 1이 다른 두가지 하위척도들에 비해 사회공포증과 관련된 부적응적인 자동적 사고, 특질 불안, 그리고 사회적 불안감 및 회피행동과 각각 더 높은 상관을 보였다.

반면에, 척도 2는 사회적 불안감 및 회피행동 등 사회공포증상을 재는 SADS(Ⅲ)와의 상관($r = .22$)이 다른 하위 척도들에 비해 많이 낮았다. 이러한 결과는, 불안 관련 두가지 도식들 중 평상적인 조건에서는 자기와 관련된 명제들로 이루어진 도식이 주로 작용하는데 비해, 사회적으로 위협받는 상황에 처하게 되면 타인의 평가와 관련된 도식으로서의 전환이 일어난다는 사회공포증의 인지적 이론(조용래, 1998; Ingram & Kendall, 1987)을 적용하면 이해될 수 있다. 즉 사회

적 자기에 대한 부정적인 개념은 특별히 스트레스 자극에 의해 활성화되지 않더라도 사회공포증상과 높은 상관을 보이는 반면에, 타인의 인정을 과도하게 요망하는 성향은 사회공포증상과의 상관이 사회적 스트레스 자극의 정도에 의해 영향을 받을 가능성이 크다는 것이다. 이와 관련하여, Goldfried와 Sobocinski (1975)는 다른 사람으로부터 인정받는 것을 최우선시하는 신념의 수준이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 가상적인 거절상황에 처할 경우 더 심한 사회적 불안을 보였다고 보고하였다.

또한 역기능적 신념과 위협적인 사회적 상황은 사회공포증을 유발하는 주요한 두 선행요인이지만 이들간에는 독립적인 관계에 있으며 이 두 변인간의 상호작용에 의해 사회공포증이 잘 설명되는 것으로 사회공포증에 대한 인지적 이론은 예언한다. 역기능적 신념검사와 사회적 스트레스 자극 질문지의 점수간의 상관을 구해 본 결과, 전체 척도 및 척도 1과 척도 3 모두 스트레스 자극 질문지와 유의미한 상관을 보이지 않았다. 다만 척도 2의 경우 유의미하기는 했지만 낮은 상관($r = .21$)을 보이는 정도였다. 비록 타인에 대한 과도한 요망 및 부정적 평가에 대한 재앙적 해석 성향이 사회적 스트레스 자극과 다소간 관련되어 있을지라도, 대체적으로는 역기능적 신념검사와 사회적 스트레스 자극이 상호 독립적임을 나타낸다.

그러므로, 이러한 결과들은, 사회공포증에 대한 인지적 이론의 관점에서 볼 때, 역기능적 신념검사의 구성타당도가 높음을 시사하는 것이라고 할 수 있다.

종합논의

본 연구는 사회공포증을 야기할 소지가 있는 역기능적 신념들을 측정하기 위하여 사회공포증의 역기능적 신념들을 체계적으로 정의하였고, 이를 객관적으로 평가할 수 있는 역기능적 신념검사를 제작하였으며, 그 신뢰도와 타당도를 확인하고자 하였다. 이를 위해, 불안장애, 특히 사회공포증에 대한 기존의 인지적 모델이나 이론 (Clark & Wells, 1995; Freeman & Beck, 1990; Ingram & Kendall, 1987; Trower et al., 1990)에 근거하여 사회공포증의 역기능적 신념들을 체계적으로 정의한 후, 이를 충분히 반영할 수 있는 많은 수의 예비 문항들이 표집되었다. 문항 표집과정에는 사회공포증에 대한 인지 및 인지행동치료의 과정에서 나온 자료, 사회공포증 및 회피성 인격장애와 관한 문헌 및 기존 신념척도 등을 참고하였다. 이 예비 문항들은 내용타당도에 대한 평정과 일련의 요인분석을 통해 가려졌으며, 이런 과정을 거쳐 70개의 문항으로 이루어진 7점 척도의 역기능적 신념검사가 최종적으로 제작되었다.

역기능적 신념검사의 신뢰도를 확인하기 위하여, 각 하위 척도별로 문항-총점 상관계수, Cronbach's α 계수 및 반분신뢰도 및 2주 간격의 검사-재검사 신뢰도를 알아보았다. 그 결과, 세가지 하위 척도 모두 내적 합치도 및 시간적 안정성이라는 면에서 신뢰도가 매우 양호하였다. 비록 2주간의 비교적 짧은 기간이기는 하지만, 역기능적 신념검사가 시간의 흐름에 따라 매우 안정되어 있다는 결과는 사회공포증에 대한 인지적 이론에서 역기능적 신념을 특질과 비슷한 인지적 취약성변인으로 보는 견해 (Kwon & Oei, 1992; Sutton-Simon, 1981)와 잘 부합된다.

역기능적 신념검사의 구성타당도를 알아보기 위하여, 요인분석 결과와, 부정적 평가에 대한 공포 성향 뿐만 아니라, 사회공포증과 관련된 부정용적인 자동적 사고, 정서적 및 행동적 증상, 그리고 특질로서의 불안 등을 재는 다른 척도들과의 상관계수를 함께 검토해 보았다. 먼저, 이 검사의 문항들에 대한 내적 구조를 확인하기 위하여 요인분석을 한 결과, 역기능적

신념검사는, '사회적 자기에 대한 부정적인 개념', '타인의 인정에 대한 과도한 요망', 그리고 '타인에 대한 부정적인 신념 및 실수에 대한 과도한 염려'라는 3 요인구조로 이루어져 있음이 밝혀졌다. 이로써 역기능적 신념검사는 사회공포증에 대한 인지이론에 의거하여 역기능적 신념을 체계적으로 정의하고 요약한 본 연구의 모델을 적절하게 반영하고 있다고 하겠다.

연구 1의 요인분석 결과는 사회적 자기에 대한 부정적인 개념이 사회공포증을 야기할 소지가 높은 역기능적 신념의 중요 구성요소라는 점을 경험적으로 확인시켜 주고 있다. 이 결과와 관련하여, Clark와 Wells (1995)는 사회공포증이 있는 사람들이 자기 자신에 대해 무조건적으로 부정적인 신념을 갖고 있으며, 특히 이러한 부정적인 자기도식은 본인과 함께 있는 상대방이 그들을 평가할 지도 모른다고 생각하는 상황에서 주로 촉발된다고 하였다. 또한 Rapee와 Heimberg (1997)는, 실제로 결함이 있어서 그렇든, 왜곡된 지각이든, 아니면 양자 모두 때문이든간에, 자신의 외양이나 행동에 대한 정신적 표상은 사회공포증이 있는 사람이 그렇지 않은 사람보다 더 부정적이며, 특히 사회적 상황에서 더욱 그렇다고 하였다.

역기능적 신념검사의 두 번째 요인에 높게 부하된 문항들의 내용을 살펴보면, 타인의 인정에 대한 과도한 요망 및 다른 사람들의 부정적 평가에 대한 재앙적 해석 경향을 대체로 나타내고 있다. 이 결과는 타인의 인정을 과도하게 요망하는 성향이 사회공포증에 취약한 사람들의 주된 특징 중 한가지라는 점을 시사한다. 이러한 사실과 일치되게, Rapee와 Heimberg (1997)는 사회공포증이 있는 사람들이 다른 사람들에게 의한 긍정적 평가에 근본적으로 중요성을 부여한다고 하였다. 또한 Clark와 Wells (1995)는 다른 사람들에게 자신에 대한 특별히 좋은 인상을 전달하려는 강렬한 욕구와 자신의 그러한 능력에 대한 현저한 불안정감을 사회공포증의 핵심으로 보고 있다. 뿐만 아니라, 사회적 불안에 대한 자기 제시이론 (self-presentation theory: Schlenker & Leary, 1982)에 의하면, 다른 사람들에게 특별한 인상을 심어주기 위해 동기화되어 있으면서 동시에 본인 자신이 바라는 그

러한 인상을 줄 수 있을지 의심할 때 사회적 불안감을 경험한다고 하였다.

이에 더해, 요인분석 결과는, 타인의 인정에 대한 과도한 요망과 함께 다른 사람들의 부정적 평가에 대한 재앙적 해석 (catastrophic interpretation) 경향이 사회공포증의 기저에 있는 역기능적 인지도식의 주요 내용을 이루고 있을 것이라는 사회공포증에 대한 인지이론을 경험적으로 뒷받침하고 있다. 여기서 재앙적 해석이란 부정용적인 자동적 사고나 역기능적 신념이 안고 있는 인지적 오류의 한가지 유형으로서, 자기가 생각하고 바라는 대로 일이 잘 되지 않을 경우 끔찍한 결과가 초래될 것이라고 확대해석하는 경향을 말한다 (Beck et al., 1979). 이와 관련하여, 사회적 불안의 수준이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 타인의 부정적 평가에 대한 공포 성향 (Heimberg, Hope, Rapee, & Bruch, 1988; Leary, 1983b; Leary & Kowalski, 1993; Stopa & Clark, 1993), 공적 자의식 (public self-consciousness: Buss, 1980; Leary, 1983a) 및 자기 감찰 (self-monitoring: Glass & Arnkoff, 1989; Leary & Kowalski, 1993) 등의 수준이 더 높았다는 보고들이 있다.

역기능적 신념검사의 세 번째 요인은 타인에 대한 경직된 부정적인 신념과 실수에 대한 과도한 염려라고 이름붙일 수 있는 문항들로 이루어져 있다. 그 중 타인에 대한 부정적인 신념이 사회공포증의 기저에 있는 역기능적 인지도식의 주요 내용이라는 결과는 사회적 불안의 수준이 높은 사람들이 사회 환경을 지배-복종의 관계로 보는 부적절한 도식을 가진다는 Trower 등 (1990)의 견해와, 사람들은 본래 비판적이어서 상대방을 부정적으로 평가하기 쉽다는 Leary 등 (1988)의 결과와 일치한다. 더 나아가, 사회공포증과 회피성 인격장애는 서로 질적으로 구분되는 장애가 아니라 사회적 평가에 대한 염려라는 연속선상에서 정도의 차이로 본다는 Rapee와 Heimberg (1997)의 입장과, Freeman과 Beck (1990)이 제시한 회피성 인격장애의 인지도식의 내용, 특히 타인 및 대인관계 일반에 대한 역기능적 가정을 함께 고려하면 충분히 이해될 수 있다. 참고로, Freeman과 Beck (1990)이 제

시한 회피성 인격장애의 인지도식의 내용 중에는 ‘다른 사람들은 잠재적으로 비판적이고, 무관심하며, 거절하는 속성이 있다’, ‘다른 사람들이 나를 비판한다면, 그들이 틀림없이 정확하게 본 것이다’, ‘어떤 관계에서 긴장을 나타내는 징후가 있다면, 그런 관계는 잘못 되어 가고 있음을 시사해 준다’ 등이 있다.

실수에 대한 과도한 염려를 나타내는 문항들이 타인에 대한 부정적인 신념을 측정하는 문항들과 함께 사회공포증과 관련된 역기능적 신념검사의 세 번째 요인을 이루고 있다는 연구 1의 결과는 얼핏보면 납득이 잘 되지 않는다. 그렇지만, 이러한 의문은 세 번째 요인에 해당되는 문항들 중 실수에 대한 과도한 염려를 반영하는 문항들을 살펴보면 어느 정도 해소될 수 있다. 예를 들면, ‘다른 사람과의 관계에서 긴장하게 된다면 그것이 어떤 관계이든지 간에 그만두는 것이 상책이다’ (문항 55), ‘내 자신의 모습, 특히 결점이나 허점을 남들에게 있는 그대로 보여서는 안 된다’ (문항 63), ‘절반의 실패는 전부 실패한 거나 다름없다’ (문항 38), ‘실패할 가능성이 조금이라도 있는 일을 시도하는 것은 바보같은 행동이다’ (문항 58), 그리고 ‘성공이 확실하게 보장되지 않는 한 어떤 일이든 시작하지 않는게 상책이다’ (문항 40) 등이 있다. 최근에, 사회공포증을 호소하는 대학생들을 대상으로 집단인지치료를 실시하여 그 치료효과를 입증한 연구 (조용래, 1998)에서 보고한 사례들을 살펴보면, 두 개념들간의 연관성을 잘 이해시켜 주고 있다. 즉, 평상시에 사람들이 상대방에 대해 비판적인 태도와 거부적인 속성을 가진다고 믿는 (타인에 대한 부정적인 신념) 한 내담자가 청중들 앞에 서게 된 상황에서 본인이 사소한 실수라도 하게 되면 모든 것이 끝났다고 생각함 (실수에 대한 과도한 염려)으로써 심한 사회공포증상을 호소하는 경우는 그 좋은 예이다.

사실, 역기능적 신념검사의 세 번째 요인의 일부를 구성하고 있는 실수에 대한 과도한 염려는 다차원적인 완벽주의 성향에서 가장 주요한 차원으로 간주되고 있는 실수에 대한 염려와 내용상 대체로 비슷하다 (Frost et al., 1990). 참고로, 한 연구 (조용래, 미

발표)에 의하면, 후자는 사회적 불안척도들과 .20 ($p < .01$), 그리고 공적 자의식척도와 .31 ($p < .001$)의 유의미한 상관을 보였다. 이와 같이 실수에 대한 과도한 염려가 사회공포증의 역기능적 신념의 일부를 구성하고 있다는 사실은, 사회적 불안에 대한 비합리적 신념의 하위 유형들의 상대적 중요성을 검증한 최정훈과 이정운 (1994)의 연구에 의해 간접적으로 뒷받침되고 있다. 그들에 따르면, 재앙화, 개인적 완벽성 (높은 자기기대감), 인정에 대한 요망 등이 사회공포증상에 대한 주요 예언변인이었으며, 여러 예언변인들 가운데 재앙화 요인이 전체의 25%로서 가장 많은 변량을 차지하였다. 여기서 말하는 재앙화 경향을 사회공포증과 연결시켜 설명해 보면, 여러 사회적 상황에서 자신이 실수를 할 경우 이후에 발생할 결과를 매우 부정적으로 극단화시켜 예상하는 것, 즉 실패했다고 규정짓는 것이라고 할 수 있다.

앞서 소개한 바와 같이, 타인의 부정적 평가에 대한 공포 성향은 사회공포증의 핵심적인 인지적 내용 이면서 인지적 특질의 하나로 알려져 있다. 이러한 사실에 착안하여, 역기능적 신념검사의 구성타당도를 확인하는 방법으로서 부정적 평가에 대한 공포 성향을 재는 것으로 알려진 단축형 FNE와 역기능적 신념검사의 상관관계를 알아보았다. 그 결과, 역기능적 신념검사의 세가지 하위 척도 및 전체 척도 점수 모두 단축형 FNE와 유의미한 정적 상관을 보였다. 특히 세가지 하위 척도 중 내용상 가장 유사해 보이는 '타인의 인정에 대한 과도한 요망'이라는 요인을 재는 하위 척도 2와 가장 높은 정적 상관을 보이는 것으로 밝혀졌다.

또한 사회공포증에 대한 인지적 이론 또는 모델들은 역기능적 신념을 사회공포증에 대한 인지적 취약성 요인으로 간주하고 있다 (Barlow, 1988; Beck et al., 1985; Clark & Wells, 1995; Ingram & Kendall, 1987). 이 이론에 기초할 때, 역기능적 신념의 수준이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 사회공포증을 보일 가능성이 더 클 것이라는 가설이 수립될 수 있다. 이러한 가설을 검증하는 한가지 방법으로, 사회공포증과 관련된 정서적 및 행동적 증상

들, 그리고 특질불안 등과의 상관관계를 알아보았다. 그 결과, 역기능적 신념검사의 세가지 하위 척도 모두 뿐 아니라 전체 척도점수 역시 유의미한 정적 상관을 보였다. 세가지 하위척도들 중 특히 사회적 자기에 대한 부정적인 개념을 재는 척도 1이 사회공포증 관련 세가지 척도들과 가장 높은 상관을 보였다.

타인의 인정에 대한 과도한 요망을 측정하는 척도 2 역시 상대적으로 낮기는 했지만 사회적 불안척도들과 유의미한 상관을 보였다. 이 결과는, 비합리적 신념검사의 하위 척도들 중 변별타당도 문제가 상대적으로 작았던 인정에 대한 요망이라는 요인이 사회공포증의 불안 및 회피증상들을 유의하게 설명하였다는 선행 연구의 발견들 (최정훈, 이정운, 1994; Arnkoff & Glass, 1989)과 일치한다. 척도 2가 척도 1에 비해 사회공포증상과의 상관이 많이 낮았다는 결과는 사회공포증에 대한 인지적 이론에 의거하여 각 척도의 내용과 관련된 역기능적 도식의 작용기전을 고려하면 이해될 수도 있다. 즉 척도 1과 달리, 척도 2는 사회적 스트레스 자극의 역할에 크게 영향을 받을 가능성이 있다는 것이다. 이러한 견해는 다른 사람들로부터 인정받는 것을 최우선시하는 신념의 수준이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 가상적인 거절상황에서 더 심한 사회적 불안을 보였다는 결과 (Goldfried & Sobocinski, 1975)에 의해 뒷받침될 수 있다.

뿐만 아니라, 역기능적 신념검사는 사회공포증 관련 척도들과 높은 상관을 보인 반면, 사회적 스트레스 자극과는 낮은 상관을 보였다.

이상과 같이 살펴본 요인분석 및 상관분석 결과들은 역기능적 신념이 사회공포증에 대한 인지적 취약성변인이라는 인지적 이론의 가정을 지지해 주고 있다. 따라서 사회공포증에 대한 인지적 이론의 관점에서 볼 때, 역기능적 신념검사의 구성타당도가 높다고 하겠다. 연구 1과 2의 결과들을 종합해 보면, 역기능적 신념검사는 적어도 대학생 집단의 경우 신뢰도, 내용타당도와 구성타당도가 매우 양호하다고 결론내릴 수 있다.

본 연구에서 이루어진 일련의 경험적 연구들이 갖

는 의의 및 활용방안들을 살펴보겠다. 우선, 사회공포증에 대한 인지적 취약성변인으로서 사회공포증의 발생, 유지 및 치료과정에서 핵심적인 역할을 하는 것으로 알려져 있는 역기능적 신념을 개념적으로 정의하는 것에 그치지 않고 처음으로 척도화함으로써 사회공포증과 관련된 역기능적 신념들의 내용과 정도를 객관적으로 측정할 수 있게 되었다는 점을 들 수 있다. 선행 연구들에서 Ellis (1962)가 제안한 비합리적 신념을 재기 위해 제작된 비합리적 신념검사와 합리적인 행동척도는, 서론에서 보았듯이, 변별타당도가 부족해 보인다. 또한 이 두가지 척도는 물론이고, 단축형으로 제작된 신념척도, 개인적 신념 조사표 뿐 아니라, 역기능적 태도척도 및 다차원적 완벽주의척도 등은 사회공포증과 관련된 역기능적 신념의 내용들을 충분히 반영하지 못하고 있다는 점에서 내용타당도가 떨어진다. 이러한 척도들과는 대조적으로, 본 연구에서 개발된 역기능적 신념검사는 척도제작과정에서 명백하게 부정적인 정서나 부적용적인 자동적 사고를 담고 있는 내용들이 제외됨으로써 기존 척도들이 안고 있는 변별타당도 문제가 개선되었다. 뿐만 아니라, 사회공포증에 대한 인지적 이론들과, 인지치료 및 인지행동치료를 참가했던 내담자들이 보고한 경험적 자료들을 포괄적으로 반영했다는 점에서 내용타당도 역시 확보되었다고 하겠다.

다음으로, 이 역기능적 신념검사는, 사회공포증에 대한 인지적 이론과 관련하여, 여태까지 제대로 다루지 못했거나 또는 이미 다루었더라도 미진했던 것으로 보여지는 여러 주제들을 연구하는데 기여할 수 있을 것이다. 이를 테면, 사회공포증의 발생, 유지 및 치료과정에서 역기능적 신념의 역할을 보다 정확히 규명할 수 있으며, 다른 정신병리 (예: 우울증)와의 비교를 통해 인지적 내용-특정성 가설을 검증할 수 있다. 또한 역기능적 신념의 수준에 따라 사회적 위협 상황에서 사회적 불안 (공포)의 정도가 달라지는 지를 연구해 볼 수 있다.

뿐만 아니라, 역기능적 신념검사는 임상적으로도 활용할 수 있는 여지가 상당히 많다고 생각된다. 첫째, 치료의 초기에 내담자를 이해하고 탐색하는 과정에서

내담자의 역기능적 신념을 평가하는데 활용할 수 있으며, 특히 내담자가 평소 의식하기 힘든 신념이나 감정을 짧은 시간내에 포괄적으로 이해할 수 있는 경제적인 도구라는 점에서 더욱 그렇다. 둘째, 역기능적 신념검사의 반응 내용은 치료계획을 세우고 치료 내용을 결정하는 단서로 활용할 수 있다. 이는 특히 사회공포증 사례에 대해 인지적 공식화를 시도함으로써 더욱 용이해질 것이다. 셋째, 인지치료 및 인지행동치료의 효과를 평가하는 데에도 매우 유용하게 사용할 수 있다.

마지막으로, 역기능적 신념검사와 관련된 제한점 및 앞으로의 연구를 통해 보완해야 할 점을 지적하겠다. 첫째, 역기능적 신념과 같이 추상화되어 있고 의식하기 힘든 인지를 자기보고형 검사로 측정하는데에는 한계가 있을 수 있다. 자기보고형 검사 외에 임상적 면접이나 자기감찰법 (self-monitoring)을 통해 역기능적 신념들을 평가하기도 한다 (조용래, 1998; Beck et al., 1985; Sutton-Simon, 1981). 그러나, 후자의 두가지 방법들은 치료 연구 (개인치료든 집단치료든)와 같이 소수를 대상으로 한 경우에는 쉽게 사용될 수 있겠으나, 대단위의 표본을 필요로 하는 상관관계 연구들에서는 현실적으로 채택되기 매우 어렵다. 그 때문에, 역기능적 신념들을 측정하는 방법으로 오래 전부터 자기보고형 검사가 주로 사용되어져 왔다.

둘째, 본 연구에서 개발된 역기능적 신념검사는, 한국 내담자들을 대상으로 한 치료과정에서 나온 자료들을 반영하기는 했지만, 충분한 사례들을 통해 나온 자료를 포괄하지 못했고 외국의 문헌들에 상대적으로 많이 의존하여 개발되었다는 점을 들 수 있다. 앞으로 풍부한 한국 사례를 기초로, 이 역기능적 신념검사를 수정·보완할 필요가 있을 것이다.

참고문헌

- 권석만 (1994). 한국판 역기능적 태도척도의 신뢰도, 타당도 및 요인구조. *심리과학*, 3, 100-111.

- 권석만 (1995a). 정신병리와 인지 I: 정서장애를 중심으로. 심리학 연구의 통합적 탐색(한국심리학회 편) (pp.49-95). 1995년도 한국심리학회 동계 심리학 연구세미나 자료집.
- 권석만 (1995b). 대학생의 대인관계 부적응에 대한 인지행동적 설명 모형. 학생연구, 30, 38-63.
- 권석만 (1996). 우울과 불안의 관계: 유발 생활사건과 인지내용에 있어서의 공통점과 차이점. 심리과학, 5, 13-38.
- 권정혜, 이정운, 조선미 (1998). 수줍음도 지나치면 병 - 사회공포증의 인지치료. 서울, 학지사.
- 김남재 (1995). 대인불안의 측정에 대한 연구. 한국심리학회지: 임상, 14, 73-81.
- 박동건 (1992). 심리측정의 개관: 신뢰도와 타당도를 중심으로. 심리검사 제작의 이론과 실제 (한국심리학회 편) (pp.1- 44). 1992년도 한국심리학회 동계 연수회 자료집.
- 신현균, 원호택 (1991). 비합리적 사고와 귀인양식에 있어서 우울집단과 불안집단 비교. 한국심리학회지: 임상, 10, 269-285.
- 심혜원 (1995). 완벽주의 성향이 정신건강에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위 청구논문.
- 이옥정 (1988). 대인불안에서 주의 방향이 Stroop 과제 수행에 미치는 영향. 서울대학교 석사학위 청구논문.
- 정미순 (1996). 사회공포증에 대한 인지행동치료와 지지처치의 비교. 충북대학교 석사학위 청구논문.
- 조용래 (1998). 역기능적 신념과 부정응적인 자동적 사고가 사회공포증상에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위 청구논문.
- 조용래 (미발표). 인지적 취약성변인들과 사회적 불안, 시험불안 및 우울간의 관계.
- 조용래, 김은정, 원호택 (1997). 대인불안에 대한 인지적 평가 (Ⅱ): 한국판 사회적 상호작용에 대한 자기 진술 검사의 신뢰도와 타당도에 관한 연구. 한국심리학회지: 임상, 16, 233-249.
- 최정훈, 이정운 (1994). 사회적 불안에서의 비합리적 신념과 상황요인. 한국심리학회지: 상담과 심리치료, 6, 21-47.
- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*, 4th ed. Washington, D. C.:American Psychiatric Association.
- Anastasi, A (1988). *Psychological testing*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Arnkoff, D. B., & Glass, C. R. (1989). Cognitive assessment in social anxiety and social phobia. *Clinical Psychology Review*, 9, 61-74.
- Ball, S. G., Otto, M. W., Pollack, M. H., Uccello, R., & Rosenbaum, J. F. (1995). Differentiating social phobia and panic disorder: A test of core beliefs. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 473-482.
- Barlow, D. H. (1988). *Anxiety and its Disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. New York: Guilford Press.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: clinical, experimental, and theoretical Aspects*. New York: Harper & Row.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International University Press.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive Perspective*. New York: Basic Books.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Blackburn, Ivy-M., & Davidson, K. (1990). *Cognitive therapy for depression and anxiety: a practitioner's guide*. Oxford: Blackwell Scientific Publications.
- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: Freeman.
- Butler, G. (1985). Exposure as a the treatment for

- social phobia: Some instructive difficulties. *Behavior Research and Therapy*, 23, 651-657.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Leibowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: diagnosis, assessment, & treatment*. (pp.69-73). New York: Guilford Press.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
- Emmelkamp, P. M. G. (1982). *Phobic and obsessive-compulsive disorders: Theory, research, and practice*. New York: Plenum Press.
- Frost, R. O., & Marten, P. A. (1990). Perfectionism and evaluative threat. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 559-572.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Freeman, A., & Beck, A. T. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*. New York: Guilford Press
- Glass, C. R., & Arnkoff, D. B. (1989). Behavioral assessment of social anxiety and social phobia. *Clinical Psychology Review*, 9, 75-90.
- Glass, C. R., Merluzzi, T. V., Biever, J. L., & Larsen, K. H. (1982). Cognitive assessment of social anxiety: Development and validation of a self-statement questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 37-55.
- Goldfried, M. R., & Soboncinski, D. (1975). Effect of irrational beliefs on emotional arousal. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 504-510.
- Haaga, D. A. F., & Davison, G. C. (1993). An appraisal of rational-emotive therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 215-220.
- Hartman, L. M. (1984). Cognitive componenet of social anxiety. *Journal of Clinical Psychology*, 40, 137-139.
- Heimberg, R. G. (1989). Cognitive and behavioral treatments for social phobia: A critical analysis. *Clinical Psychology Review*, 9, 107-128.
- Heimberg, R. G. (1994). Cognitive assessment strategies and the measurement of outcome of treatment for social phobia. *Behavior Research and Therapy*, 32, 269-280.
- Heimberg, R. G., Hope, D. A., Rapee, R. M., & Bruch, M. A. (1988). The validity of the Social Avoidance and Distress Scale and the Fear of Negative Evaluation Scale with social phobic patients. *Behavior Research and Therapy*, 26, 407-410.
- Herbert, J. D., Hope, D. A., & Bellack, A. S. (1992). Validity of the distinction between generalized social phobia and avoidant personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 332-339.
- Hill, C. V., Oei, T. P. S., & Hill, M. A. (1989). An empirical investigation of the specificity and sensitivity of the Automatic Thoughts Questionnaire and Dysfunctional Attitude Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 11, 293-311.
- Hollon, S. D., & Bemis, K. M. (1981). Self-report and the assessment of cognitive functions. In M. Hersen and A. S. Bellack (Eds.), *Behavioral assessment: a practical handbook* (2nd). (pp.125-174). New York: Pergamon Press.
- Ingram, R. E., & Kendall, P. C. (1986). Cognitive clinical psychology: Implications of an information processing perspective. In R. E. Ingram (Ed.), *Information processing approaches to clinical psychology*. New York: Academic Press.

- Ingram, R. E., & Kendall, P. C. (1987). The cognitive side of anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 523-536.
- Jones, R. G. (1968). A factorial measure of Ellis' irrational belief system with personality and adjustment correlates. Unpublished doctoral dissertation, Texas Technological College.
- Kassinove, H. (1986). Self-reported affect and core irrational thinking: A preliminary analysis. *Journal of Rational-Emotive Therapy*, 4, 119-130.
- Kwon, S., & Oei, T. P. S. (1992). Differential roles of dysfunctional attitudes and automatic thoughts in depression. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 309-328.
- Leary, M. R. (1983a). A brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Journal of Personality and Social Psychology Bulletin*, 9, 371-376.
- Leary, M. R. (1983b). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment*, 47, 66-75.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1993). Psychometric properties of the Interaction Anxiousness Scale. *Journal of Personality Assessment*, 61, 136-146.
- Leary, M. R., Kowalski, R. M., & Campbell, C. D. (1988). Self- presentation concerns and social anxiety: The role of generalized impression expectancies. *Journal of Research in Personality*, 22, 308-321.
- Leibowitz, M. R., Gorman, J. M., Fyer, A. J., & Klein, D. F. (1985). Social phobia: Review of a neglected anxiety disorder. *Archives of General psychiatry*, 42, 729-736.
- Lohr, J. M., & Bonge, D. (1982). The factorial validity of Irrational Beliefs Test: A psychometric investigation. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 225-230.
- Malouff, J. M., & Schutte, N. S. (1986). Development and validation of a measure of irrational belief. *Journal of consulting and Clinical Psychology*, 54, 860-862.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A model of social phobia. *Behavior Research and Therapy*, 35, 740-756.
- Schlenker, B. R., & Leary, M.R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, 92, 641-669.
- Scholing, H. A., & Emmelkamp, P. M. G. (1990). Social phobia: nature and treatment. In H. Leitenberg (Ed.), *Handbook of social and evaluation anxiety*(pp.260-324). New York: Plenum Press.
- Shorkey, C. T., & Whiteman, V. L. (1977). Development of the Rational Behavior Inventory: Initial validity and reliability. *Educational and Psychological Measurement*, 37, 527-534.
- Smith, T. W. (1982). Irrational beliefs in the cause and treatment of emotional distress: A critical review of the rational-emotive model. *Clinical Psychology Review*, 2, 505-522.
- Smith, T. W., & Allred, K. (1986). Rationality revisited: A reassessment of the empirical support for the rational-emotive therapy. *Advances in Cognitive-Behavioral Research and Therapy*, 5, 63-87.
- Smith, T. W. & Zurawski, R. M. (1983). Assessments of irrational beliefs: The question of discriminative validity. *Journal of Clinical Psychology*, 39, 976-979.
- Stopa, L., & Clark, D. M. (1993). Cognitive processes in social phobia. *Behavior Research and Therapy*, 31, 255-267.
- Sutton-Simon, K. (1981). Assessing belief systems: Concepts and strategies. In P. C. Kendall & S.

- D. Hollon (Eds.), *Assessment strategies for cognitive-behavioral interventions* (pp. 59-84). New York: Academic Press.
 - Trower, P., Gilbert, P., & Sherling, G. (1990). Social anxiety, evolution, & self-presentation: An interdisciplinary perspective. In H. Leitenberg (Ed.), *Handbook of social and evaluation anxiety* (pp.11-45). New York: Plenum Press.
 - Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 448-457.
 - Weissman, A. N., & Beck, A. T. (1978). *Developmental validation of the Dysfunctional Attitude Scale*. Paper presented at the Annual meeting of the Association of Advancement of Behavioral Therapy, Chicago.
 - Zurawski, R. M., & Smith, T. W. (1987). Assessing irrational beliefs and emotional distress: Evidence and implications of limited discriminant validity. *Journal of Counseling Psychology*, 34, 224-227.
- 원고접수일 1999. 1. 27

수정원고접수일 1999. 4. 26

제재결정일 1999. 5. 18 ■

Cognitive Assessment of Social Phobia (Ⅲ): The Development and Validation of the Dysfunctional Beliefs Test

Yong-Rae Cho

Department of Neuropsychiatry
College of Medicine
Chosun University

Ho-Taek Won

Department of Psychology
Seoul National University

Cognitive variables have been known to be particularly important in social phobia. However, there has not yet been developed any instrument to define systematically and measure objectively dysfunctional beliefs regarded as one type of main cognitive contents of social phobia. Based on the systematic definitions of dysfunctional beliefs of social phobia, a pool of 220 preliminary items were sampled, and 199 items were initially selected through the examination of content validity. And then the Dysfunctional Beliefs Test(DBT) with 70 items was constructed using a series of factor analyses on the data of 199 items, and was examined its reliability and validity in two separate studies. The DBT was highly reliable in terms of internal consistency, split-half reliability, and test-retest reliability. Factor analyses revealed that it had three factors labeled 'Negative Concept of Social Self', 'Excessive Demand for Others' Approval', and 'Negative Belief of Others and Excessive Concern over Mistakes'. And the DBT was significantly correlated with maladaptive automatic thoughts, emotional and behavioral symptoms, and trait anxiety related to social phobia as well as a vulnerability to fear of negative evaluation, but not with social stressor. In conclusion, the DBT appears to be a highly reliable, valid measure to assess dysfunctional beliefs of social phobia. Lastly, both the implications of the present studies and the utilization of the DBT in the cognitive study and treatment of social phobia were discussed.