

사회불안 상황 이후 사회불안 집단의 인지적 처리과정 : 사후사건처리를 중심으로[†]

김민정 조현주[‡]
영남대학교 심리학과

본 연구는 사회적 상황을 경험하는 동안 그리고 이후, 사회불안 수준에 따른 인지적 처리과정에서의 차이를 살펴보고자 하였다. 이를 위해 Y대학교 대학생 385명에게 사회적 공포 척도를 실시하여 상·하위 10%에 해당하는 36명을 연구대상으로 하였다. 참여자들은 훈련을 받은 4명의 평정자 앞에서 연설을 수행하였고 연설수행 동안 자신이 경험한 불안 증상과 연설수행의 정도를 평가하였다. 동시에 4명의 평정자는 실험이 이루어지는 동안 참여자들의 연설수행을 평가하였다. 이틀 후 참여자들은 실험실을 재방문하여 사후사건처리, 불안반추, 우울반추, 수행평가에 대한 재인 질 문지를 작성하였다. 연구결과 첫째, 사회불안 고집단은 저집단에 비해 연설수행에 대해 부정적인 인상을 형성하고 있는 것으로 나타났다. 둘째, 사회불안 고집단은 사후사건처리에 더욱 몰두하는 것으로 나타났다. 셋째, 사회불안 고집단은 이틀 후 자신의 수행 평가에 대해 재인편향을 보였는데 이는 긍정문항 보다는 부정문항에서 더욱 두드러졌다. 넷째, 세 유형의 반추 중 사후사건처리가 재인편향을 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 사회불안 고집단에 속하는 개인들이 사회적 수행 후 사후사건처리에 몰두하면서 재인편향이 나타났음을 시사한다. 마지막으로 본 연구의 임상적 함의와 제한점, 미래 연구 방향에 대해 논의하였다.

주요어: 사회불안, 사후사건처리, 반추, 재인편향

[†] 이 논문은 제1저자의 석사학위논문을 수정하여 작성된 것임.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 조현주, (712-749) 경상북도 경산시 대학로 280번지 영남대학교 심리학과,
Tel: 053-810-2237, E-mail: itslife@ynu.ac.kr

사회불안장애(social anxiety disorder)는 다른 개인들이 지켜볼 수 있는 하나 이상의 사회적 상호작용 또는 수행상황에서 현저하고 지속적인 두려움을 보이는 장애로, 타인의 부정적인 평가에 대한 두려움이 핵심적인 특징이다(American Psychiatric Association, 2013). 보통 10대 후반에 발생하며 만성적이고 영속적인 경과를 거치는 흔한 장애로, 사회불안장애를 지닌 개인들은 두려운 사회적 상황에 노출되면 거의 항상 불안 증상을 보이며 사회적 상황을 회피하고자 한다.

연구자들은 사회불안장애의 형성과 유지에 미치는 여러 요인들을 밝히기 위해 노력을 해 왔다. 그 중에서도 사회불안에 대한 인지행동모델은 사회불안이 높은 개인들은 일상적인 사회적 상황에 반복적으로 노출되어도 정보를 편향적으로 처리하기 때문에 불안이 감소하지 않는다고 설명한다(Fehm, Schneider, & Hoyer, 2007). Clark과 Wells(1995)에 따르면, 사회불안이 높은 개인들은 사회적 상황에서 자기 자신, 특히 불안 관련 내적 감각과 사고, 행동에 집중하게 된다. 이런 자기초점적 주의로 인해 상황의 외적 정보를 처리하는 능력이 줄어드는 동시에 내부의 불안관련정보를 더욱 부정적으로 지각하게 된다. 이로 인해 불안이 가속화 될 뿐 아니라, 사회적 상황이 일어나는 동안과 그 상황 이후에 이들의 사회적 판단에는 부정적 편향이 일어나게 된다. 게다가, 사회불안이 높은 개인들은 사회적 상황이 종료된 후에도 사후사건처리(post-event processing)에 몰두하게 되는데 이러한 인지적 처리과정 또한 사회불안을 유지시키는 역기능적인 역할을 한다.

사후사건처리는 Clark과 Wells(1995)가 사회불안장애의 유지기제 중 하나로 제안한 정보처리과

정이다. 이는 원치 않고 침투적이며 반추적인 특성을 지니는 ‘사후검토분석(post-mortem analysis)’으로, 사회적 상황을 경험한 이후 수행당시의 불안한 감정, 부정적인 자기-지각, 수행의 부정적인 측면에 대해 계속해서 검토하는 경향성을 의미한다. 더 이상 사회적 위협이 존재하지 않으면 불안도 사라지지만 대부분의 사회적 상황의 성질상, 타인이 자신을 어떻게 평가했는지에 대한 분명한 단서가 없기 때문에 사회불안이 높은 개인들은 방금 일어난 사건에 대한 세밀한 검토를 시작한다. 사회적 상황 당시의 불안감과 자신 및 타인에 대한 부정적인 정보만을 선택하여 반추하며 동시에 타인에게 비취졌을 자신의 부정적인 정신적 표상을 형성한다. 이러한 불안감과 부정적인 자기 표상은 기억에 강하게 부호화 되며 좀 더 깊은 처리과정을 거쳐 장기기억으로 저장된다. 이러한 인지적 처리과정으로 인해 사회불안이 높은 개인들은 사회적 상황을 직면하기 전, 예기불안이 증대되고 부정적인 신념이 활성화되면서 수행을 회피하는 악순환이 반복된다(Gaydukevych & Kocovski, 2012).

사후사건처리에 대한 연구는 극소수로 이루어지다가 Rachman, Grüter-Andrew와 Shafran (2000)의 연구를 시작으로 활발하게 진행되어왔다(임선영, 2007; Lundh & Sperling, 2002). Rachman 등(2000)은 사회불안이 높은 개인들과 낮은 개인들을 대상으로 사후사건처리가 실제로 존재하는지, 만약 그렇다면 그 특성은 어떠한지를 살펴보고자 탐색적 연구를 실시하였다. 연구결과, 사회불안이 높은 개인들은 낮은 개인들에 비해 불안유발 상황 이후 부정적인 내용의 사후사건처리에 더욱 몰두하였으며 이러한 인지적 과정은 침투적이고 반복적인 특성을 지니는 것으로 나타

났다. 그렇다면 사후사건처리는 사회적 상황 이후에만 일어나는 특이적인 인지적 처리과정으로 간주할 수 있는가? Fehm 등(2007)은 사회적 상황과 비-평가적인 공포 상황을 비교함으로써, 사회불안에 대한 사후사건처리의 특이성을 조사하였다. 연구 결과, 응답자들은 비-평가적인 공포 상황과 사회적 상황 이후 모두 사후사건처리에 전념한다고 보고하였으며 특히 사회적 상황 이후에 더욱 몰두한다는 것이 밝혀졌다. 또한 부정적 평가에 대한 두려움은 공포 상황보다 사회적 상황 이후의 사후사건처리와 유일하게 관련되어 있었는데 이에 대해 McEvoy(2010)는 이것이 사후사건처리와 사회 공포증에 특징적임을 나타내는 증거라고 주장하였다.

사후사건처리와 관련한 많은 연구들은 사회적 수행에 대한 자신의 평가가 사후사건처리를 예측하는 중요한 요인임을 일관되게 보고하고 있다 (Chen, Rapee, & Abbott, 2013; Dannahy & Stopa, 2007; Gramer, Schild, & Lurz, 2012; Schmitz, Kramer & Tuschen-Caffier, 2011; Zou & Abbott, 2012). Abbott과 Rapee(2004)는 사회불안 수준이 높은 집단과 통제 집단을 대상으로 발표 과제를 수행하게 한 후, 수행 직후와 일주일 후에 자신의 수행을 평가하게 하고 그 동안 발생한 사후사건처리의 빈도를 확인하였다. 연구결과, 통제집단은 자신에 대한 수행평가가 긍정적으로 전환되는데 반해 사회불안이 높은 집단은 부정적인 평가를 유지하였으며 더욱 부정적인 사후사건처리를 보고하였다. 이에 대해 연구자들은 사후사건처리가 사회적 사건을 경험하는 동안 일어나는 부정적인 자기 지각을 바탕으로 발생한다고 설명하였다. 따라서 사회불안이 높은 개인들이 수행

후 자신의 행동을 어떻게 평가하느냐가 사후사건 처리과정에 영향을 미치는 중요한 요인임을 알 수 있다.

일반적으로 사회불안집단에게서 나타나는 인지적 편향 중 가장 두드러진 것은 주의 및 해석 편향이다. 그러나 상대적으로 기억편향과 관련한 증거는 제한적이며 연구결과 또한 대체로 일치하지 않는 것으로 알려져 있다(임선영, 최혜라, 권석만, 2007; Heinrichs & Hofmann, 2001). Mellings와 Alden(2000)은 사후사건처리와 기억편향간의 관계를 알아보기 위해서 대학생들을 대상으로 실험을 실시하였다. 참여자들은 파트너와 일대일 사회적 상호작용 상황을 경험한 후 자기초점적 주의, 불안과 관련한 신체적 감각과 행동을 측정하였고 다음 날 기억편향을 측정하였다. 여기서 기억편향은 상호작용을 하는 당시 참여자들이 경험했던 부정적인 감정 및 행동 등을 기술하는 개방적 회상과 상호작용 당시의 외적인 정보(파트너, 장면)를 기억해내는 구조화된 회상으로 이루어졌다. 마지막으로 상호작용 상황에 대한 사후사건처리의 빈도와 수행에 대한 불안관련 신체감각 및 행동을 다시 측정하여 변화를 비교하였다. 연구결과, 사후사건처리는 개방형 회상을 예언하는 반면, 객관적 정보에 대한 구조화된 회상은 예측하지 못하는 것으로 나타났다. 즉, 부정적인 자기관련 정보는 적절하게 회상하였으나 파트너와 관련되어 있는 정보는 정확하게 회상하지 못하였다. 이는 사회불안이 높은 개인들이 타인과 상호작용 이후, 부정적인 자기관련 정보에 주의를 기울여 반추하며 이러한 사고과정이 판단 및 기억편향에 영향을 미칠 수 있음을 나타낸다. 그러나 사후사건처리와 기억편향간의 관련성에 대해 연구를 수행한 Edwards,

Rapee와 Franklin(2003)는 Meillings와 Alden(2000)의 연구와는 반대로 사후사건처리가 기억편향과는 관련이 없다는 결과를 보고하였다. 이들은 대학생 집단을 대상으로 사회불안이 높은 집단과 낮은 집단을 선발하여 발표를 시킨 후, 긍정 피드백 및 부정 피드백을 동등하게 주었다. 발표 직후에 피드백 회상과제를 수행하고 일주일 후에 동일한 과제를 다시 한 번 실시하였다. 실험결과, 사회불안 수준이 높은 집단이 부정적인 사후사건처리를 더 많이 보고하였으나, 이것과 부정적인 피드백 회상은 아무런 상관을 보이지 않았다.

국내에서는 사회불안과 기억편향에 대한 연구가 수행되어왔다. 그러나 아직 사회불안이 높은 개인들의 기억편향과 사후사건처리와의 관계성을 체계적으로 살펴본 연구는 없는 실정이다. 그 동안은 사회불안과 기억편향에 대한 연구에서는 참여자의 직접적인 불안과 반드시 관련되어진다고 볼 수 없는 컴퓨터 화면상의 단어와 같은 일반적이고 인공적인 단어가 포함되어진 자극들을 사용하였다(김향숙, 2001; 오지희, 현명호, 2012; Becker, Roth, Andrich, & Margraf, 1999; Lundh & Ost, 1996; Rapee, 1995). 그러나 이러한 자극들은 타당도가 낮기 때문에 기억편향에 대한 연구 결과들의 불일치성에 기여할 수도 있다. 많은 연구 문헌을 살펴보면, 보다 더 타당한 자극(예, 얼굴표정)을 사용한 연구들은 기억편향이 나타난다는 일관적인 결과를 보고하는 경향이 있다(Coles & Heimberg, 2002; Lundh & Öst, 1996).

최근 임선영(2007)은 대학생을 대상으로 사후사건처리가 예기불안과 사회적 자기 효능감의 변화에 미치는 영향을 살펴보았다. 이를 위해 사후사건처리를 주의분산조건과 반추조건으로 나누어

조작하였다. 또한 이선화(2009)는 사후사건처리를 조작하는데 있어 반성조건을 함께 고려하여 연구를 수행하였다. 이외에도 사후사건처리와 자기초점화, 자기심상, 해석편향 등 다양한 인지적 변인과의 관계를 살펴본 연구들이 늘어나고 있다(권현정, 2014; 전운, 박기환, 2013). 그러나 이러한 연구들은 비디오 녹화, 심상조작 등 예기적인 사회노출을 사용하거나 단순히 설문지를 통해 도출된 결과들이기 때문에 일반화하는데 어려움이 있다. 따라서 본 연구에서는 좀 더 실질적이고 일관성 있는 결과를 위해 실질적인 사회노출을 사용하고 자 한다.

선행연구를 바탕으로 본 연구는 사회불안이 높은 개인들과 낮은 개인들의 인지적 처리과정을 좀 더 구체적으로 비교·탐색하고자 하였다. 사회불안이 높은 개인들과 낮은 개인들이 사회적 수행상황 전, 직후, 이틀 후, 자신의 수행을 어떻게 예측하고 평가하는지 그리고 이러한 자기 지각은 시간이 지남에 따라 어떻게 변화하는지와 더불어 국내에서는 전무한 기억편향과 사후사건처리와의 관련성을 알아보고자 하였다. 이를 구체적인 가설로 정리해보면 다음과 같다. 첫째, 사회불안이 높은 집단은 사회불안이 낮은 집단에 비해 자신의 수행수준을 낮게 예상하고 평가할 것이다. 둘째, 사회불안 수준이 높은 집단은 객관적인 평가에 비해 자신의 수행수준을 낮게 평가할 것이다. 셋째, 사회불안이 높은 집단은 사회불안이 낮은 집단에 비해 사후사건처리에 더욱 몰두할 것이다. 넷째, 사회불안이 높은 개인은 자신의 연설수행을 더욱 부정적으로 편향시켜 기억할 것이며 특히 긍정문항 보다 부정문항에서 더 편향을 보일 것이다.

방 법

참여자

본 연구는 경북에 소재하고 있는 Y대학교에 재학 중인 학부생들을 대상으로 하였다. 사회불안 수준이 높은 집단과 낮은 집단을 구분하고자 총 385명에게 사회적 공포 척도(SPS)를 실시하였다. 실시결과, 상위 10% 사이에 해당하는 18명(남 11명, 여 7명)과 하위 10% 사이에 해당하는 18명(남 8명, 여 10명)으로 총 36명을 사전표집 하였다. 참여자들의 평균연령은 고집단 21.72세, 저집단 21.17세로 나타났다.

측정도구

사회적 공포 척도(Social Phobia Scale, SPS). Mattick과 Clarke(1998)에 의해 개발된 척도로, 타인이 자신을 주시하는 상황에서 겪는 주시불안, 혹은 타인의 시선이 의식되거나 무엇을 수행하는 과정에서 파생되는 수행불안에 대한 정도를 측정하기 위해 개발하였다. 이를 국내에서는 김향숙(2001)이 번안하였고, 본 연구에서 실험 참여자를 선별하기 위해 사용하였다. 이 척도는 총 20개의 문항으로 구성되어 있으며, 0점(전혀 그렇지 않다)에서 4점(매우 그렇다)에 이르는 척도 상에서 평정된다. 본 연구에서 Cronbach's α 계수는 .90이었다.

반응양식 질문지(Responses to Depressed mood Questionnaire: RDQ). 반응양식 질문지는 Nolen-Hoeksema(1991)가 반추적 반응양식과 반

성적 반응양식을 측정하기 위해 제작한 반응양식 질문지(Response Style Questionnaire: RSQ)를 근거로 김진영(2000)이 개발한 RDQ를 사용하였다. 이 질문지는 반추적 반응양식, 반성적 반응양식, 주의 전환적 반응양식의 3요인으로 구성되어 있으며, 본 연구에서는 우울반추와 불안반추를 구별하기 위해 3요인 중 반추적 반응양식 요인의 문항만을 사용하였다. 총 12문항으로 구성되어 있으며, 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)으로 평정하도록 하였다. 본 연구에서 Cronbach's α 계수는 .94이었다.

사후사건처리 질문지(Post-event Rumination Questionnaire: PRQ). 김영주(2009)가 개발한 척도로, 사후사건처리를 측정하기 위해 사용하였다. 사회적 사건이 끝난 후 반추하는 경향을 측정하며, 특히 반추하는 내용의 유형을 평정하도록 하였다. 이 척도는 총 26문항으로 구성되어 있으며, 자신의 경험과 일치하는 정도에 따라 1점(전혀 아니다)에서 7점(매우 그렇다)으로 평정하도록 하였다. 이 척도는 3요인으로 구성되어 있으며 각각 불안통제실패 반추(10문항), 부정적인 대인평가염려(10문항), 지나간 상황 검토(6문항)가 그것이다. 본 연구에서 Cronbach's α 계수는 .97이었다.

불안 반추척도(Anxiety Rumination Questionnaire: ARQ). Rector 등(2008)이 불안장애에서 일반적으로 나타나는 불안반추를 측정하기 위해 개발하였다. 본 연구에서는 연구자가 불안반추척도를 번안하였고, 임상심리를 전공하고 있는 대학원생 2인과 임상심리전문가/심리학 박사 1인이 수정 및 타당성을 검토하였다. 이 척도는 총 22

개 문항으로 구성되어 있으며, 1점(전혀 그렇지 않다)에서 4점(거의 항상 그렇다)의 척도 상에서 평정하도록 하였다. 이 척도는 3요인으로 구성되어 있으며 불안 통제 초점(9문항, '이런 불안이 앞으로 일을 해나가는데 있어 지장을 줄 것이다'), 불안 대처 초점(7문항, '긴장을 풀고 기분전환하기가 쉽지 않다'), 인지적 재구성(6문항, '나는 보다 긍정적인 부분에 주의를 기울이기 위해 노력했다')이 그것이다. 본 연구에서 Cronbach's α 계수는 .83이었다.

상태 사회적 자기 효능감 척도(Social Self Efficacy Scale: SSES-S). 실험 전, 참여자가 자신의 연설 수행을 어떻게 예상하는지, 실험 후 자신의 연설을 어떻게 평가하는지 알아보고자 원호택과 조용래(1997)가 개발하고 임선영(2007)이 수정한 상태 사회적 자기 효능감 척도를 사용하였다. 총 1문항으로, 0점(전혀 해낼 수 없다)에서 10점(정말 잘 해낼 수 있다)으로 구성되어 있다. 이 척도의 내적 합치도는 .93이고 반분 신뢰도는 .94이었다.

수행평가척도. 참여자가 자신의 연설을 스스로 평가하기 위해 Cody와 Teachman(2010)이 사용한 척도로, 연설능력과 관련된 10개의 긍정적 문항과 10개의 부정적 문항으로 구성되어 있다. 5점 리커트 형식으로, 0점(전혀 아니다)에서 4점(매우 그렇다)으로 평정한다. 부정문항은 역점 처리하여 계산되었으며 점수가 높을수록 자신의 수행을 더 잘한 것으로 지각함을 나타낸다. 본 연구에서는 본 연구에서 Cronbach's α 계수는 .81이었다.

수행불안평가목록(Behavior Checklist for

Performance Anxiety, BCPA). 연설 동안 참여자들이 경험했던 불안의 행동적 및 신체적 반응양상의 정도를 평가하기 위해 Paul(1969)의 수행불안행동 평정지를 조용래(미발표)가 번안한 것을 사용하였다. 본 연구에서는 참여자들이 경험한 불안관련 반응양상을 스스로 평정하는데 사용되었을 뿐만 아니라 참여자가 보이는 불안관련 행동적/신체적 반응의 정도를 평정자가 평가하는데도 사용되었다. 총 15문항으로, 0점(전혀)에서 6점(매우 심하게)으로 평정하도록 구성되어 있으며 대표 문항으로는 '시선을 피함', '손발이 떨림', '말을 서둘러서 빨리함' 등이 있다. 점수가 높을수록 불안관련 행동적, 신체적 반응이 많음을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's α 계수는 .91이었다.

K-WAIS 숫자 외우기 하위검사. 집단 참여자간 일반적인 기억능력에서의 차이를 알아보기 위해 K-WAIS(WAIS-R의 한국판)의 숫자 외우기 소검사를 실시하였다.

연설주제. 참여자들에게 제시할 연설주제 5가지를 선정하고자 각 대학교 입시면접 기출문제를 참고하였다. 최근 시사와 관련되어 예비 선정된 10개 주제의 난이도를 심리학과 대학원생 17명에게 0점(난이도 하)에서 10점(난이도 상)으로 평정하게 하였다. 평균 4~5점을 받은 내용들 중 대학생들의 수준에 적절하다고 평가된 5가지를 연설 주제로 확정하였다. 5가지 주제는 다음과 같다. (1) 일부 연예인들의 도덕적, 윤리적인 문제가 사회에 미치는 영향, (2) 성범죄자의 전자발찌 착용제도에 대한 자신의 의견 (3) 국내의 선수들의 해외활동이 국내 스포츠에 미치는 영향 (4) 키 작은

개인을 ‘루저’ 라 비난하는 사회적 현상에 대한 의견 (5) 익명으로 선행하는 이유에 대한 생각.

와 관련하여 상대 사회적 자기 효능감 척도 (SSES-S)를 작성하였다.

실험절차

본 실험에서는 연구의 타당성을 높이기 위해 참여자들은 실제적인 사회적 상황에 노출되었다. 참여자들은 자신의 사회적 수행을 스스로 평가하였고 평정자들 또한 참여자의 수행을 평가하였다. 이를 통해 참여자의 주관적인 평가와 평정자의 평가 간 차이를 객관적으로 분석할 수 있었다. 먼저, 사회적 공포 척도(SPS)를 통해 실험 참여자를 선별하였다. SPS 질문지 점수의 상위 10%를 사회불안 고집단으로, 하위 10%를 사회불안 저집단으로 선정하여 실험참여에 대한 동의를 구한 후 구체적인 일정을 약속하였다. 본격적인 실험은 전화상으로 동의를 구한 2주 후에 실시되었으며, 참여자들에게 실험내용에 대해서는 알려주지 않았다. 실험에 참가한 몇몇 학생들에게는 심리학 관련 교양수업을 이수하는데 필요한 크레딧이 부여되었으나, 대다수의 학생들은 자발적으로 참여하였다.

본 실험에서는 연구자를 포함한 연구 보조원 4명과 함께 실험을 하였다. 참여자들에게 더 높은 수준의 불안을 유발시키기 위한 하나의 조작으로, 또한 성별에 상관없이 참여자들에게 동일한 불안을 일으키기 위해서 보조원을 남 2명, 여 2명으로 구성하였다. 실험실에 도착한 참여자들은 연구자에게서 이 실험이 평정자간의 일치도를 보기 위한 실험이며 잠시 후 평정자들 앞에서 연설을 하게 될 것이라는 안내를 받았다. 연설수행 직전, 참여자들은 자신의 연설수행을 어떻게 예상하는지

“이 실험은 평정자들 간의 일치도를 보기 위한 실험입니다. 그러기 위해서는 참여자께서 연설을 해 주셔야 합니다. 잠시 후, 참여자께서는 저를 포함한 4명의 평정자들 앞에 서게 될 것입니다. 그 분들은 평가에 대한 훈련을 충분히 받으신 분들입니다. 들어가게 되면 5가지의 주제가 적힌 종이를 받게 될 것입니다. 그 중 하나를 선택하여 3분 동안 이야기 해 주십시오. 질문에 대한 답은 없으므로 여러분의 생각을 편하게 이야기해 주시면 됩니다. 그리고 여러분들께서 하시는 연설은 객관적인 평가를 위해 비디오 녹화가 이루어질 것입니다.”

실험설명이 끝난 후, 연구자는 참여자와 함께 연설하게 될 장소로 이동하였다. 연구자는 참여자에게 5가지의 연설주제가 적힌 종이를 제시하였으며 연설준비를 위한 1분의 시간을 제공하였다. 1분이 지난 후, 연구자는 참여자에게 시작해 달라는 신호를 보낸 후 다시 한 번 3분을 지켜달라고 강조하였다.

“먼저 자신의 이름과 연설하실 문항 번호를 이야기하고 시작하여 주십시오. 평정자간의 정확한 평가를 위해서 반드시 3분 동안 연설을 하여 주시기 바랍니다. 3분이 되면 제가 그만하라고 말씀드릴 것입니다. 그럼 이제 시작하여 주십시오.”

이때 4명의 평정자들은 수행불안평가목록과 수행평가 척도로 참여자의 연설태도를 평가하였다.

3분 연설수행이 끝난 뒤, 참여자는 실험설명을 들었던 장소로 돌아와 수행평가 척도, BCPA, SSES-S를 완성하였다. 이후 참여자들은 작성한 질문지 중 수행평가 척도를 평정자들 앞에서 소리 내어 읽도록 요구받았다. 이는 이틀 후 기억측정을 위한 것으로 참여자가 충분히 자신의 수행평가 척도를 숙지하였음을 확인하는 절차였다. 실험이 끝나고 나면 연구자는 이틀 후 다시 한 번 실험이 있을 거라고 언급하였다. 또한 아직 실험이 진행 중인 개인들이 있으므로 동일한 조건에서 실험을 할 수 있도록 실험과정에 대해 절대 비밀로 할 것을 당부하였다. 이틀 후, 참여자가 실험실에 도착하면 기억력에 있어서 집단 간에 차이가 있는지를 확인하고자 K-WAIS의 소검사인 숫자외우기를 실시하였다. 이후 사후사건처리질문지(PRQ), 불안반추척도(ARQ), 반응양식 질문지(RDQ), 수행평가척도를 차례로 완성하였다. 이때 수행평가척도는 자신의 수행에 대한 기억을 평가하기 위한 측정도구로, 실험 직후 자신이 작성했던 수행평가의 각 문항 점수를 가능한 한 정확하게 재-기억 하도록 요청받았다. 모든 질문지를 마친 후, 연구자는 참여자들에게 실험의 목적과 참여자로 선별된 기준에 대해 이야기 해 주었다.

결 과

사회불안 집단의 불안수준

사회불안 고집단과 저집단 간의 사회불안의 차이는 다음과 같다. 집단 간 사회불안의 차이는 유의한 것으로 나타났다, $t(34)=24.08, p<.01$.

표 1. 사회불안 집단 간 사회불안수준 차이

측정변인	M(SD)		t
	고집단 (N=18)	저집단 (N=18)	
사회불안	43.22(6.43)	5.00(2.00)	24.08**

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

연설수행에 대한 집단 간 인지적 차이

연설수행 전, 수행에 대한 자신의 기대수준과 연설수행 후, 자신의 수행에 대한 주관적인 평가에 있어서 사회불안 고집단과 저집단 간에 유의한 차이가 있는지를 알아보고자 하였다. 이에 t-검증을 실시하여 실험 전 SSES-S와 실험 후 SSES-S, BCPA, 수행평가척도의 점수를 비교분석하였다. 분석 결과, 두 집단은 연설수행에 대한 기대수준 $t(34)=-2.59, p<.05$, 연설수행 중의 신체적/행동적 불안수준 $t(34)=-4.24, p<.001$, 실험 후 연설수행에 대한 전반적인 평가 $t(34)=3.14, p<.01$, 실험 후 연설수행에 세부적인 평가에서 유의한 차이를 나타냈다, $t(34)=2.84, p<.01$. 또한 발표 전과 후의 SSES간 변화가 집단 간 유의한지 알아보기 위해 대응표본 t-검증을 실시하였다. 그 결과, 발표전과 발표후의 SSES에서 사회불안 고집단과 저집단 모두 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다, $t(17)=4.91, p<.001, t(17)=3.76, p<.01$. 즉, 사회불안 고집단과 저집단 모두 발표후에는 자신의 연설수행 정도를 기대했던 것보다 더 부정적으로 지각하는 것으로 나타났다. 그럼에도 사회불안 고집단은 저집단에 비해 연설수행정도를 더욱 부정적으로 예상하고 기대하며 연설수행동안 불안 관련 행동과 신체적 반응을 더욱 많이 경험하는

것으로 나타났다. 또한 연설수행에 대한 전반적, 세부적인 측면에 있어서도 사회불안 고집단이 저집단에 비해 부정적으로 평가하는 결과를 보였다. 더 나아가 본 연구에서는 중립적인 입장에서 연설을 지켜본 평정자들의 평가에서 집단 간 차이를 보이는가를 살펴보았다. 이를 위해 t-검증을 실시하였고 결과를 표 2에 제시하였다. 분석결과, 평정자들은 연설수행 중의 신체적/행동적 불안수준이나 연설수행 정도에 대해 오히려 사회불안 고집단의 수행을 더욱 긍정적으로 평가하는 경향이 있었으나 집단 간 차이는 유의하지 않았다, $t(34)=-.68, n.s., t(34)=-.65, n.s.$ 또한 BCPA와 수행평가에 있어서도 각각의 집단과 평정자들간의 평가에서 유의한 차이가 있는지를 알아보기 위해 대응표본 t-검증을 실시하였다. BCPA의 경우, 고집단과 저집단 모두 평정자들에 비해 불안수준을 더욱 높게 보고하였으며, 이러한 차이는 통계적으로 유의하였다, $t(17)=1136, p<.001, t(17)=3.72, p<.01$. 그러나 수행평가의 경우, 사회불안 저집단은 평정자들에 비해 자신의 수행을 더욱 우수한 것으로 평가하였고 그 차이는 유의한 것으로 나

타났다. 반대로 사회불안 고집단은 평정자들에 비해 자신의 수행을 더욱 낮게 평가하는 경향이 있었으나 그러한 차이는 통계적으로 유의하지 않았다, $t(17)=-1.21, n.s., t(17)=3.72, p<.01$. 즉, 사회불안 고집단과 저집단 모두 객관적으로 비춰지는 불안수준에 비해 실질적으로 경험하는 내적 불안감은 더 높은 것으로 나타났다. 그럼에도 불구하고 사회불안 저집단은 객관적인 기준에 비해 자신의 수행을 긍정적으로 평가하며 사회불안 고집단은 더욱 부정적으로 평가한다는 것을 알 수 있다. 본 연구에서는 4명의 평정자에 대해 평정자간 신뢰도를 산출한 결과, BCPA에 대한 r 값은 .78~.8(0)에 해당하는 것으로 나타났고 수행평가에 대한 r 값은 .91~.94에 이르는 것으로 나타났다.

연설수행 이후 집단 간 정보처리과정의 차이

연설수행 후 이들 동안의 발생할 수 있는 정보 처리과정에서 집단 간 차이가 있는지 알아보기 위해 t-검증을 실시하였다. 분석결과, 사후사건처리 $t(34)=5.49, p<.001$, 우울반추 $t(34)=4.87,$

표 2. 연설수행에 대한 주관적인 평가와 평정자들의 평가 차이

측정변인	M(SD)		t
	고집단 (N=18)	저집단 (N=18)	
실험 전 SSES	2.89(1.08)	4.17(1.79)	2.59*
실험 후 SSES	1.17(1.2)	3.00(1.94)	3.41**
BCPA	54.61(13.40)	34.11(15.56)	-4.24***
수행평가	26.88(9.40)	35.78(9.40)	2.84**
이틀 후 수행평가	24.33(9.50)	38.17(10.83)	4.07***
평정자 BCPA	22.38(8.99)	20.53(8.11)	-0.65
평정자 수행평가	31.35(7.47)	29.63(7.63)	0.68

주. SSES: Social Self Efficacy Scale; BCPA: Behavior Checklist for Performance Anxiety

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

$p < .001$, 불안반추 $t(34)=3.26$, $p < .01$ 모두에 있어서 사회불안 고집단의 점수가 사회불안 저집단의 점수보다 유의미하게 높았다. 더 나아가 어떤 유형의 정보처리과정에 더욱 전념하는지를 살펴보기 위해 상관분석을 실시하였다. 분석결과, 사회불안은 사후사건처리, 우울반추, 불안반추와 높은 상관을 보였고 특히 사후사건처리와 가장 높은 정적 상관을 보였다. 이를 표3에 제시하였다. 사회불안에 대한 사후사건처리의 설명력을 높이고자 사회불안을 종속변인으로 하고 사후사건처리, 우울반추, 불안반추를 독립변인으로 하여 중다회귀분석을 실시하였다. 분석결과, 사회불안을 효율적으로 설명하는 것은 사후사건처리로 나타났다. 또한 예측변인에 대한 영향력을 살펴보면 사후사건처리 ($\beta = .66$)가 유일했으며, 이 변인은 사회불안의 48%를 설명하였다.

연설수행 이틀 후 수행평가의 변화

연설 이틀 후, 자신의 연설 평가에 대해서 어떻게 기억하고 있는가를 알아보려고 하였다. 이를 평가하기에 앞서, 집단 간의 기억력 차이를 살펴보고자 K-WAIS의 숫자 외우기 소검사를 실시하

였다. 결과, 사회불안 고집단이 평균 9.06, 저집단은 10.22였고 이러한 차이는 유의하지 않은 것으로 나타났다, $t(34)=1.74$, ns . 집단에 따른 연설수행 직후와 이틀 후의 수행평가 점수 변화를 알아보기 위해서 반복측정 변량분석을 실시하였다. 분석 결과, 집단의 주효과는 유의하였으나, $F(1,34)=12.62$, $p < .001$, 시기의 주효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 그러나 집단과 시간의 상호작용 효과는 유의한 것으로 나타났으며, $F(1,34)=13.49$, $p < .001$, 이를 자세히 살펴보기 위해 단순 주효과 분석을 실시하였다. 실시 결과, 직후검사와 이틀 후 검사 모두에서 사회불안 고집단이 저집단에 비해 수행평가 점수가 통계적으로 유의미하게 낮았다, $F(1,34)=8.04$, $p < .01$; $F(1,34)=16.59$, $p < .001$. 또한 사회불안 고집단은 연설수행 직후 보다 이틀 후 수행평가 점수가 유의하게 감소하였으며, $F(1,34)=6.74$, $p < .05$, 사회불안 저집단은 오히려 연설수행 직후 보다 이틀 후 수행평가 점수가 증가하였으며 이를 표 4에 제시하였다, $F(1,34)=6.76$, $p < .05$. 즉, 사회불안 저집단은 이틀 전 수행한 연설을 좀 더 긍정적으로 편향하여 기억하는 반면 사회불안 고집단은 좀 더 부정적으로 편향하여 기억하는 모습을 나타냈다.

표 3. 사회불안과 사후사건처리, 우울반추, 불안반추의 평균과 표준편차 및 상관분석

측정변인	M(SD)		t	1	2	3	4
	고집단 (N=18)	저집단 (N=18)					
사회불안				-			
사후사건처리	91(33.01)	42.17(18.32)	-5.49***	.72**	-		
우울반추	33.33(10.04)	19.28(6.99)	-4.87***	.65**	.90**	-	
불안반추	43.67(6.75)	36.61(6.22)	-3.26**	.52**	.65**	.66**	-

주. 1. 사회불안 2. 사후사건처리 3. 우울반추 4. 불안반추

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

문항 유인가(valence)에 따른 재인편향

이러한 기억편향을 좀 더 자세하게 알아보고자 문항 유인가에 따라 두 집단 간 차이가 있는지를 살펴보았다. 긍정문항과 부정문항 각각에 대하여 t-검증을 실시한 결과, 긍정문항에서는 연설수행 전과 이틀 후 모두 사회불안 저집단의 점수가 고집단의 점수보다 유의미하게 높았다, $t(34)=2.22, p<.05$; $t(34)=3.11, p<.01$. 부정문항에서는 연설수행 전과 이틀 후 모두 사회불안 고집단이 저집단보다 유의미하게 점수가 높은 것으로 나타났다, $t(34)=2.51, p<.05$, $t(34)=3.51, p<.001$. 여기서 기술하는 점수의 높고 낮음을 구체적으로 설명한다면 다음과 같다. 예를 들어, 연설수행 직후 참여자가 긍정문항에 대한 기억이 4점이었으나 연설수행 이틀 후 그 문항을 2점으로 기억한다면 이는 -2만큼의 부정적인 편향을 나타낸다. 반대로 실험 직후 참여자가 부정문항에 대한 기억이 실험직후 2점이었으나 연설수행 이틀 후 그 문항을 0점으로 기억한다면 이는 +2만큼의 긍정적인 편향을 나타낸다. 0점 이하의 총점은 부적으로 편향된 재인을 나타내며 이는 참여자들이 자신의 수행을

더 부정적으로 기억한다는 것을 뜻한다. 반대로 0점 이상의 총점은 정적으로 편향된 재인 유인가를 나타내며 이는 참여자가 자신의 수행을 더 좋은 방향으로 기억한다는 것을 나타낸다. 이틀 후 참여자들의 재인기억효과를 알아보고자 재인 유인가를 계산하였고 재인 유인가에 대한 집단 간의 차이를 알아보고자 t-test를 실시하였다. 분석 결과, 사회불안 고집단은 저집단과 유의미한 차이를 보였으며, $t(34)=3.88, p<.001$, 고집단은 자신의 수행을 더욱 부정적으로 기억하는 (-) 점수를 나타낸 반면, 저집단은 자신의 수행을 더욱 긍정적으로 재인하는 (+) 점수를 나타내었다. 이를 그림 1에 제시하였다.

사후사건처리와 재인편향 사이의 관계를 보다 구체적으로 조사하기 위해서 상관분석을 실시하였다. 분석 결과, 부정문항에 대한 재인편향은 사후사건처리, 우울반추, 불안반추와 높은 상관관계를 나타냈으며, $r=-.54, p<.01$; $r=-.38, p<.01$; $r=-.50, p<.01$, 사후사건처리와는 가장 높은 상관관계를 보여주었다. 이러한 재인편향에 가장 영향을 미치는 요인이 무엇인가를 알아보고자 독립변인으로 사후사건처리, 우울반추, 불안반추를 투입

표 4. 연설수행 직후와 이틀 후 수행평가점수의 이원 변량분석 결과

변량원	SS	df	MS	F
집단	2323.35	1	2323.35	12.62***
시기	.13	1	.13	.90
집단 × 시기	110.01	1	110.01	13.49***
오차	277.36	34	8.16	

*** $p<.001$.

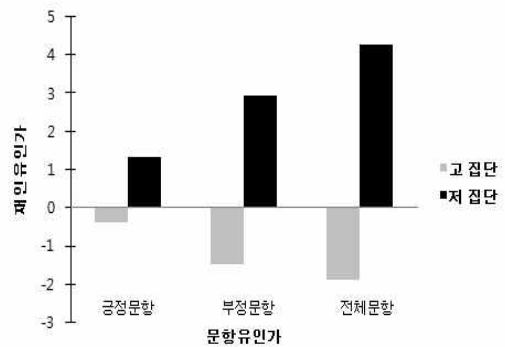


그림 8. 문항 유인가(valence)에 따른 재인편향

하여 중다회귀분석을 실시하였다. 실시결과, 개인 편향을 효율적으로 설명하는 것은 사후사건처리로 나타났다. 한편, 예측변인에 대한 영향력을 살펴보면 사후사건처리($\beta = -.54$)가 유일했으며 이 변인은 개인편향의 27%를 설명하였다. 이를 표 5에 제시하였다.

표 5. 사후사건처리, 우울반추, 불안반추가 재인 편향에 미치는 영향

독립변수	R^2	ΔR^2	F	t	β
사후사건처리	.31	.25	4.80**	-2.17*	-.73
우울반추				.87	.30
불안반추				-.60	-.12

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

논 의

본 연구는 사회적 상황 이후, 사회불안 고집단과 저집단의 인지적 처리과정에 대해 알아보았다. 이를 위해 최근 사회불안과 관련하여 활발한 연구가 이루어지고 있는 인지적 처리과정 중 하나인 사후사건처리에 대해 초점을 두었다. 사회불안이 높거나 낮은 개인들이 사회적 상황에 노출되었을 때, 자신의 수행을 어떻게 예측하고 평가하는지, 실제 사후사건처리에 몰두하며 기억편향이 일어나는지를 확인하고자 하였다. 이러한 관계를 규명함으로써 사회불안상황 동안과 그 이후의 인지적 처리과정이 사회적 상황에서의 자아상(self-image) 형성, 자기 효능감과 예기불안에 어떤 영향을 미치는지를 이해하고 이에 대한 적절한 개입을 통해 사회불안치료에 임상적인 함의점을 찾고자 하였다. 이를 살펴보기 위해 본 연구는

사회불안이 높거나 낮은 참여자들에게 5가지 주제를 제시한 후 3분간의 즉흥 연설을 수행하게 하였다. 과제수행 후 참여자들은 자신의 연설수행을 평가하기 위해 질문지를 작성하였으며 동시에 4명의 평정자들도 동일한 질문지로 참여자들의 수행을 평가하였다. 이틀 후, 참여자들은 다시 한번 실험실을 방문하였고 자신의 연설평가를 어떻게 기억하고 있는지를 평가하였다.

연구결과를 토대로 논의하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 사회불안 고집단은 저집단에 비해 앞으로 있을 연설수행을 부정적으로 예상하였으며 연설수행동안 더 높은 수준의 불안관련 신체/행동증상을 보고하는 것으로 나타났다. 이는 선행 연구(조용래, 원호택, 1997; Beck & Emery, 1985)와도 일치하는 결과로, 사회불안이 높은 개인들은 앞으로 일어날 연설수행을 부정적으로 예측함으로써 생리적으로 각성되어 불안 증상을 경험하는 것으로 이해된다. 아울러 사회불안 고집단은 저집단에 비해 자신의 연설수행을 더욱 부정적으로 평가하였다. 이는 사회불안이 높은 개인들은 모호하고 예측 불가능한 성격을 띠는 사회적 상황에서 자신을 더욱 부정적으로 평가한다는 연구결과와도 일치한다(Zou & Abott, 2012). 따라서 사회적 수행과 관련한 자신을 평가할 때에는 상황의 모호성을 감소시킬 수 있는 명확한 항목을 제시하는 동시에 항목에 대한 수행정도를 중립적/객관적으로 평가할 수 있는 구체적인 기준이 필요할 것이다. 이를 통해 자기 평가의 객관성을 높임으로써 자기 도식에 대한 인지적 편향을 감소시키는 것이 사회불안 치료에 효과적인 것이다.

둘째, 4명의 평정자들은 오히려 사회불안 저집단에 비해 고집단 구성원들의 연설을 더 긍정적

으로 평가하는 경향이 있었으나, 집단 간 연설수행의 차이는 통계적으로 유의하지 않았다. 즉, 사회불안이 높은 개인들은 자신의 수행정도를 낮게 평가하지만 객관적인 관점에서 보았을 시에는 사회불안이 높은 개인과 낮은 개인들의 수행정도에 차이가 없다는 것을 의미한다. 이는 사회불안이 높은 집단의 자기 평가와 관찰자 평가 간 불일치가 크다는 연구결과와 일치하는 것으로(Norton & Hope, 2001), 사회불안이 높은 개인들은 실제 자신의 수행에 대해 더 부정적으로 편향되어 해석함을 의미하는 것이다. 이처럼 사회적 수행에 대한 부정적 해석은 자기 효능감을 떨어뜨리고 결국 사회적 상황을 회피하게 만들어 사회불안이 더 커지는 악순환에 기여하게 될 것이다. 따라서 사회불안이 높은 개인들에게는 수행에 대한 객관적이고 정확한 피드백을 제공함으로써, 인지적 불일치를 직면하게 하거나 인지적 재해석의 기회를 제공할 필요가 있겠다.

셋째, 사회적 상황을 경험한 개인들은 사회불안 수준과 관련 없이 우울반추, 불안반추, 사후사건처리 세 가지 반추과정에 전념하였다. 그러나 사회불안이 높은 개인들은 사회불안이 낮은 개인들에 비해 세 가지 반추과정에 더욱 몰두하였으며 사후사건처리에 더욱 전념하였다. 또한 사회불안과 사후사건처리는 다른 두 가지의 정보처리과정보다 더 높은 상관을 보임으로써 사후사건처리가 사회불안에 보다 특정한 정보처리과정임을 나타냈다. 본 연구에서 다른 우울반추, 불안반추, 사후사건처리는 모두 반추라는 공통적 인지적 특징을 지니고 있으며 정서장애의 발생/유지/악화에 중요한 요인으로 작용하고 있다. 그러나 우울반추의 경우, 과거 지향적이며 사건 보다는 내적 증상

및 증상의 의미에 초점을 두는 경향이 높다. 이에 반해 불안반추는 미래 지향적이며 내적 단서 보다는 사건의 불확실성에 대한 대처 및 통제와 같이 사건-지향적 성격을 띤다. 또한 사후사건처리는 불안반추와 마찬가지로 사건-지향적이지만 사회적 상황으로 좀 더 한정지어지며 사회적 상황 동안의 타인 평가나 내적 경험과 같은 내·외적 단서 모두에 초점을 둔다는 점에서 차이를 나타낸다. 또한 사회적 상황 동안 자신이 선택한 행동에 대해 꼼꼼하게 재평가하고 대안행동을 마련하게 할 수 있는 기회를 제공함으로써 앞으로 있을 사회적 상황에 대한 수용성을 최대화시킨다는 점에서 건설적인 측면을 포함하고 있다. 따라서 사회불안이 높은 개인들에게는 사후사건처리의 부정적인 측면을 감소시키고 긍정적인 측면을 활용함으로써 사회적 상황에서의 적응 수준을 높일 필요가 있겠다.

넷째, 연설수행 이후 집단 간 재인편향에서 차이가 나타났다. 사회불안 고집단은 저집단에 비해 자신의 연설수행을 부정적으로 판단했을 뿐만 아니라 이틀 후에는 자신의 연설수행을 더욱 부정적으로 기억하였다. 그러나 사회불안 고집단과 저집단의 숫자 외우기 검사에서 유의미한 차이가 없었다는 점에서, 이러한 결과가 사회불안 집단간 기억력의 차이 때문이 아니라는 것을 나타낸다. 문항 유인가에 따른 재인편향분석에서는 긍정문항보다 부정문항에서 더욱 편향된 기억을 나타냈다. 이는 Cody와 Teachman(2010)의 연구결과와도 일치하며, 사회불안이 높은 개인들은 자신의 부정적 단서에 초점을 두면서 이후에는 그 사회적 사건을 더욱 부정적으로 편향시켜 회상할 것이라는 Mellings와 Alden(2000)의 주장을 지지한

다. 그러나 이와는 반대로 사회불안 저집단은 시간에 걸쳐 자신의 수행을 보다 더 긍정적으로 기억하는 것으로 나타났는데, 이는 Leary(2007)이 제안한 자기강화편향(Self-enhancement Bias)과도 일치한다. 이에 따르면, 자기강화편향은 개인들이 자신의 긍정적인 자기개념과 모순되는 정보에 직면하였음에도 불구하고 이를 유지하거나 증가하도록 동기화시킨다고 주장한다. 이러한 맥락에서 본다면, 사회불안이 높은 개인들은 낮은 개인들과 비교하여 자기강화편향이 덜 일어나는 것으로 보인다. 이는 Garner, Mogg와 Bradley(2006)의 연구에서 사회불안이 높은 개인들은 부정적인 개념이 많고 긍정적인 편향이 부재하다는 결과와도 관련성이 높다. 이를 고려해볼 때, 사회불안이 높은 개인들에게는 사회적 상황을 경험한 이후, 수행의 중립적이고 긍정적인 측면에 주의를 기울이게 함으로써 지나친 편향의 발생과 자기 효능감의 저하를 예방할 수 있을 것으로 보인다.

다섯째, 재인편향은 사후사건처리와 높은 상관성을 보였으며 재인편향을 설명할 수 있는 변수로는 사후사건처리가 유일하였다. 이는 사회불안 유지에 있어 사후사건처리의 중요성을 확인할 수 있는 결과이다. 사회불안이 높은 개인들은 사후사건처리에 몰두하면서 자신의 수행을 부정적인 방향으로 편향시켜 기억하고 불안상황에서의 부정적인 자기 도식을 강화시킴으로써 예기불안이 지속되는 것이다. 따라서 사회불안집단을 치료하기 위해서는 사후사건처리에 대해 인지적 조작을 가함으로써 기억편향을 감소시킬 필요가 있다. 이를 통해 사회불안의 악순환을 끊고 사회적 상황에서 보다 적응적으로 행동할 수 있도록 도울 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구에 대한 제언을 요약하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 사후사건처리척도와 우울반추척도, 불안반추척도를 사용하여 인지적 처리 과정을 비교하였다. 우울반추의 경우, 불안반추와의 구분을 위하여 RDQ의 반추적 반응양식 문항만을 사용하였다. 그러나 이러한 요인이 불안반추로부터 독립된 우울반추인지에 대해서는 충분한 통제가 이루어지지 못하였다.

둘째, 본 연구에서는 사회불안과 사후사건처리 과정의 관계성을 살펴보는데 사회불안과 우울효과에 대해 적절하게 통제하지 못하였다. 그러나 Kocovski와 Rector(2008)의 연구에서, 우울을 통제했을 때의 사후사건처리와 사회불안의 상관관계가 사회불안을 통제했을 때의 사후사건처리와 우울사이의 상관관계보다 더 높았다는 연구결과를 통해서 본 연구결과의 타당성을 간접적으로 증명할 수 있다. 더불어 Mansell과 Clark (1999)이 사회불안과 기억편향의 관계에서 우울 변인을 통제하였을 때에도 기억편향이 일어났다는 연구결과 또한 본 연구결과의 타당성을 뒷받침할 수 있을 것으로 보인다. 그럼에도 추후의 연구에서는 이러한 변인을 반드시 통제하여 좀 더 타당한 연구가 이루어져야 할 것으로 보인다.

셋째, 5가지 연설주제의 난이도, 정서가 및 각성 수준을 고려하지 못하였다. 연설주제가 상이하여 연설과정 및 연설 후 인지적 처리과정에 영향을 미칠 수 있음을 충분히 고려하지 못하였으며 연설주제를 개인이 선택하게 한 것 또한 가외변인으로 작용했을 가능성이 높다.

넷째, 본 연구에서는 사회불안이라는 변수와 인지적 처리과정 간의 관계를 알아보고자 사회불안

고·저집단 모두를 변수로 투입하면서 측정치가 과장되었을 가능성이 있다. 그러나 사회불안이 높은 집단만을 대상으로 하거나 사회불안이 낮은 집단에게서 나타나는 좀 더 특징적인 인지적 처리과정을 살펴보기 위해서는 이들 집단을 구분하고 대상수를 좀 더 늘임으로써 일반적인 관계를 탐색하는 것이 바람직할 것으로 보인다.

참 고 문 헌

- 권현정 (2014). 해석 편향 수정이 사회불안 경향성을 지닌 대학생의 자기 평가와 사후반추사고에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김영주 (2009). 사회불안의 사후반추 질문지 개발 및 타당화 연구. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김진영 (2000). 우울한 기분에 대한 두 가지 내부 초점적 반응양식: 반추적 반응양식 대 반성적 반응양식. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위 유형의 기억편향. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 염태호, 박영숙, 오경자, 김경규, 이영호 (1992). K-WAIS 실시요강. 한국가이던스.
- 오지희, 현명호 (2012). 사회공포증 경향성자의 자기초점적 주의가 기억편향에 미치는 영향. 청소년학연구: 19(1), 161-180.
- 이선화 (2009). 사후 처리 과정 조작이 예기불안에 미치는 영향 : 반성, 반추, 주의분산의 효과. 아주대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 임선영, 최혜라, 권석만 (2007). 사후반추사고가 사회적 자기 효능감 및 예기불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 26(1), 39-56.
- 전운, 박기환 (2013). 사회불안이 높은 대학생들의 불안과 사후반추사고에 자기심상조작이 미치는 영향. 인지행동치료, 13(1), 87-105.
- 조용래, 원호택 (1997). 대인불안에 대한 인지적 평가: 사회적 상호작용에 대한 자기 효능감 척도의 개발과 타당화에 관한 연구. 심리학의 연구문제: 26(2), 323-344.
- Abbott, M. J., & Rapee, R. M. (2004). Post-event rumination and negative self-appraisal in social phobia before and after treatment. *Journal of Abnormal Psychology, 113*, 136 - 144.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th Ed)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxious disorders and phobias : A Cognitive perspective*. New York : Basic Book, Inc., Publishers.
- Becker, E. S., Roth, W. T., Andrich, M., & Margraf, J. (1999). Explicit memory in anxiety disorders. *Journal of Abnormal Psychology, 108*, 153 - 163.
- Chen, J., Rapee, R. M., & Abbott M. J. (2013). Mediators of the relationship between social anxiety and post-event rumination. *Journal of Anxiety Disorder, 27*(1), 1-8.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneider (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment*, New York: Guilford Press.
- Cody, M. W., & Teachman, B. A. (2010). Post-event processing and memory bias for performance feedback in social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders, 24*, 468-479.
- Coles, M. E., & Heimberg, R. G. (2002). Memory biases in the anxiety disorders: Current status. *Clinical Psychology Review, 22*, 587-627.
- Dannahy, L., & Stopa, L. (2007). Post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 45*, 1207-1219.

- Edwards, S. L., Rapee, R. M., & Franklin, J. (2003). Post-event rumination and recall bias for a social performance event in high and low socially anxious individuals. *Cognitive Therapy and Research, 27*, 603-617.
- Fehm, L., Schneider, G., & Hoyer, J. (2007). Is Post-event processing specific for social anxiety? *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 38*, 11-22.
- Gamer M., Mogg K., & Bradley B. P. (2006). Orienting and maintenance of gaze to facial expression in social anxiety. *Journal of Abnormal Psychology, 115*, 760-770.
- Gaydukevych, D., & Kocovski, N. L. (2012). Effect of self-focused attention on post-event processing in social anxiety. *Behavior Research and Therapy, 50*, 47-55.
- Gramer, M., Schild E., & Lurz, E. (2012). Objective and perceived physiological arousal in trait social anxiety and post-event processing of a prepared speaking task. *Personality and Individual Differences, 53*(8), 980-984.
- Heinrichs, N., & Hofmann, S. G. (2001). Information processing in social phobia: A critical review and preliminary model. *Clinical Psychology Review, 21*(5), 751-770.
- Kocovski, N. L., & Rector, N. A. (2008). Post-event processing in social anxiety disorder: Idiosyncratic priming in the course of CBT. *Cognitive Therapy and Research, 32*, 23-36.
- Leary, M. R. (2007). Motivational and Emotional Aspects of the self. *Annual Review of Psychology, 58*, 317-44.
- Lundh, L. G., & Ost, L. G. (1996b). Recognition bias for critical faces in social phobics. *Behaviour Research and Therapy, 34*(10), 787-794.
- Lundh, L. G., & Sperling, M. (2002). Social anxiety and Post-event processing of socially distressing events. *Cognitive Behaviour Therapy, 31*, 129-134.
- Mansell, W., & Clark, D. M. (1999). W. Mansell and D.M. Clark, How do I appear to others? Social anxiety and processing of the social self. *Behaviour Research and Therapy, 37*, 419-434.
- Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1989). *Development and validation of measures of social phobia scrutiny fears and social interaction anxiety*; Unpublished manuscript.
- McEvoy, P., Mahoney, A., & Moulds, M. L. (2010). Development of the repetitive thinking questionnaire: Are worry, rumination, and post-event processing one and the same? *Journal of Anxiety Disorders* (in press).
- Mellings, T. B., & Alden, L. E. (2000). Cognitive processes in social anxiety: the effects of self-focus, rumination and anticipatory processing. *Behaviour Research and Therapy, 38*, 243-257.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 569-582.
- Norton, P. J., & Hope, D. A. (2001). Kernels of truth or distorted perceptions: Self and observer ratings of social anxiety and performance, *Behavior Therapy, 32*(4), 765-786.
- Paul, G. L. (1969). Physiological effects of relaxation training and hypnotic suggestion. *Journal of abnormal Psychology, 74*(4), 425-437. *Psychology, 74*(4), 425-437.
- Rachman, S., Grüter-Andrew, J., & Shafran, R. (2000). Post-event processing in social anxiety, *Behaviour Research and Therapy, 38*, 611-617.
- Rapee, R. M. (1995). Descriptive psychopathology of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: diagnosis, assessment and*

- treatment*(pp.41-66). New York: The Guilford Press.
- Rector, N. A., Antony, M. M., Laposa, J. M., Kocovski, N. L., & Swinson, R. P. (2008). Assessing content domains of repetitive thought in the Anxiety spectrum: Rumination and worry in nonclinical and clinically anxious samples, *International Journal of Cognitive Therapy, 1*(4), 352-376.
- Schmitz, J., Kramer, M., & Tuschen-Caffier, B. (2011). Negative post-event processing and decreased self-appraisals of performance following social stress in childhood social anxiety: An experimental study. *Behaviour Research and Therapy, 49*, 789-795.
- Zou, J. B., & Abott, M. J. (2012). Self-perception and rumination in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 50*(4), 250-257.

원고접수일: 2014년 11월 6일
논문심사일: 2014년 11월 25일
게재결정일: 2015년 2월 3일

Cognitive processes of the Social Anxiety group after Social Performance Anxiety: degree of Post-event processing

Min Jeong Kim

Hyun Ju Cho

Department of Psychology, Yeungnam University

The purpose of this study was to examine the differences in cognitive processing according to social anxiety level, during and after the experience of the social situation. We focused on post-event processing as the expected cognitive processes after the social anxiety experience. For this study, 18 students each from the high and low social anxiety group were asked to make an impromptu 3-minutes speech in front of 4 experiment confederates while being videotaped. The 4 experiment confederates also evaluated the speech of participants during the experiment. Two days later, participants were asked to participate in a follow-up study. The result of the study showed that the group with high social anxiety overall had formed a negative impression about speech, as compared to the group with low social anxiety. However, when the participants were presented more specific evaluation items, there were no significant differences between the 2 groups. Secondly, the group with high social anxiety were more immersed in the post-event processing, as compared to the group with low social anxiety. Third, the hypothesized recognition bias was found in the follow-up evaluation study, and the recognition bias for negative items was more noticeable than those for positive items. Finally, the several implications and limitations of the study were discussed.

Keywords: social anxiety, post-event processing, rumination, recognition bias