



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

대학생 사회불안 관련 변인에 관한 메타분석

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

김 안 나

2018년 8월



대학생 사회불안 관련 변인에 관한 메타분석

지도교수 최 보 영

김 안 나

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함.

2018년 6월

김안나의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

심사위원장 _____ (인)

위 원 _____ (인)

위 원 _____ (인)

제주대학교 교육대학원

2018년 8월



<국 문 초 록>

대학생 사회불안 관련 변인에 관한 메타분석

김 안 나

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수 최 보 영

본 연구는 대학생의 사회불안과 관련변인과의 관계에 대한 국내연구 결과를 통합적으로 분석하기 위해 메타분석을 실시하였다. 분석 자료는 2007년부터 2016년 12월까지 출간된 논문을 대상으로 하여, 총 76편의 논문이 분석에 포함되었고 137개의 효과크기가 사용되었다. 효과크기 분석을 위해 상관계수를 효과크기 변환 값으로 사용하였으며, 논문 선정 기준을 미리 설정하여 해당 준거에 따라 자료를 선정하였다. 대학생 사회불안과 관련된 변인들의 효과크기를 유발변인과 억제변인으로 나누어 살펴보고, 각 변인군의 효과크기와 변인별 효과크기를 확인하였다. 효과크기는 Cohen(1988)의 기준에 따라 해석하였으며, 비중복백분위(U^3)를 산출하여 효과크기에 대한 해석을 보완하였다. 또한, 메타ANOVA와 메타 회귀분석을 실시하여 사회불안 척도 종류, 출판 형태, 출간 연도에 따라 관련 변인들과 대학생 사회불안 간 관계가 변화하는지 확인하였다. 마지막으로 메타분석 결과의 타당성을 저해할 수 있는 출판편향이 있는지 확인하기 위해 깔때기 그림(Funnel plot)과 Trim and Fill 방법을 실시하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 대학생 사회불안 관련변인으로 4개의 억제변인과 21개의 유발변인이 추출되었다. 억제변인군은 중간 효과크기를 보였으며, 유발변인군은 큰 효과크기를 보였다.

둘째, 각 변인군에 따른 효과크기를 분석한 결과, 억제변인군에서는 자기제시 기대가 가장 효과크기가 큰 것으로 나타났으며, 그 다음으로는 자기개념 명확성, 자기자비의 순으로 효과크기가 큰 것으로 나타났다. 유발변인군에서는 내면화된 수치심이 가장 효과크기가 큰 것으로 나타났으며, 그 다음으로 내현적 자기애, 부적응적 자기초점적 주의, 부정적인 사회적 자기개념, 긍정적 평가에 대한 두려움, 사후반추사고, 역기능적 신념, 평가염려 완벽주의, 정서표현양가성, 행동억제, 정서조절곤란, 성인애착회피, 성인애착불안, 부정적 평가에 대한 두려움, 경험회피, 자기불일치, 우울의 순으로 효과크기가 큰 것으로 나타났다.

셋째, 억제변인군과 유발변인군을 대상으로 사회불안 척도, 출판 형태, 출간 연도에 따라 효과크기가 변화하는지 검토한 결과, 출간 연도가 최근일수록 억제변인군의 효과크기가 유의하게 증가하는 것으로 나타났다. 그 외에 조절변수에 대해서는 조절효과가 나타나지 않았다.

넷째, 분석에 포함된 논문의 출판편향 검증을 위해 깔때기 그림(Funnel plot)과 Trim and Fill 방법을 실시한 결과 본 연구 결과가 출판편향으로 인한 왜곡된 결과일 가능성은 적다는 것을 확인하였다.

본 연구를 통해 대학생 사회불안 관련 변인들과 이들의 영향력을 확인할 수 있었다. 본 연구결과가 대학생의 사회불안에 대한 국내 연구를 종합적으로 살펴볼 수 있는 자료로 사용되기를 기대하며, 이를 통해 대학생의 사회불안에 대한 이해를 넓히고 사회불안의 예방과 상담 개입 및 프로그램 개발을 위한 근거자료로 사용되기를 기대한다.

주요어 : 사회불안, 메타분석, 대학생

목 차

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제	6
3. 용어의 정의	6
II. 이론적 배경	7
1. 사회불안	7
1) 사회불안 개념 및 특징	7
2) 대학생의 사회불안	9
3) 사회불안 관련 선행 메타분석 연구	11
2. 대학생 사회불안 관련 변인	12
3. 메타분석	18
III. 연구방법	21
1. 자료의 수집 및 선정	21
1) 자료의 수집	21
2) 자료의 선정	21
2. 자료의 코딩	23
3. 자료의 분석	23
1) 효과크기의 산출	25
2) 효과크기의 동질성 검증	26
3) 효과크기의 해석	27
4) 조절효과 검증	27
5) 출판편향 검증	28

IV. 연구결과 및 해석	30
1. 분석 대상 논문의 특징	30
2. 대학생 사회불안 관련 변인의 효과크기	32
1) 대학생 사회불안 관련 억제변인군의 효과크기	32
2) 대학생 사회불안 관련 유발변인군의 효과크기	33
3. 조절변수에 따른 효과크기	38
1) 조절변수에 따른 대학생 사회불안 관련 억제변인군의 효과크기	38
2) 조절변수에 따른 대학생 사회불안 관련 유발변인군의 효과크기	39
4. 출판편향	41
1) 대학생 사회불안 관련 억제변인	41
2) 대학생 사회불안 관련 유발변인	42
V. 논의 및 결론	44
1. 요약 및 논의	44
2. 제한점 및 제언	48
VI. 참고문헌	50
부록	63
Abstract	70

표 목 차

표IV-1. 분석대상 논문의 특성	30
표IV-2. 변인별 연구 수 및 효과크기 수	31
표IV-3. 대학생 사회불안 관련 억제변인군의 효과크기	32
표IV-4. 대학생 사회불안 관련 억제변인별 효과크기	33
표IV-5. 대학생 사회불안 관련 유발변인군의 효과크기	34
표IV-6. 대학생 사회불안 관련 유발변인별 효과크기	36
표IV-7. 사회불안 척도, 출간형태에 따른 억제변인군의 효과크기 차이	38
표IV-8. 출판연도에 따른 억제변인군의 효과크기	39
표IV-9. 사회불안 척도, 출간형태에 따른 유발변인군의 효과크기 차이	40
표IV-10. 출판연도에 따른 유발변인군의 효과크기	40
표IV-11. Trim and Fill 교정 값	42
표IV-12. Trim and Fill 교정 값	43

그림 목 차

그림 II-1. 메타분석의 절차	20
그림 III-1. 분석대상 수집 및 선정 과정	22
그림 III-2. 효과크기 분석 기본구조	25
그림 III-3. Cohen의 효과크기 해석 기준	27
그림 IV-1. 대학생 사회불안과 부정적 평가에 대한 두려움의 상관관계 데이터 forest plot	37
그림 IV-2. 출판연도에 따른 억제변인군의 효과크기	39
그림 IV-3. 출판연도에 따른 유발변인군의 효과크기	41
그림 IV-4. 억제변인군의 funnel plot	41
그림 IV-5. 유발변인군의 funnel plot	42
그림 IV-6. 억제변인군의 교정 후 funnel plot	43

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

복잡한 사회구조 안에서 개인의 적극적인 역할을 요구하는 현대의 사회 분위기는 많은 사람들로 하여금 사회적응을 큰 과제로 인식하게 한다. 이러한 현대 사회 분위기 안에서 사회불안은 흔하게 살펴 볼 수 있는 증상이다. 사회불안에 대한 임상적 양상인 사회불안장애(Social Anxiety Disorder)는 다른 사람들에 의해서 관찰되고 평가될 수 있는 한 가지 이상의 사회적 상황에서 현저한 공포나 불안을 나타내는 것으로, 사회불안이 있는 개인은 사회적 상황에서 다른 사람으로부터 부정적인 평가를 받을 수 있는 행동을 하거나 불안 증상을 나타내게 될 것을 두려워하고 이러한 사회적 상황을 회피하거나 극심한 공포와 불안 속에 견디는 특징을 보인다(American Psychiatric Association, 2013). 많은 연구에서 사회불안이 높거나 사회불안장애 진단을 받은 사람들의 학업적, 직업적, 대인관계적 측면에서 기능적 손상이 상당한 정도에 미치며 만성화될 수 있음이 드러났으며(Heimberg & Magee, 2014), 사회불안의 정도가 심한 사람들은 경제적 수입, 교육 수준, 결혼 비율 등의 지표에서 정상 집단보다 낮은 점수를 보이고, 심지어 자살 생각을 많이 한다는 연구 결과도 보고되었다(Crozier & Alden, 2001; Schneier, Johnson, Hornig, Liebowitz, & Weissman, 1992; Vertue, 2003)

사회불안장애의 평생유병률은 3~13%로서 조사방법에 따라 상당한 차이를 보이고 있으나 다른 불안장애에 비해 유병률이 높은 장애로 알려져 있다(권석만, 2013). 2016년 보건복지부에서 발표한 「정신질환실태조사 보고서」에 따르면, 우리나라 사회불안장애 일년 유병율은 2011년 0.3%에서 2016년 0.4%로 증가하였고 평생 유병율은 2011년 0.5%에서 1.6%로 증가한 것으로 나타났다. 서구의 비해 상대적으로 낮은 유병률을 보이고 있으나 그 수가 지속적으로 증가하고 있음을 알 수 있다. 낮은 유병률에도 불구하고 대학생を対象으로 한 연구에서는 오히려 국내와 일본 대학생들이 다른 서구권 국가의 대학생들보다 더 높은 수준의 사회

불안을 보고하였다(Heinrichs et al., 2006; Schreier et al., 2010). 사회적으로 수줍은 행동에 대하여 보다 수용적인 동아시아의 문화에서는 개인이 고도의 사회불안증상을 호소하더라도 서구에 비하여 장애로 쉽게 진단되지 않는 등 사회불안 증상의 심각도에 대한 문화적 견해 차이가 사회불안장애의 진단에 반영된 것으로 여겨진다(Heinrichs et al., 2006). 사회불안장애는 가장 흔한 불안장애지만 낮게 진단되는 장애이기도 하다(Fresco, Erwin, Heimberg, & Turk, 2000). 사회불안장애가 있는 사람들의 대부분이 공포증, 우울증, 알코올 중독과 같은 다른 추가적인 장애가 발생하지 않는 이상 치료를 받지 않는다는 보고(Heimberg & Magee, 2014)와 사회불안장애가 있는 사람 중 심리치료를 받으러 가는 사람이 1/3에 불과하다는 보고(Erwin, Turk, Heimberg, Fresco, & Hantula, 2004) 등을 감안할 때, 실제로 사회불안장애로 어려움을 겪는 사람은 더욱 많은 것으로 추정된다.

일반적으로 사회불안장애는 10대 중반부터 시작되는 것으로 알려져 있다(권석만, 2013). 2016년 보건복지부에서 발표한 「정신질환실태조사 보고서」에 따르면 사회불안장애는 대부분 20대 이하의 연령에서 발병한 것으로 나타났으며, 우리나라 정신과환자를 대상으로 10년 간 모은 자료를 통해 확인한 사회불안장애의 평균 발병 연령은 만 19.5세로 조사되었다(이시형, 신영철, 오강섭, 1994). 우리나라의 경우 고등학생 때까지 학교 일정에 맞춘 학업 위주의 일률적인 생활을 하다가 대학생이 된 후 다양한 상황에서 자율성과 책임감이 부여되면서 학교 적응, 사회 적응에 어려움을 경험하는 사례가 많다. 또한, 이 시기는 대인관계와 사회적 관계가 확대되는 시기로서 건강한 대인관계를 형성하고 확장시키는 것이 중요한 발달과제이다(조윤주, 박장희, 2005). 수많은 과업과 환경의 급격한 변화 속에서 많은 대학생들이 사회불안을 경험하는 것으로 보고되고 있다. Essau와 Contadt, Peterman(1999)의 연구에서는 대학생들이 일반 인구에 비해 5~6% 이상 사회불안을 경험하는 것으로 보고되었으며 Beidel, Turner, Sranley, Dancu(1989)의 연구와 Strahan(2003)의 연구에서는 19~22%의 높은 비율의 대학생들이 사회불안으로 고통을 받고 있다고 보고되었다. 우리나라의 연구에서도 20% 이상의 대학생들이 사회적인 상황에서 불안을 경험한다고 응답하였고(조용래, 원호택, 1997), 김형태와 이시형(1987)의 연구에서는 사회불안 장애로 내원하는 경우가 대학생에

서 가장 많다고 보고되었다. 대학생 시기에 경험하는 과도한 사회불안은 청년 후기 정체감과 인격형성은 물론 학업, 진로, 대인관계 등에 좋지 않은 영향을 끼칠 가능성이 많다(김혁곤, 1992).

한편, 한국과 일본 등 동아시아 국가에서는 ‘대인공포’라는 독특한 사회불안장애가 나타나는 것으로 보고되고 있다(American Psychiatric Association, 2013). 서구의 사회불안장애는 주로 ‘남들이 나를 불안하게 만들고 피해를 입힌다.’는 식으로 자신이 타인에 의해 피해를 당할 것에 대한 지나친 염려가 주된 반면, 동아시아 국가에서는 ‘나 때문에 다른 사람들이 불편해 한다.’, ‘나 때문에 분위기가 안 좋아지고 어색해진다.’와 같은 형태로 자신이 남에게 피해를 주고 있음에 대한 지나친 염려가 주를 이룬다(권정혜, 이정윤, 조선미, 1998). 이러한 차이는 집단주의 문화 속에서 남을 먼저 생각하고 윗사람에게 순종하며, 타인의 평가나 사람들과의 관계를 중시하도록 교육받은 동양의 문화가 반영된 것으로 짐작할 수 있다(권정혜 외, 1998). 가해의식을 동반하는 사회불안장애는 서구의 문헌에서는 찾기 어려운 반면에 한국, 일본, 중국 등 동양문화권에서 볼 수 있는 특징적 증상이라는 점을 미루어보아, 동·서양의 문화적 차이에서 기인하는 일종의 문화중후군으로 생각할 수 있다(이시형, 오강섭, 이성희, 1991). 이처럼 사회불안은 그 사회의 문화를 반영하며 문화적 배경에 따라 양상에 차이를 보이기 때문에 우리에게 맞는 사회불안 증상의 이해와 치료가 필요하다.

대학생의 사회불안에 대한 관심이 증가하면서 대학생을 대상으로 하는 사회불안 관련 변인에 대한 연구가 많이 이루어지고 있다. 대학생의 사회불안에 영향을 미치는 관련 변인들을 다룬 국내 선행 연구들을 살펴보면, 내면화된 수치심(김성주, 이영순, 2015; 이성원, 양난미, 2014; 이연규, 최한나, 2013), 내현적 자기애(김은혜, 장문선, 조현춘, 2014; 나하영, 신태섭, 2016; 노우빈, 홍혜영, 2016), 부정적 평가의 대한 두려움(김화영, 박기환, 2015; 이강아, 홍혜영, 2013; 이경희, 홍혜영, 2015), 완벽주의(김해선, 2016; 박지연, 양난미, 2014; 이성원, 양난미, 2014), 성인애착(김나경, 양난미, 2016; 김성주, 이영순, 2016; 김은혜, 장문선, 조현춘, 2014; 조영미, 이희경, 2013), 정서표현 양가성(이성원, 양난미, 2014; 이연규, 최한나, 2013, 하창순, 박주하, 2011), 자기초점적 주의(심은수, 이봉건, 2016; 옥주희, 김은정, 2015), 자기개념 명확성(손은경, 권혜수, 2014; 허재홍, 오충광, 2015), 자존감

(노우빈, 홍혜영, 2016; 정선태, 홍혜영, 2016) 등의 변인이 다양한 변인이 보고되었다.

지금까지 이루어진 국내 연구들은 단편적인 몇 개의 변인과 대학생의 사회불안과의 관계를 살펴본 연구가 대부분이므로, 대학생의 사회불안에 영향을 미치는 내·외적 변인을 체계적으로 살펴보는 데 한계가 있다. 다변인으로 살펴본 연구의 경우 단편적인 연구보다는 다차원적으로 규명한다는 점에서 긍정적이지만, 각기 다른 관점으로 대학생 사회불안에 관해 살펴보고 있어 관련 변인들을 한 연구 안에서 비교분석하여 종합적으로 살펴보기에는 제한점이 있다. 연구결과는 연구마다 대체로 조금씩은 다르기 때문에 개입에 대한 의사결정을 할 때 어떤 특정한 한 연구의 결과에만 의존해서는 잘못된 결정의 위험이 있다. 따라서 기존의 연구결과를 종합적으로 분석함이 필요하다(황성동, 2015). 또한, 한 분야의 연구가 진보를 이루기 위해서는 지금까지 어떠한 연구가 어떻게 진행되었는지를 종합적으로 살펴보고, 이를 바탕으로 앞으로의 연구 방향을 모색하는 것이 중요하다(안세영, 김종학, 최보영, 2015).

동일한 주제에 대한 다양한 연구 결과를 계량적이고 종합적으로 분석하는 데는 메타분석이 유용하다. 메타분석이란 연구 결과들을 통합할 목적으로 수행되는 개별 연구 결과들에 대한 통계적 분석을 말한다(Glass, 1976). 메타분석을 통해 개별 연구로부터 각각의 효과크기를 종합하여 전체 평균효과크기를 계산할 수 있으며, 평균효과크기의 크기에 따라 각 변인이 갖는 영향력의 상대적 크기를 비교할 수 있다. 또한, 메타분석은 개별 연구들이 행해진 후의 사후적 성격을 가지고 있어 그 분야의 연구에서 어떤 연구들이 더 필요하고 향후 어떤 방향으로 연구들이 수행되어야 하는지에 대한 방향을 제안해 줄 수 있다(Borenstein, Hedges, Higgins, & Rothstein, 2009).

국내에서 이루어진 ‘사회불안 관련 변인에 대한 메타분석’은 홍영근과 이경숙의 연구(2013)와 석지은(2018)의 연구가 있다. 석지은(2018)의 연구는 아동·청소년을 대상으로 이루어진 연구들을 메타분석 하였고, 홍영근과 이경숙의 연구(2013)는 대학생을 대상으로 한 연구를 포함하고 있으나 메타분석의 대상이 되는 개별 논문에서 설정한 연구대상이 초등학생부터 대학생까지 상이하게 분포되어 있어 대학생의 사회불안 관련 변인을 이해하기에 충분치 않다. 이에 본 연구는 지난 10년

간 국내에서 수행된 대학생 사회불안 관련 변인들에 대한 연구를 대상으로 메타 분석을 적용하였다.

한편, 축적된 다양한 연구결과만으로는 어떤 변인이 사회불안의 억제요인 및 유발요인인지를 구분하여 확인하기 어렵기 때문에 대학생의 사회불안에 영향을 미치는 관련 변인들에 대한 범주화가 필요하다. 생태학적 관점을 취하는 많은 연구들은 특정 변인과 관련있는 변인들을 범주화하면서 유발변인과 억제변인으로 구분하여 살펴보고 있으며, 특정 심리적 증상 및 사회적 현상과 관련하는 변인들을 종합적으로 정리한 선행 메타분석에서도 변인들을 유발변인과 억제변인으로 범주화하고 있다(김보영, 이정숙 2009; 문동규, 김영희, 2011; 심의보, 2015; 안세영 외, 2015; 김수진, 정종원, 2015). 본 연구에서도 이러한 방법을 취하여 대학생 사회불안과 관련된 변인들을 유발변인과 억제변인으로 분류하여 제시하였다. 유발변인은 사회불안과 정적 관계가 있는 변인으로 사회불안의 위험성을 증가시키는 변인이며, 억제변인은 사회불안과 부적 관계가 있는 변인으로 사회불안을 감소시키는 변인이다.

본 연구는 이에 그치지 않고 그동안 수행된 메타분석에 포함된 연구들 간 이질성이 존재하는지, 이질성이 존재한다면 그 원인은 무엇인지를 탐색하고자 하였다. 메타분석에서는 연구 간 분산을 설명하기 위해 연구 수준(study-level)의 변수를 조절변수로 설정하여 조절효과를 검증한다(황성동, 2015). 본 연구에서는 사회불안 척도, 출간 형태, 출판 연도가 국내 대학생 사회불안 관련 연구들 간의 상이함을 설명하는 원인일 수 있음을 가정하고 사회불안 척도, 출간 형태, 출판 연도를 조절변인으로 설정하여 조절효과 검증을 실시하였다.

이와 같은 분석을 통해 본 연구는 대학생의 사회불안에 영향을 미치는 것으로 주요하게 다루어진 변인들을 범주화시키고 효과크기를 살펴봄으로써, 상담 개입 전략 및 프로그램 개발을 위한 근거자료를 제공하고자 한다. 또한, 대학생 사회불안 관련 변인에 대한 국내 연구의 최근 동향을 파악하여 향후 확대되어야 할 연구의 방향을 논의하고자 한다.

2. 연구문제

본 연구에서는 사회불안과 관련 변인 간의 관계에 있어 대학생을 대상으로 한 국내 연구 결과의 종합적인 결론을 내리기 위해 메타분석을 실시하였다. 이러한 연구 목적에 따라 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 대학생의 사회불안 관련 변인은 무엇인가?

연구문제 2-1. 대학생의 사회불안과 관련된 억제변인군의 효과크기는 어떠한가?

2-2. 대학생의 사회불안과 관련된 유발변인군의 효과크기는 어떠한가?

연구문제 3. 대학생 사회불안 관련 변인의 효과크기는 조절변수(사회불안 척도, 출간형태, 출판연도)에 따라 차이가 있는가?

3. 용어의 정의

1) 사회불안

사회불안(Social Anxiety)은 사회적 상황에서 다른 사람들의 평가를 예측하면서 생기는 정서적 인지적 불안을 말한다(Schlenker & Leary, 1982).

2) 메타분석

메타분석(Meta-analysis)이란 연구 결과들을 통합할 목적으로(Glass, 1976), 동일한 주제에 대한 다양한 연구결과를 체계적이고 계량적으로 분석하는 종합적인 분석 방법을 말한다(황성동, 2015).

II. 이론적 배경

1. 사회불안

1) 사회불안 개념 및 특징

사회불안(Social Anxiety)은 사회적 상황에서 다른 사람들의 평가를 예측하면서 생기는 정서적·인지적 불안을 말한다(Schlenker & Leary, 1982). 사회불안의 주요 증상을 아래의 세 가지 증상으로 나누어 살펴볼 수 있다(김은정, 2016). 첫 번째는 신체적 증상이다. 사회불안을 경험하는 사람들은 사회적 상호작용 상황과 수행 상황과 같은 불안상황에 노출 될 때 심박항진, 몸의 떨림, 뺨붉힘 등의 불유쾌한 신체 증상들을 경험한다(이정운, 최정훈, 1997). 때로는 사회적 상황에 직면했을 때 공황발작이라고 할 만한 두려움을 경험하기도 하며, 만성적 긴장으로 두통, 피로감, 위통과 등의 스트레스와 관련된 신체 증상들이 나타나기도 한다(김은정, 2016). 두 번째는 인지적 증상이다. 사회불안장애를 가진 사람은 사회적 상황에서 불안감을 느낄 때면 머릿속에서 수많은 생각이 스쳐 지나가는데, 이런 생각이 자주 들면 통제할 수 없을 정도로 자동화되어 이런 생각을 하지 않으려 노력해도 어느새 자신의 머릿속을 채우게 된다(김은정, 2016). Hartman(1984)은 사회불안장애가 있는 사람의 생각을 다음과 같은 네 가지 유형으로 설명하였다. 일반적인 심리적 불편감과 사회적 부적절감, 다른 사람들이 자신의 불편감을 알아차리는 것에 대한 두려움, 부정적 평가에 대한 두려움, 자동적 각성 상태와 수행 불안에 대한 자각 등이 그것이다(김은정, 2016에서 재인용). 세 번째는 행동적 증상으로, 사회불안장애의 행동증상은 사회적 상황에서 느끼는 강렬한 불편감에 대한 반응을 말한다(김은정, 2016). 사회불안장애가 있는 사람은 사회적 상호작용에 참여하게 될 때 불안 반응을 보이며, 그들의 불안이 타인에게 보이게 될 것을 지나치게 염려하거나 재앙화하여 사회적 상황이나 수행 상황을 회피하려 한다(Amies, Gelder, & Shaw, 1983; Rapee & Heimberg, 1997). 그러나 이러한 회피

는 불안한 상황에 대한 막연한 두려움을 더 키우기 때문에 불안을 증가시킨다. 또한, 회피로 인하여 경험을 통해 배울 수 있는 사회적 기술 습득 기회가 줄어들고 자신의 불안을 감추기 위해 사회적 상황에서 부적절한 상황을 하게 돼 악순환이 이어지게 된다(오은혜, 노상선, 조용래, 2009). 사회적 상황을 회피하지 않는다 하더라도 다른 사람으로부터 부정적 평가를 받는 것을 막거나 줄이기 위한 목적에서 안전행동을 보인다. 타인의 시선을 피하거나 말이 중단되는 것을 막기 위해 빨리 말을 하는 등의 안전행동은 오히려 타인에게 부정적인 인상을 주거나 불안을 증가시키는 역효과를 나타낸다(권석만, 2013).

다양한 관점에서 사회불안의 발생 원인과 유지 기제를 설명하고자 하는 노력이 이루어지고 있다. 발달적 접근에서는 부모의 양육태도나 부모-자녀관계, 인지 발달, 행동억제 등의 기질 등이 사회불안과 관련된다고 설명한다(Bruch & Heimberg, 1994; Dadds, Barrett, Rapee, & Ryan, 1996; Darby & chlenker, 1986; Schwartz, Snidman, & Kagan, 1999). 또한, 사회불안장애를 지닌 사람들의 가족연구나 쌍생아 연구를 해 사회불안에 유전적 요소가 관여함을 밝힌 연구들도 있다(Reich & Yater, 1988; Torgersen, 1979). Mineca와 Zinbarg(1995)는 사회불안이 고전적 조건형성이나 대리적 조건형성 절차에 의해 조건형성되며 관찰학습에 의해 대리적으로 조건형성될 수 있다고 보았다. 이 밖에도 부적절하고 불충분한 사회적 기술 때문에 사회불안이 생긴다는 주장이 있으며(Bellack & Hersen, 1979; Curran, 1977), 이와 반대로 사회적 기술의 결손과는 상관없이 자신을 사회적으로 부적절하다고 지각하는 사람이 사회불안을 경험한다는 주장도 있다(Clark & Arkwitz, 1975).

이러한 다양한 이론적 접근 가운데 인지적 측면을 중심으로 한 심리적 요인에 대한 연구들이 집중적으로 이루어졌는데, 사회불안을 생성시키고 유지시키는 심리적 요소들에 대한 모형은 Clark과 Wells(1995)의 모형과 Rapee와 Heimberg(1997)의 모형이 대표적이다(박기환, 2017).

Clark과 Wells은 사회불안이 지속되는 요인으로 자기초점적 주의와 안전행동을 강조하였다(권정혜, 2007). 사회불안장애를 지닌 사람들은 남들이 자신을 부정적으로 평가할 것이라고 믿는 상황에 처했을 때 주의의 초점을 자신에게로 집중한다. 이러한 자기초점적 주의를 자신이 신체적 불안반응에 대한 자각을 높이며

내부 지각적 정보에 기초하여 자신을 더 부정적으로 지각하게 한다(권정혜, 2007). 또한, 자신이 두려워하는 결과가 나타나지 않도록 하기 위해 자기개방 회피, 시선 회피, 불안을 숨기려는 행동, 과도한 예행연습과 같은 안전행동을 보이는데, 사회불안이 있는 사람들은 상황을 무사히 넘기기 위해 이 행동이 꼭 필요하다고 믿는다(박기환, 2017). 이 모델에 따르면 사회불안장애를 지닌 사람들은 사회적 수행에 대한 과도한 기준의 신념, 사회적 평가에 대한 조건적 신념, 자기와 관련된 부정적 신념을 지니고 있다(권석만, 2013).

Rapee와 Heimberg는 다른 사람에게 보여지는 사회적 표상이라는 개념을 사용하여 사회불안을 설명한다(권정혜, 2007). Rapee와 Heimberg(1997)의 모형에 따르면 사회불안장애가 있는 사람들은 부정적인 사회 경험과 왜곡된 자기 지각에서 형성된 부정적 자기상으로 인해 타인이 자신에게 냉담할 것이라고 믿으며, 자신에게 달성하기 어려운 수행 기준을 기대하고 있다고 믿는다. 평가의 위협을 느끼면서 생성된 불안은 자기표상을 위축시키는 방향으로 영향을 주면서 악순환의 고리를 만들어낸다(박기환, 2017).

2) 대학생의 사회불안

사회불안을 겪는 사람들은 다른 사람들 앞에서 발표를 하는 등의 수행의 상황, 새로운 사람을 만나는 것과 같은 타인과의 상호작용 상황, 다른 사람이 보는 앞에서 음식을 먹는 등의 관찰당하는 상황에 대해 상당한 불안을 느낀다고 알려져 있다(American Psychiatric Association, 2013). 대학생 시기는 이전까지의 학창시절과 달리 낯선 사람들과의 만남이 잦고 발표, 그룹 참여, 데이트 등 익숙하지 않은 사회적 상황에 지속적으로 노출되기 때문에 대학생들의 적응에 사회불안이 중요한 문제가 될 수 있다(Shepherd, 2006).

조용래와 원호택(1997)의 연구에 따르면 우리나라의 경우, 24.7%의 대학생이 사교적인 만남에서 불안을 느끼고, 54.9%의 대학생이 면접시험 상황에서 불안을 느끼며, 다른 사람과의 일상적인 만남의 경우에도 8.5%의 대학생이 중도 이상의 불안을 경험한다고 한다(조용래, 원호택, 1997). 최정훈과 이정윤(1994)의 연구에

서는 공식적인 자리에서 발표해야 할 때, 누군가에게 비평을 받을 때, 권위있는 사람과 대화할 때, 내가 일하는 것을 남이 지켜볼 때, 집단의 리더가 될 때와 같은 상황에서 대학생들이 사회불안을 많이 경험하는 것으로 나타났다. 대학생들을 포함한 다양한 연령대에 사람들을 대상으로 조사한 오강섭과 허묘연, 이시형(1999) 연구에서는 모든 연령대에서 발표나 노래, 연설과 같은 연단에 대한 불안과 면접 상황에 대한 불안이 가장 높게 나타났으며, 대학생과 성인집단의 경우에는 타인과 식사하거나 타인 앞에서 글씨 쓰는 상황, 사고모임에 대한 불안도 많은 것으로 나타났다. 오강섭, 허묘연, 이시형은 대학생과 성인 집단에서 식사, 글씨 쓰는 상황, 사고모임에서 불안이 높은 것은 중고생이 비교적 익숙하고 제한된 상황에서 지내는 반면, 대학생 연령 이상이 되면 새롭거나 다양한 사회적인 상황에 노출되는 빈도가 높기 때문으로 추정된다고 하였다. 또한, 한 대학의 조사에서는 45% 가량의 학생들이 대인관계에 만족하지 못한다고 보고하였고(홍익대학교 학생상담센터, 2009), 대학교 상담현장에서 사회적 상호작용이나 친밀한 관계형성과 같은 대인관계에서의 어려움을 호소하는 대학생들이 많은 것으로 나타났다(가톨릭대학교 학생생활상담소, 2009; 숙명여자대학교 학생생활상담소, 2013; 최인선, 최한나, 2013에서 재인용).

사회불안을 경험하는 학생들이 그렇지 않은 학생들보다 학업적응에 어려움을 겪는 것으로 알려졌으며(허재홍, 조용래, 2005), 이현주(2008)의 연구에서 남녀 대학생 모두 사회불안 수준이 높을수록 진로 개방성, 진로탐색 활동과 진로정체감에 부정적인 영향을 받는 것으로 나타났다. 사회불안장애로 인해 청년기에 직업기능이나 사회생활에 지장을 많이 받는다는 점을 고려하면(Davidson, Hughes, George, & Blazer, 1993; Schneier, Johnson, Hornig, Liebowitz, & Weissman, 1992; Stein, Walker, & Forde, 1996), 대학생의 사회불안은 그 후의 사회적응의 측면에서도 매우 중요한 문제라 할 수 있다(허재홍, 조용래, 2005).

3) 사회불안 관련 선행 메타분석 연구

사회불안과 관련 변인에 대한 국내 메타분석은 홍영근과 이경숙(2013)의 연구와 석지은(2018)의 연구가 있다. 또한, 김현수와 양재원(2017)은 국내 사회불안장애의 심리치료 효과성에 대한 체계적 고찰과 메타분석 연구를 진행하였다. 본 연구는 변인 간 관계에 관심을 두고 있으므로 변인 간 관계를 살펴본 선행 메타분석 연구를 중심으로 살펴보고자 한다.

석지은(2018)의 연구는 2002년부터 2017년까지 국내에서 발표된 논문 중 아동·청소년의 사회불안에 영향을 미치는 위험요인 및 보호요인을 주제로 한 연구를 대상으로 개인, 가족, 또래 관련 변인으로 분류하여 그 효과크기를 메타분석하였다. 석지은(2018)의 연구에서 아동·청소년의 사회불안에 영향을 미치는 위험 변인 중 개인 관련 변인군이 가장 큰 효과크기를 갖는 것으로 나타났으며, 내현적 자기애, 거부민감성, 행동억제기질, 부적응적 정서조절, 역기능적 사고, 스트레스, 소극적 스트레스 대처방식 순으로 큰 효과크기를 보이는 것으로 나타났다. 또한, 아동·청소년의 사회불안에 영향을 미치는 변인 보호 변인 중에서도 개인 관련 변인군이 가장 큰 효과크기를 갖는 것으로 나타났으며, 자기수용, 불안통제감, 긍정적 자기개념의 순으로 큰 효과크기를 갖는 것으로 나타났다. 석지은(2018)의 연구는 아동·청소년의 사회불안의 위험요인과 보호요인을 주제로 한 국내 연구를 통합하여 그 효과크기를 종합적으로 분석하였다는 데에서 의의가 있으나, 본 연구와 연구대상에서 차이가 있다.

홍영근과 이경숙(2013)의 연구는 2011년부터 2013년 6월까지 국내에서 발표된 논문 중 사회불안을 종속변인으로 하는 연구를 대상으로 사회불안에 영향을 미치는 변인들의 효과크기를 메타분석하였다. 홍영근과 이경숙(2013)의 연구에서 사회불안과 정적인 상관을 보이는 변인 중 역기능적 신념, 내현적 자기애, 긍정적 평가에 대한 두려움, 부정적 평가에 대한 두려움, 평가염려완벽주의, 부적응적 정서조절, 두려움 성인애착, 자기초점주의, 불확실성에 대한 인내력 부족, 소극적 회피적 대처방식, 인지적 정서조절 전략, 수치심, 공격 자의식, 부적응적 완벽주의의 순으로 큰 효과크기를 보인 것으로 나타났다. 사회불안과 부적인 상관을 보이는 변인 중에서는 안정적 성인애착이 큰 효과크기를 갖는 것으로 나타났다. 홍

영근과 이경숙(2013)의 연구는 메타분석의 대상이 되는 연구물들을 수집하는 과정에서 있어, 개별 연구물들의 연구 대상자 연령에 제한을 두지 않고 수집하였다. 다시 말해 초등학생을 대상으로 한 연구부터 대학생을 대상으로 한 연구까지 아동·청소년과 대학생을 구분하지 않고 연구를 수집하여, 국내 대학생들의 독특한 사회불안 특징을 살펴볼 수 없다는 점에서 아쉬움이 남는다. 아동·청소년과 대학생은 그들이 경험하는 사회적 상황과 발달 과제가 크게 다르며, 미국정신의학회(American Psychiatric Association)의 정신장애진단통계편람(DSM-V)에서도 발달단계에 따른 사회불안장애 증상의 표현양상이 달라질 수 있음을 고려하여 아동 및 청소년들의 진단을 위한 구분된 기준을 제시하였다는 점을 비추어볼 때, 아동·청소년과 구분하여 대학생의 사회불안에 영향을 미치는 관련 변인들을 살펴볼 필요가 있다. 또한, 홍영근과 이경숙(2013)의 연구는 2011년에서 2013년까지의 사회불안 관련 논문만을 수집하여 대학생 사회불안 관련 변인을 탐색하기에는 그 전 연구나 그 이후의 연구들이 배제되었다는 한계가 있다. 따라서 본 연구는 2007년에서 2016년으로 메타분석의 대상이 되는 연구의 기간을 확대하여 더욱 많은 연구들을 포함하였고, 대학생을 대상으로 하는 논문을 대상으로 분석하였다.

2. 대학생 사회불안 관련 변인

이 절에서는 본 연구에서 탐색된 대학생 사회불안에 영향을 미치는 변인들의 조작적 정의와 사회불안과의 관련성을 살펴보고자 한다.

자기개념 명확성은 사람들이 자기 자신을 얼마나 명확하고 확실하게 정의하고 있으며, 내적으로 일치되고 시간적으로 안정되는가에 대한 정도를 뜻한다(Campbell, 1990). 사회불안이 있는 사람들은 자기개념에 대한 명확성이 감소되어 있는 것으로 나타났다(Wilson & Rapee, 2006; Moscovitch, 2009). 자기개념 명료성이 높은 사람은 자기와 관련된 부정적 정보에 덜 몰입되고 사회적 상황에

서 위협을 덜 느끼는데 반해(Campbell, 1990), 자기개념 명료성이 낮은 사람은 스스로 유능하지 않고 가치가 낮다고 생각하며 자기 가치감을 보호하기 위해 모호한 자기개념을 발달시킨다(Danu, Joanne, & Juliana, 2008).

자기자비는 스스로에게 자비를 베푸는 것으로, 슬픔과 좌절 같은 부정적 상황에서 자신에게 친절한 태도를 유지하고 모든 사람이 자신과 같은 고통으로부터 자유롭지 않음을 인식하며 고통을 부인하거나 회피하지 않고 수용하는 모습을 갖는 것을 의미한다(Neff, 2003). 자기자비는 스트레스에 대한 저항력을 키우는데 도움을 줄 뿐만 아니라(Zautra, Smith, & Affleck, 2001), 개인이 고통스러운 사회적 사건을 경험하였을 때 느끼게 되는 부정적인 정서를 조절하는 기능(Leary, Tate, Adams, Allen, & Hancock, 2007)을 한다.

자기제시 기대는 자신이 목적하는 바람직한 인상을 타인에게 제시 할 수 있는가에 대한 주관적 확률(Leary & Kowalski, 1995; Schlenker & Leary, 1982)로, 자기제시 효능감으로 부르기도 한다(김남재, 1999). 자기제시 모형은 자기제시 기대와 후술하는 자기제시 동기의 개념을 설명하면서 어떤 목적인 인상을 제시하려는 동기는 높는데 반해, 목적인 인상을 제시하는데 성공할 것이라는 확률이 낮을 것이라고 기대하는 경우에 대인불안을 경험하게 된다고 보았다(Leary & Kowalski, 1995; Schlenker & Leary, 1982).

정서표현 또한 사회불안과 관련한다. 의사소통 상황에서 정서표현을 더 정확하게 하는 사람들이 사회적 상황에 더 쉽게 적응하며(Salovey & Grewal, 2005), 사회불안 장애가 있는 사람들은 일반화된 불안장애나 정상 집단에 비해 긍정적 정서를 덜 표현하고 자신의 정서에 주의를 덜 기울이고 정서를 기술하는데도 더 많은 어려움을 겪는 것으로 보고되었다(Buck, 1984; Turk, Heimberg, & Fresco, 2005).

경험회피는 사회불안의 주요한 증상이자 사회불안을 유지시키고 심화시키는 것으로 알려져 있다. 수용전념치료(Acceptance and Commitment Therapy: ACT)의 핵심개념인 경험회피는 원치 않는 사적 경험에 대해 과도하게 부정적으로 평가하여 이러한 사적 경험들과 접촉하는 것을 꺼리며 이것들을 통제하거나 이것들로부터 벗어나려고 고의적인 노력들을 기울이게 되는 과정으로 정의된다(Hayes, Strosahl, & Wilson, 1999).

긍정적 평가에 대한 두려움은 사회적 상황에서 자신의 능력이 드러나거나 타인의 주목을 끌게 될까봐 걱정하며, 긍정적인 평가를 받는 것 자체를 불편해 하는 것을 말한다(Weeks, Heimberg, Rodebaugh, & Norton, 2008). 긍정적인 평가를 두려워하는 사람들은 사회적 상황에서 긍정적인 결과를 받아들이지 않을 뿐만 아니라 긍정적 상황을 부정적으로 해석하는 경향도 보이기 때문에 타인의 긍정적인 피드백이 자신에 대한 기대 수준만을 높일 뿐, 자기 능력에 대한 믿음에는 조금의 변화도 주지 못함으로써 타인의 기준과 자기효능감 수준의 평소 격차를 더 증가시켜 사회불안을 심화시킨다(박기환, 2017).

내면화된 수치심은 자아정체감으로 내면화되어 열등감과 부적절감, 부족감을 깊이 느끼는 지속적이고 만성적인 수치심을 말한다(Cook, 2001). 수치심에 기초한 정체성(shame based identity)을 가진 사람은 자신을 가치없고 부적절한 존재로 왜곡해서 인식하며(Kaufman, 1989), 자신의 열등하고 부족한 모습이 다른 사람에게 보여지고 평가되는 것을 두려워한다(김민경, 현명호, 2013).

자기애는 현상적으로 드러나는 표현 양식에 따라 ‘외현적 자기애(overt narcissism)’와 ‘내현적 자기애(covert narcissism)’로 구분할 수 있다(김은혜, 장문선, 조현춘, 2014). 외현적 자기애와 내현적 자기애는 거대자기(grandiose self) 환상이나 특권의식과 같은 병리적인 웅대성(pathological grandiosity)과 취약한 자존감(vulnerable self-esteem)을 핵심 특성으로 공유하지만 현상적으로 드러나는 양식은 다르다. 외현적 자기애가 지배에 대한 욕구, 친화적 관심의 부족, 자기 의존, 타인에 대한 의심 등을 특징으로 지니는 반면, 내현적 자기애는 무가치감, 과민성, 비판에 대한 민감성, 부정적 정서, 자기에게 초점이 맞추어진 관심 등을 특징으로 지닌다(Hendin & Cheek, 1997). 내현적 자기애자들은 타인의 평가나 반응에 대한 민감성을 핵심 특성으로 가지며(한수정, 권석만, 2000), 비판과 비난을 원천봉쇄하기 위해 비난의 단서가 없는지 타인의 의견을 주의 깊게 경청하고 확인을 피하는 방식으로 자기를 보호한다(김은혜, 장문선, 조현춘, 2014).

인지적 정서조절 전략은 Garnefski, Kraaij와 Spinhoven(2001)이 제안한 것으로, 이들은 인지나 인지 과정을 통해 위협적인 경험이나 스트레스 사건 도중이나 이후에 정서나 느낌을 관리하고 조절할 수 있으며 정서에 압도되지 않고 이를 통제할 수 있다고 보았다. Garnefski 등(2001)은 인지적 정서조절 전략을 크게

적응적 인지적 정서조절 전략과 부적응적 인지적 정서조절 전략으로 구분하였다. 부적응적 인지적 정서조절 전략에는 자기비난, 타인비난, 반추, 파괴화 등이 있다.

자기초점적 주의를 주의의 외부 세계가 아닌 자기 자신으로 향하는 것을 의미하며 자기의 내면적이고 숨겨진 측면들에 주의를 두는 경향성으로 정의된다(Ingram, 1990). 사회불안을 많이 느끼는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 자기초점적 주의를 많이 사용하며(Hope, Gansler, & Heimberg, 1989), 부정적인 단서에 더 많은 주의를 기울인다(McEwan & Devirs, 1983). 이지영(2005)은 사회불안과 자기초점적 주의의 관련성을 바탕으로 자기초점적 주의의 적응적인 측면과 부적응적인 측면에 초점을 맞추어 일반적 자기초점 주의 성향과 자기몰입으로 구성된 자기초점적 주의 성향 척도를 개발하였다. 일반적 자기초점 주의 성향 척도는 자신에게 주의를 기울이는 일반적인 경향을 반영하며, 자기초점적 주의의 부적응적인 측면을 나타내는 자기몰입척도는 자신의 특정 측면에 주의를 과도하게 계속해서 기울이고 자신의 다른 측면이나 외부에 주의를 쉽게 돌리기 어려운 성향을 반영한다(옥주희, 김은정, 2015).

부정적 평가에 대한 두려움은 타인에 의해 자신이 관찰되거나 평가받는 사회적 상황에서 발생하는 것으로, 자신이 다른 사람들에게 부족하게 보이는 것에 대한 두려움을 말한다(Marks & Gelder, 1996). 부정적 평가에 대한 두려움은 사회불안의 심각도 및 사회적 상황에 대한 회피와 강한 정적 상관을 갖는 것으로 보고되고 있다(Carver & Scheier, 1982).

부정적인 사회적 자기개념은 사회불안과 높은 관련을 갖는다. Clark와 Wells(1995)는 사회불안이 높은 사람들은 자기(self)의 가치에 대해 무조건적 부정적 신념을 가지고 있다고 하였다. 사회불안을 경험하는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 부정적인 자기개념을 갖는다(Rapee & Heimberg, 1997). 김정호와 조용래, 이민규(2000)의 연구에 따르면 자신의 대인관계 능력과 지적 능력이 부족하다고 평가할수록, 그리고 자신에 대한 평가가 부정적이고 자기 자신에 대한 만족도가 낮을수록 사회불안 수준이 더 높은 것으로 나타났다.

사후반추는 사회적 상황 이후에 지나간 상황 혹은 다가올 상황을 예상하면서 자기 자신의 행동과 타인의 반응을 부정적으로 검토하는 사고과정을 말한다. 자기초점적 주의가 사회적 상황 내에서 발생하는 과정이라면, 사회적 상황이 끝나고 난

후 발생하는 것이 사후반추라고 할 수 있는데, 자기초점적 주의가 사후반추로 이어지면서 자기와 관련된 부정적인 생각을 더욱 증가시킨다(박기환, 2017).

Clark와 Wells(1995)는 사회불안장애 환자들이 사회적 상황을 위협적으로 해석하는 경향에 대하여 자기 자신 및 그들 행동 방식에 대한 일련의 역기능적 신념의 결과라고 가정하였다. 사회불안장애가 있는 사람들의 역기능적 신념은 사회적 수행에 대한 과도하게 높은 기준, 사회적 평가에 대한 조건적 신념, 자기 자신에 대한 무조건적인 부정적 신념으로 구분된다(Clark & Wells, 1995).

사회불안은 부정적 정서의 증가된 수준뿐만 아니라 긍정적 정서의 감소된 수준으로 정서적 측면에서 독특하게 특징지어지는데(Moscobitch, Suvak, & Hofmann, 2010), 이러한 특징은 우울과 관련이 깊다. 사회불안과 우울은 유의미하게 상관을 있는 것으로 알려져 있다(김남재, 2000).

자기불일치는 또한 사회불안과 관련하는 것으로 알려져 있다. Higgins(1987)는 자기(self)의 영역을 실제적 자기(actual self), 이상적 자기(ideal self), 의무적 자기(ought self)로 구분하고 자기를 바라보는 관점에 따라 자신(own)과 타인(other)의 두 가지 조망을 두어 영역과 관점의 조합으로 여섯 가지의 자기불일치 상태를 제시하였다. Higgins(1987)는 자기(self) 간 차이가 있게 되면 부정적인 정서를 경험한다고 하였다. Higgins(1987)의 이론을 토대로 한 많은 연구에서 자기 불일치가 사회불안에 영향을 미치는 것으로 나타났다(허재홍, 조용래, 2005; Strauman, 1989).

자기제시 동기는 다른 사람에게 어떤 목적인 인상을 주어야겠다는 동기(김남재, 2004), Schlenker와 Leary(1982)의 자기제시 모형에 따르면 자기제시 동기가 높아지면서 앞서 살펴보았던 자기제시 기대가 낮아질 때 사회불안이 유발된다.

사회불안장애를 정서적 측면에서 설명하려는 시도는 비교적 최근에는 주목받고 있다(오은혜, 노상선, 조용래, 2009). 정서조절곤란과 정서표현 양가성 등이 사회불안과 관련하여 주요하게 다루어지고 있는데, Mennin과 Holyway, Fresco, Moore, Heimberg(2007)의 연구에서 정서에 대한 불충분한 이해와 부정적 반응이 사회불안장애와 관련된다고 보고되었다.

정서표현 양가성이란 자신의 감정을 표현하고 싶은 욕구가 있으나 이를 표현

하지 못하고 억제하며 갈등하는 것으로 정의된다(King & Emmons, 1990). 감정을 표현하는 데 있어 갈등하고 억제할수록 사회불안의 수준은 높아지는 것으로 나타났다(김민경, 현명호, 2013; 이성원, 양난미, 2014).

Bowlby(1973)는 내적 작동 모델(internal working model)이라는 개념을 통해 초기 주요 애착대상과 형성한 강한 유대 관계는 이후의 친밀한 사회적 관계에 대한 원형으로 작용하여 성인이 된 이후에도 상당 부분 지속된다고 강조하였다. 애착불안은 관계에 지나치게 몰두하거나 버림받고 거절당하는 것을 두려워하는 정도를 반영하고, 애착회피는 친밀해지는 것을 꺼리거나 불편해 하는 정도를 반영한다. 여러 연구에서 부적응적 애착을 보이는 불안정애착이 사회불안에 많은 영향을 미치고 있는 것으로 보고되고 있다(Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978; Brennan & Shaver, 1998).

완벽주의는 자신의 능력 이상으로 비합리적인 목표를 세우고 이를 달성하기 위해 자신을 채찍질하고, 자신의 가치를 오로지 생산성과 성취의 차원에서만 평가하는 사람들이 보이는 성격특성이다(Burns, 1980). 완벽주의에 대한 연구가 축적되면서 완벽주의를 다차원적으로 이해하려는 시도가 대세를 이루게 되었고, 완벽주의를 여러 하위차원으로 정의하는 측정도구들이 개발되었다(이동귀, 배병훈, 함경애, 천영아, 2015). 이에 따라 완벽주의와 사회불안과의 관계를 살펴본 선행 연구들에서도 완벽주의의 구성개념이나 측정도구가 다양하게 사용되었다. 본 연구에서 탐색된 완벽주의의 차원으로는 사회부과적 완벽주의, 평가염려 완벽주의가 있으며, 기존의 완벽주의의 개념에 대인관계적 표현적 측면이 더해진 완벽주의적 자기제시가 포함되었다. Hewitt과 Flett(1991)는 누가 완벽하기를 바라는지와 누가 완벽해지라고 했는지 등의 완벽주의를 지향하는 방향에 따라 세 차원으로 구성된 다차원적 완벽주의를 개발하였는데, 그 중 한 차원인 사회부과적 완벽주의는 중요한 타인이 자신에게 높은 기준을 부과하고 자기를 엄격하게 평가하고 있으며, 그 기준을 충족시키지 않으면 자기를 거부할거라는 신념을 반영한다. 평가염려 완벽주의는 앞서 설명한 사회부과적 완벽주의와 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심이 포함된 개념이다(Dunkley, Blankstein, Halsall, Williams, & Winkworth, 2000). 완벽주의적 자기제시는 남에게 완벽하게 보이고자 하는 욕구로, 기존의 특성적 완벽주의가 완벽해지고 싶은 욕구를 반영하는 것이라면, 완벽

주의적 자기제시는 실제 완벽한 수행을 하는 것과는 별개로 타인에게 완벽하게 보이고자 하는 욕구를 의미한다. 이러한 성향이 높은 사람들은 자신의 불완전함을 숨기려고 노력함으로써 자신의 행동이 타인으로부터 집중되는 상황이나 자신의 실수, 무능함, 실패 등이 드러날 수 있는 상황을 과도하게 피하게 된다 (Hewitt et al., 2003). 한편, 부적응적 완벽주의도 사회불안과 관련하여 연구되었으나 연구마다 하위변인 구성이 달라 분석에는 포함하지 않았다.

행동억제는 사회불안의 유전적 영향력을 설명하는 관점에서 주요하게 다루어지는 기질이다. 행동억제 기질은 아주 초기부터 나타나는 행동 특성으로 수줍음, 사회적 위축 및 회피, 사회적 불편감, 낯선 상황이나 낯선 대상에 대한 두려움으로 나타난다(김은정, 2016). 어린 시절에 행동억제 기질이 높았던 사람들이 그렇지 않은 사람들보다 사회불안 증상을 더 많이 가지고 있는 것으로 나타났다 (Schwartz, Snidman, & Kagan, 1999; Hayward, Killen, Kraemer, & Taylor, 1998).

3. 메타분석

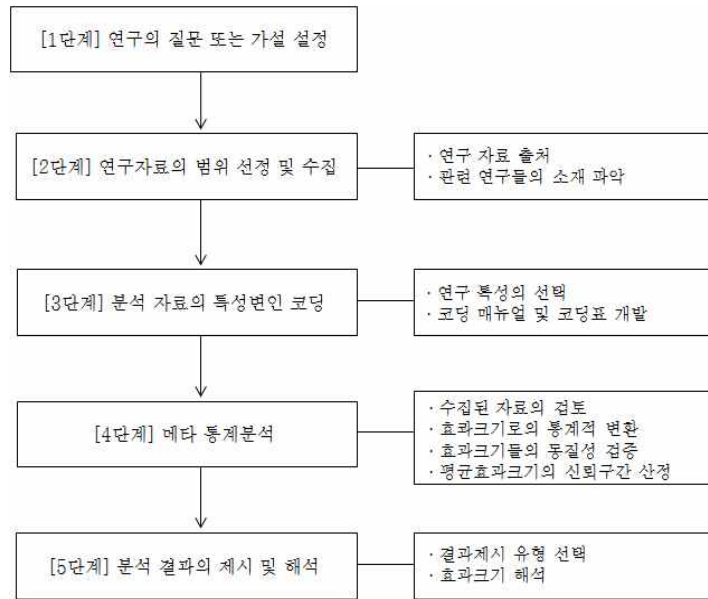
메타분석(Meta-analysis)은 동일한 주제에 대한 다양한 연구결과를 체계적이고 계량적으로 분석하는 종합적인 분석 방법을 말한다(황성동, 2015). 개별 연구들은 각기 다른 연구 대상 및 연구 환경에서 수행되며, 연구결과 또한 일관되게 나타나기보다 서로 다른 결과를 제시하는 경우가 많다. 연구결과가 하나의 방향으로 수렴되지 않고 제각각의 양상을 보일 때, 이를 통합하여 바라보고자 하는 필요성에서 메타분석은 시작되었다(이병관, 손영곤, 2016). 메타분석 방법이 출현하기 이전부터 많은 학자들은 기존의 연구 결과들을 통합하고자 하였고 이에 대한 노력으로 화술적 방법, 평균법, 투표식 방법, 군집 접근법 등의 전통적인 통합방법이 행해졌다. 전통적인 통합방법은 메타분석이 계량적인 데 비해 다분히 직접인 분석의 성격을 띠고 있어, 분석기준이 주관적이고 보수적인 성격을 띠고 있음을

확인할 수 있다(오성삼, 2002). 전통적인 문헌연구에서는 같은 연구주제라고 하더라도 연구자마다 다른 결론이 도출될 수 있지만, 메타분석은 연구 대상물을 수집할 때 체계적인 접근법을 사용하며 투명하고 분명한 절차를 통해 연구가 이루어지기 때문에 보다 객관적이라고 할 수 있고 이러한 특징으로 인해 연구자가 제시한 절차에 따르면 반복 가능한 결과를 도출할 수 있다(Cooper, 2016). 이러한 메타분석들의 장점들로 인해 메타분석은 동일한 주제에 관해 상반된 결론이 도출되거나 논쟁이 야기되는 경우, 원자료를 수집할만한 시간적 여유가 없거나 경비와 노동력의 절약이 필요한 상황에서 2차 자료를 통한 문제의 해결을 요할 때, 각종 학술연구들의 범람 속에서 체계적으로 압축된 지식이나 정보가 필요한 경우에 긴요하게 사용될 수 있다(오성삼, 2002).

Glass(1976)가 정리한 메타분석의 특징은 다음과 같다(오성삼, 2002에서 재인용). 첫째, 메타분석은 수량적이다. 즉, 수많은 연구 결과들을 함축성있게 분류하고 모종의 의미를 추출하기 위하여 계량적·통계적 방법을 사용한다. 둘째, 효과크기(effect size)를 계산하기 위해 서로 상이한 연구들이 모아진다. 따라서 많은 수의 연구 결과들을 통합함에 있어 어떤 종류의 연구 결과가 기대하는 결과와 대다수의 연구 결과 간에 차이가 있다는 이유로 인해 분석대상에서 제외되지 않는다. 다시 말해 서로 상이한 연구 결과라 할지라도 전체적인 결론을 도출해 내기 위해 모두가 분석대상이 될 수 있다. 셋째, 메타분석을 통해 일반적 결론을 도출해 낸다. 어떤 한 분야의 연구 결과에 대해 일정수의 연구 결과들이 긍정적인 효과를 산출해 낸다고 하더라도 그 효과크기가 각기 다른 경우에 서로 다른 효과크기들에 대해 일반적 결론을 찾기 위해서는 각각의 단편적인 연구들 사이에 존재하는 작은 차이는 무시되어도 무방하다는 전제하에 일반화는 가능하다(오성삼, 2002).

한편, 메타분석이 이루어지기 위해서는 다음의 조건이 충족되어야 한다. 첫째, 관련 주제에 대한 선행 연구물의 수가 충분해야 하며, 연구물을 수집하는데 어려움이 없어야 한다. 연구물의 수가 너무 적을 경우 검정력(power)이 약화되어 메타분석의 취지에 맞는 연구결과를 기대하기 힘들어진다. 둘째, 메타분석의 대상이 되는 연구물은 양적 연구여야 한다. 연구물들 간 이질적인 형태의 통계치가 제시된 경우에는 통계적 변환을 통해 동질한 효과크기로 변환 가능한 것만 사용할 수 있다(오성삼, 2002).

메타분석의 절차는 일반적으로 행해지는 수량적 연구절차와 다르지 않으나, 연구 결과가 분석대상이라는 점에서 근본적인 차이가 있다(오성삼, 2002). 메타분석의 일반적 단계는 [그림 II-1]과 같다.



[그림 II-1] 메타분석의 절차

출처: 오성삼(2002). 메타분석의 이론과 실제. p.40

Ⅲ. 연구방법

1. 자료의 수집 및 선정

1) 자료의 수집

본 연구는 메타분석을 실시하기 위해 2007년부터 2016년 12월까지 최근 10년간 국내에서 발표된 석·박사 학위 논문과 학술지 논문을 수집하였다. 논문의 수집은 한국교육학술정보원에서 제공하는 학술연구정보서비스(RISS) 홈페이지, 한국학술정보(주)에서 제공하는 학술데이터베이스(KISS) 홈페이지, 국회도서관 홈페이지를 이용하였고 ‘대학생 사회불안’을 검색어로 사용하였다.

2) 자료의 선정

본 연구에서는 Moher 등(2009)이 제시한 메타분석에서 통상적으로 보고해야 할 사항들에 대한 PRISMA(Preferred Reporting Items for Systematic and Meta-Analyses) 가이드라인을 참고하여 자료 선정을 위한 기준을 세우고 기준에 따라 분석에 포함될 논문을 선택하였다. 자료 선정을 위한 기준은 지도교수와의 논의를 통하여 최종 결정이 이루어졌으며, 자료 처리 과정에서 기준에 따라 분류하기 어려운 연구에 대해서는 지도교수와의 논의를 통하여 분석 포함 논문을 결정하였다. 논문 선정 기준은 다음과 같다.

첫째, 수집된 논문 중 중복 논문을 제외한다. 학위 논문과 학술지 논문이 중복 게재된 논문에 대해서는 학술지 논문을 우선으로 선정하였으나, 학술지에 누락된 연구결과는 학위논문을 참고하여 분석에 포함시켰다. 또한, 온라인으로 원 논문 연람이 불가능한 논문은 제외하였다.

둘째, 대학생의 사회불안을 종속변인으로 하고, 대학생 사회불안에 영향을 미치는 변인들을 독립변인으로 하는 논문을 대상으로 한다.

셋째, 효과크기 변환이 가능한 통계치 상관계수(r)가 있는 논문을 대상으로 한다.

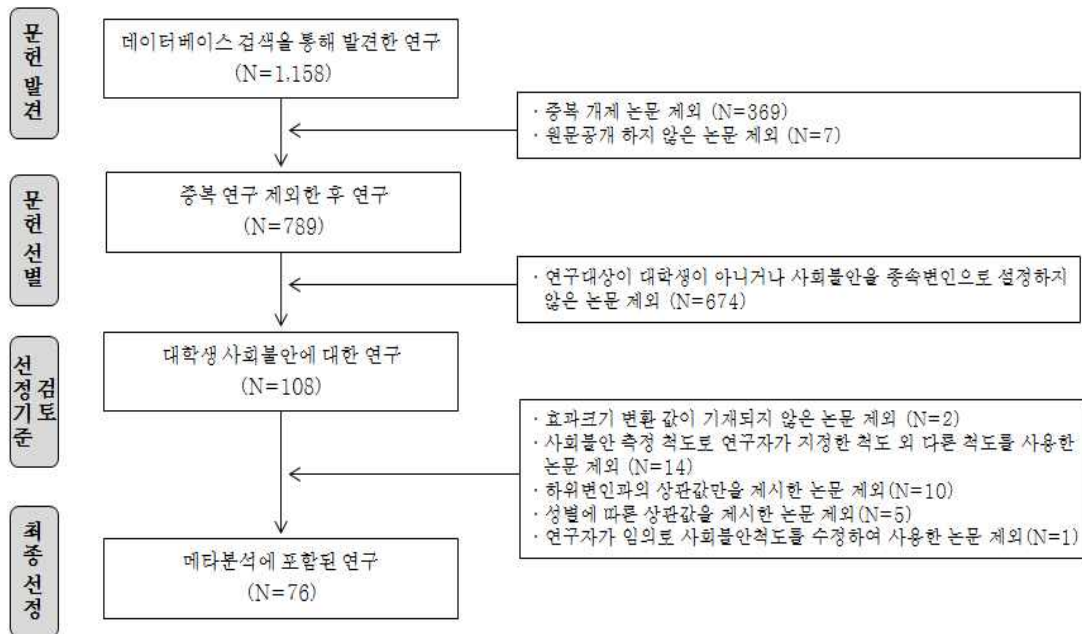
넷째, 각 연구에서 사회불안을 측정하기 위해 사용한 척도들 중에서 사용빈도가 가장 높은 Watson과 Friend(1969)가 개발하고 이정운과 최정훈(1997)이 번안한 사회적 회피 및 불안척도(SADS), Mattick과 Clarke(1998)이 개발하고 김향숙(2000)이 번역한 사회적상호작용불안척도(SIAS), Mattick과 Clarke(1998)이 개발하고 김향숙(2000)이 번역한 사회공포증 척도(SPS)를 사용한 논문을 대상으로 한다.

다섯째, 하위변인과의 상관값만을 제시한 논문은 제외한다.

여섯째, 성별에 따라 상관값을 구분하여 제시한 논문은 제외한다.

그 밖에 본 연구에서 지정한 사회불안 척도를 사용하여 사회불안을 측정하였지만 연구자가 임의로 척도를 수정하여 사용한 논문 한 편을 제외하였다.

위와 같은 과정을 거쳐 본 연구에서 선정된 연구는 석·박사 학위논문 45편, 학술지 31편으로 총 76편이 선정되었다. 구체적인 논문 수집 및 선정 절차는 [그림 III-1]과 같다.



[그림 III-1] 분석대상 수집 및 선정 과정

본 연구에서는 하나의 논문에서 두 개 이상의 척도를 사용하여 사회불안을 측정 한 후 척도별 상관값만을 제시한 경우, 각각을 개개의 연구 논문으로 처리하였다. 따라서 본 연구의 분석대상 논문은 76편이고 사례 수는 86개이다. 분석대상 연구물의 목록은 <부록 1>에 제시하였다.

메타분석에서는 한 논문 내에 집단 간에 통계치가 두 개인 연구는 개개의 연구로 처리하기도 한다. 그러나 본 연구에서는 이미 사회불안 측정 도구를 기준으로 복수의 효과크기를 허락하였으므로, 성별에 따른 집단 간 통계치가 두 개인 연구를 개별 연구로 처리할 경우 한 논문에서 3개 이상의 사례수가 제시되는 결과가 발생하기 때문에 메타분석 결과의 타당성 확보를 위해 성별에 따른 집단 간 통계치를 제시한 논문은 연구대상에서 제외하였다.

2. 자료의 코딩

수집된 자료의 코딩을 위해 <부록 2>와 같이 코딩양식을 제작하였고, Microsoft Office Excel 2010을 사용하여 코딩을 진행하였다. 코딩항목으로는 일련번호, 논문 제목, 저자명, 출처, 출판연도, 사례 수, 연구대상, 종속변인, 종속변인 척도, 독립변인, 독립변인 척도, 통계치(r 값)를 입력하였다.

3. 자료의 분석

본 연구에서는 R 3.4.3(www.r-project.org)을 이용하여 평균 효과크기 산출, 동질성 검증, 조절효과 검증, 출판편향 검증을 하였다.

메타분석에서 평균효과크기를 산출할 때에는 각 연구 특성에 맞는 모형을 선택하여 분석하게 된다. 메타분석의 모형은 고정효과 모형(fixed-effect model)과

무선효과 모형(random-effects model)로 구분된다. 초기 메타분석 방법에서는 고정효과 모형으로 분석을 시작한 뒤, 동질성 검정을 통해 포함된 각 연구가 동질적이지 않다고 판단되면 무선효과 모형으로 전환하는 방식을 사용하였으나, Bornstein 등(2009)은 이러한 방식을 지양하도록 권고하였다. 모형을 선택하는 것은 통계적 검증의 결과에 기초해서가 아니라 메타연구에 포함된 연구들이 모두 동일한 모집단 효과 크기를 공유하는가에 따른 개념적 이해에 기초해야 하기 때문이다(Bornstein et al., 2009).

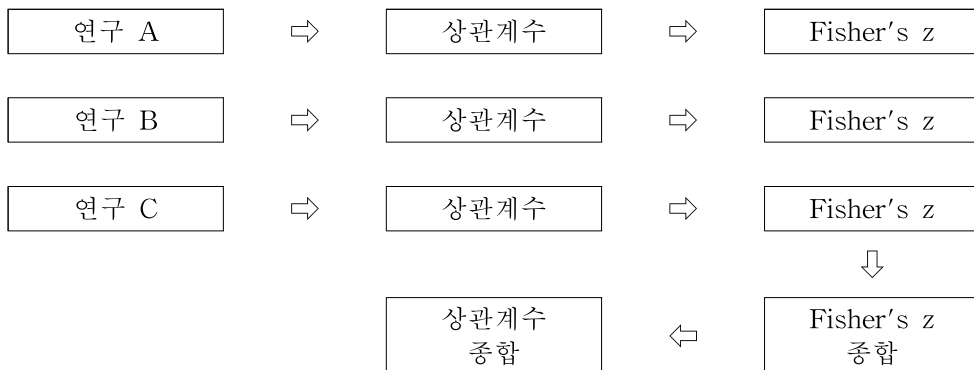
고정효과모형은 메타분석에 포함된 모든 연구들이 기능적으로 동일하다고 보고 효과크기의 동질성을 가정하여 연구 간 분산을 '0'으로 고정한다. 이러한 고정효과모형은 각 연구결과의 적용을 일반화하기보다는 특정 집단에 한정하고자 하는 경우에 사용한다. 반면에 무선효과모형은 모든 연구의 모집단 효과 크기의 이질성을 가정하고 연구간 분산을 인정한다(황성동, 2015). 무선효과모형은 메타분석의 대상이 되는 각각의 연구들이 하나의 모집단으로부터 랜덤하게 추출된 표본연구라는 가정 하에 이루어지므로, 무선효과모형으로부터 산출된 결과의 추론은 모집단으로 일반화시킬 수 있다(오성삼, 2002). 본 연구에서 메타분석의 대상이 되는 연구들은 각각의 연구자들에 의해 독립적으로 이루어진 연구이며, 연구결과를 일반화하여 적용하고자 하는 것이 본 연구의 목적이므로 무선효과모형에 따른 분석을 실시하였다.

본 연구에서는 메타분석의 실효성 확보를 위해 해당 변인에 대한 효과크기 수가 세 개 이상인 것만을 메타 통계분석하였다. 변인별 효과크기 수를 합산하는 과정에서 각 변인의 경험적 속성과 원 연구자의 의도를 살리기 위해 1차 연구에서 사용한 변인의 개념을 반영하였으며, 연구자별로 각기 다른 용어와 방법으로 측정된 변인에 대해서는 그 의미를 최대한 유지하는 범위에서 통합·분류하였다.

1) 효과크기의 산출

효과크기는 메타분석에서 연구의 결과를 요약하기 위해 사용되는 정량적인 지수로, 각 연구에서 관심을 가지고 있는 관계의 크기 혹은 강도를 반영한다. 즉, 효과크기는 모든 연구의 결과들이 쉽게 해석, 비교, 통합될 수 있도록 표준화된 척도로 요약하는 것이다(강현, 2015). 효과크기는 측정 척도에 대한 집단간 표준화된 평균차이를 나타내는 효과크기(ESsm), 변인간의 관계를 나타내는 상관계수의 효과크기(ESr), 두 개의 이항변인간의 관계를 나타내는 승산비(odds-ratio)의 효과크기(ESor) 등이 있다(이병관, 손영곤, 2016).

본 연구에서는 상관계수의 효과크기(ESr) 계산을 위해 Pearson 상관계수인 r 값을 효과크기로 사용하였다. Pearson r 이 상관계수의 일반적인 형태이지만, Pearson의 상관계수는 대칭 분포로 인해 편향이 생길 수 있다. 이를 방지하기 위해 정상분포의 분산 값을 가진 Fisher's Z값으로 효과크기를 변환하여 사용한다(Bornstein et al., 2009). Fisher Z값은 Pearson r 값보다는 분산에 큰 영향을 주지 않을 뿐 아니라, r 값보다 더 정규 분포를 따른다는 이점을 지니고 있기 때문이다.



[그림 III-2] 효과크기 분석 기본구조

출처: Borenstein et al. (2009)

따라서 본 연구에서도 r 값을 Fisher's Z로 변환하여 효과크기를 산출(수식1)한 다음, 해석의 편의를 위하여 이를 다시 상관계수로 변환(수식2)하였다.

(수식 1) Fisher's z 전환

$$z = 0.5 \times \ln\left(\frac{1+r}{1-r}\right)$$

(수식 2) r 재전환

$$r = \frac{e^{2z} - 1}{e^{2z} + 1}$$

2) 효과크기의 동질성 검증

효과크기들이 모집단의 효과크기를 잘 나타내 주고 있는가의 여부를 확인하기 위해 효과크기의 동질성 검사를 실시하였다(수식3). 동질성 검증은 모든 개별 연구의 모집단 효과크기는 동일하다는 귀무가설에 대한 가설검정 방법을 말한다.

동질성 검정 통계량 Q 값에 대한 해석은 χ^2 분포에 근거하게 되는데, 그 이유는 Q 값이 χ^2 분포와 동일하기 때문이다. Q 값은 각 효과크기들의 관찰된 분산(observed weighted sum of square), 이는 표집오차분산(sampling error)과 실제 연구 간 분산(true variance)을 모두 포함하는 총 분산이다. df (자유도)는 효과크기들의 수에서 1을 뺀 것으로 각 연구에서 모집단의 효과크기가 동일하다고 가정할 때, 즉 메타분석의 포함된 각 연구의 효과 크기 차이는 표집오차에 의한 것이라고 가정할 때의 기대 분산의 값이다. (총분산-기대분산=실제분산)이므로 $Q-df$ (총분산-기대분산)은 실제 연구 간 효과의 차이로 인한 분산의 정도를 의미한다. 즉, 총분산 Q 값이 기대분산 값 df 보다 크면($Q > df$) 각 연구의 모집단 효과크기는 서로 다른 것이며, 반대로 Q 값이 df 값보다 적으면($Q < df$) 연구 간 분산은 0, 즉 모집단 효과크기가 모두 같다고 할 수 있다(황성동, 2015).

$$(수식 3) \quad Q = \sum Wd^2 - \frac{(\sum wd)^2}{\sum w} \quad (W: \text{역변량가중치}, d: \text{효과크기})$$

3) 효과크기의 해석

본 연구에서 산출된 효과크기는 Cohen(1988)이 제시한 해석기준과 95% 신뢰구간을 적용하여 해석하였다. 효과크기의 95% 신뢰구간에 '0'이 포함되어 있으면 효과크기가 유의하지 않은 것이며, '0'이 포함되지 않으면 효과크기가 유의한 것으로 해석한다. 또한, Cohen(1988)이 제시한 표준화된 상관계수의 효과크기 해석기준을 적용하였다. Cohen(1988)은 대체적으로 행동과학 분야에 있어 효과크기의 값은 대략적으로 다음과 같은 범주에 속한다는 사실을 발견하고 효과크기 해석기준을 제시하였다.

$ES_r \leq .10$	작은 효과크기
$ES_r = .25$	중간 효과크기
$ES_r \geq .40$	큰 효과크기

[그림 III-3] Cohen의 효과크기 해석 기준

그러나 Cohen(1988)의 효과크기 해석은 행동과학 분야에서 구체적으로 무엇을 의미하는지 정확히 명시되어 있지 않다는 한계점이 있어(오성삼, 2002), 보다 정밀한 해석을 위해 비중복 백분위(percentiles of non-overlap: U3)를 추가적인 정보로 활용하였다. 비중복 백분위는 효과크기를 확률적으로 해석하는 방법으로, 산출된 효과크기에 해당하는 Z점수를 표준정규분포의 누적확률분포 표에서 찾아서 이를 다시 백분율로 표시한 값이다(이명자, 2006).

4) 조절효과 검증

동질성 검증을 통해 연구물들 간 이질성이 확인되면 이질성의 원인을 탐색해보아야 한다. 조절효과분석은 효과크기의 이질성에 관한 있을 법한 원인에 대한 탐색적 설명을 하는 데 목적을 두고 하위 집단 간의 효과크기 차이를 보다 직접

적으로 검증하며, 평균효과크기에 영향을 주는 조절변수의 영향력을 검증할 수 있도록 한다. 조절변수는 독립변수와 종속변수의 관계에 영향을 주는 변수로서 메타분석에서는 출간 형태, 연구 대상자에 대한 그룹화 방식 등과 같은 연구 수준(study-level)의 변수를 말한다(황성동, 2015). 조절변수가 범주형 변수일 경우 메타ANOVA를, 조절변수가 연속형 변수일 경우 메타회귀분석(meta-regression)을 실시한다. 이 방법은 메타분석이 아닌 일차적 연구에서 활용되는 ANOVA 및 OLS회귀분석과 동일하지 않다. 메타분석에서는 데이터의 모든 분산을 활용하는 것이 아니라 실제 분산, 즉 연구 간 분산을 설명하고자 한다(황성동, 2015).

본 연구에서 사용한 조절변수는 사회불안 척도, 출간형태, 출판연도이다. 즉, 대학생의 사회불안과 관련변인 간의 효과크기가 사회불안 척도 종류와 출판형태 그리고 출간연도에 따라 차이가 있는지 확인하기 위해 조절효과 검증을 실시하였다.

5) 출판편향(Publication bias) 검증

연구자가 부정적인 연구결과를 보고하지 않고 긍정적인 연구 결과만을 보고하거나 통계적으로 유의한 결과만을 보고하는 경우, 출판편향의 문제가 발생할 수 있다(Rosenthal & Rosnow, 1991). 출판편향은 연구결과의 속성이나 방향에 따라 연구결과가 출간되거나 출간되지 못하는 오류를 의미한다(Higgins & Green, 2011). 메타분석에 포함된 연구가 관련된 모든 연구의 왜곡된 표본이라면, 도출된 결과는 신뢰성과 타당성에 문제를 갖는다. 이에 본 연구는 깔때기 그림(funnel plot)과 Trim and Fill 방법을 활용하여 출판편향이 존재하는지 여부와 출판편향의 정도를 확인하였다.

Light와 Pillemer(1984)의 깔때기 그림(funnel plot)은 수평축에 효과크기를, 수직축에는 표준오차를 사용하여 효과크기의 분포를 시각적으로 나타내는 방법이다. 출판 편향이 없을 경우, 표본크기가 작은 연구들은 그래프의 아래 부분에 넓게 흩어져 있으며 표본크기가 큰 연구들은 평균효과크기 주변으로 그래프의 윗부분에 좁게 모여 있는 분포를 보인다. 즉, 깔때기 모양과 같이 좌우 대칭적으로

분포하게 된다(김달호, 장은진, 황진섭, 2016). 만약, 비대칭의 모습을 보인다면 이것은 데이터에 오류가 있음을 보여주는 것이다.

깔때기 그림은 데이터 오류를 시각적으로 검증하기 때문에 데이터 오류의 여부를 한 눈에 보여준다는 이점을 갖지만, 데이터 오류가 연구 결과에 미치는 영향을 확인하기 어렵다. 따라서 출간오류를 확인하는 과정에 그치지 않고 데이터 오류의 정도와 영향을 확인함이 필요하다. Duval과 Tweedie(2000)가 개발한 Trim and Fill을 통해 오류가 연구결과에 어느 정도 영향을 주는지 확인할 수 있다. 이 방법은 메타분석에서 누락된 것으로 가정된 연구의 수를 추정한 후, 이를 추가하여 깔때기 그림이 대칭이 되도록 만든 다음 조정된 효과크기를 산출하는 것이다(황성동, 2016). 이러한 방법을 통해 조정된 평균효과크기와 원래의 평균효과크기와 비교를 할 수 있어 전체 효과에 대한 결측 데이터에 영향을 확인할 수 있다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 분석 대상 논문의 특성

본 연구의 최종 분석에 포함된 76편의 논문 중에서 31편은 학술지 논문이었으며 45편은 학위논문이었다. 분석에 포함된 논문들의 발간년도를 살펴본 결과, 2011년 이후에 대학생 사회불안에 대한 연구가 확연히 증가하고 있음을 알 수 있었다. 분석대상 연구물의 특성은 <표 IV-1>과 같다. 본 연구는 한 연구당 복수의 효과크기를 허용하는 분석방식을 사용하였기 때문에 연구의 수보다 효과크기의 수가 더 많았다. 관련 변인별 연구 수 및 효과크기 수를 <표 IV-2>에 제시하였다.

<표 IV-1> 분석 대상 논문의 특성

	구분	논문 수	계
출판 연도	2007	2	76
	2008	2	
	2009	1	
	2010	-	
	2011	5	
	2012	5	
	2013	9	
	2014	12	
	2015	19	
	2016	21	
출간 형태	학술지	31	76
	석·박사 학위 논문	45	

<표 IV-2> 변인별 연구 수 및 효과크기 수

	변인명	연구 수(N)	효과크기 수(k)
억제변인	자기개념 명확성	3	4
	자기자비	3	3
	자기제시 기대	3	3
	정서표현	1	3
유발변인	경험회피	5	6
	긍정적 평가에 대한 두려움	6	6
	내면화된 수치심	8	8
	내현적 자기에	11	12
	부적응적 인지적 정서조절 전략	3	3
	부적응적 자기초점적 주의	6	7
	부정적 평가에 대한 두려움	11	13
	부정적인 사회적 자기개념	3	4
	사회부과 완벽주의	6	7
	사후반추사고	3	3
	성인애착불안	6	7
	성인애착회피	6	7
	역기능적 신념	3	4
	완벽주의적 자기제시	4	4
	우울	2	3
	자기불일치	4	4
	자기제시 동기	3	3
	정서조절곤란	4	6
	정서표현양가성	7	7
	평가염려 완벽주의	4	4
행동억제	4	6	
	합계 *	76	137

* 한 연구 당 복수 효과크기를 허락하므로, 합계에는 중복된 연구 수는 제외하였다.

2. 대학생 사회불안 관련 변인의 효과크기

1) 대학생 사회불안 관련 억제변인군의 효과크기

억제변인군의 하위변인들의 효과크기 간 유의한 차이가 있는지 동질성 검정을 실시한 결과, $p < .0001$ 수준에서 유의한 것으로 나타나($Q=142.26$, $df=12$) 각 연구 간 분산이 실제로 존재함을 알 수 있었다. 이는 본 연구가 무선효과모형을 선택함에 대한 정당성을 뒷받침하는 근거가 된다. 무선효과모형을 통해 대학생 사회불안에 영향을 미치는 억제변인군의 효과크기를 분석한 결과는 <표IV-3>과 같다. 억제변인군의 효과크기는 95% 신뢰구간에서 $-.469$ 에서 $-.312$ 의 신뢰구간을 가진 것으로 분석되어 신뢰구간이 0을 포함하지 않기 때문에 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다. 억제변인군의 효과크기는 $-.393$ 로, Cohen이 제시한 상관계수 효과크기 해석 기준으로 보면 $-.40$ 보다 크고 $-.10$ 보다 작아 중간 효과크기에 해당한다.

<표IV-3> 대학생 사회불안 관련 억제변인군의 효과크기

	k	ESr	95% CI	U_3	Q	df
억제변인군	13	$-.393$	$-.469$ - $-.312$	34.9	142.26	12

주. k=효과크기 수, ESr=평균효과크기, CI=신뢰구간, U_3 =비중복 백분위, Q=동질성 검정 통계량, df=자유도

대학생 사회불안에 영향을 미치는 억제변인별의 효과크기를 분석한 결과는 <표IV-4>와 같다. 억제변인들의 효과크기는 모두 95% 신뢰구간에서 모두 유의미한 효과를 가진 것으로 나타났다. 효과크기는 자기제시 기대의 효과크기($-.468$)가 가장 높게 나타났으며, 그 뒤를 이어 자기개념 명확성($-.464$), 자기자비($-.417$), 정서표현($-.177$)의 순으로 나타났다. Cohen이 제시한 상관계수 효과크기 해석 기준으로 볼 때, 자기제시 기대, 자기개념 명확성, 자기자비는 모두 중간 효과크기에 해당하고, 정서표현은 작은 효과크기에 해당한다.

각 억제변인의 평균효과크기를 비중복 백분위 지수(U_3)로 환산한 결과를 살펴보면, 자기제시 기대의 백분위 지수는 31.99%이다. 이는 표준정규분포에서 통제

집단의 평균점수를 50.0%로 했을 때, 실험집단의 평균 -.468은 통제집단 분포상에서 31.99%로 통제집단에 비해 18.01%만큼 감소효과를 가져왔음을 나타낸다. 즉, 자기제시 기대가 높은 대학생이 그렇지 않은 대학생에 비해 사회불안을 경험할 가능성이 18.01%만큼 낮다는 의미가 된다. 다음으로 자기개념 명확성은 32.13%, 자기자비는 33.83%, 정서표현은 42.98%로 나타났다.

<표IV-4> 대학생 사회불안 관련 억제변인별 효과크기

	k	ESr	95% CI	U ₃	Q	df
자기제시 기대	3	-.468	-.658 - .221	31.99	45.59	2
자기개념 명확성	4	-.464	-.503 - .424	32.13	3.67	3
자기자비	3	-.417	-.528 - .293	33.83	13.38	2
정서표현	3	-.177	-.263 - .089	42.98	4.23	2

주. k=효과크기 수, ESr=평균효과크기, CI=신뢰구간, U₃=비중복 백분위, Q=동질성 검정 통계량, df=자유도

본 연구에서는 하나의 논문에서 두 개 이상의 척도를 사용하여 사회불안을 측정 한 후 척도별 상관값만을 제시한 경우, 각각을 개개의 연구 논문으로 처리하는데, 본 연구의 대상이 된 논문 중에서 사회불안 측정 도구로 사회적 회피 및 불안척도(SADS), 사회적상호작용불안척도(SIAS), 사회공포증 척도(SPS) 세 가지를 모두 사용한 논문은 서은란(2011)의 연구가 유일하였다. 정서표현의 경우, 서은란(2011)의 연구 결과만을 포함하므로 연구 결과 해석에 유의할 필요가 있다. 서은란(2011)의 연구에서 사회불안 관련 억제변인으로 다루어진 변인은 정서표현이 유일하였다.

2) 대학생 사회불안 관련 유발변인군의 효과크기

유발변인군의 하위변인들의 효과크기 간 유의한 차이가 있는지 동질성 검정을 실시한 결과 $p < .0001$ 수준에서 유의한 것으로 나타나($Q=1654.65$, $df=123$) 각 연구

간 분산이 실제로 존재함을 알 수 있었다. 무선효과모형을 통해 대학생 사회불안에 영향을 미치는 유발변인군의 효과크기를 분석한 결과는 <표IV-5>와 같다. 유발변인군의 효과크기는 95% 신뢰구간에서 .466에서 .517의 신뢰구간을 가진 것으로 분석되어 신뢰구간이 0을 포함하지 않기 때문에 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다. 유발변인군의 효과크기는 .492로, Cohen이 제시한 상관계수 효과크기 해석 기준으로 볼 때, .40보다 크므로 큰 효과크기에 해당한다.

<표IV-5> 대학생 사회불안 관련 유발변인군의 효과크기

	k	ESr	95% CI	U ₃	Q	df
유발변인군	124	.492	.466 .517	68.86	1654.65	123

대학생 사회불안에 영향을 미치는 유발변인군의 효과크기를 분석한 결과는 <표IV-6>과 같다. 유발변인들의 효과크기는 모두 95% 신뢰구간에서 모두 유의미한 효과를 가진 것으로 나타났다. 효과크기는 내면화된 수치심(.592)이 가장 높게 나타났다으며, 그 뒤를 이어 내현적 자기애(.579), 부적응적 자기초점적 주의(.572), 부정적인 사회적 자기개념(.560), 긍정적 평가에 대한 두려움(.556), 사후반추사고(.529), 역기능적 신념(.528), 평가염려 완벽주의(.503), 정서표현양가성(.496), 행동억제(.492), 정서조절곤란(.491), 성인애착회피(.471), 성인애착불안(.468), 부정적 평가에 대한 두려움(.463), 경험회피(.455), 자기불일치(.427), 우울(.414) 등으로 나타났다는데, 앞서 언급한 변인들은 모두 Cohen이 제시한 상관계수 효과크기 해석 기준으로 볼 때 큰 효과크기에 해당한다. 다음으로 사회부과 완벽주의(.393), 부적응적 인지적 정서조절 전략(.353), 완벽주의적 자기제시(.327), 자기제시 동기(.262)의 순으로 효과크기가 나타났으며, 이들 변인은 Cohen이 제시한 상관계수 효과크기 해석 기준으로 볼 때 모두 중간효과크기에 해당한다.

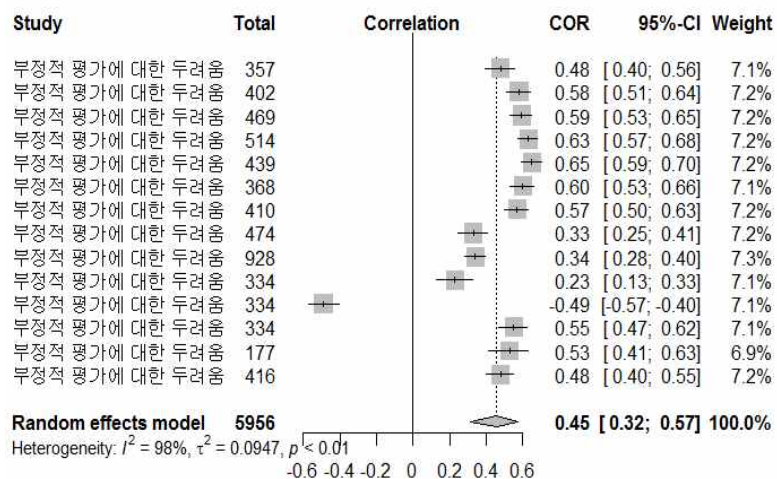
각 억제변인의 평균효과크기를 비중복 백분위 지수(U₃)로 환산한 결과를 살펴보면, 내면화된 수치심의 백분위 지수는 72.31%이다. 이는 표준정규분포에서 통제집단의 평균점수를 50.0%로 했을 때, 실험집단의 평균 .592는 통제집단 분포상에서 72.31%로 통제집단에 비해 22.31%만큼 상승효과를 가져왔음을 나타낸다.

다음으로 내현적 자기애는 71.87%, 부적응적 자기초점적 주의는 71.63%, 부정적인 사회적 자기개념은 71.23%, 긍정적 평가에 대한 두려움은 71.09%, 사후반추사고는 70.16%, 역기능적 신념은 70.13%, 평가염려 완벽주의는 69.25%, 정서표현양가성은 69.01%, 행동억제는 68.86%, 정서조절곤란은 68.83%, 성인애착회피는 %, 성인애착불안은 68.01%, 부정적 평가에 대한 두려움은 67.83%, 경험회피는 67.54%, 자기불일치는 66.53%, 우울은 66.06%, 사회부과 완벽주의는 65.28%, 부적응적 인지적 정서조절 전략은 63.80%, 완벽주의적 자기제시는 62.82%, 자기제시 동기는 60.33%로 나타났다.

<표IV-6> 대학생 사회불안 관련 유발변인별 효과크기

	k	ESr	95% CI		U ₃	Q	df
내면화된 수치심	8	.592	.495	.674	72.31	110.79	7
내현적 자기애	12	.579	.523	.630	71.87	89.09	11
부적응적 자기초점적 주의	7	.572	.404	.702	71.63	197.97	6
부정적인 사회적 자기개념	4	.560	.475	.635	71.23	11.35	3
긍정적 평가에 대한 두려움	6	.556	.491	.614	71.09	23.7	5
사후반추사고	3	.529	.337	.679	70.16	34.1	2
역기능적 신념	4	.528	.442	.603	70.13	16.31	3
평가염려 완벽주의	4	.503	.426	.573	69.25	11.98	3
정서표현양가성	7	.496	.399	.582	69.01	61.49	6
행동억제	6	.492	.457	.525	68.86	5.67	5
정서조절곤란	6	.491	.459	.522	68.83	4.09	5
성인애착회피	7	.471	.354	.574	68.12	79.93	6
성인애착불안	7	.468	.391	.538	68.01	35.03	6
부정적 평가에 대한 두려움	13	.463	.314	.589	67.83	515.67	12
경험회피	6	.455	.383	.522	67.54	20.24	5
자기불일치	4	.427	.366	.485	66.53	6.96	3
우울	3	.414	.322	.499	66.06	4.04	2
사회부과 완벽주의	7	.393	.344	.439	65.28	11.46	6
부적응적 인지적 정서조절 전략	3	.353	.291	.413	63.80	0.25	2
완벽주의적 자기제시	4	.327	.252	.399	62.82	7.85	3
자기제시 동기	3	.262	.140	.376	60.33	9.27	2

본 연구에서는 세 개의 척도를 사용하여 사회불안을 측정한 후 척도별 상관값만을 제시한 서은란(2011)의 논문에서 각각의 상관값을 개별 연구 논문으로 처리하였는데, 서은란(2011)의 연구에서 사회불안 관련 유발 변인으로 다루어진 변인은 부정적 평가에 대한 두려움이다. 한편, 대학생 사회불안에 영향을 미치는 관련 변인들에 대한 연구 결과는 수치의 차이는 있었지만 대체로 일관적인 결과들이 도출되었는데, 사회불안과 부정적 평가에 대한 두려움과의 관계에 대한 연구에서 상반되는 결과가 발견되었다. 부정적 평가에 대한 두려움은 대체로 사회불안을 유발하는 변인으로 제시되었으나, 서은란(2011)의 연구에서 사용한 사회불안 척도 중 사회적 상호작용불안척도(SIAS)를 사용하여 사회불안을 측정한 측정치와 부정적 평가에 대한 두려움과의 상관값이 부적 상관으로 나타났다. 서은란(2011)의 연구에서 사회적 회피 및 불안척도(SADS)와 사회공포증 척도(SPS) 척도를 사용한 측정치와 부정적 평가에 대한 두려움과의 상관값은 정적 상관으로 나타났다. 따라서 부정적 평가에 대한 두려움의 평균 효과크기에 대한 해석에 유의할 필요가 있다. 사회불안과 부정적 평가에 대한 두려움과의 상관관계 데이터를 분석한 forest plot을 [그림 IV-1]에 제시하였다.



[그림 IV-1] 대학생 사회불안과 부정적 평가에 대한 두려움의 상관관계 데이터 forest plot

3. 조절변수에 따른 효과크기

1) 조절변수에 따른 대학생 사회불안 관련 억제변인군의 효과크기

본 연구에서는 사회불안 측정 도구, 출간 형태, 출판 연도를 중재변인으로 설정하여 효과크기의 차이를 살펴보았다. 대학생 사회불안에 관련된 억제변인군의 효과크기가 사회불안 측정 도구와 출간형태에 따라 어떠한 관계가 있는지 메타 ANOVA를 실시한 결과는 <표IV-7>과 같다. 사회불안 척도 종류에 따른 대학생 사회불안 억제변인군의 집단 간(Qb) 효과크기 차이는 통계적으로 유의하지 않았으며(Q=5.82, df=2, p=0.055), 출판 형태에 따른 집단 간 차이도 통계적으로 유의하지 않았다(Q=2.84, df=1, p=0.092). 이는 연구의 이질성을 설명하는 조절변수가 연구 상의 사회불안 측정 도구의 종류와 출판 형태가 아님을 의미하는 결과다.

<표IV-7> 사회불안 척도, 출간형태에 따른 억제변인군의 효과크기 차이

		k	ESr	95% CI	Qw	dfw	Qb	dfb
사회불안 척도	SIAS	6	-.484	-.572 - .384	36.74	5		
	SADS	3	-.313	-.461 - .149	10.75	2	5.82	2
	SPS	4	-.309	-.437 - .168	46.67	3		
출간 형태	학술지	6	-.459	-.554 - .352	27.74	5	2.84	1
	학위	7	-.333	-.434 - .222	86.30	6		

주. k=효과크기 수, ESr=평균효과크기, CI=신뢰구간, Qw=집단 내 동질성 검정 통계량, Qb=집단 간 동질성 검정 통계량

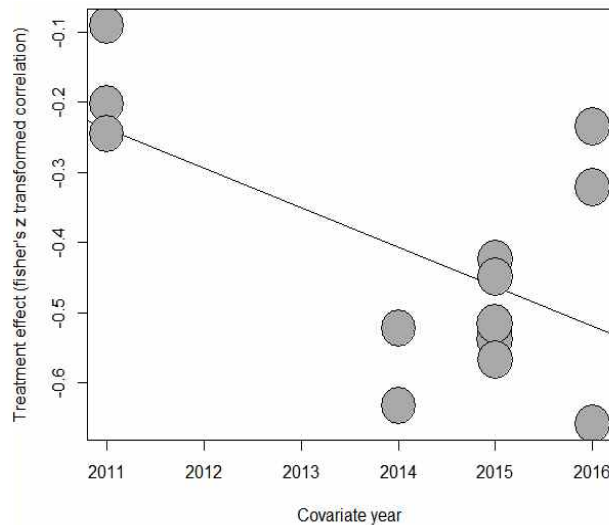
대학생 사회불안에 관련된 억제변인군의 효과크기가 출판연도에 따라 어떠한 관계가 있는지 메타 회귀분석을 실시한 결과는 <표IV-8>과 같다. 분석 결과 출판연도는 통계적으로 유의한 조절변수인 것으로 나타났다(B=-.0487, p<.05). 출판연도에 따른 사회불안 관련 억제변인군의 효과크기 차이에 대한 연구간 분산의 설명력(R²)은 27.32%인 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 출판 연도가 최근에 가까울수록 억제변인의 효과크기가 유의하게 증가하고 있음을 나타내는 것으로,

회귀분석의 결과를 회귀선으로 제시하면 [그림 IV-2]와 같다.

<표IV-8> 출판연도에 따른 억제변인군의 효과크기

	B	SE	Z	R ²
기울기(slope)	-.0562*	0.023	-2.484	27.32
절편(intercept)	112.6996	45.547	2.474	

* $p < .05$



[그림 IV-2] 출판연도에 따른 억제변인군의 효과크기

2) 조절변수에 따른 대학생 사회불안 관련 유발변인군의 효과크기

대학생 사회불안에 관련된 유발변인군의 효과크기가 사회불안 측정 도구와 출판 형태에 따라 어떻게 달라지는지 확인하기 위해 메타ANOVA를 실시하였으며, 그 결과는 <표IV-9>와 같다.

사회불안 척도 종류에 따른 대학생 사회불안 유발변인군의 집단 간 효과크기 차이는 통계적으로 유의하지 않았으며($Q_b=6.38$, $df=3$, $p=0.095$), 출판 형태에 따른 집단 간 차이도 통계적으로 유의하지 않았다($Q=2.58$, $df=1$, $p=0.108$). 연구의 이질성을 설명하는 조절변수가 연구 상의 사회불안 측정 도구의 종류와 출판 형태가 아님을 의미하는 결과다.

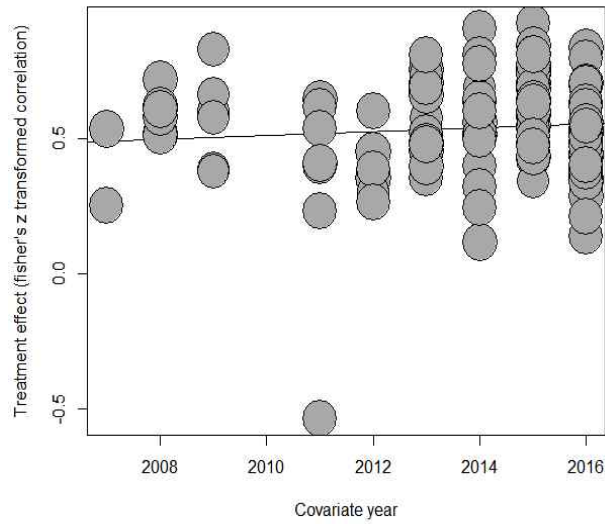
<표IV-9> 사회불안 척도, 출간형태에 따른 유발변인군의 효과크기 차이

		k	ESr	95% CI		Q _w	df _w	Q _b	df _b
사회불안 척도	SIAS, SPS	24	.524	.468	.575	224.61	23	6.38	3
	SPS	23	.514	.456	.568	172.03	22		
	SIAS	42	.503	.460	.544	767.79	41		
	SADS	35	.441	.391	.489	376.01	34		
출간 형태	학술지	57	.514	.477	.549	552.73	56	2.58	1
	학위	67	.473	.437	.507	1049.24	66		

대학생 사회불안에 관련된 유발변인군의 효과크기가 출간연도에 따라 어떻게 달라지는지 확인하기 위해 메타 회귀분석을 실시한 결과는 <표IV-10>과 같다. 분석 결과 출판연도는 통계적으로 유의한 조절변수가 아닌 것으로 나타났다 (B=.0070, p<.05). 이와 같은 결과는 시간의 흐름에 따른 유발변인의 효과크기 변화추이가 유의미 하지 않음을 나타내는 것으로, 회귀분석의 결과를 회귀선으로 제시하면 [그림 IV-3]과 같다.

<표IV-10> 출판연도에 따른 유발변인군의 효과크기 차이

	B	SE	Z	R ²
기울기(slope)	0.0070	0.0071	.9866	
절편(intercept)	-.13.4724	14.2019	-.9486	-

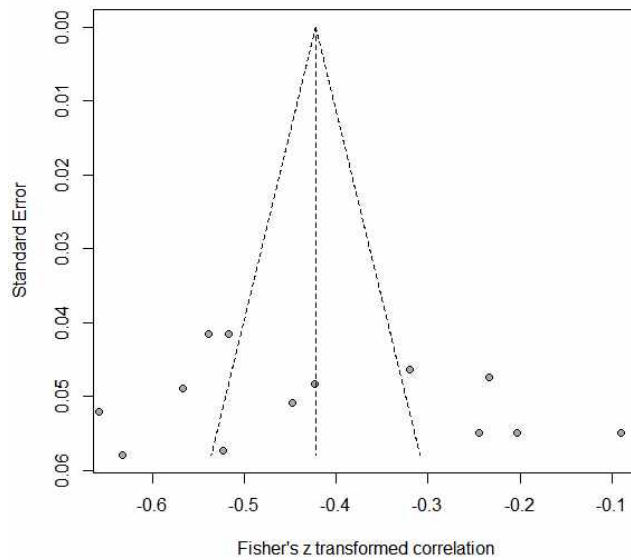


[그림 IV-3] 출판연도에 따른 유발변인군의 효과크기

4. 출판편향

1) 대학생 사회불안 관련 억제변인

깔때기 그림(funnel plot)을 통해 오류가 존재하는지 확인한 결과는 [그림 IV-4]와 같다.



[그림 IV-4] 억제변인군의 funnel plot

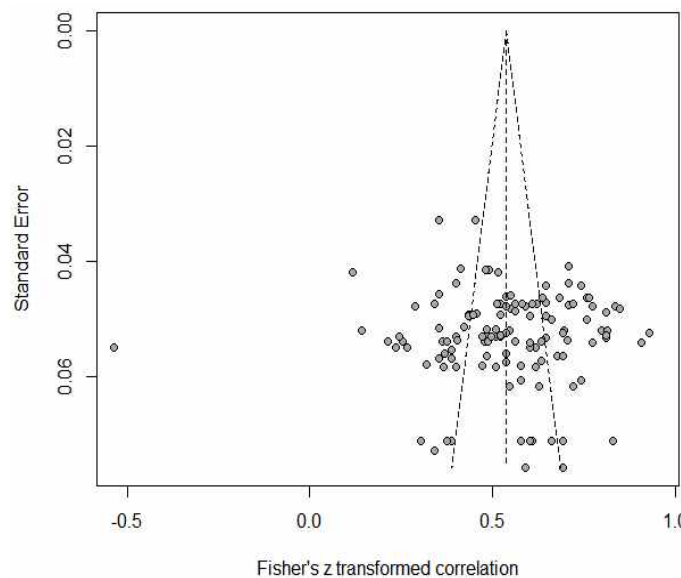
효과크기의 분포가 대칭인 것으로 파악되었으나, 추가적으로 Trim and Fill 방법을 실시하였다. Trim and Fill 방법을 통해 비대칭이 있다면 대칭이 되도록 교정할 수 있는데, <표IV-11>과 같이 교정되어야 할 연구가 0임을 확인하였다. 즉, 출판편향의 문제가 없다고 해석할 수 있다.

<표IV-11> Trim and Fill 교정 값

	추가된 연구	ESr	95% CI	
관측값		-.393	-.469	-.312
교정값	0	-.393	-.469	-.312

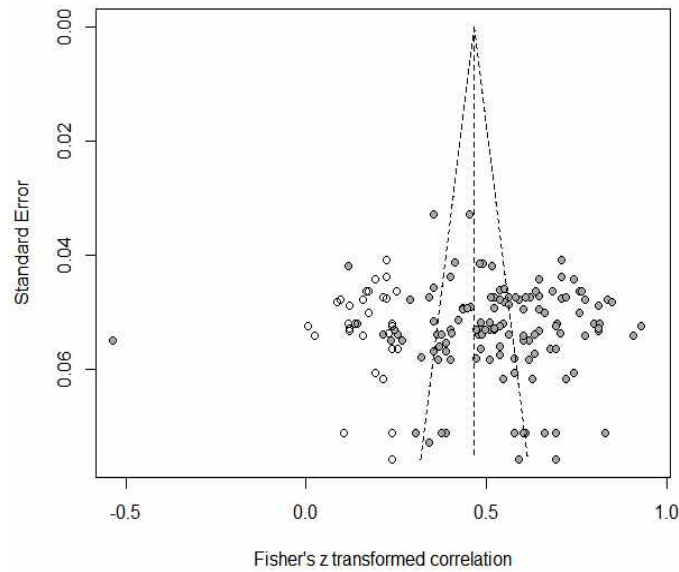
2) 대학생 사회불안 관련 유발변인

깔때기 그림(funnel plot)을 통해 오류가 존재하는지 확인한 결과, [그림 IV-5]에서 보듯이 가운데 기준선을 중심으로 효과크기의 분포가 오른쪽에 조금 더 몰려있는 것으로 나타났다.



[그림 IV-5] 유발변인군의 funnel plot

데이터 오류가 연구결과에 미치는 영향을 살펴보기 위해 Trim and Fill 방법을 이용하여 깔때기 그림(funnel plot)의 비대칭을 대칭으로 교정하였다[그림 IV-6]. 그림에서 하얀색 동그라미는 교정 값(Adjusted values)으로 추가된 가상의 효과크기를 의미한다.



[그림 IV-6] 유발변인군의 교정 후 funnel plot

<표IV-12>와 같이 교정 후 30개의 값이 삽입되었다. 이를 삽입하여 추정된 효과크기는 .436으로 기존의 효과크기 .492와 일치하지는 않지만 그 차이가 적으므로 연구 결과에 영향을 미칠 만큼의 편향은 없는 것으로 해석할 수 있다.

<표IV-12> Trim and Fill 교정 값

	추가된 연구	ESr	95% CI	
관측값		.492	.466	.517
교정값	30	.436	.407	.464

V. 논의 및 결론

1. 요약 및 논의

본 연구에서는 사회불안 관련 변인들을 확인하고 관련 변인과 대학생 사회불안 간 관계에 대한 효과크기를 확인하고자 대학생 사회불안을 주제로 한 국내 연구들을 대상으로 메타분석을 실시하였다. 2007년부터 2016년 12월까지 최근 10년 간 국내에서 발표된 학술지 논문과 석·박사 학위 논문을 대상으로 하여 총 76편의 논문이 분석에 포함되었고 137개의 효과크기가 사용되었다. 대학생 사회불안과 관련된 변인들의 효과크기를 유발변인과 억제변인으로 나누어 살펴보고, Cohen(1988)의 효과크기 해석 기준에 따라 효과크기를 해석하였다. 또한 평균 효과크기의 동질성을 확인하기 위해 Q값으로 동질성 검증을 하였고, 사회불안 척도 종류, 출판 형태, 출간 연도에 따른 효과크기 차이를 살펴보기 위해 메타 ANOVA와 메타회귀분석을 실시하여 조절효과 분석을 하였다. 마지막으로 메타 분석 결과의 타당성을 저해할 수 있는 출판편향이 있는지 확인하기 위해 깔때기 그림(Funnel plot)과 Trim and Fill 분석법을 통해 출판편향 정도를 확인하였다. 본 연구의 분석 결과를 설정한 연구문제를 중심으로 정리하면 다음과 같다.

첫째, 대학생의 사회불안에 대한 관련 변인으로 총 25개의 변인이 추출되었다. 억제변인으로 자기개념 명확성, 자기자비, 자기제시 기대, 정서표현이 추출되었고, 유발변인으로는 경험회피, 긍정적 평가에 대한 두려움, 내면화된 수치심, 내현적 자기애, 부적응적 인지적 정서조절 전략, 부적응적 자기초점적 주의, 부정적 평가에 대한 두려움, 부정적인 사회적 자기개념, 사회부과 완벽주의, 사후반추사고, 역기능적 신념, 완벽주의적 자기제시, 우울, 자기불일치, 자기제시 동기, 정서조절곤란, 정서표현 양가성, 성인애착불안, 성인애착회피, 평가염려 완벽주의, 행동억제가 추출되었다. 억제변인으로 4개의 변인이 추출된 데 반해 유발변인으로는 21개의 변인이 추출되어 대학생 사회불안 억제변인보다는 유발변인에 연구의 관심이 몰려 있음을 수 있었으며, 많은 연구가 사회불안과 개인내적 변인과의 관

계를 살펴보는 데 치우쳐져 있음을 확인할 수 있었다. 최근 진행되고 있는 많은 연구들은 위험상황에 성공적으로 대처하고 고위험에서도 잘 회복해나가는 적응 유연성(resilience)을 가진 집단이 있음을 이야기하며, 문제나 위험요인에 대한 면역을 증대시키고 위험요인의 영향을 최소화하는 개인적 및 환경적 보호요인이 있음을 밝히고 있다(Coie et al., 1993; Fraser et al., 1999). 따라서 대학생의 사회불안과 관련해서도 사회불안의 유발을 예방하고 증상의 심화를 억제하는 다양한 변인들에 대한 연구가 더욱 이루어져야 할 것이다.

한편, 대학생 사회불안과 부모양육태도와 관련된성을 탐색한 연구가 상당히 이루어졌음에도 불구하고 부모양육태도의 척도가 일관되지 않고, 같은 척도를 사용하여도 부모의 양육태도를 단일 변인으로 사용하거나 부와 모의 양육태도를 각각의 변인으로 제시하는 등 제시방법이 달라 본 연구의 분석에 포함되지 못하였다. 아동·청소년의 사회불안 관련 변인에 대한 메타분석을 실시한 석지은(2018)의 연구에서는 아동·청소년의 사회불안에 부모양육태도 및 부모의 심리적 통제가 중간효과크기를 갖는 것으로 나타났다. 연구 대상의 상이함으로 석지은(2018)의 연구를 그대로 가져와 이해하기에는 한계가 있겠지만, 부모양육태도 및 부모의 심리적 통제도 사회불안을 설명하는 주요 변인임을 확인할 수 있다. 이 밖에도 외상경험과 관련한 연구도 4편이 있었지만 각 연구에서 측정하는 외상경험이 다르고 사용하는 척도가 달라 통합할 수 없었다. 또한, 대학생 사회불안과 성인애착과의 관계를 살펴본 연구는 일부만 분석에 포함되어 실제로는 더 많은 연구가 이루어졌음을 밝힌다. 대학생 사회불안과 성인애착과의 관계를 살펴본 논문은 총 8편이었으나, 각 연구에서 사용한 척도마다 상이한 하위유형을 가지고 있어 동일한 척도를 사용한 5편의 연구 결과만이 메타분석에 포함되었다. 본 연구의 분석에는 포함되지 않았지만 부모와의 관계 또는 아동기 가족 경험에서 기인하는 변인들도 사회불안과 관련하여 많은 연구가 이루어지고 있었다.

둘째, 대학생 사회불안과 관련된 억제변인군의 효과크기는 $-.393$ 으로 중간효과크기를 가진 것으로 나타났다. 대학생 사회불안 유발변인별 효과크기를 살펴보면 자기제시 기대($-.468$), 자기개념 명확성($-.464$), 자기자비($-.417$)가 중간효과크기를 가진 것으로 나타났다. 정서표현($-.177$)은 작은 효과크기를 가진 것으로 나타났다는데, 정서표현의 경우 서은란(2011)의 연구 결과만을 포함하므로 연구 결과

해석에 유의할 필요가 있다. 이와 같은 결과는 대학생의 사회불안을 억제하고 보호하는 데에 자기의 이해와 수용, 효능감이 중요한 요인임을 시사하며, 사회불안이 높은 사람들은 부정적인 자기개념을 갖는 반면(오은혜, 노상선, 조용래, 2009; Glass, Merluzzi, Bievr & Larse, 1982), 긍정적인 사고는 적은 것으로 나타난 (Glass & Arnkoff, 1994) 선행연구들과 맥을 같이 한다. 따라서 대학생의 사회불안을 감소시키고 예방하는 데 있어서 자기개념의 이해와 자아존중감을 발달시키는 프로그램이 지속적으로 개발되고 적용되어야 할 것이다.

셋째, 대학생 사회불안과 관련된 유발변인군의 효과크기는 .492로 큰 효과크기를 가진 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생 사회불안을 종속변인으로 하고 대학생 사회불안을 억제하는 변인들을 독립변인으로 하는 연구들이 대학생 사회불안과 관련하여 의미있는 결과들을 나타냈음을 보여준다. 대학생 사회불안 유발변인의 효과크기를 살펴보면 큰 효과크기를 가진 변인으로 17개 변인이 추출되었다. 내면화된 수치심(.592)이 가장 높게 나타났으며, 내현적 자기에(.579), 부정적 자기초점적 주의(.572), 부정적인 사회적 자기개념(.560), 긍정적 평가에 대한 두려움(.556), 사후반추사고(.529), 역기능적 신념(.528), 평가염려 완벽주의(.503), 정서표현양가성(.496), 행동억제(.492), 정서조절곤란(.491), 성인애착회피(.471), 성인애착불안(.468), 부정적 평가에 대한 두려움(.463), 경험회피(.455), 자기불일치(.427), 우울(.414)이 큰 효과크기를 가진 것으로 확인되었다. 다음으로 사회부과 완벽주의(.393), 부정적 인지적 정서조절 전략(.353), 완벽주의적 자기제시(.327), 자기제시 동기(.262)는 중간효과크기를 보이는 것으로 나타났다. 한편, 부정적 평가에 대한 두려움은 사회불안과 정적 상관을 가지며 사회불안을 유발하는 변인으로 제시되었으나, 서은관(2011)의 연구에서 부적 상관의 효과크기가 제시되었다. 즉, 부정적 평가에 대한 두려움의 효과크기에서 상반된 연구결과가 발견되었으므로 연구 결과 해석에 유의할 필요가 있다.

사회불안의 유발 변인 중 내면화된 수치심과 내현적 자기가 각각 첫 번째, 두 번째로 큰 효과크기를 갖는 것으로 나타났다. 여러 이론가들은 수치심이 자기에에 중요한 정서적 경험이라고 하였다(Kernberg, 1970; Kohut, 1971; Morrison, 1983). Morrison(1983)은 자기에적 성격에서 수치심은 실패와 결점에 대한 정서적 반응이라고 하였고, 내면화된 수치심 측정도구를 변안 및 타당화한 이인숙과

최해림(2005)에서는 과민성 자기에, 즉 내현적 자기에의 하위 요인과 내면화된 수치심이 유의미한 정적 상관을 갖는 것으로 나타났다. 두 변인은 낮은 자존감과 더불어 타인의 반응, 특히 부정적이고 비판적인 평가에 민감하다는 공통점을 갖는다(김민경, 현명호, 2013; 박세란, 신민섭, 이훈진, 2005; 한수정, 권석만, 2000; Cooper, 1998, Hendin & Cheek, 1997; Kaufman, 1989). 또한, 내면화된 수치심과 내현적 자기에는 서로 상호작용하며 사회불안에 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(김성주, 이영순, 2015). Tangney(1991)는 수치심의 이면에 존재하는 자기에 적 욕구가 좌절되었을 때 수치심의 정서경험이 유발되며, 수치심의 경험은 다시 자기에 적 좌절에 대한 취약성을 증가시킨다고 하였고, 김성주와 이영순(2015)의 연구와 한해림(2004)의 연구에서 내현적 자기에 성향이 수치심 경향성을 증가시키며, 이러한 수치심 경향성이 사회불안을 경험할 가능성을 높이는 것으로 나타났다.

대학생의 사회불안에 영향을 미치는 유발변인들을 살펴보면, 사회불안을 효과적으로 설명하는 것으로 각광 받고 있는 인지모델의 영향으로 인해 부정적 사고와 정보처리 과정에서의 편향 및 왜곡에 관련하는 변인들에 대한 연구가 많이 이루어졌음을 확인할 수 있다. 또한, 주의와 해석의 과정에서 발생하는 인지적 편향과 관련하는 변인들이 큰 효과크기를 갖는 것으로 나타났다. 유발변인 중 큰 효과크기를 갖는 변인들을 살펴보면, 상당수가 부정적 자기개념과 유사하거나 그에 기인하는 변인이며, 타인의 평가와 반응에 대한 민감성과 취약성과 관련됨을 알 수 있다. 여러 인지적 접근들 간에 사회불안의 원인을 구체적으로 설명하는 데에는 서로 약간의 차이가 있으나, 대체로 많은 연구자들이 부정적인 자기개념을 사회불안의 주요한 요인 중 하나로 간주 하고 있다(김은정, 1999; 조용래, 1998; Clark & Wells, 1995; Higgins, 1987). 본 연구의 결과는 이러한 인지적 접근이 국내 대학생의 사회불안 유발 요인을 유의미하게 설명하고 있음을 의미한다.

넷째, 조절효과분석에서는 사회불안 척도, 출간 형태, 출판 연도를 조절변수로 설정하여 메타ANOVA와 메타회귀분석을 실시하였다. 사회불안 척도와 출간 형태는 대학생 사회불안 관련 억제변인군과 유발변인군의 이질성을 설명하지 못하는 것으로 나타났다. 출판 연도에 따른 대학생 사회불안 관련 억제변인군의 효과

크기 변화는 최근의 연구물일수록 유의하게 증가하였으며, 유발변인군의 효과크기는 유의하지 않았다. 그러나 출판연도의 따른 억제변인군의 변화에 대한 회귀식 기울기의 설명력이 작아 조절변수가 연구 간 이질성을 충분히 설명한다고 보기 어렵다.

이상의 결과를 바탕으로 한 본 연구에 대한 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 지난 10년간의 대학생 사회불안과 관련 변인의 관계에 대한 선행연구들을 메타분석하고 평균 효과크기를 확인하였다. 이는 기존의 상이한 연구 결과들을 하나의 양적인 결론으로 종합하였다는 점에서 의의가 있다.

둘째, 본 연구는 2007년부터 2016년까지 최근 10년간 발간된 국내 논문을 대상으로 분석을 진행하였다. 그러므로 본 연구는 대학생을 대상으로 한 사회불안의 국내 연구 동향에 대한 정보를 제공하는 기능을 가진다. 또한, 사회불안과 관련하는 주요 변인들의 효과크기에 대한 정보를 제공함으로써 추후 연구 문제를 효율적으로 제시할 수 있다는 점에서 의의가 있다.

셋째, 본 연구는 사회불안과 관련한 것으로 주요하게 다루어지고 있는 변인들의 평균 효과크기를 제시함으로써 상담 개입 전략 및 프로그램 개발을 위한 근거자료를 제공하였다는 데 의의가 있다.

2. 제한점 및 제언

본 연구가 갖는 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 대학생 사회불안 관련 변인들에 대한 메타분석을 위해 최근 10년 간 발간된 학술지 및 학위논문을 대상으로 하였으나, 일부 변인들의 경우 메타분석이 이루어지기에 연구물 수가 충분하지 않아 분석에서 배제되었다. 또한, Borenstein 등(2009)은 평균 효과크기 산출을 위해 최소 5개 이상의 연구물이나 효과크기 개수가 있어야 신뢰로운 결과를 도출할 수 있다고 권고하였는데, 본 연구에서는 효과크기 산출을 위한 효과크기 개수를 3개 이상으로 설정하여 분석하였으므로 일부 변인은 연구물 수가 매우 적었다. 메타분석은 이미 행해진 개별 연구들을 대상으로 하는 연구방법이기 때문에 변인별로 효과크기 계산에 사용된

연구물들에 차이가 있었음을 밝힌다. 그러나 한편으로 이 점은 앞으로 어떤 방향으로 연구가 진행되어야 하는지에 대한 정보를 제공하기도 한다. 본 연구에서는 사회불안 억제변인에 대한 연구가 부족하여 대학생 사회불안과 억제변인 간의 관계에 대한 일반적 경향을 파악하는데 어려움이 있었다. 또한 대학생 사회불안 관련 변인에 대한 연구들이 사회불안과 개인의 심리내적인 변인과의 관계를 살펴보는 데 치중되어 있어, 사회불안과 환경적 차원의 변인과의 관계를 살펴보기에는 한계가 있었다. 따라서 사회불안과 관련해서도 사회불안을 유발 및 지속시키는 요인 뿐 아니라 사회불안을 억제 및 예방해주는 변인에 대한 후속 연구가 다양한 차원에서 이루어져야 할 것이다.

둘째, 국내에는 대학생 사회불안 관련 변인을 주제로 한 선행연구들을 정리한 체계적인 문헌고찰이나 메타분석 연구가 존재하지 않아, 본 연구에서는 대학생 사회불안 관련 변인을 종합적으로 살펴보고 억제변인과 유발변인으로 구분하였다. 그러나 이러한 범주의 구분은 다소 임의적일 수 있다. 또한, 대학생 사회불안을 종속변인으로 하고 대학생의 사회불안에 영향을 미치는 변인을 독립변인으로 한 연구만을 메타분석의 대상으로 취하였지만, 상관계수에 기초하여 분석이 이루어졌기 때문에 인과적 해석에는 무리가 있을 수 있다. 후속 연구에서는 보다 명확한 이론적 혹은 경험적 기준을 가지고 변인을 분류하는 작업이 필요할 것이다.

셋째, 본 연구에서는 사회불안 척도, 출간형태, 출판연도를 조절변인으로 설정하여 조절효과를 분석하였으나 효과크기의 이질성을 충분히 설명하지 못하였다. 따라서 후속연구에서는 관련 변인군의 이질성을 더 잘 설명할 수 있는 조절변인이 무엇인지 추가적으로 탐색할 필요가 있다. 또한, 최근 연구일수록 대학생 사회불안에 대한 억제변인의 효과크기가 증가하는 것으로 나타났는데, 이후 연구의 축적 또는 중단연구를 통해 변인들의 관계에 대한 변화 추이와 원인을 확인해야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 강현 (2015). 메타분석에서 통계학적 고려사항들. **Hanyang Medical Reviews**, 35(1), 23-32.
- 권석만 (2013). **현대 이상심리학**. 2판. 서울: 학지사.
- 권정혜 (2007). 사회공포증 인지행동치료의 최근동향. **인지행동치료**, 7(1), 1-15.
- 권정혜, 이정윤, 조선미 (1998). **수줍음도 지나치면 병**. 서울: 학지사.
- 김나경, 양난미 (2016). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 거부민감성과 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과. **상담학연구**, 17(2), 217-238.
- 김남재 (2000). 대인불안과 사회적 자기 불일치. **한국심리학회지: 임상**, 19(3), 473-483.
- 김남재 (2004). 자기제시 동기와 대인간 평가가 사회불안에 미치는 영향. **한국심리학회지: 임상**, 23(3), 677-695.
- 김남재 (1999). **대인불안에 대한 자기제시 동기와 자기제시 기대의 관계**. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김달호, 장은진, 황진섭 (2016). **R과 WinBUGS를 이용한 메타분석**. 2판. 경기: 자유아카데미.
- 김민경, 현명호 (2013). 내면화된 수치심과 사회불안의 관계에서 자기제시동기, 자기제시기대 및 정서표현갈등의 매개효과: 대학생을 중심으로. **한국심리학회지: 임상**, 32(1), 161-176.
- 김보영, 이정숙 (2009). 청소년 자살생각 관련변인에 관한 메타분석. **한국간호학회지**, 39(5), 651-661.
- 김성주, 이영순 (2015). 대학생의 내현적 자기애와 사회불안의 관계: 평가염려 완벽주의, 부정평가에 대한 두려움, 내면화된 수치심의 매개효과. **상담학연구**, 16(1), 199-216.
- 김성주, 이영순 (2016). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계. **재활심리연구**, 23(4), 759-782.
- 김수진, 정종원 (2015). 초등학교폭력 가해 관련변인에 대한 국내연구 메타분석.

- 교육방법연구, 27(4), 601-626.
- 김은정 (1999). **사회공포증의 사회적 자기처리 및 안전행동**. 서울대학교 박사학위논문.
- 김은정 (2016). **이상심리학 시리즈(7)-사회불안장애**. 학지사.
- 김은혜, 장문선, 조현춘 (2014). 성인애착과 사회불안의 관계에서 취약성과 내현적 자기애의 매개효과. **가족과 상담**, 4(1), 35-57.
- 김정호, 조용래, 이민규. (2000). 사회불안과 우울의 자기개념에 대한 비교. **한국심리학회지: 임상**, 19(1), 1-15.
- 김혁곤 (1992). **대학생의 사회적 불안 감소를 위한 집단상담 프로그램의 효과**. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 김현수, 양재원 (2017). 사회불안장애의 근거기반치료. **한국심리학회**, 36(4), 470-493.
- 김형태, 이시형 (1987). 사회공포증의 유형별 임상고찰. **신경정신의학**, 26(3), 517-524.
- 김해선 (2016). 대학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 경험회피의 매개효과. **청소년학연구**, 23(9), 107-126.
- 김화영, 박기환 (2015). 부정적 및 긍정적 평가에 대한 두려움과 사회불안의 관계에서 재확인 추구의 매개효과, **인지행동치료**, 15(1), 137-153.
- 나하영, 신태섭 (2016). 대학생의 내현적 자기애와 사회적 상호작용 불안의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 28(3), 695-717.
- 노우빈, 홍혜영 (2016). 대학생의 내현적 자기애가 관계적 공격성에 미치는 영향 : 자존감과 사회불안의 매개효과 분석. **통합치료연구**, 7(2), 81-102
- 문동규, 김영희 (2011). 청소년의 자살생각과 관련된 유발변인의 메타회귀분석. **상담학연구**, 12(3), 945-964.
- 박기환 (2017). 사회불안의 이해와 치료. **인간연구**, 34, 7-31.
- 박세란, 신민섭, 이훈진 (2005). 외현적, 내현적 자기애의 자기 평가와 정서 특성. **한국심리학회지: 임상**, 24(2), 255-266.
- 박지연, 양남미. (2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 사회불안의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 26(2), 363-388.

- 보건복지부 (2017). **2016년도 정신질환실태 역학조사**.
- 석지은 (2018). **아동·청소년의 사회불안의 위험요인과 보호요인에 관한 메타분석**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 손은경, 권해수 (2014). 대학생의 내현적 자기애와 사회불안의 관계에서 자기개념 명료성의 매개 효과. **청소년시설환경**, 12(4), 153-161.
- 심의보 (2015). **학교 부적응에 관련된 변인의 메타분석 : 유발 변인과 억제 변인을 중심으로**. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 안세영, 김종학, 최보영 (2015). 대학생 자살생각 관련변인에 대한 메타분석. **한국심리학회지: 학교**, 12(3), 385-405.
- 오강섭, 허묘연, 이시형 (1999). 대인불안과 사회문화적 요인의 상관관계. **신경정신의학**, 38(1), 64-76.
- 오성삼 (2002). **메타분석의 이론과 실제**. 서울: 건국대학교출판부.
- 오은혜, 노상선, 조용례 (2009). 부정적인 사회적 자기 개념과 정서조절곤란이 대학생의 사회불안에 미치는 영향. **인지행동치료**, 9(1), 75-89.
- 옥주희, 김은정 (2015). 부정적 자기개념과 자기개념 명확성이 사회불안에 미치는 영향 : 부적응적 자기초점적 주의의 매개효과. **인지행동치료**, 15(3), 619-637.
- 이강아, 홍혜영 (2013). 대학생의 공적 자의식과 사회불안의 관계에서 부정적 평가에 대한 두려움과 긍정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. **상담학연구**, 14(4), 2271-2290.
- 이경희, 홍혜영 (2015). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향 - 부정적 평가에 대한 두려움과 긍정적 평가에 대한 두려움의 매개효과 -. **청소년시설환경**, 13(4), 101-114.
- 이동귀, 배병훈, 함경애, 천영아 (2015). 완벽주의와 우울의 관계. **한국심리학회지: 일반**, 34(1), 305-333.
- 이명자 (2006). 청소년의 자아정체감 형성의 관련 변인에 대한 메타분석. **한국발육발달학회지**, 14(1), 51-60.
- 이병관, 손영곤 (2016). 메타분석 결과에서 통계적 오류의 영향: 헤지스·올킨 방법과 헨터·슈미트 방법의 비교 분석. **헬스커뮤니케이션연구**, 15, 47-97.

- 이성원, 양난미 (2014). 대학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계에서 내면화된 수치심과 정서표현 양가성의 매개효과. **상담학연구**, 16(4), 225-244.
- 이시형, 신영철, 오강섭 (1994). 사회공포증에 관한 10년간의 임상연구. **신경정신의학**, 33(2), 305-312.
- 이시형, 오강섭, 이성희 (1991). 사회공포증의 임상고찰(4) - 가해의식을 동반한 아형. **신경정신의학**, 30(6), 1004-1013.
- 이연규, 최한나 (2013). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 대인존재감과 내면화된 수치심의 매개효과. **인간연구**, 34(2), 21-42.
- 이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심 척도(ISS)의 타당화 연구 - 애착, 과민성 자기애, 외로움과의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 17(3), 651-670.
- 이정윤, 최정훈 (1997). 한국판 사회공포증 척도(D-SADS, K-FNE)의 신뢰도 및 타당도 연구. **한국심리학회지: 임상**, 16(2), 251-264.
- 이지영 (2005). 자기초점적 주의 성향 척도의 개발: 사회적 상황을 중심으로. **한국심리학회지: 임상**, 24(2), 451-464.
- 이현주 (2008). 대학생의 성별 및 사회불안 수준에 따른 진로개방성, 진로탐색활동, 진로 정체감의 차이. **교육학연구**, 46(1), 79-99.
- 정선태, 홍혜영 (2016). 자기불일치가 사회불안에 미치는 영향에서 자존감 유형의 조절효과. **청소년학연구**, 23(9), 1-25.
- 조영미, 이희경 (2013). 성인애착과 사회불안의 관계: 기본 심리적 욕구 만족과 경험적 회피의 매개효과. **한국상담학회**, 14(2), 1227-1245.
- 조용래, 원호택 (1997). 대인불안에 대한 인지적 평가: 사회적 상호작용에 대한 자기효능감 척도의 개발과 타당화에 관한 연구. **심리학의 연구문제**, 4, 397-434.
- 조윤주, 박장희 (2005). 대학생의 개체화유형과 대인관계문제에 관한 연구. **인간발달연구**, 12(3), 89-108.
- 최유연, 손정락 (2012). 긍정심리치료가 사회공포증 경향이 있는 대학생의 사회불안 낙관성 및 주관적 안녕감에 미치는 영향. **한국심리학회지: 건강**,

- 17(3), 573-588.
- 최인선, 최한나 (2013). 내현적 자기애가 사회불안에 미치는 영향: 내면화된 수치심과 사회적 자기효능감의 매개효과. **상담학연구**, 14(5), 2799-2815.
- 최정훈, 이정운 (1994). 사회적 불안에서의 비합리적 신념과 상황요인. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 6, 21-47.
- 하창순, 박주하. (2011). 정서표현갈등과 대인불안 및 주관적 안녕감과의 관계. **인간연구**, (22), 173-197.
- 한수정, 권석만 (2010). 자기애자의 자기관련 정보에 대한 지각적 민감성. **한국심리학회지: 임상**, 29(4), 1135-1143.
- 한혜림 (2004). 자기애가 사회불안에 미치는 영향: 수치심 경향성을 매개변인으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 허재홍, 오충광 (2015). 대학생 집단에서 수치와 사회불안의 관계 -자기개념명확성의 매개효과-. **상담학연구**, 16(6), 337-350.
- 허재홍, 조용래 (2005). 자기 불일치와 사회불안이 대학생의 학업적응에 미치는 영향. **한국인지행동치료학회**, 5(2), 85-100.
- 홍영근, 이경숙 (2013). 사회공포 및 사회불안 관련 변인에 관한 메타분석: 2011년에서 2013년 연구를 중심으로. **정서·행동장애연구**, 29(4), 295-310.
- 홍익대학교 학생상담센터 (2009). 홍익대학교 학생 실태 조사 연구. **홍익대학교 학생생활연구**.
- 황성동 (2015). **R을 이용한 메타분석**. 서울: 학지사.
- 황성동 (2016). 메타분석에 있어서 출간오류 : 의미와 분석. **인간발달연구** 23(1), 1-19.
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Alden, L. E., & Wallace, S. T. (1995). Social phobia and social appraisal in successful and unsuccessful social interactions. *Behaviour Research and Therapy*, 33, 497-505.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders(5th ed)*. 서울: 학지사.

- Amies, P. L., Gelder, M. G., & Shaw, P. M. (1983). Social phobia: A comparative clinical study. *British Journal of Psychiatry*, *142*, 174-179.
- Beidel, D., Turner, S., Sranley, M., & Dancu, C. (1989). The Social Phobia and Anxiety Inventor: concurrent and external validity. *Behavior Therapy*, *20*, 417-427.
- Bellack, A. S., & Hersen, M. (1979). *Research and practice in social skills training*. New York: Plenum.
- Borenstein, M. Hedges, L. V., Higgins, J. P., & Rothstein, H. R. (2009). *Introduction to meta-analysis*. Chichester, UK:Wiley.
- Bowlby J. (1973). *Separation: Anxiety & Anger. Attachment and Loss*, *2*. Hogarth Press.
- Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1998). Attachment style and personality disorders: Their connections to each other and to parental divorce, parental death, and perceptions of parental caregiving. *Journal of Personality*, *66*(5), 835-878.
- Bruch, M. A., & Heimberg, R. G. (1994). Differences in perceptions of parental and persinal characteristics between generalized and nongeneralized social phobics. *Journal of Anxiety Disorders*, *8*, 155-168.
- Buck, R. (1984). *The communication of emotion*. New York: Guilford Press.
- Burns, D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 34-51.
- Campbell, J. D. (1990). Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, *53*(3), 583-549.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1982). An Information-Processing Perspective on Self management. In P. Karoly and F. Kanfer(Eds.) *Self-Management and Behavior Change: From Theory to Practice*, 93-128. NewYork: Pergamon Press.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G.

- Heimberg, M. Liebowitz, D. Hope, & F. Schneier(Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment*, 69-93. New York: Guilford Press.
- Clark, J. V., & Arkwitz, H. (1975). Social anxiety and self-evaluation of interpersonal performance. *Psychological Report*, *36*, 211-221.
- Glass, C. R., & Arnkoff. B. B. (1982). Validity issues in self-statement measures of social phobia and social anxiety. *Behavior Research and Therapy*, *32*, 255-267.
- Glass, C. R., Merluzzi, T. V., Biever, J., & Larsen, K. H. (1982). Cognitive assessment of social anxiety: Development and validation of a self-statement questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, *6*, 37-55.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. New York: Academic Press.
- Cook, D. R. (2001). *Internalized Shame Scale: Technical manual*. New York: Multi Health System Inc.
- Cooper, A. (1998). Further development in the clinical diagnosis of narcissistic personality disorder. In E. Ronningstam(Eds.), *Disorders of narcissism: Diagnostic, Clinical, and empirical implications*. Washington, D. C.: American Psychiatric Press, Inc.
- Cooper, H. M. (2016). *Research Synthesis and Meta-analysis: A step-by-step approach*. (5th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Crozier, W. R., & Alden, L. E. (2001). *International handbook of social anxiety: concepts, research and interventions relating to the self and shyness*. Chichester: Wiley.
- Curranm J. P. (1977). Sjills Training as an approach ot the treatment of heterosexual-social anxiety. *Psychological Bulletin*, *89*, 140-157.
- Dadds, M. R., Barrett, P. M., Rapee, R. M., & Ryan, A. (1996). Family process and child anxiety and aggression: An observational analysis.

Journal of Abnormal Child Psychology, 24, 715-734.

- Danu, A., Joanne, V., & Juliana, R. (2008). In search of clarity: self-esteem and domains of confidence and confusion. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(11), 1541-1555.
- Darby, W. B., & Schlenker, B. R. (1986). Children's understanding of social anxiety. *Developmental Psychology*, 22, 633-639.
- Davidson, J. R., Hughes, D. L., George, L. K., & Blazer, D. G. (1993). The epidemiology of social phobia: Findings from the Duke Epidemiological Catchment Area Study. *Psychological Medicine*, 23, 709-718.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Willams, M., & Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 437-453.
- Duval, S., & Tweedie, R. (2000). Trim and fill: A simple funnel-plot-based method of testing and adjusting for publication bias in meta-analysis, *Biometrics*, 56, 455-463.
- Erwin, B. A., Turk, C. L., Heimberg, R. G., Fresco, D. M., & Hantula, D. A. (2004). The Internet: home to a severe population of individuals with social anxiety disorder? *Journal of Anxiety Disorders*, 18, 629-646.
- Essau, C., Conradt, J., & Peterman, F. (1999). Frequency and co-morbidity of social phobia and social fears in adolescents. *Behavior Research and Therapy*, 37, 831-843.
- Fresco, D. M., Erwin, B. A., Heimberg, R. G. & Turk, C. L. (2000). Social and specific phobias. In M. Gelder, N. Andreasen, & J. Lopez-Ibor (Eds.), *New Oxford textbook of psychiatry*(794-807). Oxford University Press.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.

- Glass, G. (1976). *Primary, Secondary, and meta-analysis in Social Research*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press.
- Hayward, C., Killen, J. D., Kraemer, H. C., & Taylor, C. B. (1998). Linking self-reported behavioral inhibition to adolescent social phobia. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 37*, 1308-1316.
- Heimberg, R. G. & Magee, L. (2014). "Social Anxiety Disorder", in D. H. Barlow(ed.), *Clinical Handbook of Psychological Disorders*, New York: The Guilford Press, 114-154.
- Heinrichs, N., Rapee, R. M., Alden, L. A., Bögels, S., Hofmann, S. G., Ja Oh, K., & Sakano, Y. (2006). Cultural differences in perceived social norms and social anxiety. *Behaviour research and therapy, 44*, 1187-1197.
- Hendin, H. M, & Cheek, J . M. (1997). Assessing hypersensitivity narcissism: Areexamination of Murray's Narcism Scale. *Journal of Research In Personality, 31*, 588-599.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social context: Conceptualization, assessment and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 456- 470.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(6), 1303-1325.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review, 94*, 319-340.

- Higgins, J., & Green, S. (eds.) (2011). *Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions Version 5.1.0, The Cochrane Collaboration*. Retrieved December from <http://handbook.cochrane.org>.
- Hope, D. A., Gansler, A. D., & Heimberg, R. G. (1989). Attentional focus and casual attributions in social phobia: Implications from social psychology. *Clinical Psychology Review, 9*, 49-6
- Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychological Bulletin, 107*, 156-176.
- Kaufman, G. (1989). *The Psychology of shame: Theory and treatment of shame-based syndromes*. New York: Springer Publishing Company Inc.
- Kernberg, O. F. (1970). Factors in the psychoanalytic treatment of narcissistic personalities. *Journal of the American Psychoanalytic Association, 18*, 51-85.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 864-877.
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press.
- Leary, M. R. & Kowalski, R. M. (1995). *Social anxiety*. New York: Guilford Press.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Allen, A. B., & Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: The implications of treating oneself kindly. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*, 887-904.
- Marks, I. M., & Gelder, M. (1996). Different ages of onset in varieties of phobia. *American Journal of Psychiatry, 123*, 218-221.
- McEwan, K. I., & Devins, G. M. (1983). Is increased arousal on social anxiety noticed by others? *Journal of Abnormal Psychology, 92*, 417-421.

- Mennin, D. S., Holaway, R. M., Fresco, D. M., Moore, M. T., & Heimberg, R. G. (2007). Delineating components of emotion and its dysregulation in anxiety and mood Psychopathology. *Behavior Therapy, 38*, 284-302.
- Mineka, S., & Zinberg, R. (1995). Conditioning and ethological models of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Leibowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneider(Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment*. New York: Guilford Press.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G., (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLoS Med, 6*(6).
- Morrison, A. P. (1983). Shame, the ideal self, and narcissism. *Contemporary Psychoanalysis, 19*, 295-318.
- Moscovitch, D. A., Orr, E., Rowa, K., Reimer, S. G., & Antony, M. M. (2009). In the absence of rose-colored glasses: ratings of self-attributes and their differential certainty and importance across multiple dimensions in social phobia. *Behaviour Research and Therapy, 47*, 66-77
- Moscobitch, D. A., Suvak, M. K, & Hofmann, S. G. (2010). Emotional response patterns during social threat in individuals with generalized social anxiety disorder and non-anxious controls. *Journal of Anxiety Disorders, 24*, 785-791.
- Neff, K. D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity, 2*, 85-102.
- Pilkonis, P. A., & Zimbardo, P. G. (1979). The person and social dynamics of shyness. In C. E. Izard(Ed.), *Emotions in personality and psychopathology*. New York: Plenum.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A model of social phobia. *Behavior Research and Therapy, 35*, 740-786.
- Reich, J., & Yater, W. (1988). Family history of psychiatric disorder in social phobia. *Comprehensive Psychiatry, 29*, 72-75.

- Rosenthal, R., & Rosnow, R. L. (1991). *Essentials of behavioral research: Methods and data analysis(2nd ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Salovey, P., & Grewal, D. (2005). The science of emotional intelligence. *Current Direction in Psychology Science, 14*, 281-285.
- Schreier, S. S., Heinrichs, N., Alden, L., Rapee, R. M., Hofmann, S. G., Chen, J., & Bögels, S. (2010). Social anxiety and social norms in individualistic and collectivistic countries. *Depression and Anxiety, 27*, 1128-1134.
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization model. *Psychological Bulletin, 92*(3), 641-668.
- Schneier F. R., Johnson, J., Hornig, C. D., Liebowitz, M. R., & Weissman, M. M. (1992). Social phobia: Comorbidity and morbidity in an epidemiological sample. *Archives of General Psychiatry, 49*, 282-288.
- Schwartz, C. E., & Snidman, N., Kagan, J. (1999). Adolescent social anxiety as an outcome of inhibited temperament in childhood. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 38*, 1008-1015.
- Stein, M. B., Wallker, J. R., & Forde, D. R. (1996). Public speaking fears in a community sample: Prevalence impact on functioning and diagnostic classification. *Archives of General Psychiatry, 53*, 169-174.
- Strahan, E. Y. (2003). The effects of social anxiety and social skills on academic performance. *Personality and Individual Differences, 34*, 347-366.
- Strauman, T. J. (1989). Self-discrepancies in clinical depression and social phobia: Cognitive structures that underlie emotional disorders? *Journal of Abnormal Psychology, 98*, 14-22.
- Tangney, J. P. (1991). Moral affect: The good, the bad, and the ugly. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 598-607.
- Torgersen, S. (1979). The nature and origin of common phobic fears. *British*

- Journal of Psychiatry*, 134, 343-351.
- Truk, C. L., Heimberg, R. G., Fresco, D. M. (2005). Emotion dysregulation in generalized anxiety disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 89-106.
- Vertue, F. M. (2003). From adaptive emotion to dysfunction: an attachment perspective on social anxiety disorder. *Personality and Social Psychology Review*, 7, 170-191.
- Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Rodebaugh, T. L., & Norton, P. J. (2008). Exploring the relationship between fear of positive evaluation and social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(3), 386-400.
- Wilson, J. K., & Rapee, R. M. (2006). Self-concept certainty in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 44(1), 113-136.
- Zautra, A., Smith, B. & Affleck, G. (2001). Examinations of chronic pain and affect relationships: applications of a dynamic model of affect. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69, 786-795.

부록 1. 분석에 포함된 논문 목록

- 곽새롬 (2016). 긍정적 및 부정적 평가에 대한 두려움이 사회불안증상에 미치는 영향 : 사회적 사건의 긍정결과 가치절하와 부정결과 파국화의 매개효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김기남 (2016). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 거부민감성과 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김나경, 양난미 (2016). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 거부민감성과 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과. **상담학연구**, 17(2), 217-238.
- 김나예 (2012). 완벽주의와 내현적 자기애가 부정적 평가두려움을 매개로 사회불안에 미치는 영향. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김민찬 (2015). 아동·청소년기의 복합의상경험이 대학생의 사회불안에 미치는 영향 : 경험회피와 부정적 자동사고의 매개효과. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김병직, 이동귀, 이희경 (2012). 사회부과 완벽주의 및 자기지향 완벽주의와 우울간의 매개변인 탐색: 사회불안과 반추. **상담학연구**, 13(2), 417-436.
- 김성주, 이영순 (2015). 대학생의 내현적 자기애와 사회불안의 관계: 평가염려 완벽주의, 부정평가에 대한 두려움, 내면화된 수치심의 매개효과. **상담학연구**, 16(1), 199-216.
- 김성주, 이영순 (2016). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계. **재활심리연구**, 23(4), 759-782.
- 김수진 (2015). 사회불안에서 나타나는 해석편향의 원인 탐색 : 행동억제와 부모양육행동의 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김슬기 (2013). 사회부과 완벽주의와 사회불안의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 김유정 (2015). 대학생이 지각하는 부모양육태도와 사회불안의 관계에서 자기불일치의 매개효과. 경성대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김은정 (2016). 대학생이 지각하는 부모 양육 태도와 사회불안의 관계 : 자기분화의 매개효과. 가천대학교 특수치료대학원 석사학위논문.

- 김은혜, 장문선, 조현춘 (2014). 성인애착과 사회불안의 관계에서 취약성과 내현적 자기애의 매개효과. **가족과 상담**, 4(1), 35-57.
- 김종학, 최보영 (2015). 대학생의 신체이미지와 사회불안과의 관계에서 자기효능감의 매개효과. **청소년복지연구**, 17(1), 135-162.
- 김해선 (2016). 대학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안 간의 관계에서 경험회피의 매개효과. **청소년학연구**, 23(9), 107-126.
- 김형수 (2014). 대학생들의 대인관계지향성과 SNS 몰입 간의 관계에서 사회불안의 매개효과. **인간이해**, 35(2), 11-26.
- 김화영, 박기환 (2015). 부정적 및 긍정적 평가에 대한 두려움과 사회불안의 관계에서 재확인 추구의 매개효과, **인지행동치료**, 15(1), 137-153.
- 나하영, 신태섭 (2016). 대학생의 내현적 자기애와 사회적 상호작용 불안의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 28(3), 695-717.
- 노우빈, 홍혜영 (2016). 대학생의 내현적 자기애가 관계적 공격성에 미치는 영향 : 자존감과 사회불안의 매개효과 분석. **통합치료연구**, 7(2), 81-102
- 노효민 (2016). 불확실한 상황에서 정서처리방식이 사회불안에 미치는 영향 : 반추에서의 숙고와 자책의 효과 비교. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 문한국 (2013). 스마트폰 중독과 사회불안의 관계 : 자기몰입의 매개효과. 상지대학교 평화안보상담심리대학원 석사학위논문.
- 박가현 (2013). 자기불일치와 사회불안의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 박민선, 채규만 (2013). 성인애착과 사회불안의 관계: 역기능적 신념과 사회적 자기효능감의 매개효과. **인간이해**, 34(2), 111-129.
- 박선영 (2014). 내현적 자기애 성향군의 자기조절 모형 검증. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 박지연, 양난미. (2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 사회불안의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 26(2), 363-388.
- 박현미 (2011). 대학생의 내면화된 수치심이 사회불안에 미치는 영향. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 백수현 (2012). 완벽주의적 자기제시와 사회적 불안과의 관계에서 정서자각 및 정서표현 양가성의 매개효과. 전북대학교 대학원 석사학위논문

- 변경란 (2015). 부모의 심리적 통제와 행동억제기질이 사회불안에 미치는 영향 : 부정적 자기개념과 타인인정추구의 매개효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 변혜선 (2015). 역기능적 신념이 사회불안에 미치는 영향: 자기 초점적 주의와 안전행동의 매개효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 서은란 (2011). 사회공포증의 심리적 위험요인에 근거한 인지행동 : 정서표현 프로그램의 구성과 효과 검증. 대구가톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 서지수 (2015). 아동기 외상 경험이 대학생의 사회불안에 미치는 영향 : 초기 부적응도식의 매개효과. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 손은경, 권해수 (2014). 대학생의 내현적 자기애와 사회불안의 관계에서 자기개념 명료성의 매개 효과. 청소년시설환경, 12(4), 153-161.
- 신미경 (2015). 대학생의 SNS 중독경향성에 대한 구조모형 검증 : 심리, 사회적 변인과 온라인 상호작용 선호 경향성 및 SNS 이용동기를 중심으로. 인천대학교 대학원 박사학위논문.
- 신선영 (2016). 대학생의 내면화된 수치심 및 자기수용이 사회불안에 미치는 영향. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 심은수, 이봉건 (2016). 자기초점주의와 사회불안의 관계에서 자기자비의 조절효과. 스트레스연구, 24(2), 65-74.
- 안소연 (2016). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성의 매개효과. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 안해연 (2016). 대학생의 평가염려 완벽주의가 수행불안에 미치는 영향 : 자기제시동기와 자기제시기대의 매개효과. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 예수빈 (2015). 지각된 정서적 학대와 사회불안의 관계: 자기자비의 매개효과. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 오수연, 박기환 (2015). 사후반추사고와 사회불안의 관계 : 사고통제방략의 중재효과. 인지행동치료, 14(1), 61-77.
- 오은혜, 노상선, 조용례 (2009). 부정적인 사회적 자기 개념과 정서조절곤란이 대학생의 사회불안에 미치는 영향. 인지행동치료, 9(1), 75-89.

- 옥주희, 김은정 (2015). 부정적 자기개념과 자기개념 명확성이 사회불안에 미치는 영향 : 부적응적 자기초점적 주의의 매개효과. **인지행동치료**, 15(3), 619-637.
- 유승재 (2014). 자기몰입과 사회불안에서 정서조절곤란의 매개효과. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 이가영 (2012). 마음챙김이 사회불안과 사후반추에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이강아, 홍혜영 (2013). 대학생의 공적 자의식과 사회불안의 관계에서 부정적 평가에 대한 두려움과 긍정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. **상담학연구**, 14(4), 2271-2290.
- 이경희, 홍혜영 (2015). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향 - 부정적 평가에 대한 두려움과 긍정적 평가에 대한 두려움의 매개효과 -. **청소년시설환경**, 13(4), 101-114.
- 이기은 (2008). **대학생의 성인애착, 무조건적 자기수용과 사회불안의 관계**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이성원, 양난미 (2014). 대학생의 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계에서 내면화된 수치심과 정서표현 양가성의 매개효과. **상담학연구**, 16(4), 225-244.
- 이수연 (2015). **의상경험과 사후반추사고가 사회불안에 미치는 영향 : 자기자비의 매개효과**. 서울여자대학교 특수치료전문대학원 석사학위논문.
- 이수인 (2015). **비합리적 신념과 사회불안간의 관계에서 경험회피의 매개효과**. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 이연규, 최한나 (2013). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 대인존재감과 내면화된 수치심의 매개효과. **인간연구**, 34(2), 21-42.
- 이지영 (2015). **대학생의 내현적 자기애가 사회불안에 미치는 영향 : 정서조절곤란 및 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과**. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이진경 (2016). **부모-자녀 간 의사소통 방식이 자녀의 사회적 상호작용불안에 미치는 영향 : 정서표현에 대한 부정적 신념을 매개로**. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.

- 이현진 (2016). **대학생의 사회부과 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향 : 자기 효능감과 스트레스 대처방식의 매개효과**. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이혜진 (2013). **대학생의 성인애착과 심리적 부적응의 관계에서 통제노력의 조절 효과 분석**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이호연 (2016). **수치심이 우울과 사회불안에 미치는 영향 : 고통 감내력의 조절효과**. 충북대학교 대학원 석사학위논문.
- 장건희 (2007). **자기애와 자기불일치 및 사회불안의 관계**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 장영호 (2012). **성인애착과 사회불안의 관계에 경험회피의 매개효과**. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 전영주, 박기환 (2011). **긍정적 평가에 대한 두려움과 사회불안의 관계 : 긍정적인 사회적 상황에 대한 해석편향의 매개효과**. **인지행동치료**, 11(2), 59-73.
- 정선태, 홍혜영 (2016). **자기불일치가 사회불안에 미치는 영향에서 자존감 유형의 조절효과**. **청소년학연구**, 23(9), 1-25.
- 정한지 (2015). **사회부과 완벽주의와 사회불안의 관계 : 부정적 평가에 대한 두려움과 정서표현 양가성의 매개효과**. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 조나영 (2014). **사회지향성과 자율지향성이 사회불안에 미치는 영향 : 부적응적 자기초점주의의 매개효과**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 조문한 (2015). **대학생의 기질, 인지적 정서조절 전략이 심리적 부적응에 미치는 영향 분석 : 인지적 정서조절전략의 중재효과를 중심으로**. 한신대학교 정신분석대학원 석사학위논문.
- 조아라, 김혜영, 오경자, Nasreen Khatri. (2011). **한국 대학생의 사회지향성과 자율지향성의 구조 및 심리적 적응과의 관계**. **한국심리학회지: 임상**, 30(1), 337-347.
- 조영미, 이희경 (2013). **성인애착과 사회불안의 관계: 기본 심리적 욕구 만족과 경험적 회피의 매개효과**. **한국상담학회**, 14(2), 1227-1245.
- 조해영 (2014). **내현적 자기애가 사회불안에 미치는 영향 : 지각된 부모양육태**

- 도의 매개효과. 동덕여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 차경숙, 전원희, 홍성실 (2014). 간호대학생의 문제해결능력과 사회불안. **한국콘텐츠학회논문지**, 14(7), 324-333.
- 최미미 (2008). **지각된 부모양육행동과 행동억제가 대학생의 사회불안에 미치는 영향 : 역기능적 신념과 정서조절곤란의 매개 효과 검증**. 한림대학교 대학원 석사학위논문.
- 최연정 (2007). **역기능적 가족구조가 정서표현갈등과 사회불안에 미치는 영향**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 하창순, 박주하. (2011). 정서표현갈등과 대인불안 및 주관적 안녕감과 의 관계. **인간연구**, (22), 173-197.
- 한가희 (2016). **대학생의 부정적/긍정적 평가에 대한 두려움이 사회불안에 미치는 영향 : 완벽주의적 자기제시의 매개효과를 중심으로**. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 한동현 (2016). **대학생의 자기 불일치가 사회불안에 미치는 영향 : 타인인정 욕구와 자존감 안정성의 매개효과**. 상지대학교 대학원 박사학위논문.
- 한빛나, 박기환 (2013). 긍정적인 사회적 상황에 대한 해석편향과 사회불안의 관계: 타인기준-자기 효능감 불일치의 매개효과. **인지행동치료**, 13(3), 329-345.
- 한성희 (2016). **완벽주의적 자기제시가 사회불안에 미치는 영향 : 자기낙담, 인지적 정서조절 전략의 매개효과**. 광운대학교 대학원 석사학위논문.
- 허다연 (2016). **양육행동과 사회불안의 관계에서 정서표현갈등과 행동억제기질의 조절된 매개효과 검증**. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 허재홍, 오충광 (2015). 대학생 집단에서 눈치와 사회불안의 관계 - 자기개념명확성의 매개효과-. **상담학연구**, 16(6), 337-350.
- 홍누리, 안귀여루 (2014). SNS를 통해 지각된 사회적 지지가 대학생의 사회불안과 정서에 미치는 영향. **한국심리치료학회지**, 6(1), 91-104.

부록 2. 코딩표

1. 일련번호				
2. 제목				
3. 저자명				
4. 출간형태	① 학위	② 학술지		
5. 출처				
6. 출판연도				
7. 사례 수				
8. 연구대상				
9. 종속변인				
10. 종속변인 측정 척도				
11. 독립변인				
12. 종속변인 측정 척도				
13. 통계치	통계치 유형		값	
14. 비고				

<Abstract>

A Meta-Analysis on Related Variables with Social Anxiety of College Students

Kim An-Na

Major in Counseling Psychology, Graduate School of Education,
Jeju National University

(Supervised by Professor Choi Bo-Young)

In this study, meta-analysis was conducted to analyze the results of domestic studies on the relationship between social anxiety and related variables of college students. Analytical data were collected from 2007 to December 2016. A total of 76 papers were included in the analysis and 137 effect sizes were used. Correlation coefficient was used as the effect size conversion value for the size analysis of the effect size. The effect sizes of variables related to college student social anxiety were divided into triggering and suppressing variables. The effect sizes were interpreted according to the criteria of Cohen(1988), and the interpretation of effect sizes was supplemented by calculating the non-overlapping percentiles(U^3). And meta-ANOVA and meta-regression analysis were conducted to investigate whether the relationship between social anxiety and related variables varied according to the type of social anxiety scale, publication type, and publication year. Finally, funnel plot and Trim and Fill method were used to check

whether there is a bias in publishing that could impair the validity of the meta analysis result. The results of this study are summarized as follows.

First, four suppressing variables and 21 triggering variables were extracted as variables related to college student social anxiety. The triggering size showed a large effect size and the suppressing variable showed a medium effect size.

Second, the effect size of each variable group showed that the effect size of self-presentation expectation was the largest in the suppressing variable group, followed by self-concept clarity and self-compassion. In addition, internalized shame had the greatest effect size in the triggering variable group, followed by covert narcissism, maladaptive self-focus, negative social self-concept, fear of positive evaluation, post-rumination, dysfunctional beliefs, the effects of perfectionism, emotional expressive ambivalence, behavior inhibition, emotional regulation difficulty, adult attachment avoidance, adult attachment anxiety, fear of negative evaluation, experience avoidance, self-discrepancy, depression.

Third, as the result of examining whether the size of effects varied according to the social anxiety scale, publication type, and publication year, the effect size of the suppressing variable increased significantly in the publication year. In addition, there was no control effect on the control variable.

Fourth, the funnel plot and the Trim and Fill method were used to verify the bias of the papers included in the analysis. As a result, it was confirmed that this study was less likely to be a distorted result due to publication bias.

This study was able to confirm the variables related to the anxiety of college students and their influence, and it was able to confirm the trend of domestic research on the variables that affect the anxiety of college students. The results of this study are expected to be used as comprehensive data on domestic studies on the social anxiety of college students. Through this, it is

expected that the understanding of the social anxiety of college students will be broadened and the evidence for prevention of social anxiety.

Key words : social anxiety, meta-analysis, college students