

## 사회적 불안이 개인의 심리적 적응에 미치는 영향\*

박 수 애†

송 관 재

연세대학교 인간행동연구소

본 연구에서는 사회적 불안이 개인의 심리적 적응에 미치는 영향을 살펴보았다. 사회적 불안을 더 많이 느끼는 사람들이 적게 느끼는 사람들에 비하여 걱정증상과 신경증 수준이 높았고 삶의 만족도와 심리적 안녕감 수준은 낮았다. 사회적 불안의 하위 영역과 하위 차원 중 심리적 적응도를 예언하는 영역이나 차원이 무엇인지를 알아보았다. 부정적 적응은 주로 개인불안에 의해 유발되는 반면, 긍정적인 적응은 개인불안과 함께, 긍정성불안과 미래불안에 의해 예측되었다. 또한 사회적 불안 하위 차원 중에서는 상황을 염려하여 사람들이 느끼는 불안인 예견불안이 긍정적, 부정적 적응도를 유의하게 예언하였다. 사회적 불안과 최근 발생한 응답자들의 행동이나 생각 변화와의 관계를 분석한 결과, 사회적 불안이 높은 응답자일수록 최근 공격반응이나 포기반응을 더 자주 하였다. 특히 공격반응의 경우 개인불안이 유의한 예측변수로 나타났으며 포기반응의 경우에는 정치불안과 사회문제불안이 유의한 예언변수로 나타났다. 사회적 불안차원 중에서 공격과 포기반응을 예측하는 변인은 예견불안이었다. 마지막으로 사회적 불안에 대한 스트레스 대처방식을 살펴본 결과, 응답자들은 전반적으로 문제해결적 대처방식을 많이 사용하고 있었다. 그러나 사회적 불안 수준이 높은 사람들이 사회적 불안이 낮은 사람들에 비하여 소망적 사고를 많이 하고 있었고, 특히 안전불안과 정치불안을 많이 느끼는 사람일수록 소망적 사고를 많이 하였다. 반면에 반응불안이 높은 사람은 문제 회피적인 스트레스 대처방식을 많이 사용하고 있었다.

주요어 : 사회적 불안, 상태불안, 지각된 사회적 불안, 심리적 안녕감, 삶의 만족도, 걱정증상, 신경증, 스트레스 대처방식

\* 이 논문은 2003년 한국학술진흥재단의 지원에 의하여 연구되었음. (KRF-2003-074-HS0010)

† 교신저자 : 박수애, 연세대학교 인간행동연구소, 서울시 서대문구 신촌동 134, E-mail : psuae@chol.com

불안은 위협과 위험에 대한 심리적 반응으로 특정한 상황에 대하여 자신이 위협받고 있다고 받아들임으로서 야기되는 두려움, 긴장감, 우려, 근심 등의 부정적인 주관적 감정이다. 불안에 대한 심리학적 연구들은 상황에 의해 유발되는 불안과, 상황과는 별개로 비교적 일관되게 나타나는 개인차로서 불안 등 두 유형에서 연구되어 왔다. 이는 특질불안과 상태불안으로 불안을 나눈 Spielberger(1972)의 분류에 따른 것이다.

이 두 유형의 불안 중에서 상태불안에 대한 연구들은 일상생활 속에서 발생하는 여러 상황들이 개인에게 미치는 영향을 집중적으로 다루고 있다. 경쟁 불안, 수학 불안, 퇴직 불안, 죽음 불안 등에 관한 연구들이 그 예들이다. 그러나 상태불안을 구체적이고 일시적인 특정 상황에 대한 불안으로만 한정하면 경우에 따라 무수히 많은 불안이 설정될 수 있다. 사람들이 사회적 상황에서 경험하는 다양한 불안의 유형을 포괄적으로 살펴보는 것이 필요하다.

사회적 상황에서 발생하는 불안에 대한 기존의 심리학적 연구들은 사회적 불안의 사회(social)의 개념을 대인간(interpersonal)이라는 개념과 동일시하여 대인관계 상황에서 사람들이 경험하는 불안을 주로 다루어 왔다. 이런 관점에서 사회적 불안은 친숙하지 않거나 다른 사람에 의해 주시되는 사회적 상황을 접하거나 그런 상황이 예상될 때 느끼는 불안으로 정의된다. 이 사회적 불안이 지나치게 강해서 일상생활을 심각하게 저해하거나 개인의 고통이 극심해지게 되면 임상적 수준의 장애인 사회공포증(social phobia)이 된다(장혜인, 2003). 사회적 불안이 높거나 사회공포증 진단을 받은 사람들은 대인 관계를 맺거나 타인 앞에서 수행

을 해야 하는 상황이 되면 심한 정신적 고통을 경험하게 되며, 보통 사람들 보다 경제적 수입, 교육 수준, 결혼 비율 등이 저조한 것으로 조사되었다(Quilty, Ameringen, Mancini, Oakman & Farvolden, 2002; Alden & Crozier, 2001; Lepine & Pelissolo, 2000).

기존의 연구들이 다루고 있는 사회적 불안이나 사회 공포증은 대인관계 상황이 유발하는 불안이다. 즉, 기존의 사회적 불안은 대인관계 상황에서 사람들이 타인들에게 바람직한 인상을 주려고 할 때 혹은 자신이 원하는 결과를 얻고자 할 때 자신의 의도대로 상황이 전개될 것인가와 관련되었거나, 타인이 자신을 어떻게 평가할 것인지에 대한 평가불안이다. 그러나 더 넓은 의미의 사회적 불안은 당면한 대인관계 상황뿐만 아니라 자신이 직접 경험하거나 혹은 간접적으로 경험하게 되는 다양한 사회적 현상에 대한 반응으로도 나타난다. 예를 들어, 급격한 사회적 변화와 기술의 발전, 경제적 불황, 전쟁, 질병과 같은 특수한 사회적 현상이 그 사회에 속한 사람들을 불안하게 만든다.

최근 우리나라 대중매체에서는 끊임없이 사회가 불안하다는 기사들이 실리고 있다. 우리 사회의 삶의 질은 좋아지는 반면 사람들이 느끼는 사회적 불안의 정도는 예전보다 더 높아진 것 같다. 정치적인 변혁과, 경제적 위기, 그리고 사회적 이해관계의 전면적인 재편과 관련제도의 개혁, 지식 정보화 과정에서 나타나는 기술의 발전과 가치관의 혼돈 등 지금 우리는 그 어느 시대에서도 겪지 못했던 빠르고 다면적인 변화를 경험하고 있다. 거기에 덧붙여 대형 안전사고와, 각종 로비 의혹 사건들, 여러 사회집단의 시위나 농성, 파업 등의 사건들은 사회적 불안감을 더욱 증폭시키고 있다.

이러한 사회 전반에 걸쳐 발생하는 사건들로 인해 유발된 사회적 불안은 그 사회에 속한 사회 구성원들에 다양한 영향을 미치게 된다.

사회적인 사건이나 변화가 그 사회의 구성원에게 미치는 영향에 관한 기존 연구들은 크게 신뢰의 문제를 다룬 연구들과 위험 사건들에 관한 연구로 나누어 볼 수 있다. 신뢰에 관한 기존 연구들 중에서도 대인관계 맥락에서 신뢰를 연구해온 연구들은 주로 사람들이 지각하는 신뢰의 차원(Kasperson, Golding, & Tuler, 1992)이나 피신퇴자의 능력, 배려나 인격 등 개인적 차원에서 신뢰에 영향을 주는 요인들(Mayer, Davis & Schoorman, 1995)이 무엇인지를 밝히고자 하였다. 이런 맥락에서 우리나라에서 이루어진 신뢰에 관한 연구들도 개인적인 배려와 같이 기업조직에서 부하직원이 상사에 대해 갖는 신뢰의 기반을 개인적 수준에서 분석하거나(김명연, 이영석, 2000), 한국사람들은 피신퇴자의 특성보다는 특정관계를 기반으로 상대방을 무조건적으로 신뢰한다는 한국인이 갖는 신뢰의 특성과 현상을 주로 분석하였다(김의철, 박영신, 오나라, 2003; 김의철, 박영신, 2004).

신뢰에 관한 연구들과 마찬가지로 위험사건에 관한 연구들도 주로 안전사고와 관련하여 각 사건들에 대한 위험을 어느 정도 인식하고 있는지 혹은 위험을 평가하는 기본 차원은 무엇인지와 같은 주제를 중심으로 연구가 진행되었다. 예를 들어, 국무총리실 산하 안전관리대책기획단(2000)의 연구에서는 우리 사회의 여러 분야 중에서 안전관리가 소홀하여 사고와 재해의 위협을 느낄 수 있는 7개의 분야 중에서 사고의 위험이 가장 크다고 지각되는 분야를 조사하였다. 그 결과, 우리나라 사람들은 교통사고(53%), 가스사고(16.8%), 화재사고

(15.3%)의 순으로 사고의 위험이 크다고 느끼고 있었다. 이에 비하여, Slovik (2000)은 원자력 발전소, 등산, 알콜 음료, X-ray, 수술, 민간 항공, 흡연 등 다양한 위험 사건들을 대상으로 사람들이 위험사건을 인식하는 기본적인 차원이 무엇인지를 알아내고자 하였다. 이 연구에서는 사람들이 위험사건을 지각하는 차원은 얼마나 치명적인가하는 차원과 얼마나 알려져 있고 개인이 통제가능한가의 두 차원으로 나누어 진다는 것을 발견하였다.

이 같은 구체적인 안전사고에 관한 연구 이외에 좀 더 사회적인 문제를 다룬 연구들도 있다. 한덕웅과 강혜자(2000)의 연구에서는 한국 사회에서 반드시 해결해야 할 문제를 자유 반응으로 기술하도록 하여 우리 사회 구성원들이 생각하는 사회의 문제점을 조사하였다. 그 결과, 정치인의 부정부패/부조리, 환경오염, 공무원의 부정부패, 부조리, 입시위주 교육, 높은 실업률, 집단 따돌림/썩파, 권력형 비리 부당한 관권 개입, 정치적 무능, 지방대 출신 취업난 등이 사회의 문제점으로 드러난다. 이에 비하여, 박은실, 박영신, 김의철과 정갑순(2004)는 삶의 질에 영향을 주는 요소들을 조사하였는데 그 결과 우리나라 사람들의 삶의 질을 낮추는 요소로 경제불안과 정치불안, 시민의식 결여, 부정부패비리, 집단 이기주의, 여가생활 부족, 과도한 교육열 등이 삶의 질을 낮추는 요소라는 사실을 발견하였다. 이들 연구들은 앞서 안전사고에 관한 연구들보다 좀더 광범위하고 추상적인 수준에서 한 개인의 적응과 삶에 영향을 주는 사회적 문제들을 다루고 있다. 그럼에도 불구하고 사회 구성원들이 인식하고 있는 각 문제들의 상대적 심각성만을 다루고 있다.

본 연구에서 연구하고자 하는 사회적 불안

은 사람들이 살아가면서 겪게 되는 다양한 안전사고나 불신의 경험, 그리고 사회적 문제들에 대한 인식에 근거해서 유발되는 불안으로 한 개인의 문제가 아닌 사회 구성원들이 전반적으로 경험하고 있는 사회적 수준에서의 불안이다. Lazarus와 Lazarus(1994)는 한 개인이 어떤 사건이나 상황, 대상이 자신의 생명이나 행복 등을 위협하게 만든다고 지각할 때 불안을 느낀다고 하였다. 즉, 불안을 유발시키는 기본적인 자극을 닥쳐올 어떤 사건으로써 예를 들어, 질병이나 타인에게 평가받을 일, 비판이나 사회적인 비난을 받을 가능성이 있는 사회적 상호작용 등이 불안을 유발시키는 사건들이다. 이들 사건이 불안을 유발하는 이유는 모두 불확실한 위협이라는 특징을 갖고 있기 때문이다. 그리고 이들 연구자들은 위협을 개인적으로 한 개인의 존재를 위태롭게 만드는 것이라고 보았다.

본 연구에서는 사회적 불안을 자신이 속한 사회의 실존에 대한 불확실한 위협이 존재한다거나 혹은 위험하다고 느끼는 것이라고 정의하고자 한다. 사회의 실존에 대한 위협이란 사회의 존재 자체, 즉 그 사회의 존속, 유지, 발전 등이 위협하거나 위협당하고 있다는 느낌, 인식, 지각을 의미한다. 우리나라 사회와 사람에 대한 사회적 표상을 연구한 김의철과 박영신(2004)의 연구를 살펴보면 우리 사회에서 본 연구에서 다루고자 하는 사회적 불안이 실제로 존재함을 알 수 있다. 연구자들은 한국 사회에 대한 표상을 정치, 경제, 사회, 문화의 네 가지 측면에서 자유반응 형식으로 조사하였다. 그 결과, 정치를 생각하면 불신부터 생각되는 것은 나타났다. 이 반응범주에 분류된 응답자들의 반응으로는 ‘믿을수 없다’, ‘부정적이다’, ‘불안하다’, ‘불만족스럽다’, ‘정직하지

못하다’ 등의 응답으로 한국의 정치 자체에 대한 불안이 측정되었다. 이에 비하여 한국 경제나 한국 사회에 대한 인식에서는 불안이 아예 독립범주로 분류되어 한국경제가 불안하다는 인식은 학생과 성인 평균 30.4%로 부정적 지각 중 가장 높은 수준이었다. 한국 사회에 대한 불안 지각은 전체 9.9%로 부정적 지각 중 세 번째로 높은 수준이었다. 또한 한국사회에 대한 불신 이유를 조사한 결과에서도 경제적 불안 때문에 한국 사회를 믿을 수 없다는 응답이 전체 응답 중 12.8%를 차지하여 정치인 불신과 부정부패/비리, 공공기관 불신 다음으로 높은 응답 순위를 차지하였다.

위의 연구에서 밝혀진 것처럼 최근 우리나라 사람들이 갖고 있는 우리 사회에 대한 인식의 한 부분을 사회가 불안하다는 생각이 차지하고 있다. 이러한 사회적 불안을 관심의 대상으로 삼은 것은 불안이 그에 따른 심리적, 행동적 변화를 유발시키기 때문이다. 불안은 살아가는 데 도움이 되기도 하고 혹은 신체적 장애나 심리적 장애를 유발하기도 한다. 그러므로 사회적 불안이 높은 사람들은 자신과 사회를 부정적으로 생각하거나 위축된 행동을 할 수 있고 이는 전체 사회구성원들의 효율성을 떨어뜨리는 결과를 초래하게 될 것이다. 뿐만 아니라 자신의 불안을 해소하기 위해 집단 이기주의나 사회적 딜레마와 같이 자신의 이익에는 도움이 되나 전체 사회에는 손해를 입히는 행동을 추구함으로써 궁극적으로는 우리 사회의 성장을 저해하는 결과를 낳을 수 있다.

그렇다면 사회적 불안은 사람들에게 어떤 영향을 주는가? 현재까지는 사회적 불안의 영향에 대한 직접적인 연구는 없으나 IMF 경제위기와 같은 사회적 사건이 사회 구성원에게 어떤 영향을 미쳤는지를 조사한 연구들이 있

다. 한국의 IMF 경제 위기 전 후의 질병이환율, 의료이용 및 사망률의 변화를 살펴본 연구(송영중, 2000)에서는 국민전체의 사망률, 특히 스트레스와 관련이 깊은 순환기계 질환 중 허혈성 심장질환이나 뇌혈관으로 인한 사망률이 경제 위기를 기점으로 증가했다는 결과를 얻었다.

경제적 위기를 실제로 경험하지 않았으나 경험할 가능성만 다르게 생각해도 그로 인한 각종 스트레스를 경험하게 된다. 정기선(2000)의 연구에서는 경제 위기동안 지속적으로 직장을 갖고 있던 사람들 중에서도 앞으로 자신이 실직할 위험을 높게 예상하는 사람일수록 심리적인 스트레스를 많이 받고 있는 것으로 나타났다. 또한 경제 위기가 가족관계에 미친 영향을 경제적 고통과 가족 갈등을 중심으로 살펴본 연구(안병철, 1999)에서도 남편이 일년 이내에 지금의 일자리를 잃을 가능성이 있다고 생각하는 가족이 그렇지 않은 가족보다 부부갈등이 더 많았다. 또한 일년 후 가족의 경제적 형편이 지금보다 나빠질 것으로 전망하는 가족이 같거나 더 좋아질 것으로 전망하는 가족보다 부모-자녀 갈등이 더 컸다. 이러한 연구결과들은 실직자들만큼은 아니라도 언제 일자리를 잃을지 모르는 고용불확실성 속에서 일하는 취업자 역시 심리적으로 상당한 긴장과 불안을 겪는다는 기존 연구결과들(Fox & Chancey, 1998; Kinnunen & Pulkkinen, 1998)과 일치하는 것이다.

각종 사회적 사건들로 인해 유발되는 불안은 신체적, 심리적 문제를 발생시킬 뿐만 아니라 그에 따라 다른 사람들을 만나는 것을 회피하게 하거나, 혹은 폭력이나 범죄와 같은 부적응적인 행동을 유발할 가능성이 있다. 서정열(2003)은 직업군인을 대상으로 직무 스트레

스와 경제적 스트레스가 가정폭력에 미치는 영향을 조사하였다. 이중 사회적 여건과 보다 직접적으로 관련된 경제적 스트레스가 높은 집단이 낮은 집단에 비해 자녀에 대한 경미한 폭력의 정도가 더 높았고, 아내에 대한 전체 폭력 수준이 더 높은 것으로 조사되었다. 특히 실업률로 대표되는 경제적 위기는 사회의 범죄율을 증가시키는 주요 요인으로 꼽힌다.

그러나 사회적 불안은 그 사회 구성원으로 하여금 긍정적인 방향의 적극적 행동을 하도록 이끌 수도 있다. 또한 자신이 느끼는 사회적 불안을 해소하기 위해 전쟁반대 시위에 참가하거나 시민단체에 가입하는 등의 사회적으로 영향력을 발휘하려 할 수도 있다. 양지연, 사공수연과 박경애(2001)는 소비자의 경제위기 의식과 애국심이 외제품 구매행동에 미치는 영향을 1998년 우리나라 경제위기 상황을 중심으로 분석하였다. 이들 연구에서는 IMF이후 소비자들이 느끼는 경제위기의식과 애국심의 정도에 따라 외제품의 구매와 구매의향이 달라지는 지를 비교하여 보았는데 경제위기의식은 화장품보다는 경제적 상황에 민감하게 영향을 받는 외제 의류제품의 경우 특히 구매행동에 부정적인 영향을 미치는 것으로 드러났다. 이러한 분석은 단순한 경제적 상황과 소비자 행동간의 관련성을 파악하려는 시도에서 한발 나아가 경제적 상황에 대한 소비자 의식과 그에 따른 행동의 변화를 분석해 주는 것으로 사회적 불안이 소비자 행동에도 영향을 미친다는 사실을 시사하는 연구결과이다.

사회적 불안이 심리학에서 연구된 기존의 불안들과 다른 가장 큰 차이점 중의 하나가 바로 그 영향력일 것이다. 지금까지 심리학에서 주로 연구하여온 이성불안, 수행불안, 공격발언 불안, 신체적 불안, 시험불안, 수학 불안

등의 다양한 상태불안은 발생 원인이 구체적이고, 일시적이고, 개인적이다. 그러나 사회적 불안은 이에 비해 상대적으로 발생 원인이 모호하며, 장기간에 걸쳐 유지되며, 개인차는 있으나 그 사회에 속한 모든 구성원들이 영향을 받게 된다. 그러므로 사회적 불안이 발생하는 원인이나 확산되는 기제 그리고 사회적 불안이 그 구성원들에게 어떤 영향을 미치는 지를 밝히는 연구들이 필요하다.

본 연구에서는 사회적 불안과 관련된 다양한 연구주제 중에서 과연 사회적 불안이 어떤 결과를 낳게 되는 지를 알아보았다. 즉, 자신이 속한 사회가 불안하다고 지각하게 되면 그 사회를 구성하는 구성원들 개개인에는 어떤 심리적인 혹은 행동적인 변화를 일으키게 되는 지를 조사하였다. 특히 사회적 불안을 자신이 속한 사회의 존재 자체, 즉 그 사회의 존속, 유지, 발전 등이 위협하거나 위협당하고 있다는 느낌, 인식, 지각으로 정의하였으며 이러한 정의를 바탕으로 구성된 사회적 불안 척도(송관재, 홍영오, 박수애, 출판 중)를 중심으로 분석하였다.

## 연구방법

### 조사대상

조사는 2004년 10월에 서울시내 k대학교 심리학 관련 교육과정을 수강하는 수강생들을 대상으로 수업시간 중에 실시하였다. 본 연구에서 조사한 사회적 불안은 신문이나 방송과 같은 대중매체에서 자주 언급되는 현상에 관한 개념이나 조사 대상자에게는 낯설고 모호한 내용일 수 있으므로 먼저 일반적인 수준에

서의 본 조사의 목적에 대하여 쉽게 설명을 하여 이해를 시킨 다음 조사를 실시하였다. 또한 응답자들의 솔직하고 신뢰로운 응답과 의견을 이끌어 내기 위하여 조사의 익명성에 대하여 자세히 설명하였으며 다른 사람과 의논하거나 다른 사람의 응답내용을 볼 수 없도록 철저히 통제하였다.

응답자는 총 143 명이었고 이중 무성의한 응답을 한 3명을 제외한 139명의 자료를 분석하였다. 응답자 중 남성이 39명(28.1%)였고, 여성이 87명(62.6%)였다. 20대가 전체의 66.9%(93명, 평균 23세)를 차지한 반면, 20대 이상은 22.3%(31명, 평균 43세)이었고 20대 미만은 2명(평균 19세)이었다.

### 측정도구

#### 사회적 불안 관련 척도

본 연구에서 사용한 사회적 불안 관련 척도는 모두 세 종류로는 각각 사회적 불안의 서로 다른 특성을 반영한다. 첫째, 사회적 불안 척도는 다양한 영역과 차원에서 우리 사회 성원들이 경험하고 있는 구체적인 걱정(예, 다른 사람과 거래나 계약을 할 때 사기당하지 않을까 걱정하는 편이다 등), 불안(예, 나는 다른 사람들보다 뒤떨어지게 될까봐 불안하다 등), 평가(우리 사회의 미래는 막연하고 불확실하게 보인다 등) 등을 측정한다. 이 척도는 생리적 반응과 인지적 인식이나 지각을 모두 포함하는 증상으로서의 불안 정서가 갖는 특성을 반영하여 구성되었다. 둘째, 지각된 사회적 불안은 단일 문항으로 일반적이고 추상화된 수준에서 우리 사회를 불안하다고 지각하고 있는 지를 측정하였다. 그리고 셋째, 사회적 불안에 대한 상태불안은 정서적인 면(긴장된다, 마음

이 조마조마하다 등)을 주로 측정하는 척도이다.

**사회적 불안 척도.** 사회적 불안을 측정하기 위해 개발된 40문항의 사회적 불안 척도(송관재, 홍영오, 박수애, 출판 중)를 사용하였다. 이 척도는 이 사회에 대하여 사람들이 지각하는 각 영역별 불안도를 측정하는 것으로 각 문항에 동의하는 정도를 100점 만점으로 표기하도록 하였다. 점수가 높을수록 불안도가 높은 것을 의미한다. 또한 개인 불안, 경제 불안, 공정성 불안, 미래 불안, 불신 불안, 안전 불안, 사회문제 불안, 정치 불안의 8개 하위영역으로 구성되어 있다. 개인적 불안은 “나는 다른 사람들보다 뒤떨어지게 될까봐 불안하다”와 같은 문항으로 사람들이 이 사회를 경쟁적으로 느끼고 그 경쟁에서 뒤떨어지거나 원하는 삶을 누리지 못하게 될 것 같은 불안을 말한다. 경제적 불안은 우리 사회가 경제적인 어려움을 겪고 있음으로 인해서 느끼는 불안을 측정하는 것인 반면, 공정성 불안은 “우리 사회에서

는 규칙이 있어도 제대로 지켜지지 않는다”와 같은 문항을 통하여 사람들이 사회에서 공정함이나 규칙 등이 제대로 지켜지지 않는다고 느끼는 유형의 불안을 측정하고 있다. 미래 불안은 이 사회에서 앞으로 삶이 보장되지 않을 것으로 인해 느끼게 되는 불안이다. 불신불안은 “다른 사람과 거래나 계약을 할 때 사기당하지 않을 까 걱정하는 편이다”나 “각종 재해에 대해서는 정부를 믿기보다는 개인이 알아서 대비책을 마련해야 한다”는 등의 믿고 따를 만한 타인이나 정부, 권위있는 대상이 없으므로 해서 유발되는 불안이며, 안전 불안은 전쟁이나 안전사고 등 신체적인 위협으로 인해 느끼는 불안이다. 정치적 불안은 정치가 혼란스럽고 정부를 믿을 수 없음으로 해서 유발되는 불안이며 사회문제 불안은 지역갈등, 집값, 교육 등 현재 우리 사회가 직면하고 있는 여러 가지 사회문제들로 인하여 유발된 불안을 측정하고 있다.

또한 사회적 불안 척도는 경험하는 불안의 특성에 따라 네 가지 하위 유형으로 다시 나

표 1. 사회적 불안 척도의 문항간 내적 일치도

문항간 내적 일치도 Cronbach's α		문항간 내적 일치도 Cronbach's α	
영역별		차원별	
개인불안	.728	반응불안	.828
경제불안	.800	예견불안	.855
공정성불안	.750	유관불안	.844
미래불안	.744	불유관 불안	.820
불신불안	.721	사회적 불안 전체	.955
안전불안	.797		
사회문제불안	.745		
정치불안	.838		

된다. 첫 번째 기준은 불안이 예견적인 것이냐(anticipatory) 혹은 이미 일어난 것에 대한 반응적인 것이냐(reactive) 하는 것이다. 이 기준에 따르면 불안은 앞으로 일어날 상황을 염려하여 사람들이 느끼는 불안(예견불안)과 이미 일어난 상황에 대해 느끼는 불안(반응불안)으로 구분할 수 있다. 두 번째 기준은 유관성이다. 다른 사람의 반응에 의해 불안(유관불안)을 느끼는지 혹은 다른 사람과는 상관없이 스스로 느끼는 불안(불유관불안)인지의 여부이다(Jones & Gerard, 1967). 본 연구에서 조사된 사회적 불안 척도의 문항간 내적 일치도는 표 1에 제시되어 있다.

**지각된 사회적 불안.** 다음으로 “우리 사회가 얼마나 불안하다고 생각하십니까?”라는 단일 문항으로 응답자들이 우리 사회를 얼마나 불안하다고 지각하는 지를 의미하는 사회적 불안 지각도를 직접적으로 측정하였다. 보다 정밀한 측정을 위해 10cm의 선 위에 왼쪽 끝은 “전혀 불안하지 않다”로, 오른쪽 끝은 “매우 불안하다”로 표시한 다음 동의하는 정도를 선위에 표시하도록 하였다. 그리고 왼쪽부터 표시한 지점까지를 측정하여 100점 만점으로 점수를 부여하였다.

**상태불안사회 척도.** 조사 응답자들이 현재 사회로 인하여 느끼는 불안의 정도를 정서적 상태로 측정해 보기 위하여 Spielberger, Gorsuch와 Lushene (1970)의 STAI를 김정택(1978)이 변안한 상태-특성 불안척도 중에서 상태불안 척도를 사용하였다. 상태불안 척도는 조사 시 응답자의 불안 정도를 측정하는 것이나 본 연구에서는 “우리 사회를 생각하시면 어떤 느낌이 드는지를 답해주십시오”라고 질문을 변형하여

우리 사회에 의해 유발되는 정서적 불안수준을 측정하였다. 본 연구에서의 문항간 내적 일치도는 .882로 나타났다.

### 심리적 적응도 측정

본 연구에서는 응답자들의 심리적 적응도를 긍정적인 측면과 부정적인 측면에서 동시에 측정하였다. 기존의 주관적 안녕감(well-being)에 관한 연구에 따르면 한 개인이 경험하는 긍정적인 사건은 주관적 안녕감을 증진시키는 반면, 부정적인 생애사건은 주관적 안녕감을 저하시킨다고 한다. 실제로 Zautra와 Reich(1983)은 미국 임상심리학자들이 1970년부터 1980년 사이에 수행한 생애사건과 정신과적 고통 간 관계에 관한 17개 연구들과 생애사건과 행복 간의 관계에 관한 7개 연구들에 대한 메타분석을 실시하였다. 그 결과, 사람들은 부정적 상태를 회피하려는 욕구와 긍정적 증서를 증진시키려는 두 가지 서로 다른 욕구체제를 갖고 있으며 이 두 체제가 따로 기능한다는 결론을 내렸다. 따라서 본 연구에서도 긍정적 측면의 심리적 적응도와 부정적 측면의 심리적 적응도를 동시에 측정하여 각각의 적응도에 미치는 사회적 불안의 영향을 살펴보았다.

**펜실베이니아 걱정증상 질문지(Penn Scare Worry Questionnaire: PSWQ).** 이 검사는 Meyer, Miller, Metzger와 Borkovec(1990)이 범불안장애의 주증상인 만성적이고 통제불가능한 걱정의 빈도 및 강도를 평가하는 자기보고형 검사이다. 이 검사는 16개 문항을 5점척도 상에서 평정하도록 되어 있다. 총점의 범위는 16~80점 사이이며, 총점이 높을수록 걱정이 많음을 의미한다. 본 조사에서 이 척도가 보인 문항간 내적 일치도는 .896이었다.



**심리적 안녕감.** 심리적 안녕감은 Ryff(1989)에 의해 개발된 심리적 안녕감 척도(Psychological Well-Being: PWBS)를 바탕으로 김명소와 김혜원(2000)이 사용한 척도로 측정하였다. 이 척도는 자아수용, 긍정적 대인관계, 자율성, 환경에 대한 지배력, 삶의 목적, 및 개인적 성장의 6개 하위 차원으로 구성되어 있다. 자아수용은 자신에 대하여 긍정적인 태도를 갖고 있는 지 혹은 자신에 불만족하는 지의 여부를 측정하는 차원이다. 긍정적 대인관계는 타인과 만족스럽고 신뢰로운 관계를 갖고 있는가에 대한 차원이며, 자율성은 개인이 결단력이 있고 독립적이며 사회적 압력에 저항할 수 있는 지의 측정한다. 환경에 대한 지배력은 자신이 환경을 잘 관리하는 능력이 있다고 느끼는 것이며, 삶의 목적은 개인이 삶의 목표와 방향감각을 갖고 있는지, 자신의 삶의 의미가 있다고 느끼는 지에 관한 차원이다. 마지막으로 개인적 성장은 자신이 계속적으로 발달한다고 느끼고 자신의 잠재력을 실현시키려고 하는 경향에 대한 차원이다. 본 연구에서 심리적 안녕감 척도의 전체 내적 일치는 .881로 나타났다.

**신경증 척도.** 이 척도는 Costa와 McCrae(1992)의 NEO 성격척도를 번안한 것으로 그 척도 중에서 신경증 경향성을 측정하는 척도만을 사용하였다. 신경증은 정서적 안정수준이나 적응수준을 측정하는 것으로 이 척도 점수가 높은 사람은 정서적으로 안정되어 있고, 세상을 통제할 수 있으며 세상은 위협적이지 않다고 생각하는 정도를 의미한다. 따라서 본 연구에서 다루고자 하는 사회적 불안이 각 개인에게 미칠 수 있는 영향을 잘 측정할 수 있다고 여겨져 일반적으로 성격적 특성을 반영하는 것으로 정의되는 이 척도로 사회적 불안이 개

인적 적응에 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

이 척도는 총 12개의 문항으로 각 문항을 5점 척도 상에 평정하도록 하였다. “나는 극심한 스트레스를 받으면, 나 자신이 산산조각나는 것처럼 느낀다”와 같은 문항으로 구성되어 있으며, 최소 5점에서 최대 60점으로 점수가 높을수록 신경증 경향성이 높다. 본 조사에서 문항간 내적 일치는 .833이었다.

**생활 만족 척도(SWLS).** 본 연구에서 생활 만족을 측정하기 위해 사용한 척도는 Diener, Emmons, Larsen 와 Griffin(1985)이 개발한 생활만족 척도(Satisfaction with Life Scale)이다. 이 척도는 사회적 바람직성(social desirability)의 영향을 받지 않으며, 다른 주관적 안녕 척도들과는 정적인 상관관계를, 정신 병리와 부적응 척도와는 부적 상관을 보였다(Diener, 2000). 이 척도의 문항간 내적 일치는 .870이었다.

#### 사회적 불안에 대한 반응 측정

**변화경험 측정** 사회적 불안이 사람들에게 어떤 변화를 일으키는 지를 알아보기 위하여 불안할 때 사람들이 보이는 반응(스트레스 반응들)에 대한 기존 문헌과 사회적 불안에 관한 신문기사들을 바탕으로 사회적 불안을 경험할 때 증가하거나 감소할 것이라고 예상되는 30개의 행동이나 생각에 관한 문항(예, 일에서의 실수, 불면증, 점 보기, 이민에 대한 생각 등)을 구성하였다. 그리고 각 문항에 대하여 최근 그러한 행동이나 생각의 빈도나 강도가 달라졌는지를 응답자들에게 평가하도록 하였다. 구체적인 행동이나 생각의 변화는 증가하거나 감소하는 방향으로 발생할 수 있기 때문에 이러한 방향성을 함께 측정하고자 각 문항에 대하여 매우 감소(-2점), 약간 감소(-1점), 이전과

동일(0점), 약간 증가(1점), 매우 증가(2점)하였는지를 평가하게 하였다.

**스트레스 대처방식 척도.** 본 연구에서 사용한 스트레스 대처방식 척도는 Flokman과 Lazarus(1985)가 개발한 스트레스 대처방식 척도로 박애선과 이영희(1992)가 우리 실정에 적합하도록 번안한 척도이다. 모두 5개의 하위 요인(문제해결, 정서적 완화, 조력추구, 문제회피, 소망적 사고)으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 특히 사회적 불안을 느낄 때, 어떤 대처방식을 사용하는지를 알아보기 위해 이 척도를 사용한 것이므로 사회적 불안에 대한 대처행동으로 부적절하다고 간주되는 문항(예, 문제의 끝에 가서는 좋은 경험을 갖게 되었다고 생각한다)들을 제외한 3개 문항만을 사용하였다. 본 연구 조사결과 이 척도의 전체 문항간 내적 일치도는 .803이었다.

본 연구에서는 특히 개인적으로 경험하는 스트레스에 대처하는 방식보다는 사람들이 사회적 불안을 느낄 때 어떤 대처방식을 사용하는가에 관심을 두었다. 따라서 대처방식에 관한 척도를 작성할 때 “우리 사회가 불안하다고 생각하시면 이를 어떻게 해소하십니까?”라는 질문을 사용하여 사회로 인한 불안에 대처하는 방식을 측정하고자 시도하였다.

## 연구결과

### 사회적 불안

사회적 불안 척도의 신뢰성을 검증하기 위해 문항간 내적 일관도 분석을 하였다. 전체 척도와 하위 8가지 영역별로 분석한 결과, 가장 낮은 불신불안의 Cronbach  $\alpha$  값이 .721로 척

도의 신뢰도는 매우 높았다. 또한 상태불안 척도의 신뢰도도 .882로 나타났다.

사회적 불안 척도의 전체 총점은 57.59점으로 응답자들이 실제 상당한 수준의 사회적 불안을 경험하고 있는 것으로 나타났다. 더욱이 “우리 사회가 얼마나 불안하다고 생각하십니까?”라는 단일 문항으로 측정된 사회적 불안 지각도의 전체 평균은 100점 만점에 70.28(표준편차, 25.55)로 우리나라 사람들이 느끼는 우리 사회에 대한 불안감은 매우 높았다. 뿐만 아니라 사회적 불안이 단순한 사실에 대한 지각이나 평가로 끝나는 것이 아니라 실제 불안이라는 정서 상태로 경험되는 것을 알아보기 위해 실시한 상태불안 척도의 결과는 4점 만점에 전체 응답자 평균이 2.88(표준편차, 0.46)로 상당히 높았다.

다음으로 사회적 불안 척도로 측정된 사회적 불안의 8가지 하위영역 중에서 사람들이 어느 영역의 불안을 가장 많이 느끼는지를 알아보기 위하여 변량분석을 실시하였다. 8가지 불안의 영역은 피험자내 변인으로 반복측정 변량분석을 한 결과 현재 우리 사회에 대하여 사람들이 느끼는 사회적 불안은 그 하위영역별 차이가 유의하였다( $F(7, 861)=43.726, p<.001$ ). 각 영역별 평균과 표준편차는 표 1에 제시되어 있다. 여러 하위영역 중에서 사람들은 현재 공정성불안을 가장 많이 느끼는 것으로 나타났으며 그 외, 경제불안과 정치불안이 높았다. 이에 비하여 미래 불안의 수준이 가장 낮았으며 불신불안과 안전불안, 개인불안이 다른 불안에 비해 낮은 편이었다.

또한 사회적 불안을 반응성-예견성 차원, 유관성-불유관성 차원을 기준으로 분류한 4차원의 불안에 대한 신뢰도 검증과 변량분석을 하였다. 표 1에서처럼, 문항간 내적 일치도를

보여주는 Cronbach  $\alpha$  계수는 .820부터 .855로 매우 높았다. 불안의 주요 차원별로 사람들이 경험하는 사회적 불안의 정도에 차이가 있는지를 반복측정 변량분석을 통하여 검증하였다. 사회적 불안 차원에 따라 사람들이 경험하는 불안의 정도는 유의한 차이가 있었다( $F(3, 369) = 25.689, p < .001$ ). 예견불안과 불유관불안에 비해 반응불안과 유관불안의 수준이 더 높았다. 즉, 우리나라 사람들은 앞으로 발생할 일보다는 일어난 상황에 대해서 사회적 불안을 느끼며, 스스로 느끼는 불안보다 다른 사람의 반응에 따라 사회적 불안을 더 많이 느끼고 있었다.

다음으로 조사에 응답한 사람들의 특성에 따라 경험하는 사회적 불안의 정도가 달라지는지를 알아보기 위하여 성별, 가구소득, 종교, 결혼여부 등 주요 사회경제적 변수에 따른 사회적 불안의 차이를 분석하였다. 우선 사회적 불안 총점과 영역별로 각 변수에 따른 차이검증을 한 결과, 이들 변수에 따른 사회적 불안은 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 또

한 사회경제적 변수에 따른 사회적 불안 차원별 점수를 분석한 결과에서도 통계적으로 유의하게 나타난 변수가 없었다.

단, 응답자들을 연령에 따라 20대(93명), 30대(18명), 40대 이상(12명)의 세 집단으로 나누어 연령집단간 차이를 변량 분석한 결과, 사회적 불안의 하위 영역 중에서 개인불안에서만 통계적으로 유의한 차이가 있었다( $F(2, 122) = 4.318, p < .05$ ). 20대 응답자의 개인불안 평균은 57.69(표준편차, 15.13)이었는데 비하여 30대는 52.23(표준편차, 19.66), 40대 이상은 44.50(표준편차, 11.22)로 20대 응답자들의 개인불안 수준이 가장 높았다.

본 연구에서는 사회적 불안을 3가지 척도로 측정하였다. 우리사회 구성원들의 구체적인 걱정과 불안, 평가 등을 측정하는 사회적 불안 척도와 일반적이고 추상화된 수준에서의 사회적 불안에 대한 평가인 지각된 사회적 불안, 그리고 정서적인 면(긴장된다, 마음이 조마조마하다 등)을 주로 측정하는 상태불안을 측정하였다. 이들 세 가지 사회적 불안 측정치 간

표 2. 사회적 불안 척도의 평균(표준편차)

영역별 점수		차원별 점수	
	평균(표준편차)		평균(표준편차)
개인불안	55.53 (15.92)	반응불안	58.79(14.22)
경제불안	63.13 (16.31)	예견불안	56.15(14.16)
공정성불안	64.57 (15.87)	유관불안	59.98(13.84)
미래불안	46.35 (17.09)	불유관 불안	56.10(14.41)
불신불안	54.36 (15.99)	사회적 불안 총점	57.59 (13.88)
안전불안	55.92 (17.23)		
사회문제불안	56.70 (16.76)		
정치불안	62.85 (18.57)		

에는 어떤 관련성이 있는지를 알아보기 위하여 상관관계를 분석하여 보았다. 세 측정치 모두 우리 사회의 사회적 불안과 관련된 척도로 통계적으로 유의하였으나 그 정도는 중간 수준 정도로 나타났다. 사회적 불안척도의 점수가 높은 응답자일수록 우리사회의 사회적 불안수준이 높다고 지각하였고(상관계수  $r=.395$ ,  $p<.001$ ), 개인적으로 경험하는 상태불안의 수준도 높았다(상관계수  $r=.456$ ,  $p<.001$ ). 지각된 사회적 불안과 상태불안의 상관계수는  $.309(p<.001)$ 로 사람들이 평가하는 우리 사회의 불안도와 우리 사회로 인하여 각 개인이 실제로 경험하는 상태불안 간의 상관관계도 유의하였다.

사회적 불안 척도는 우리 사회 구성원들이 경험하는 보다 구체적인 형태의 사회적 불안을 측정한 도구로 8개 하위 영역들과 4가지 하위 차원으로 다시 나뉜다. 앞서의 분석에서 사회적 불안 척도의 총점과 상태불안, 그리고 지각된 사회적 불안간의 상관관계가 예상보다 높지 않아서 하위 영역/차원들과 상태불안과 지각된 사회적 불안간의 상관관계를 세부적으로 분석하여 보았다. 표 3에 결과를 살펴보면 상태불안이나 지각된 사회적 불안 모두 사회적 불안의 하위 영역/차원과 유의한 상관관계가 있었으며 상관계수의 크기도 최저 .226부터 최고 .484 사이로 큰 편차를 보이지는 않았다.

상태불안과 상관계수가 가장 높게 나온 사회적 불안의 하위영역은 정치 불안 영역이었고 하위 차원으로는 예견불안이 가장 높았다. 반면 지각된 사회적 불안 점수와 상관계수가 가장 높은 하위 영역은 경제 불안이었으며 하위 차원은 불유관 불안이었다.

#### 사회적 불안이 심리적 적응도에 미치는 영향

본 연구에서는 응답자들의 심리적 적응도를 긍정적인 측면과 부정적인 측면에서 측정하였다. 부정적 측면을 주로 측정한 걱정증상(평균 3.04, 표준편차 0.68)이나 신경증(평균 2.93, 표준편차 0.63)의 응답자 평균은 3점 수준으로 약간 부정적인 수준이다. 이에 비하여 긍정적인 측면인 삶의 만족도(평균 3.67, 표준편차 1.24)나 심리적 안녕감(평균 3.42, 표준편차 0.41)은 오히려 약간 더 높은 3.5점 수준으로 나타났다. 이는 자신의 삶을 보다 긍정적으로 보려 한다는 긍정성 편향을 보여주는 전형적인 결과로 보여 진다.

부정적 측면의 심리적 적응도를 측정한 걱정증상은 긍정적 측면의 심리적 적응도를 반영하는 삶의 만족도나 심리적 안녕감과 유의한 부적 상관이 있었다( $r=-.362$ ,  $p<.001$ ;  $r=-.390$ ,  $p<.001$ ). 마찬가지로 신경증 점수가 높을수록 삶의 만족도( $r=-.480$ ,  $p<.001$ )와 심리적 안

표 3. 사회적 불안 척도의 하위 영역/차원들과 상태불안 지각된 사회적 불안간 상관관계

	하 위 영 역									하 위 차 원			
	개인 불안	경제 불안	공정성 불안	미래 불안	불신 불안	안전 불안	문제 불안	정치 불안		반응 불안	예견 불안	유관 불안	불유관 불안
상태불안	.404 ***	.402 ***	.377 ***	.398 ***	.403 ***	.279 ***	.302 ***	.457 ***		.415 ***	.484 ***	.440 ***	.458 ***
지각된사회불안	.340 ***	.409 ***	.372 ***	.362 ***	.264 **	.226 *	.273 **	.339 ***		.380 ***	.389 ***	.375 ***	.396 ***

\*  $p<.05$ . \*\*  $p<.01$ , \*\*\*  $p<.001$

녕감( $r=-.596, p<.001$ ) 점수가 낮게 나타나는 부적 상관관계가 유의하였다.

사회적 불안은 심리적 적응에 과연 영향을 미치는지를 검증하기 위하여 먼저 세 가지 사회적 불안 측정치와 심리적 적응도 측정치 간의 상관관계를 분석하였다. 사회적 불안의 세 가지 측정치는 모두 걱정증상과 신경증과 높은 정적인 상관관계를 나타냈다. 즉 사회적 불안이 높을수록 걱정증상이나 신경증이 높은 것으로 나타나 사회적 불안이 개인의 부정적인 심리상태와 유의한 관련이 있는 것으로 드러났다.

삶의 만족도는 사회적 불안 점수들과 높은 부적 상관관계를 보였다. 사회적 불안이 높을수록 자신의 삶에 만족도는 저하되었다. 이에 비하여 심리적 안녕감은 사회적 불안 척도나 지각된 사회적 불안과의 상관관계는 유의하였으나 상태불안과의 유의한 상관관계가 없었다. 이 척도는 개인의 행복은 가치있는 삶, 진정한 자아와의 일치라는 행복론적 관점(eudaimonic view)에 근거하여 구성된 척도로 한 개인이 얼마나 잘 기능하고 있는가를 측정하는 것이다. 따라서 사회는 불안해도 그 불안한 사회 안에서 자신은 잘 기능하고 있다는 이중적인 평가가 가능하며 이런 이중적인 평가로 인하여 심리적 안녕감과 우리 사회에 대하여 경험하는 정서적인 상태불안 간의 상관관계가 통계적으

로 유의하지 않은 결과를 가져온 것으로 여겨진다.

이처럼 자신의 속한 사회와 자신의 삶을 구별하는 경향은 심리적 안녕감의 하위 척도 중에서 자율성이라든가, 삶의 목적, 전인적 성장 등 매우 개인적 기능을 측정한 하위 척도와 세 가지 사회적 불안 측정치 간의 상관관계가 유의하지 않은 결과에도 반영되었다고 할 수 있다. 사회적 불안 척도 점수는 자아수용( $r=-.446, p<.001$ ), 긍정적 대인관계( $r=-.327, p<.001$ ), 환경지배력( $r=-.377, p<.001$ )과 강한 상관관계를 보였는데 비하여 지각된 사회적 불안은 자아수용( $r=-.255, p<.01$ )과 환경지배력( $r=-.237, p<.01$ )과만 상관이 유의하였다. 사회불안으로 유발된 상태불안은 환경지배력과 강한 상관( $r=-.273, p<.001$ )이 있었으나 자아수용( $r=-.218, p<.05$ )이나 긍정적 대인관계( $r=-.204, p<.05$ )와는 상대적으로 상관관계가 약하게 나타났다.

세 가지 사회적 불안 측정치 중에서 심리적 적응도간의 상관관계가 가장 강하게 나타났던 측정치가 사회적 불안 척도이므로 사회적 불안 척도 점수를 근거로 상위 30%와 하위 30%로 사회적 불안 집단을 나누었다. 그리고 이 두 집단 간에 심리적 적응도가 유의하게 다른지를 알아보기 위하여 반복측정 변량분석(심리적 적응도 4가지-피험자내 변인, 사회적 불안

표 4. 사회적 불안과 심리적 적응도간 상관관계

	사회적 불안	지각된 사회적 불안	상태불안
걱정증상	.406 <sup>***</sup>	.357 <sup>***</sup>	.379 <sup>***</sup>
신경증	.460 <sup>***</sup>	.327 <sup>***</sup>	.318 <sup>***</sup>
삶의 만족도	-.436 <sup>***</sup>	-.337 <sup>***</sup>	-.257 <sup>**</sup>
심리적 안녕감	-.349 <sup>***</sup>	-.226 <sup>*</sup>	-.165

집단·피험자간 변인)을 실시하였다. 이때 심리적 적응도 중 부정적 척도들과 긍정적 척도들은 서로 독립적이라고 가정되었으므로 이들을 분리하여 각각 분석하였다.

부정적 심리적 적응도와 사회적 불안수준에 대한 반복측정 변량분석 결과, 사회적 불안수준의 주효과도 매우 유의하여( $F(1, 69)=31.068, p<.001$ ) 사회적 불안이 높은 집단이 낮은 집단에 비하여 부정적 심리적 적응도 점수가 더 높았다(평균 3.32, 표준편차 0.62; 평균 2.59 표준편차 0.60). 그러나 부정적 심리적 적응도의 주효과는 유의하지 않아 걱정증상 점수와 신경증 점수간 차이가 없었다. 또한 사회적 불안 수준과 두 가지 부정적 심리적 적응도 척도간 상호작용은 유의하게 나타나지 않았다.

사회적 불안 수준에 따른 긍정적 심리적 적응도의 차이를 앞서와 마찬가지로 반복측정 변량분석한 결과, 사회적 불안 수준의 주효과는 매우 유의하여( $F(1, 69)=15.799, p<.001$ ) 사회적 불안을 많이 느끼는 사람들은 사회적 불안을 적게 느끼는 사람들에 비하여 삶의 만족도와 심리적 안녕감이 낮았다. 또한 긍정적 심리적 적응도의 주효과도 유의하여( $F(1, 69)=9.587, p<.01$ ) 삶의 만족도 점수가 심리적 안녕감보다 더 높았다. 그리고 두 변수간 상호작용도 유의하게 나타났는데( $F(1, 69)=9.556, p<.01$ ), 그림 1에서 볼 수 있듯이 사회적 불안을 적게 느끼는 사람들이 많이 느끼는 사람들보다 심리적 안녕감보다 삶의 만족도에서 더 자신의 삶에 만족한다고 대답하였다.

지금까지의 분석결과, 사회적 불안이 심리적 적응도에 유의한 영향을 준다는 것이 입증되었기 때문에 불안의 8가지 영역 중에서 개인의 심리적 적응도를 유의하게 예측하게 해주는 영역이 어떤 것인지 알아보았다. 8가지 사

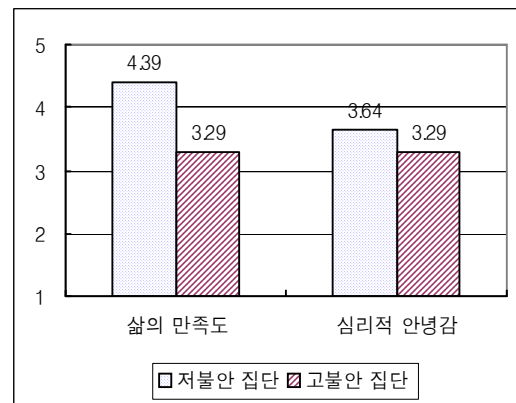


그림 1. 사회적 불안수준에 따른 긍정적 심리적 적응도

회적 불안의 하위 영역을 독립변인으로 하여 각 심리적 적응도에 대한 stepwise방식의 회귀 분석을 실시하였다.

걱정증상과 신경증을 유의하게 예측하는 사회적 불안의 하위영역은 개인불안으로 나타났다. 반면에 삶에 대한 만족도는 개인불안과 함께 긍정성불안도 유의한 예언변인이었다. 이러한 결과는 걱정증상이나 신경증과 달리 전반적인 삶에 대한 만족도는 사회 전반의 공정성에 대한 지각에 영향을 받는다는 사실을 시사한다.

심리적 안녕감은 전체 점수는 개인불안이 예언변인이었으나 각 하위 척도별 안녕감을 예언하는 사회적 불안의 영역이 달랐다. 자율성과 전인적 성장을 유의하게 예언해주는 사회적 불안 하위영역은 없었던 반면, 환경지배력이나 삶의 목적과 같은 하위척도를 예언하는 것에는 개인불안이 유의한 하위영역이었다. 또한 자아수용과 긍정적 대인관계를 유의하게 예측하는 영역은 미래 불안이었으며 이중에서도 자아수용은 긍정성불안도 유의한 예언변인으로 나타났다.

이러한 결과들은 다양한 개인의 심리적 적

응 내용이 서로 다른 영역의 사회적 불안과 관련이 되어 있음을 시사한다. 개인적인 적응의 어려움을 보여주는 걱정증상이나 신경증, 혹은 심리적 안녕감 중에서도 이나 환경지배력이나 삶의 목적과 같은 개인적인 변수들은 개인적 불안이 유의하게 예측할 수 있는 반면에, 삶의 만족도, 자아수용, 긍정적 대인관계 등 자신의 전반적인 생활에 대한 적응이나 만족도와 관련된 변수들은 개인적 불안이외에도 긍정성 불안이나 미래 불안들의 하위영역들에 의해 유의하게 예측되는 결과를 얻었다.

본 연구에서는 사회적 불안의 특성을 측정하기 위하여 사회적 불안의 하위 차원을 반응-예견, 유관-불유관의 두 개의 축으로 구성된 4가지 차원으로 분류하였다. 이들 차원 중에서 어떤 차원이 개인의 심리적 적응 수준을 예측하는지를 분석하였다. stepwise 방식의 회귀분석을 실시한 결과, 개인의 적응수준과 주로 관련된 사회적 불안의 차원은 반응성 예견성 차원

이었다. 그러나 부정적인 적응수준을 측정한 걱정증상이나 신경증은 예견불안과 함께 반응불안에 의해 각각 유의하게 예측되었는데 비하여 긍정적인 적응수준을 측정한 삶의 만족도나 심리적 안녕감 수준은 예견불안에 의해서만 유의하게 예측되는 것으로 나타났다(표 5). 이러한 결과는 사람들의 부정적 적응과 긍정적 적응에 영향을 주는 사회적 불안의 특성이 다르다는 것을 시사한다.

심리적 안녕감의 하위 척도에 대해서 회귀분석을 추가로 실시한 결과, 자율성과 전인적 성장과 같이 외부 환경과 관련성이 없는 하위 척도에 대해서는 사회적 불안의 네가지 하위 차원이 모두 유의한 예언을 하지 못하였다. 그 외에 자아수용이나 긍정적 대인관계, 환경 지배력은 예견불안에 의해 유의하게 예언되었다. 예견불안이 낮을수록 자아 수용이 높아지고 긍정적 대인관계를 형성하며 환경에 대한 지배력을 갖고 있었다. 특히하게도 삶의 목적에

표 5. 심리적 적응도 관련 척도들에 대한 영역별 사회적 불안 회귀분석

	예언변인	$\beta$	t	adjusted $R^2$	F	$R^2$ change	F change
걱정증상	개인불안	.482	6.835 ***	.226	F(1,119)=36.102 ***		
신경증	개인불안	.529	6.009 ***	.274	F(1,120)=46.718 ***		
삶의 만족도	개인불안	-.311	-2.990 **	.189	F(1,120)=29.114 ***		
	긍정성불안	-.208	-2.000 *	.208	F(2,119)=16.921 ***	.026	F(1,119)=14.001 *
심리적 안녕감	개인불안	-.369	-4.354 ***	.129	F(1,119)=18.955 ***		
	미래불안	-.264	-2.399 *	.184	F(1,119)=28.209 ***		
자아 수용	공정성불안	-.260	-2.388 *	.214	F(2,119)=17.509 ***	.037	F(1,119)=5.704
	미래불안	-.333	-3.875 ***	.104	F(1,119)=15.014 ***		
긍정적 대인관계	미래불안	-.333	-3.875 ***	.104	F(1,119)=15.014 ***		
환경 지배력	개인불안	-.414	-4.987 ***	.165	F(1,119)=24.969 ***		
삶의 목적	개인불안	-.210	-2.356 *	.036	F(1,119)=5.553 *		

표 5. 심리적 적응도 관련 척도들에 대한 차원별 사회적 불안 회귀분석

	예언변인	$\beta$	t	adjusted $R^2$	F	$R^2$ change	F change
걱정증상	예견불안	.877	4.622***	.235	F(1,120)=31.679***		
	반응불안	-.462	-2.431*	.248	F(1,120)=19.458***	.038	F(1,118)=5.912*
신경증	예견불안	.886	4.823***	.259	F(1,121)=42.982***		
	반응불안	-.416	-2.262*	.278	F(1,121)=24.269***	.031	F(1,118)=5.116*
삶의 만족도	예견불안	-.463	-4.615***	.151	F(1,121)=21.297***		
심리적 안녕감	예견불안	-.388	-4.881***	.159	F(1,121)=23.824***		
자아 수용	예견불안	-.482	-6.019***	.226	F(1,121)=36.232***		
긍정적 대인관계	예견불안	-.346	-4.042***	.120	F(1,121)=16.337***		
환경 지배력	예견불안	-.495	-4.717***	.149	F(1,121)=22.246***		
삶의 목적	불유관불안	-.8961	-3.141**	.026	F(1,121)=4.224*		
	반응불안	.748	2.621*	.071	F(2,120)=5.651**	.053	F(1,119)=6.870**

대해서는 불유관불안과 반응불안이 유의한 예언변인으로 나타났다.

#### 사회적 불안이 구체적 행동/사고에서의 변화에 미치는 영향

본 연구에서는 사회적 불안이 최근에 경험한 개인의 행동이나 생각에서의 변화와 관련이 있는지를 알아보았다. 사회적 불안이 높은 집단과 낮은 집단 간에 최근 경험한 변화가 서로 다른지를 알아보기 위하여 사회적 불안 척도 상위 30% 사람들과 하위 30% 사람들 간의 30개 문항 상에서의 차이를 반복측정 변량 분석 하였다. 사회적 불안 수준의 주효과가 유의하여 사회적 불안이 낮은 사람이 사회적 불안이 높은 사람들보다 최근 더 많이 감소되는 방향으로의 행동, 사고 상의 변화를 경험하고 있는 것으로 나타났다(평균 -.37 표준편차 .71; 평균 .02, 표준편차 .46). 이러한 결과는 측정된

항목들이 “일에서의 실수”, “술먹는 횟수”, “정신과 상담을 받고 싶다는 생각” 등 스트레스로 인해 발생하는 부정적인 행동과 사고들을 주로 측정하는 문항들로 구성하였기 때문에 사회적 불안이 낮은 사람일수록 이러한 행동과 사고가 감소된 것으로 나타난 것이다.

사회적 불안의 주 효과가 유의하였으므로 보다 구체적으로 30개의 문항들 중에서 어떤 문항에서 특히 사회적 불안이 높은 사람과 낮은 사람 간의 차이가 있는지를 알아보기 위하여 사전대비의 방법으로 분석하였다. 각 문항별 저불안 집단과 고불안 집단 간의 변화경험 문항에서의 차이는 그림 2에 제시되어 있다.

고불안 집단과 저불안 집단 간 차이가 통계적으로 유의한 항목은 “불평이나 푸념( $t=-2.779$ ,  $p<.01$ )”, “일에서 실수( $t=-2.957$ ,  $p<.01$ )”, “술 먹는 횟수( $t=-2.288$ ,  $p<.05$ )”, “자소한 일에



도 화내는 횟수( $t=-4.571, p<.001$ ), “사람들에 대한 의심( $t=-3.903, p<.001$ ), “이민에 대한 생각( $t=-2.920, p<.01$ ), “정신과 상담받고 싶은 생각( $t=-3.299, p<.01$ ), “점보기( $t=-4.703, p<.001$ ), “내일의 운세 찾아보기( $t=-3.588, p<.01$ ), “소화불량( $t=-4.043, p<.001$ ), “소문에 귀 기울이기( $t=-4.045, p<.01$ ), “강력한 지도자가 있었으면 하는 생각( $t=-2.738, p<.01$ ), “복권사기( $t=-2.969, p<.01$ ), “종교에 의존( $t=2.014, p<.05$ ), “자살에 대한 생각( $t=-2.458, p<.01$ ), “증권투자( $t=-2.497, p<.05$ ), “다른 사람 험담하기( $t=-2.793, p<.01$ )” 등 이었다.

이상의 문항에서 사회적 불안을 적게 사람들이 많이 느끼는 사람들보다 이전에 비해 각 문항에 해당하는 행동이나 생각이 이전에 비해서 적어졌다고 대답하였다. 단지 종교에 의존하는 행동은 사회적 불안을 적게 느끼는 사람들이 많이 느끼는 사람들보다 이전에 비해 더 많아졌다고 응답하였다.

응답자들이 최근 경험한 다양한 변화들 속

에 어떤 공통적인 요인이 내재되어 있는 지를 확인하기 위하여 30개 변화경험 문항에 대한 요인분석을 실시하였다. 주요인(Principal Component) 요인추출 방법과 Varimax 회전방법을 사용한 분석결과가 부록 1에 제시되어 있다. 고유치의 변화를 기준으로 4개의 요인을 지정하여 요인분석을 한 결과, 이 요인들은 전체 변량의 54.28%를 설명하였다.

제 1요인은 증권투자, 복권사기, 타인 험담하기, 타인 의심하기 등 공격적인 행동들로 구성되어 공격반응이라고 하였다. 제 2요인은 꾸밈이나 불평, 실수, 점보기 등 제 1요인에 비해 상대적으로 수동적이고 무력한 행동 반응으로 구성되어 포기반응이라고 이름 하였다. 제 3요인은 사람들과의 모임, 정보찾기, 사람들과의 대화, 일에 대한 의욕 등 타인과의 관계와 업무수행과 관련된 적극적인 반응으로 주로 구성되어 능동반응이라고 이름 붙였다. 마지막으로 종교에 의존과 강력한 지도자가 있었으면 하는 생각, 그리고 출산을 원하는 정도의 세

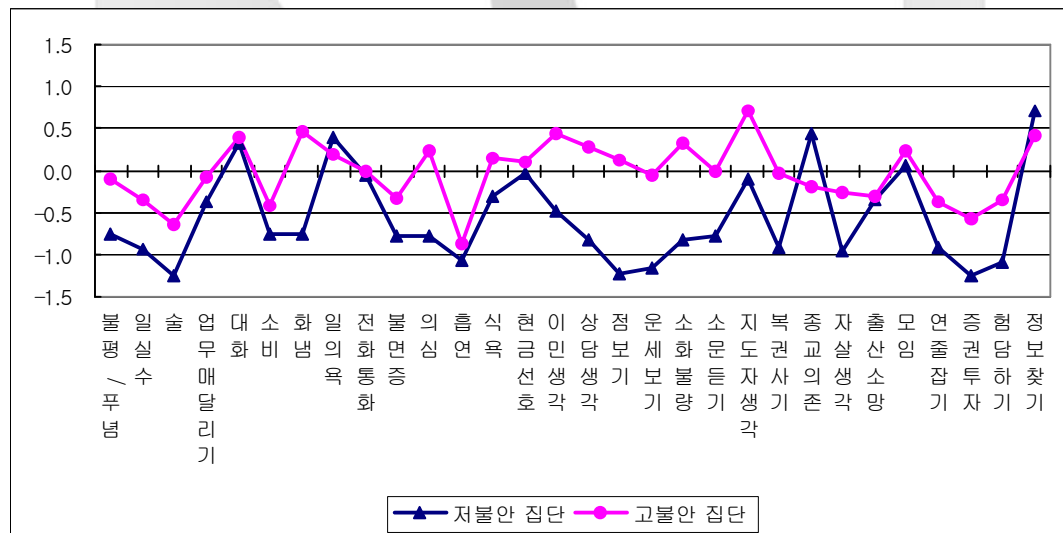


그림 2. 변화경험 문항에 있어서 저불안 집단과 고불안 집단간 차이

문항으로 구성된 제 4요인은 타인에 대한 심리적 의존이 그 중심 특징으로 의존반응이라 하였다.

사회적 불안 척도로 측정한 사회적 불안에 따라 변화경험의 하위 요인들 간에 차이가 있는지를 알아보기 위하여 사회적 불안이 높은 상위 30%집단과 낮은 하위 30% 집단을 피험자간 변인으로, 변화경험의 하위 요인들을 피험자내 변인으로 하여 반복측정 변량분석을 실시하였다. 변화반응의 요인의 주효과( $F(3, 159)=22.276, p<.001$ )와 사회적 불안의 주효과( $F(1, 69)=9.587, p<.01$ ), 그리고 이들의 상호작용효과( $F(1, 53)=9.464, p<.01$ )가 모두 유의하였다.

그림 3에서 볼 수 있듯이 전체 응답자들은 최근 능동반응이나 의존반응에 비해 공격반응이나 포기반응이 감소하였다고 보고하였다. 또한 사회적 불안을 적게 느끼는 사람들이 사회적 불안을 많이 느끼는 사람들보다 전체적으로 반응의 정도가 최근 줄었다고 대답하였다.

특히 사회적 불안을 적게 느끼는 사람들이 많이 느끼는 사람들보다 공격반응과 포기반응이 적어졌다고 응답하였다.

다음으로 사회적 불안의 하위 영역들 중에서 과연 어떤 영역이 변화 경험을 예측하게 해주는 지를 알아보기 위하여 stepwise 방식으로 회귀분석을 하였다. 4가지 변화 경험 유형별로 회귀분석을 실시한 결과, 다른 사람 험담하기, 의심하기, 증권투자, 복권사기 등의 공격반응의 변화를 유의하게 예언한 사회적 불안의 영역은 개인불안이었다. 즉, 개인불안이 증가할수록 공격반응이 증가하였다.

반면에 불평, 실수, 점보기, 소문듣기 등의 수동적인 포기반응을 예언하는 데는 특히 정치불안이 중요한 요소였다. 설명량도 20%로 상당히 높았다. 사회문제불안도 포기반응을 예언해주는 변인으로 드러났는데 정치불안과 달리  $\beta$ 값이 -.240으로 사회문제불안이 증가하면 포기반응은 오히려 감소하는 것으로 나타났다. 앞서의 변량분석에서처럼 능동반응과 의존반

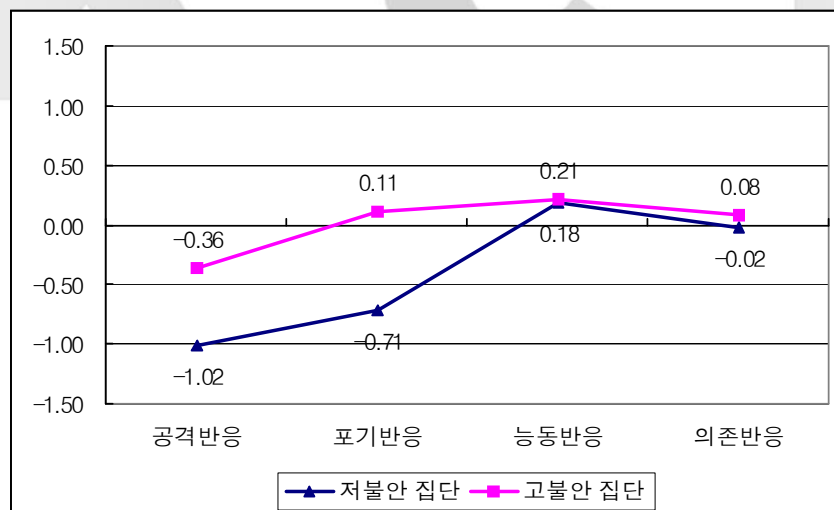


그림 3. 사회적 불안 수준별 변화반응

표 6. 변화 경험에 대한 사회적 불안 영역별 회귀분석

	예언변인	$\beta$	t	adjusted $R^2$	F	$R^2$ change	F change
공격반응	개인불안	.310	3.358 **	.088	F(1,107)=11.276 ***		
포기반응	정치불안	.456	5.120 ***	.200	F(1,101)=26.218 ***		
	사회문제불안	-.240	-1.987 *	.238	F(2, 99)=15.470 ***	.030	F(1,99)=3.950 *

표 7. 변화 경험에 대한 사회적 불안 차원별 회귀분석

	예언변인	$\beta$	t	adjusted $R^2$	F
공격반응	예견불안	.324	3.524 **	.096	F(1,107)=12.418 ***
포기반응	예견불안	.431	4.781 **	.178	F(1,101)=22.858 ***

응을 유의하게 예측해준 사회적 불안의 하위 차원은 없었다.

동일한 stepwise 방식의 회귀분석으로 사회적 불안 차원 중 어떤 차원이 변화 경험을 주로 예측하는 지를 분석하였다. 역시 능동반응과 의존반응에서 유의한 예측차원은 없었으며, 공격반응과 포기반응은 예견불안 차원에 의해 유의하게 예측되었다. 우리 사회에서 앞으로 일어날 일들에 대해 경험하는 예견불안을 많이 경험하는 사람들일수록 공격반응이나 포기반응의 형태도 행동과 생각이 변화하였다.

#### 사회적 불안 하위영역별 스트레스 대처방식 분석

본 연구에서는 사회적 불안을 경험하는 개인들이 주로 어떤 대처방식을 사용하는 가를 탐색적으로 조사하였다. 따라서 사회적 불안 점수를 기준으로 상, 하위 30%로 사회적 불안이 높은 집단과 낮은 집단으로 나누어 이 두 집단 간에 대처방식의 차이가 있는 지를 검증하였다. 즉, 사회적 불안이 높은 집단과 낮은

집단(피험자간 변인)과 5가지 스트레스 대처방식(피험자내 변인)에 대한 반복측정 변량분석을 실시하였다.

표 8에서 볼 수 있듯이 불안수준에 따른 주효과는 유의하지 않았던 반면, 대처방식의 주효과가 통계적으로 유의하였다( $F(4, 276)=38.794$ ,  $p<.001$ ). 모든 응답자들은 전반적으로 사회적 불안을 느낄 때 정서적 완화(평균 1.20, 표준편차 .06)나 조력추구(평균 1.89, 표준편차 .05), 문제회피(평균 1.41, 표준편차 .04), 소망적 사고(평균 1.89, 표준편차 .06)등의 방법보다는 문제해결(평균 2.17, 표준편차 .53)의 방식을 유의하게 많이 사용하는 것으로 나타났다.

사회적 불안 수준과 대처방식의 상호작용이 통계적으로 유의하여( $F(4, 276)=2.905$ ,  $p<.05$ ) 사회적 불안 수준에 따라 사용하는 대처방식이 달라지는 것으로 밝혀졌다. 그림 4를 보면, 사회적 불안 수준이 높은 사람들은 사회적 불안 수준이 낮은 사람들보다 특히 소망적 사고를 많이 하는 경향이 있었다. 이는 사회적 불안이 개인과 직접적으로 관련되기 보다는 전

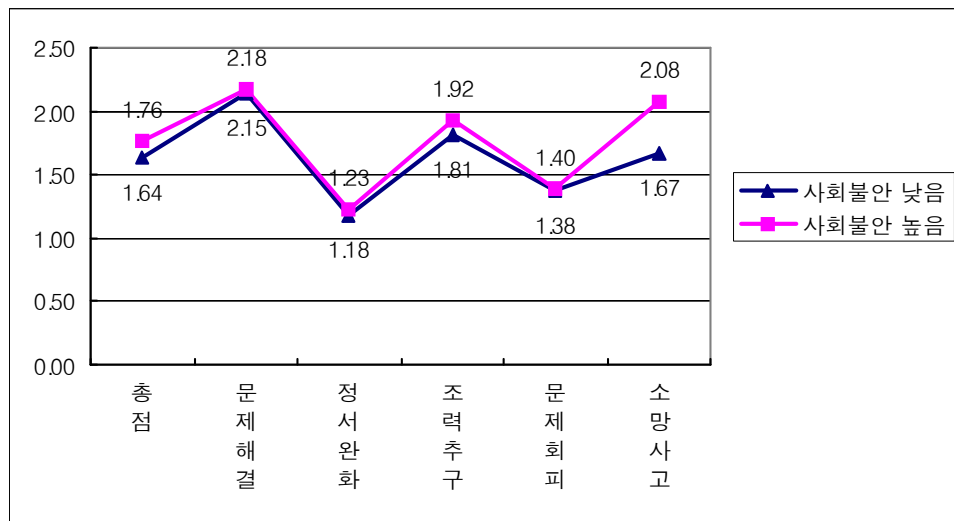


그림 4. 사회적 불안 수준에 따른 스트레스 대처방식

체 사회라는 개인이 직접적으로 통제할 수 없는 수준에서 발생하는 불안이라는 사회적 불안의 특성을 반영한 결과라고 여겨진다.

앞서 사회적 불안 총점을 기준으로 사회적 불안이 높은 집단과 낮은 집단으로 나누어 이들 집단간 사용하는 스트레스 대처방식의 차이를 분석한 결과에서는 사회적 불안 수준에 따라 사용하는 스트레스 대처방식의 차이가 나타나지 않았다. 따라서 추가로 8가지 사회적 불안 하위 영역별로 각 영역에 대하여 불안을

많이 느끼는 사람(상위 30%)과 적게 느끼는 사람(하위 30%)을 나누어 이들 간에 사용하는 스트레스 대처방식에 차이가 있는지를 동일한 검증방법을 사용하여 조사하여 보았다. 그 결과, 사회적 불안 총점과 동일한 패턴의 결과가 나타났다. 8가지 하위영역별로 모두 스트레스 대처방식의 주 효과는 유의한 반면(개인불안  $F(4, 292)=71.332, p<.001$ ; 경제불안  $F(4, 292)=79.730, p<.001$ ; 공정불안  $F(4, 288)=78.703, p<.001$ ; 미래불안,  $F(4, 286)=68.557, p<.001$ ; 불

표 8. 안전불안과 정치불안 수준에 따른 스트레스 대처방법 평균(괄호안은 표준편차)

	안전불안		정치불안	
	낮은 집단	높은 집단	낮은 집단	높은 집단
문제해결	2.18 (.50)	2.17 (.57)	2.18 (.45)	2.18 (.61)
정서적 완화	1.23 (.80)	1.20 (.58)	1.21 (.71)	1.20 (.65)
조력추구	1.97 (.64)	1.81 (.69)	1.90 (.65)	1.87 (.68)
문제회피	1.41 (.42)	1.39 (.56)	1.42 (.45)	1.39 (.54)
소망적 사고	1.75 (.63)	2.01 (.75)	1.71 (.63)	2.08 (.73)

신불안,  $F(4, 288)=68.859$ ,  $p<.001$ ; 안전불안,  $F(4, 292)=66.670$ ,  $p<.001$ ; 사회문제불안,  $F(4, 284)=68.677$ ,  $p<.001$ ; 정치불안,  $F(4, 284)=69.144$ ,  $p<.001$ , 8 가지 하위 불안 영역의 주 효과는 모두 유의하지 않았다. 그리고 불안수준과 스트레스 대처방식간의 상호작용은 안전불안( $F(4, 292)=2.466$ ,  $p<.05$ )과 정치불안( $F(4, 284)=3.349$ ,  $p<.01$ )에서만 통계적으로 유의하였다. 표 8을 보면 안전불안과 정치불안 모두 높은 집단이 낮은 집단보다 소망적 사고의 스트레스 대처방식을 다른 대처방식에 비해 많이 사용하고 있음을 알 수 있다.

사회적 불안의 영역에 따라 사용하는 스트레스 대처방식의 차이가 있는 것처럼 사회적 불안의 차원에 따라 사용하는 스트레스 대처방식이 다른지를 알아보기 위해 앞서와 마찬가지로 각 차원별로 상하위 30%로 두 집단으로 나누어 두 집단별 스트레스 대처방법의 차이를 반복측정 변량분석을 하였다. 사회적 불안 영역에 대한 분석에서와 마찬가지로 스트레스 대처방식의 주효과는 모든 차원에서 유의하였으나(반응불안 차원  $F(4, 292)=37.402$ ,  $p<.001$ ; 예견불안 차원  $F(4, 288)=39.691$ ,  $p<$

.001; 유관불안 차원  $F(4, 288)=36.879$ ,  $p<.001$ ; 불유관불안 차원  $F(4, 288)=39.683$ ,  $p<.001$ ) 사회적 불안 차원의 주 효과는 모든 차원에서 유의하지 않았다. 그리고 상호작용 효과는 반응불안 차원에서만 유의하였다( $F(4, 292)=2.920$ ,  $p<.05$ ). 그림 5에서 볼수 있듯이 반응불안이 높은 사람들은 낮은 사람들에 비해 특히 문제 회피적인 스트레스 대처방식을 많이 사용하고 있었다.

불유관 차원에서 스트레스 대처방법과 불유관불안 집단 간 상호작용의 경향성은 강하게 나타났다( $F(4, 288)=2.271$ ,  $p=.062$ ). 반응불안과 마찬가지로 불유관 불안을 강하게 느끼는 사람들이 불유관 불안을 적게 느끼는 사람들보다 문제회피 스트레스 대처방식을 더 많이 사용하는 경향이 있었다.

## 논 의

본 연구에서는 사회적 불안이 그 사회구성원들의 심리적 적응에 어떤 영향을 주는가를 조사하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 첫째,

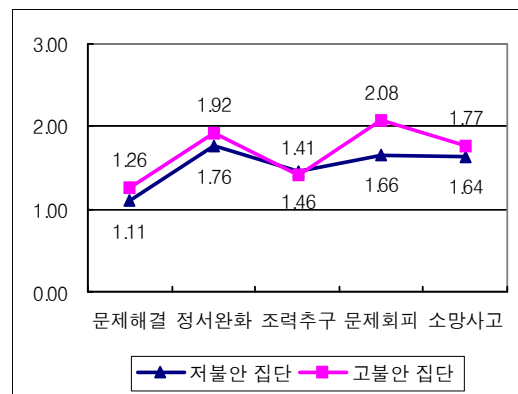
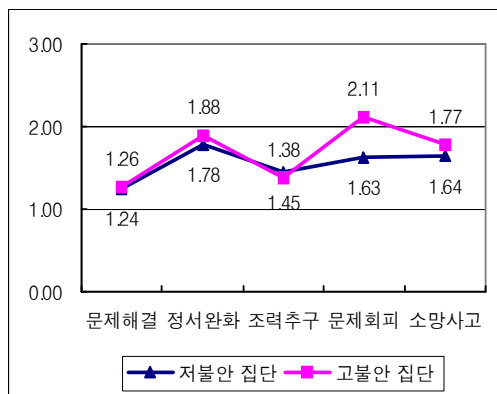


그림 5. 반응불안 수준(왼쪽)과 불유관불안 수준(오른쪽)에 따른 스트레스 대처방식의 차이

응답자들의 전반적인 사회적 불안 수준은 약간 높은 것으로 나타났다. 사회적 불안 척도의 전체 평균은 100점 만점에 57.5점 이었고 상태 불안은 4점 만점에 2.88점이었다. 지각된 사회적 불안은 70.2로 나타났다. 측정하는 방식이 다르기 때문에 직접적으로 비교하는 것에는 한계점이 따르나 사회적 불안 척도의 결과와 지각된 사회적 불안은 paired t-test로 비교해본 결과는 매우 통계적으로 매우 유의하였다( $t=5.700, p<.001$ ). 이는 응답자들이 실제 자신이 경험하는 사회적 불안보다 이 사회를 더 불안하다고 지각하고 있음을 시사해 주는 결과이다.

둘째, 사회적 불안과 심리적 적응도 간의 상관관계를 분석한 결과를 살펴보면, 전반적인 사회적 불안은 긍정적 적응수준보다는 부정적 적응수준과 더 관련된 것으로 나타났다. 세 가지 사회적 불안 수치가 높을수록 걱정증상과 신경증 수준이 높았으며 삶의 만족도는 저하되었다. 그러나 사회적 불안 척도는 심리적 안녕감과 유의한 역상관 관계를 보인 반면, 상태 불안은 심리적 안녕감과 상관관계가 없는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Herzberg(1966)의 두요인이론(two factor theory)에서 직무수행시의 만족요인과 불만족 요인이 단일요인이 아니라 독립적인 요인이라고 주장한 것처럼 우리 사회에서 불안을 느끼게 만드는 요인과 행복감을 느끼게 만드는 요인도 이와 같이 단일 차원이자기보다는 별개의 차원일 수 있음을 시사하는 결과이다.

더욱 흥미있는 결과는 사회적 불안이 심리적 안녕감을 구성하는 하위 척도들 중에서 자율성이나 삶의 목적, 전인적 성장 등 개인적인 분야에서의 안녕감을 측정하는 하위척도와는 상관이 유의하지 않았으나 환경지배력, 긍정적

대인관계 등 사회적 분야의 안녕감을 측정하는 하위척도와 상관이 유의하게 나타난 것이다. 이러한 결과는 본 연구에서 측정한 사회적 불안이 개인수준의 불안이 아니라 개인을 둘러싼 환경에 대한 불안이라는 개념적 정의의 타당성을 지지하는 결과이다. 뿐만 아니라 사회적 불안 높을수록 자아수용이 낮아진다는 결과는 집단주의 사회로서 우리나라 사회의 특성을 잘 보여주는 결과이다. 이러한 결과는 사회적 불안이 높은 사회에서 집단 정체감이 높은 사람과 낮은 사람 간에는 심리적 안녕감이 달라질 수 있음을 의미한다. 주관적 안녕 연구에서는 개인주의와 집단주의 가치관에 따라 생활만족도 평가가 달라진다는 연구가 있다(Suh, Diener, Oishi, 및 Trindis, 1998). 이 연구에서는 생활만족을 판단할 때, 개인주의자들은 개인의 정서적 경험에 비중을 많이 두는 반면 집단주의자들은 대인간 요인을 강조한다는 사실을 발견하였다. 그러므로 사회적 불안도 사회적 가치에 비중을 많이 두는 사람일수록 그 경험정도가 강하거나 혹은 그로 인한 심리적 적응도에 더 많은 영향을 받을 가능성이 있으며 이러한 개인차에 관한 연구가 필요하다.

셋째, 세 가지 사회적 불안 척도 중 사회적 불안 척도가 심리적 적응도 측정치와의 상관관계가 강하게 나타나 사회적 불안 척도의 8가지 하위 영역과 4가지 하위 차원 중 어떤 영역과 차원이 각 심리적 적응도를 유의하게 예언할 수 있는지를 알아보기 위해 회귀분석을 하였다. 그 결과, 부정적인 적응은 주로 개인불안에 의해 유발되는 반면, 긍정적인 적응은 개인불안과 함께, 긍정성불안과 미래불안이 유의한 예언변수로 나타났다. 이러한 결과는 개인적 적응도의 부정적 측면과 긍정적 측면이 서로 독립된 차원임을 보여주며 각각의 수

준을 변화시키기 위해서 다루어야한 사회적 불안의 영역이 다르다는 것을 보여주는 결과이다.

네 가지 사회적 불안 차원 중에서는 예견불안과 반응불안이 긍정적, 부정적 적응도를 유의하게 예언하였다. 이는 개인의 심리적 적응도는 타인과의 관련 여부에 따라 발생하는 불안인 유관불안이나 불유관불안의 차원보다는 이미 일어난 상황에 대해 느끼는 반응불안이나 앞으로 일어날 상황을 염려하여 사람들이 느끼는 불안인 예견불안의 차원에 의해 주로 영향을 받는다는 것을 의미한다. 특히 걱정증상이나 신경증의 부정적 심리적 적응도는 예견불안과 반응불안이 함께 예언변인으로 드러난 반면, 삶의 만족도나 심리적 안녕감의 긍정적 심리적 적응도는 모두 예견불안이 주 예측인자로 나타났다.

넷째, 응답자들이 최근 스트레스와 관련된 행동이나 생각의 변화를 경험하였는지를 측정 한 결과는 30문항의 변화경험이 공격반응, 포기반응, 의존반응, 능동반응의 네 가지 요인으로 묶였다. 응답자들은 최근 자신의 행동이 공격반응이나 포기반응, 의존반응은 준 반면, 능동반응은 증가하였다고 보고하고 있다. 이러한 결과도 역시 긍정성 편향에 의한 것으로 해석되며 보다 정확한 변화를 측정하기 위해서는 주관적 보고 이외에 가족이나 친구 등 타인의 관찰 결과를 조사하는 등 다른 측정 방법을 사용할 필요가 있다고 여겨진다.

사회적 불안의 8가지 영역과 4가지 차원으로 행동상 변화를 분석한 회귀분석 결과는 매우 흥미있는데, 공격반응의 경우 개인불안이 유의한 예언변수로 나타났으며, 포기반응의 경우에는 정치불안과 사회문제불안이 유의한 예언변수로 나타났다. 또한 공격반응과 포기반응

을 유의하게 예언해주는 사회적 불안차원은 모두 예견불안이었다. 이러한 결과는 한덕웅과 강혜자(2000)의 연구에서 국민들이 중요한 사회문제들이라고 인식한 내용과 일치한다.

마지막으로 사회적 불안에 대하여 응답자들이 어떤 대처방식을 사용하고 있는 지를 알아본 결과 일관되게 문제해결적 대처방식을 많이 사용하고 있었다. 그러나 사회적 불안수준에 따라 사용하는 대처방식이 달라지는지를 검증한 결과에서는 전반적으로 사회적 불안수준이 높은 사람들이 소망적 사고를 많이 하는 것으로 나타났으며 특히, 안전불안과 정치불안이 높은 사람일수록 소망적 사고를 많이 하고 있었다. 이에 비하여 반응불안이 높은 사람은 그렇지 않은 사람들보다 문제회피적 스트레스 대처방식을 많이 사용하는 것으로 나타났다. 불유관 불안을 많이 느끼는 사람들도 문제회피적 스트레스 대처방식을 많이 사용하는 경향성이 강하였다. 이러한 결과는 앞서 행동상의 변화를 조사한 결과와 일치하는 것으로 사회적 불안은 한 개인의 적극적인 대처행동으로서 해결되기 어려운 문제들로 인해 유발되는 불안이므로 사회적 불안을 많이 느끼는 특히, 안전이나 정치 등 사회적인 문제에 대해 불안을 많이 느끼는 응답자들일수록 소망적인 사고를 사용하고 있는 것으로 보인다.

사회문제에 대한 지각에 대한 심층적인 연구를 수행한 선행 연구(한덕웅, 최훈식, 강혜자, 이경성, 박군석, 1995)와 비교해 볼 때 이 연구에서는 사회문제를 지각하는 차원으로 중요성과 시급성을 놓고 다양한 사회문제들에 대한 지각을 측정하였다. 그 결과, 우리나라 사람들이 가장 중요하고 시급히 해결해야 한다고 여기는 사회문제로 환경문제와 정치인의 부정부패/부조리임이 밝혀졌다. 그러나 실제 이러한

지각이 각 개인의 행동에 어떤 영향을 주고 있는지를 다루지 못한 반면에 본 연구는 사회적 문제들에 대한 지각과 그로 인한 위협 경험이 행동/사고 반응이나 스트레스 대처 방식이 영향을 준다는 것을 측정함으로써 사회 문제에 대한 지각이 개인을 변화시킬 수 있음을 밝혔다.

이상의 결과들은 본 연구에서 측정하고자 한 사회적 불안이 타당한 개념임을 지지해 준다. 세 가지 불안 측정치 간의 상관계수가 예상보다 낮은 결과나 본 연구에서 측정한 심리적 적응도간의 상관관계 패턴이 다르게 나타난 점 등은 사회적 불안이 상태불안이나 지각을 측정하는 것과는 다른 측면을 포함하고 있음을 보여준다. 결과분석에서는 제외하였으나 사회적 불안이 상태불안이나 지각과는 다른 차원임을 추가로 확인해 보기 위하여 본 연구에서 측정한 심리적 적응도 척도들에 대하여 세 가지 사회적 불안 측정치를 stepwise 방식의 회귀분석을 추가로 실시하여 보았다.

걱정증상은 사회적 불안을 제외한 상태불안과 지각된 불안에 의해 유의하게 예측되었으나 나머지 신경증, 삶의 만족도, 심리적 안녕감은 모두 사회적 불안에 의해 유의하게 예측되는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 심리적

적응을 측정한 척도들이 서로 다른 심리적 특성을 측정하고 있으며 또한 세 가지 사회적 불안 측정치들도 서로 다른 심리적 특성을 반영하고 있음을 시사한다. 이러한 결과와 경제 불안과 정치불안, 시민의식 결여, 부정부패비리, 집단 이기주의, 여가생활 부족, 과도한 교육열 등이 우리나라 사람들의 삶의 질을 낮추는 요소라는 기존 연구(김의철, 정갑순, 2004) 결과와 비교해볼 때 사회적 불안은 부정적인 심리적 측면보다는 긍정적인 적응의 측면과 더 깊은 관련이 있는 것으로 보인다.

특히, 부정적 심리적 적응 척도 중에서도 걱정증상의 예언변인은 상태불안이나 지각된 불안이었는데 비하여 신경증은 사회적 불안만이 유의한 예언변인으로 나타난 결과는 신경증이 긍정적 정서보다 부정적 정서에 대한 강한 예언 변인임을 밝힌 이은경(2005)의 연구 결과와 일치한다. 또한 Twenge (2000)는 1952년부터 1993년까지 대학생과 아동들을 대상으로 수집되었던 특질불안과 신경증 자료들을 메타분석하였고, 그 결과, 1950년대 이후 불안수준이 전반적으로 급증하였음을 보고하였다. 이 분석에서 검토된 특질불안과 신경증은 일시적인 상황에 의해 영향을 받지 않는 안정적인 개인차 형태의 불안임에도 불구하고 1980년대의 대학

표 9. 심리적 적응 척도들에 대한 사회적 불안 측정치 회귀분석

	예언변인	$\beta$	t	adjusted $R^2$	F	$R^2$ change	F change
걱정증상	상태불안	.330	3.647 ***	.165	F(1,109)=22.588 ***		
	지각된 불안	.252	2.783 **	.214	F(1,109)=15.872 ***	.056	F(1,107)=7.744 *
신경증	사회적 불안	.462	5.483 ***	.206	F(1,109)=29.569 ***		
삶의 만족도	사회적 불안	-.478	-5.686 ***	.222	F(1,110)=32.329 ***		
심리적 안녕감	사회적 불안	-.380	-4.267 ***	.136	F(1,109)=18.208 ***		



생과 아동들이 1950년대보다 더 많은 불안을 호소하고 있었다는 결과는 본 연구 결과와 함께 사회적 불안이 장기적으로는 세상에 대한 통제감이나 세상은 위협감에 영향을 주어 개인의 안정된 성격적 요소에 까지 영향을 줄 수 있음을 시사하는 결과이다.

본 연구의 제한점으로는 첫째 응답자들의 수가 적고 인구사회학적 분포가 제한적이라는 점이다. 먼저 분석에 사용된 응답자 수는 143 명으로 본 연구에서 사용된 사회적 불안이라는 개념이 아직 충분히 논의되지 않은 개념이며 또한 사회적인 문제와 관련된 개념임을 감안한다면 본 연구 결과를 일반화하기에는 충분하지 못하다. 또한 주로 수도권에 거주하는 여성들의 비율이 많은 비중을 차지하고 있기 때문에 다른 인구사회학적 특성을 갖는 사람들에게 일반화하는데 제한점을 가진다. 다른 인구사회학적 배경을 가지는 사람들은 가치관이나 경험하는 사회 현상이 다를 수 있으므로 사회적 불안 수준이나 이로 인한 심리적 적응도에 차이가 있을 수 있다. 우리나라 사회 구성원들이 경험하고 있는 사회적 불안에 대한 정확한 실태조사를 위해서는 충분한 수의 자료를 모을 수 있는 전국규모의 조사가 필요하다.

두 번째 제한점은 심리적 적응도나 행동 상의 변화를 개인수준에서만 측정하였다는 점이다. 본 연구의 초점이 사회적 불안이므로 이 불안의 영향은 한 개인의 수준에서의 변화뿐만 아니라 대인관계나 사회조직의 차원에서 발생할 가능성이 있다. 예를 들어, 사회적 불안이 높아질수록 가족관계가 더 긴밀해지거나 반대로 관계가 더 와해될 수도 있으며, 혹은 높은 정치 불안은 투표율을 저하시키거나 혹은 반대로 정치단체에 적극적으로 개입하게

할 수도 있다. 이러한 다양한 수준에서의 적응이나 행동 변화에 관한 연구가 진행된다면 사회적 불안이 어떻게 우리 사회와 그 구성원들에게 영향을 주는 지를 알아낼 수 있을 것이다.

## 참고문헌

- 국무총리실 산하 안전관리대책기획단 (2000). 안전관리 종합대책.
- 김명소, 김혜원. (2000). 우리나라 기혼 여성들의 심리적 안녕감의 구조 및 주관적 안녕감과 관계분석, 한국심리학회지: 여성, 5, 27-42.
- 김명언, 이영석. (2000). 한국 기업조직에서 부하가 상사에 대해 갖는 신뢰와 불신의 기반. 한국심리학회지: 사회문제, 6(3), 99-120.
- 김의철, 박영신, 오나라. (2003). 한국 중학생, 대학생, 성인의 미국에 대한 인식: 반미감정의 심리 사회 문화적 토대 탐색. 한국심리학회지: 사회문제, 9(1), 139-178.
- 김의철, 박영신. (2004). 한국 사회와 사람에 대한 사회적 표상과 신뢰: 청소년과 성인의 지각을 통해 본 토착심리 분석. 한국심리학회지: 사회문제, 10(3), 103-129.
- 김정택. (1978). 특성 불안과 사회성과의 관계. 고려대학교 석사학위청구논문.
- 박애선, 이영희. (1992). 기혼여성의 성역할 특성과 스트레스 지각이 스트레스 대처방식에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 4, 69-81.
- 박은실, 박영신, 김의철, 정갑순. (2004). 대학생의 한국사회 삶의 질에 대한 지각: 토착

- 심리학적 접근. 한국심리학회 2004년도 연차학술발표대회 논문집, 161-162.
- 서정열. (2003). 직업군인의 직무 및 경제적 스트레스가 가정폭력에 미치는 영향. 연세대학교 사회복지 대학원 사회복지학전공 석사학위청구논문.
- 송관재, 홍영오, 박수애. (출판 중). 사회적 불안 척도 개발에 관한 연구.
- 송영중. (2000). 한국의 IMF 경제 위기 전.후의 질병이환율, 의료이용 및 사망률의 변화. 연세대학교 대학원 보건학과 박사학위청구논문.
- 안병철. (1999). 경제위기와 가족관계. 1999년도 후기 사회학 대회 발표문 요약집.
- 양지연, 사공수연, 박경애. (2001). 소비자의 경제위기의식과 애국심이 외제품 구매행동에 미치는 영향: 1998년 우리나라 경제위기 상황을 중심으로. 한국의류학회지, 25, 228-236.
- 이은경. (2005). 신경증과 외향성이 주관적 안녕감에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 장혜인. (2003). 지각된 부모의 양육행동이 사회적 불안에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 정기선. (2000). 경제위기가 정신건강에 미치는 영향. 한국사회학, 34, 389-416.
- 한덕웅, 강혜자. (2000). 한국 사회에서 사회문제의 지속과 변화. 한국심리학회지: 사회문제, 6(2), 15-37.
- 한덕웅, 최훈석, 강혜자, 이경성, 박군석 (1995). 한국 사회 문제의 지각 차원. 한국심리학회지: 사회, 9, 99-111.
- Alden, L. E., & Crozier, W. R. (2001). *International handbook of social anxiety: Concepts, research and interventions relating to the self and shyness*. Chichester: Wiley.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, Inc.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness, and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Emmons, RA, Larsen, RJ, & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Folkman, S., and Lazarus, R. S., (1985). If it changes it must be a process: Study of emotions and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personal and Social Psychology*, 48(1), 150-170.
- Fox, G. L. & Chancey, D. (1998). Sources of economic distress: Individual and family outcomes. *Journal of Family Issues*, 19(6), 725-749.
- Herzberg, F. (1966). *Work and the nature of man*. New York: Wiley.
- Jones, E. E., & Gerard, H. B. (1967). *Foundations of social psychology*. New York: Wiley.
- Kasperson, R. E., Golding, D. & Tuler, S. (1992). Social distrust as a factor insiting hazardous facilities and communicating risk. *Journal of Social Issues*, 48(4), 161-187.
- Kinnunen, U., & Pulkkinen, L. (1998). Linking economic stress to marital quality among finnish marital couples: Mediator Effects. *Journal of Family Issues*, 19(6), 705-724.
- Lazarus, R. S., & Lazarus B. (1994). *Passion & Reason: Making sense of our emotions*. Oxford University Press.

- Lepine, J. P., & Pelissolo, A. (2000). Why take social anxiety seriously? *Depression and Anxiety*, 11, 87-92.
- Liem, R., & Liem, J. H. (1988). Psychological effect of unemployment on workers and their families. *Journal of Social Issues*, 44, 87-105.
- Mayer, R. C., Davis, J. H., & Schoorman, F. D. (1995). An integration model of organizational trust. *Academy of Management Review*, 20, 709-734.
- Meyer, T. J., Miller, M. L., Metzger, R. L., & Borkovec, T. D. (1990). Development and validation of the Penn State Worry Questionnaire. *Behavioral Research and Therapy*, 28, 487-495.
- Quilty, I. C., Ameringen, M. V., Mancini, C., Oakman, J., & Farvolden, P. (2003). Quality of life and anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 17(4), 405-426.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Slovik, P. (2000). *The perception of risk*. London: Earthscan Publications Ltd.
- Spielberger, C. D. (1972). *Anxiety: Current trends in theory and research: I*. New York, NY: Academic Press.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the state-trait anxiety inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 482-493.
- Twenge, J. M. (2000). The age of anxiety? Birth cohort change in anxiety and neuroticism, 1952-1993. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 1007-1021.
- Zautra, A., & Reich, J. W. (1983). Life events and perceptions of life quality: Developments in an two-factor approach. *Journal of Community Psychology*, 11, 121-132.

1 차 원고 접수일 : 2005. 1. 25

최종 원고 접수일 : 2005. 2. 15

## The Effect of Social anxiety on Psychological Adaptation

Su Ae Park

Kwan-Jae Song

Research Institute for Human Behavior, Yonsei University

This research examined the effect of social anxiety on psychological adaptation. Higher the social anxiety, higher in neurotism & worry but lower in Psychological Well-Being and Satisfaction with Life. Among the sub-factors of social anxiety, negative adaptation was significantly predicted by personal anxiety. However positive adaption were predicted by personal anxiety, fairness anxiety and future anxiety. Among the sub-dimensions of social anxiety, negative and positive adaptation were significantly predicted only by anticipatory anxiety. And there were significant positive correlations between social anxiety and aggressive/give-up response. Particularly, personal anxiety was the predictor of aggressive response, but safe anxiety and political anxiety were the predictors of give-up response. The dimension predicted the aggressive/give-up response was anticipatory anxiety dimension. Finally, respondents used problem solving stress coping strategy most. But the respondents whose social anxiety level especially safe anxiety and political anxiety were high used wishful thinking strategy. Moreover higher the reactive anxiety level, more frequently used the avoidance coping strategy.

*key words :*

부록 1. 행동변화 문항의 요인분석

	1	2	3	4
28. 증권투자	.862	-.014	.044	.051
24. 자살에 대한 생각	.796	.156	-.112	.050
29. 다른 사람 험담하기	.728	.152	.162	.016
27. 연줄 잡기에 신경쓰기	.689	.118	.084	.260
22. 복권사기	.642	.387	-.095	.053
11. 사람들에 대한 의심	.534	.415	.091	.130
12. 흡연량	.498	.348	.044	-.328
3. 술 먹는 횟수	.473	.315	.342	-.415
10. 불면증	.394	.382	.041	.061
18. '내일의 운세' 찾아보기	.439	.732	-.036	-.120
17. 점 보기	.500	.670	-.001	-.118
7. 사소한 일에도 화내는 행동	.407	.635	.006	.091
19. 소화불량	.221	.598	.093	.450
1. 불평이나 푸념	.119	.597	-.140	.026
14. 저축보다 현금을 선호	-.029	.586	.169	-.099
20. 소문에 귀기울이기	.342	.556	.231	.356
16. 정신과 상담 받고 싶은 생각	.521	.535	-.050	.214
2. 일에서 실수	.264	.509	-.024	-.124
13. 식욕	-.026	.508	.030	.159
15. 이민에 대한 생각	.234	.410	.392	.043
6. 소비 (쇼핑하기)	.052	.384	.334	-.177
26. 사람들과 모임	.158	.084	.724	.042
5. 사람들과의 대화	-.108	-.073	.714	-.005
30. 정보 찾아보기	.201	.082	.608	.125
8. 일에 대한 의욕	.000	-.141	.506	.101
9. 가까운 사람들과 전화	-.238	.003	.455	.023
4. 필요 이상으로 일(업무)에 매달리기	.035	.088	.394	-.081
23. 종교에 의존	-.044	-.274	.025	.674
21. 강력한 지도자가 있었으면 하는 생각	.109	.194	.123	.662
25. 출산을 원하는 정도	.263	.205	-.029	.452