

심리학 연구 방법
김 수 안 교수님

< 자기애적 취약성과 콜 포비아의 상관 관계에 대한 연구 >



2017312420 윤영진
2019310184 강은비
2019312302 고희주
2018314994 김태윤
2019313800 츠네다유우카

초록

본 연구에서는 자기애적 취약성과 콜 포비아 현상의 상관을 검증하고자 하였다. 외부의 환경이나 평가에 의해 쉽게 흔들리는 자기상을 가장 큰 특성으로 하는 성격변인인 자기애적 취약성과 전화를 이용한 커뮤니케이션에 불편함을 느끼는 현상인 콜 포비아에 대해 “자기애적 취약성이 강한 사람일수록 콜 포비아를 겪는다”라는 가설을 세우고, 관련변인 우울, 사회불안, 거절민감성, 자기은폐와의 상관을 알아보고자 하였다. 이를 위해 대학생 131명을 대상으로 자기애적 취약성, 콜 포비아 현상, 우울, 사회불안, 거절민감성, 자기은폐를 측정하는 자기보고식 설문지를 실시한 뒤 분석하였다. 연구결과, 독립변인 자기애적 취약성이 종속변인 콜 포비아에 통계적으로 유의미한 정적 인과영향을 미친다는 것을 확인할 수 있었지만 그 설명력이 현저히 낮았고, 추가적인 회귀분석 진행 결과 관련변인 사회불안이 콜 포비아를 더욱 잘 설명하는 것으로 나타났다. 본 연구는 아직 관련 연구가 미진한 콜 포비아라는 현상에 대해 선구적으로 연구를 진행하였다는 점에서 의의가 있다. 이를 통해 콜 포비아 척도의 개발과 타당화에 대한 후속연구와, 다른 성격적 특징들과 관련한 추가적인 후속연구 진행을 기대할 수 있다.

I. 서론

현대는 누구나 스마트폰을 소지하고 있으며 언제 어디서나 통화, 카카오톡, 인스타그램 같은 SNS 앱을 통해 쉽게 소통을 할 수 있는 시대다. 코로나19의 유행으로 대면보다는 온라인으로 커뮤니케이션을 하는 경우가 많아졌는데, 이에 따라 통화에 대한 스트레스나 불안을 느끼는 사람도 늘어나고 있다. 스마트폰을 이용한 커뮤니케이션 방식은 대체로 텍스트 중심이며, 텍스트는 수정을 하거나 고쳐 쓰면서 완전한 메시지를 쓰고 전달할 수 있지만, 전화는 실시간의 의사소통으로써 생각을 수정하고 말로 전달할 여유가 확연히 적은 편이다.

국내에서도 2020년 잡 코리아에서 성인남녀 518명을 대상으로 '전화 공포증 현황'을 조사한 결과, 절반이 넘는 53.1%가 전화 공포증을 겪고 있다고 답했다. 또 성인의 58%가 전화보다 메신저나 문자 등 비대면 의사소통이 익숙하다고 답했다. 이는 성인남녀들이 가장 선호하는 의사소통 방식이 통화에서 문자나 메신저 등을 활용한 비대면 의사소통으로 변화해가는 추세라는 것을 확인할 수 있는 지표였다. 우리는 이러한 현상이 개인의 심리적 속성과 관계가 있지 않을까라는 궁금증을 갖게 되었다.

콜포비아의 선행연구와 개념설명

<모바일 커머스 지속이용의도에 영향을 미치는 전화 불안감에 관한 연구> 논문에 따르면, '포비아'는 공포의 감정이 강박적으로 특정대상에 결합되어 행동을 저해하는 이상 반응 증상을 나타내는 용어로서, 특정 대상에 대해 두려운 감정을 가지는 공포를 말한다. 여기서 나아가 '콜포비아'는 커뮤니케이션 채널로서 전화기를 사용하는 것에 대한 걱정이나 공포를 말하는데 전화에 대한 두려움으로써 전화를 걸거나 통화를 무서워하는 것, 전화를 사용할 때 의사소통하는 것을 불편해하는 현상으로 콜 포비아를 정의하고 있다. 우리도 역시 이번 연구에서 콜 포비아를 이와 같이 개념 정의를 하였다.

자기애적 취약성과 관련한 선행 연구로부터 개념설명

<자기애적 취약성과 우울: 사회적 거절의 조절효과> 논문에 따르면 '병리적 자기애'는 자기애적 취약성과 자기애적 웅대성으로 나뉘는데, 이 두 가지 자기애는 자기중심적인 자기 환상을 지녔다는 공통점을 가진다. 그러나 자기애적 웅대성은 이러한 과장된 자기 환상으로 인해 과시적인 태도와 행동이 나타나는 반면, 자기애적 취약성은 오히려 부정적인 자기 평가가 나타나며 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 강하게 나타난다. '자기애적 취약성'의 정의는 왜곡되고, 외부의 환경이나 평가에 의해 쉽게 흔들리는 자기상을 가장 큰 특성으로 하는 성격 특성이다.

자기애적 취약성이 강한 사람들은 외부로부터 인정이 주어지지 않을 때 자존감 조절에 곤란을 겪고, 자신이 요구하는 만큼 자신을 인정해 주지 않는 사람들에게 대해 관심을 철회하며, 그들에게 인정을 요구한 것 자체에 수치심을 느낀다. 즉 자기애적 취약성이 강한 경우, 이상적인 자기표현이 불가능하거나 칭찬이 충분하지 않을 때 발생할 수 있는 자기애적 위험을 피하기 위해 대인 관계에서 철수되거나 우울해지기도 한다(Cain, Pincus, & Ansell, 2008; Yang & Kwon, 2016).

개념정의를 따르면 콜 포비아는 일종의 사회불안증, 커뮤니케이션 불안감이라고 생각할 수 있는데, 커뮤니케이션 불안감의 원인 중 하나는 비판에 대한 두려움이며, 그 비판에 대한 두려움을 잘 나타내고 있는 특성이 자기애적 취약성이라고 할 수 있다.

가설 설정

따라서 콜 포비아에 대한 기존연구의 부족함 그리고 자기애적 취약성과 콜 포비아가 어느정도 상관관계가 있는지에 대한 호기심과 콜 포비아의 추후 연구에 대한 초석 제공을 기대하면서 연구를 진행하게 되었다.

그리고 "자기애적 취약성이 강한 사람일수록 콜 포비아를 겪는다" 라는 가설을 세웠다. 이 가설을 검증하기 위해 자기애적 취약성과 콜 포비아의 관계를 질문지를 이용한 설문조사를 통해 알아보고, 분석하는 연구를 진행하였다. 또한 선행연구들에 따르면 자기애적 취약성과 우울, 사회불안, 거절민감성, 자기은폐는 모두 유의한 상관을 보이는 것으로 밝혀졌기 때문에 공인타당도 검증을 위해 관련변인들인 우울, 사회불안, 거절민감성, 자기은폐와 종속변인 간의 상관을 확인하고자 하였다.

II. 연구 방법

연구대상

20대 대학생을 모집단으로 선정하여 성균관대학교 2021년 1학기 심리학연구방법 수강학생들을 포함하여 131명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였다. 이 중 중복된 응답을 제거하여 총 129명의 자료를 분석에 사용하였다. 연구 대상의 평균 나이는 만 21.6세였으며, 여성은 76명(59%), 남성은 53명(41%)이었다.

측정도구

설문조사는 전체 약 10분가량 소요되었으며, 각각 자기애적 취약성, 콜 포비아, 우울, 사회불안, 거절민감성, 자기은폐를 측정하는 문항으로 이루어졌다. 이때 설문응답의 피로도를 낮추기 위해 설문조사 척도는 대부분 이미 개발되고 검증된 척도에서 일부 문항들을 추출하여 사용하였다. 척도 문항 추출 기준은 문항 총점과의 상관값이 0.5 이상인 것으로 하여 타당성을 고려하였다.

1) 병리적 자기애 척도 (Pathological Narcissism Inventory, PNI)

독립변인인 자기애적 취약성 측정하기 위해 병리적 자기애 척도(Pathological Narcissism Inventory, PNI)를 장효진(2013)이 수정한 한국판 병리적 자기애 척도를 사용하였다. 이 척도는 병리적 자기애의 표현형인 자기애적 웅대성과 자기애적 취약성을 동시에 측정할 수 있다. 자기애적 웅대성의 하위요인으로는 웅대한 환상, 착취, 자기희생-자기고양이 있으며, 자기애적 취약성의 하위요인으로는 변동하는 자존감, 평가 절하, 특권 분노가 해당한다. 본 연구의 경우에는 연구 목적에 맞추어 자기애적 취약성 척도를 중심으로 사용하였으며, 총 20문항으로 별도의 추출이나 수정 과정 없이 그대로 이용하였다. 측정문항은 1점(전혀 나 같지 않다)에서 6점(매우 나 같다)까지 6점 리커트 척도이며, 점수가 높을수록 자기애적 취약성이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 .91로 나타났다.

2) 콜 포비아 척도

콜 포비아를 측정할 수 있는 알맞은 척도가 없었기 때문에 직접 개발한 측정 도구를 사용하였다. 이때 커뮤니케이션 불안감을 측정하기 위해 주로 사용되는 McCrosky(1982)의 PRCA-24 척도와 기존 연구(이경락 외 2인, 2018)를 참고하여 문항을 제작하였다. 해당 척도는 총 10문항으로 이루어져 있으며, 1점(전혀 나 같지 않다)에서 6점(매우 나 같다)까지 6점 리커트 척도로 측정하였다. 점수가 높을수록 콜 포비아를 경험하는 정도가 높다는 것을 의미하며, 측정 확인 결과 콜 포비아 문항 간 상관값이 0.3이상, 신뢰도는 0.90으로 나타났다.

3) 우울 척도

우울을 측정하기 위해 Beck Depression Inventory의 한국판(한홍무 외 5인, 1986) 21문항 중 타당성을 고려하여 총 11문항을 추출하여 사용하였다. 각 문항의 점수 범위는 0~3점으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 우울 수준이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 .83으로 나타났다.

4) 대인불안 척도

대인불안을 측정하기 위해 Leary(1983)의 대인관계 불안 척도(IAS)를 변안한 척도(김남재, 1995)를 이용하였으며, 총 15문항 중 타당성을 고려하여 9문항을 추출하였다. 1점(전혀 나타나지 않는다)에서 5점(완벽하게 나타낸다)까지 5점 리커트 척도로 측정하였으며, 점수가 높을수록 대인불안의 정도가 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 .83으로 나타났다.

5) 거부민감성 척도

거부민감성을 측정하기 위해 대학생 거부민감성 척도(박명진·양난미, 2017)를 이용하였고, 총 16문항 중 타당성을 고려하여 8문항을 추출하였다. 1점(전혀 나타나지 않는다)에서 5점(완벽하게 나타낸다)까지 5점 리커트 척도로 측정하였으며, 점수가 높을수록 거부민감성의 정도가 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 .86으로 나타났다.

6) 자기은폐 척도

자기은폐 수준을 측정하기 위해 Larson과 Chastain(1990)의 자기은폐 개념에 기초하여 개발된 자기은폐척도(박미란·이지연, 2008)를 사용하였다. 은폐경향성, 비밀의 소유, 비밀누설의 두려움 요인으로 나뉜 총 15문항 중 각 요인에서 타당성을 고려하여 9문항을 추출하였다. 1점(전혀 나타나지 않는다)에서 5점(완벽하게 나타낸다)까지 5점 리커트 척도로 측정하였으며, 점수가 높을수록 자기은폐 수준이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 .84로 나타났다.

자료분석

본 연구는 R studio을 통해 자료분석이 이루어졌다. 먼저 연구에서 사용한 척도의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's α 값을 계산하였으며, 각 척도의 기술통계치를 산출하였다. 그리고 자기애적 취약성과 쿨 포비아 간의 관계와 관련변인들인 우울, 대인불안, 거부민감성, 자기은폐 간의 공인타당도를 확인하기 위해 변인들 간 상관분석을 실시하였으며, 그 후 자기애적 취약성과 쿨 포비아의 인과관계를 살펴보기 위해 두 변인 간 단순회귀분석을 진행하였다.

Ⅲ. 연구 결과

	평균	표준편차	최소값	중간값	최대값
자기애적 취약성	2.76	0.82	1.1	2.8	4.8
콜 포비아	2.72	1.2	1	2.7	6
우울	0.54	0.43	0	0.46	2
대인불안	3	0.81	1	3.11	4.44
거부민감성	2.62	0.92	1	2.75	5
자기은폐	2.99	0.87	1	3	4.78

우선 각 척도의 기술통계치의 표를 나타냈다. 우울의 측정 결과, 평균과 표준편차가 각각 0.54, 0.43으로 비교적 작은 값이 나온 것을 확인하였는데, 이 부분에 대해서는 논의 부분에서 명확히 논하도록 하겠다.

심리학 연구 방법 5조가 제작한 콜 포비아 척도는 기존의 연구(이경락 외 2인, 2018)를 참조하였고 자체적으로 제작하였기 때문에 공인타당도를 검증하는 과정이 필요하였다. 따라서 자기애적 취약성, 콜 포비아, 우울, 대인불안, 거부민감성, 자기 은폐 간의 상관분석을 진행하였다. 종속변인인 콜 포비아와 관련 변인들 간의 상관관계는 각각 .24, .59, .33, .37로 유의미한 상관을 확인하였다. 독립변인인 자기애적 취약성과 관련 변인과의 상관성은 이미 선행 연구들에서 밝혀진 바 있으나, 본 연구의 타당도를 정확히 하기위해 독립변인과 측정도구 간의 상관 또한 살펴보면, 모두 유의한 정적상관이 나타났다. 독립변인과 종속변인 간 상관 또한 낮으나 유의한 정적 상관을 보였다. 변인간의 상관계수는 다음과 같다.

	자기애	콜포비아	우울	사회불안	거절민감성	자기은폐
자기애	1	0.29	0.56	0.3	0.77	0.49
콜포비아	0.29	1	0.24	0.59	0.33	0.37
우울	0.56	0.24	1	0.24	0.54	0.47
사회불안	0.3	0.59	0.24	1	0.36	0.29
거절민감성	0.77	0.33	0.54	0.36	1	0.48
자기은폐	0.49	0.37	0.47	0.29	0.48	1

각 변인들이 포함된 상관들이 가용하고, 각 상관은 예측하고자 하는 목표 독립변인과 상관되어 있으므로 자기애적 취약성이 콜 포비아에 인과적 영향을 미치는지를 알아보는 단계를 거쳤다. 이를 위해서 설명변인을 자기애적 취약성, 결과 변인을 콜 포비아로 설정하여 단순 선형 회귀분석을 시행하였다. 그 결과는 다음과 같다.

```
call:
lm(formula = 콜포비아 ~ 자기애, data = meandata2)

Residuals:
    Min       1Q   Median       3Q      Max
-2.3985 -0.9994 -0.0709  0.8792  3.2865

Coefficients:
              Estimate Std. Error t value Pr(>|t|)
(Intercept)    1.5361     0.3588   4.281 3.63e-05 ***
자기애          0.4281     0.1246   3.437 0.000797 ***
---
Signif. codes:  0 '***' 0.001 '**' 0.01 '*' 0.05 '.' 0.1 ' ' 1

Residual standard error: 1.154 on 127 degrees of freedom
Multiple R-squared:  0.08508,    Adjusted R-squared:  0.07788
F-statistic: 11.81 on 1 and 127 DF,  p-value: 0.0007968
```

시행 결과, P value가 0.000797로 유의 수준인 0.05보다 작으므로, 영가설($\beta=0$)이 기각되어, 20대 대학생의 경우 자기애적 취약성은 콜 포비아에 알파오류 = 0.05 수준에서 통계적으로 유의미한 정적 인과영향을 미친다는 결론을 내릴 수 있었다. 또한 β estimate이 0.4281이 나왔으므로 자기애적 취약성이 한 단위 커질 때 콜 포비아 0.4281만큼 증가한다는 결론이 나왔다.

그러나 모형의 설명력인 R-squared가 0.08508로, 이 모형은 콜 포비아가 지니는 변량의 약 8%만이 자기애적 취약성에 의해서 설명되며 변량 가운데 약 92%는 자기애적 취약성에 의해서 설명되지 않는 오차를 뜻한다. 따라서 실질적으로는 자기애적 취약성이 콜 포비아에 미치는 정적 인과영향이 매우 작다.

이처럼 심리학 연구 방법 5조의 예상과는 다르게 독립변인이 종속변인에 대한 다소 낮은 설명력을 얻게 되었고, 다른 변인이 콜 포비아를 더욱 잘 설명할 수 있는지를 확인하기 위해 본 연구 목적 외로, 설명 변인을 추가한 중다회귀분석의 시행 및 독립변인을 바꾸는 단순회귀분석을 시행하였다. 설명 변인을 다양하게 한 중다회귀분석에서는 영가설이 유의수준내에서 기각되지 않는 결과가 나왔다. 설명 변인을 자기애적 취약성이 아닌 다른 변인으로 바꾼 단순회귀분석에서는 대인불안 외에는 결정계수가 유의미하게 높아지지 않았다. 그 결과들은 다음과 같다.

1) 독립변인이 우울일 때

```
Call:
lm(formula = 콜포비아 ~ 우울, data = meandata2)

Residuals:
    Min       1Q   Median       3Q      Max
-2.69131 -1.00237 -0.08459  0.83991  2.67245

Coefficients:
            Estimate Std. Error t value Pr(>|t|)
(Intercept)   2.3564     0.1673   14.089 < 2e-16 ***
우울          0.6675     0.2425    2.753  0.00678 **
---
Signif. codes:  0 '***' 0.001 '**' 0.01 '*' 0.05 '.' 0.1 ' ' 1

Residual standard error: 1.173 on 127 degrees of freedom
Multiple R-squared:  0.0563, Adjusted R-squared:  0.04887
F-statistic: 7.577 on 1 and 127 DF, p-value: 0.00678
```

2) 독립변인이 거부민감성일 때

```
Call:
lm(formula = 콜포비아 ~ 거부민감성, data = meandata2)

Residuals:
    Min       1Q   Median       3Q      Max
-2.25469 -1.00707  0.01232  0.84531  2.95891

Coefficients:
            Estimate Std. Error t value Pr(>|t|)
(Intercept)   1.5992     0.3038    5.265 5.81e-07 ***
거부민감성    0.4272     0.1094    3.904 0.000153 ***
---
Signif. codes:  0 '***' 0.001 '**' 0.01 '*' 0.05 '.' 0.1 ' ' 1

Residual standard error: 1.14 on 127 degrees of freedom
Multiple R-squared:  0.1072, Adjusted R-squared:  0.1001
F-statistic: 15.24 on 1 and 127 DF, p-value: 0.0001526
```

3) 독립변인이 자기은폐일 때

```
Call:
lm(formula = 콜포비아 ~ 자기은폐, data = meandata2)

Residuals:
    Min       1Q   Median       3Q      Max
-2.07836 -0.81095 -0.00022  0.74309  2.70826

Coefficients:
            Estimate Std. Error t value Pr(>|t|)
(Intercept)   1.1922     0.3529    3.378 0.000969 ***
자기은폐      0.5107     0.1134    4.505 1.48e-05 ***
---
Signif. codes:  0 '***' 0.001 '**' 0.01 '*' 0.05 '.' 0.1 ' ' 1

Residual standard error: 1.121 on 127 degrees of freedom
Multiple R-squared:  0.1378, Adjusted R-squared:  0.131
F-statistic: 20.3 on 1 and 127 DF, p-value: 1.484e-05
```

4) 종다회귀분석

```
Call:
lm(formula = 콜포비아 ~ 자기애 + 우울 + 대인불안 + 거부민감성 +
    자기은폐, data = meandata2)

Residuals:
    Min       1Q   Median       3Q      Max
-2.21630 -0.60477  0.07895  0.56875  2.30525

Coefficients:
            Estimate Std. Error t value Pr(>|t|)
(Intercept) -0.58182    0.42230  -1.378   0.1708
자기애       0.02270    0.16852   0.135   0.8931
우울        -0.03729    0.25126  -0.148   0.8823
대인불안     0.76267    0.11262   6.772 4.64e-10 ***
거부민감성   0.05075    0.14975   0.339   0.7352
자기은폐     0.27959    0.11701   2.389   0.0184 *
---
Signif. codes:  0 '***' 0.001 '**' 0.01 '*' 0.05 '.' 0.1 ' ' 1

Residual standard error: 0.9552 on 123 degrees of freedom
Multiple R-squared:  0.3934,    Adjusted R-squared:  0.3688
F-statistic: 15.96 on 5 and 123 DF,  p-value: 4.245e-12
```

독립 변인이 대인불안일 경우에 시행한 회귀분석에서는 콜 포비아를 정적 인과하는 결정 계수값이 .3475로 유의미하게 오른 것을 확인할 수 있었다. 또한 β estimate이 0.8721이 나왔으므로 대인불안이 한 단위 커질 때 콜 포비아 0.8721만큼 증가한다는 결론이 나왔다. 그 결과는 다음과 같다.

```
Call:
lm(formula = 콜포비아 ~ 대인불안, data = meandata2)

Residuals:
    Min       1Q   Median       3Q      Max
-2.20198 -0.62348  0.00122  0.55501  2.49802

Coefficients:
            Estimate Std. Error t value Pr(>|t|)
(Intercept)  0.1008    0.3297   0.306   0.76
대인불안     0.8721    0.1060   8.224 1.99e-13 ***
---
Signif. codes:  0 '***' 0.001 '**' 0.01 '*' 0.05 '.' 0.1 ' ' 1

Residual standard error: 0.975 on 127 degrees of freedom
Multiple R-squared:  0.3475,    Adjusted R-squared:  0.3424
F-statistic: 67.64 on 1 and 127 DF,  p-value: 1.988e-13
```

이 결과는 본 연구가 설정한 가설보다 더 유의미하게 종속변인을 설명하는 독립 변인이 따로 존재한다는 것이다. 이에 대해 독립변인 자체를 잘못 설정한 것인지, 조작적 정의를 더 상세하게 내렸어야 했는지 등 팀원들과 논의를 하고 선행연구를 더 찾아본 후, 구성개념인 자기애적 취약성의 속성과 대인불안의 속성으로 이런 결과가 나왔다고 결론지었다. 이에 대한 자세한 논의는 다음에 있을 논의 파트에서 상술하겠다.

IV. 논의

본 연구의 목적은 자기애적 취약성과 대학생의 콜 포비아 사이의 관계 및 영향에 대해 파악하는 것이었다. 스마트폰과 SNS 앱 등의 발전으로 텍스트 중심의 소통이 늘면서 콜 포비아라 불리는 전화에 대한 불안이 많이 늘었음에도 불구하고, 아직 이와 관련한 연구가 거의 이루어지지 않은 상태이다. 이에 따라 본 연구에서는 대학생들을 대상으로 콜 포비아와 자기애적 취약성의 관계에 관한 연구를 진행하였다. 질문지를 활용하여 콜 포비아와 자기애적 취약성을 측정하고 공인타당도 검증을 위해 관련변인들인 우울, 대인불안, 거절민감성, 자기은폐와의 관계도 함께 살펴보았다.

본 연구의 결과 만 18세부터 만 26세까지의 대학생의 경우 자기애적 취약성이 콜 포비아에 $\alpha = 0.05$ 수준에서 통계적으로 유의미한 정적 인과영향을 미친다는 것을 확인하였다. 또한 관련변인들과의 추가적인 회귀분석을 진행한 결과, 대인불안이 콜 포비아를 더욱 잘 설명하는 것으로 나타났다. 자기애적 취약성과 대인불안의 경우 타인의 평가에 대한 두려움을 공통적인 특징으로 한다. 하지만 자기애적 취약성은 '자기중심적이고 웅대한 자기환상'을 지녔다는 점에서 대인불안과는 차이를 지닌다. 본 연구에서는 이러한 차이로 인해 대인불안이 자기애적 취약성보다 콜 포비아를 더 잘 설명할 수 있다고 해석하였다. 또한 대인불안은 자의식을 포함하는 개념이며 자의식이 커뮤니케이션 불안감에 영향을 미친다(김남재, 1995). 이를 고려하면 대인불안이 자기애적 취약성보다 콜 포비아를 더 많은 부분 설명할 수 있다는 것이 일견 타당해 보인다. 이에 관해서는 경험적인 후속 연구가 진행되어야 할 필요가 있다.

다만 본 연구의 결과에는 몇 가지 한계점이 있다. 우선 첫 번째로 척도의 타당화가 제대로 이루어지지 않았다. 본 연구에서는 설문지 길이와 설문지 걸리는 시간을 고려하여 기존의 척도에서 문항들을 선별하여 본 연구에 맞춰 재구성한 척도를 사용하였다. 그 과정에서 척도의 타당성을 최대한 확보하고자 구성개념 각 척도에서 총점과 문항 간의 상관이 0.5 이상인 문항들만 추출하였다. 본 연구에서 재구성한 척도의 경우 문항 간의 상관이 0.3이상이고 신뢰도도 0.9로 나왔으나 확인적 요인분석, 탐색적 요인분석 등 척도의 타당화에 필요한 엄격하고 정밀한 절차를 거치지 않는 탓에 척도의 타당성을 완전히 확보했다고 하기는 어렵다.

두 번째로 설문지 신빙성에 문제가 있다. 본 연구에서는 중복 응답을 파악하고 이를 용이하게 처리하기 위해 설문지 실명을 기재하도록 하였다. 하지만 설문 결과를 분석한 결과 자기애적 취약성과 우울의 경우 편향된 답변이 나타나는 경향을 보였다. 아직까지 한국 사회에 우울을 비롯한 정신적 문제에 대한 부정적인 시각이 존재한다는 사실로 미루어 보았을 때 사회적 바람직성으로 응답자들이 설문지 솔직하게 응답하지 않았을 가능성이 있다. 따라서 설문 결과의 신빙성을 확보하지 못했다.

마지막으로 연구 모형의 설명력이 낮다. 본 연구에서는 통계분석을 통해 변인 간의 상관이 유의하고 이것이 본 연구의 가설을 지지한다는 것을 확인하였으나 모형의 설명력은 8% 정도로 다른 사회과학 연구들에 비해 상당히 낮은 수치라고 할 수 있다. 따라서 본 연구가 결과를 일반화하는 수준에까지는 이르지 못했다고 볼 수 있다.

본 연구는 아직 관련 연구가 미진한 콜 포비아라는 현상에 대해 선구적으로 연구를 진행했다는 점에서 의의를 갖는다. 또한 본 연구에서는 대인불안이 콜 포비아를 34%의 설명력으로 설명할 수 있고 자기애적 취약성과의 상관이 낮은 변인일수록 오히려 콜 포비아의 상관은 높아지는 관계를 추가적으로 발견하였다. 따라서 후속 연구에서 두 변인 간의 상관관계가 아니라 콜 포비아 척도의

개발과 타당화에 둔다면 학문적으로 더 가치 있는 결과를 기대할 수 있을 것으로 보인다. 또한 향후 통화 상대방과의 친밀도, 내향성과 같은 성격적 특징, 대인불안을 비롯한 다른 변인들과의 관계 등에 관한 후속 연구들이 진행되기를 기대한다.

참고문헌

- 김남재 (1995). 대인불안의 측정에 대한 연구. Korean Journal of Clinical Psychology, 14(1), 73-81
- 김민경, 현명호. (2013). 내면화된 수치심과 사회불안의 관계에서 자기제시동기, 자기제시기대 및 정서표현갈등의 매개효과: 대학생들 중심으로. Korean Journal of Clinical Psychology, 32(1), 161-176.
- 박명진, 양난미 (2017). 대학생 거부민감성척도 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29(1), 103-127
- 박미란, 이지연. (2008). 자기은폐 척도개발 및 타당화. 상담학연구, 9(4), 1547-1565.
- 배주영 (Juyeong Bae), 허재홍 (Jaehong Heo). (2020). 자기애적 취약성, 사회부과 완벽주의, 자기은폐, 그리고 우울의 관계. 인문사회 21, 11(6): 757-771
- 양선미, 박경. (2011). 청소년의 자기애 성향이 우울과 심리적 안녕감에 미치는 영향. 청소년학연구, 18(12), 79-100.
- 양진원, 권석만. (2016). 병리적 자기애 성향자의 웅대성과 취약성에 따른 정서적 특성. 한국심리학회지: 임상
- 윤성민, 신희천. (2007). 내현적 자기애가 사회적 상호작용 불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(4), 967-982.
- 이경락, 김미성, 이상준. (2018). 모바일 O2O 커머스 지속이용의도에 영향을 미치는 전화 불안감에 관한 연구. Journal of Digital Contents Society, 19(4), 661 – 671
- 이세라, 신현균, 문찬기. (2020). 자기애적 취약성과 우울: 사회적 거절의 조절효과. 한국심리학회지: 일반, 39(2), 283-305.
- 한홍무, 염태호, 신영우, 김교헌, 윤도준, 정근재. (1986). Beck Depression Inventory의 한국판 표준화 연구 -정상집단을 중심으로 (I) -. 신경정신의학, 25(3): 487-502

부록: 설문지 문항

1) 병리적 자기에 척도

1. 혼자 있을 때 나는 나 자신에 대해서 좋은 감정을 느끼기가 어렵다.
2. 사람들이 나에게 관심을 보여주지 않으면, 나 자신에 대한 부정적인 감정을 느끼게 된다.
3. 내가 다른 사람들을 위해서 해준 것을 그들이 알아주지 않으면 화가 치밀어 오른다.
4. 내가 말하거나 행동하는 것에 다른 사람들이 흥미를 보이지 않으면 화가 난다.
5. 다른 사람들이 나를 주목하지 않으면, 나는 내가 무가치하다는 느낌이 들기 시작한다.
6. 사람들이 나를 실망시킬 수 있다는 걱정 때문에, 나는 종종 사람들을 피하곤 한다.
7. 나는 가끔씩 내 인생의 중요한 사람들이 내가 가치 있는 사람이라는 것을 확인시켜주는 것이 필요하다.
8. 내가 다른 사람들을 위해 무언가를 했을 때, 나는 그들이 나를 위해서 무언가 해주기를 기대한다.
9. 다른 사람들이 나의 기대를 충족시켜주지 않으면, 나는 내가 원했던 것에 대해 종종 수치심을 느낀다.
10. 다른 사람들이 나를 실망시키면, 나는 종종 나 자신에게 화가 나곤 한다.
11. 다른 사람들이 내가 바라는 것을 해주지 않을 수 있다는 두려움 때문에, 종종 사람들을 피하곤 한다.
12. 나는 비판 받을 때 화가 난다.
13. 다른 사람들이 나를 대단하게 여긴다고 생각되지 않으면, 나 자신에 대해 좋은 감정을 느끼기가 어렵다.
14. 내가 사람들을 위해 한 것을 그들이 인정하지 않을 수도 있다는 걱정 때문에, 나는 종종 사람들을 피하곤 한다.
15. 다른 사람들이 나를 좋아한다고 생각되지 않으면, 나 자신에 대해 좋은 감정을 느끼기가 어렵다.
16. 내가 얼마나 좋은 사람인지 사람들이 알아주지 않으면, 나는 짜증이 난다.
17. 사람들이 나를 주목하지 않을 때 나는 실망하게 된다.
18. 내가 원하는 대로 다른 사람들이 반응해주지 않으면, 나 자신이 괜찮은 사람이라는 느낌을 유지하기가 어렵다.
19. 나에게서는 나를 인정해주는 사람들이 필요하다.
20. 다른 사람들이 나의 의견에 반대하면 나는 매우 화가 난다.

2) 콜 포비아 척도

1. 문자나 카카오톡을 이용할 때와 달리 전화를 할 때는 논리적으로 말하기 어렵다.
2. 나는 친하지 않은 사람과 전화로 통화하는 것을 전반적으로 불편해하지 않는다.*
3. 나는 전화가 오면 초조 해진다.
4. 나는 전화를 받을 수 있는 상황임에도 전화를 못 본 척한다.

5. 나는 사소한 전화통화임에도 말할 내용을 미리 메모해 둔다.
6. 나는 배달 어플을 사용하지 않고 전화 주문을 할 때 마음이 불안하다
7. 나는 누군가에게 전화가 왔을 때 일부러 안 받고 문자로 다시 연락한다.
8. 문자나 메신저를 이용할 때와 달리 전화를 통해 상대방과 대화할 때 불안감을 느낀다.
9. 나는 전화 요구 문자(ex.전화 가능하신가요?)를 받으면 불안해진다.
10. 나는 전화하는 것이 어색하다.

3) 우울 척도

<1> 0. 내가 하는 일에 여전히 만족하고 있다

1. 예전처럼 만족을 느끼지 못한다.
2. 무엇을 해도 만족스럽지 않다.
3. 만사가 불만스럽고 짜증이 난다.

<2> 0. 죽고 싶은 생각은 해 본적이 없다.

1. 가끔 죽고 싶은 생각이 들지만 실행은 못할 것이다.
2. 나는 죽고 싶은 생각을 할 때가 많다.
3. 기회만 있으면 자살할 것이다.

<3> 0. 평소보다 더 우는 편은 아니다.

1. 전보다 더 자주 우는 편이다.
2. 요즈음 항상 울고 있다.
3. 울고 싶어도 나올 눈물조차 없다.

<4> 0. 다른 사람들과 여전히 잘 어울린다.

1. 다른 사람들과 어울리지 못할 때가 가끔 있다.
2. 거의 대부분 다른 사람들과 어울리지 못한다.
3. 다른 사람들에 대해 전혀 흥미가 없다.

<5> 0. 나의 결단력은 전과 같다.

1. 전보다 다소 결단력이 약해졌다.
2. 전보다 훨씬 결단력이 약해졌다.
3. 나는 아무것도 결단을 내릴 수가 없다.

<6> 0. 전보다 내 모습이 못하지는 않다.

1. 내가 늙거나 매력이 없어진 것 같아 걱정이다.
2. 내 모습은 변했고 매력도 없어졌다.
3. 내 모습은 확실히 추해졌다.

<7> 0. 전과 같이 일을 잘 할 수 있다.

1. 전처럼 일을 하려면 조금 힘이 든다.
2. 무슨 일이든 하려면 무척 힘이 든다.
3. 전혀 아무 일도 할 수가 없다.

<8> 0. 잠자는데 아무 불편이 없다.

1. 잠 못 이룰 때가 가끔 있다.
2. 평소보다 새벽에 일찍 깨고 다시 잠들기 어렵다.
3. 밤중에 깨서 전혀 못 잔다.

<9> 0. 별로 피곤한 줄 모르고 지낸다.

1. 평소보다 쉽게 피로해진다.
2. 사소한 일에도 곧 피로해진다.
3. 너무 피로해서 아무 일도 할 수 없다.

<10> 0. 입맛은 평소와 같다.

1. 입맛이 전과 같이 좋지는 않다.
2. 요사이 입맛은 매우 나빠졌다.
3. 전연 입맛이 없다.

<11> 0. 건강에 대한 걱정은 별로 안 한다.

1. 신체적 건강에 대해 걱정한다. (몸살, 소화불량 등)
2. 신체적 건강에 대한 걱정 때문에 다른 생각을 하기가 힘들다.
3. 신체적 건강에 대한 걱정 때문에 전혀 아무 일도 할 수 없다.

4) 대인불안 척도

1. 나는 모르는 사람들과 함께 있을 때 대개 불편함을 느낀다.
2. 나는 사교적 모임(파티)에서 자주 불안하고 불편해진다.
3. 대인관계에서 나는 다른 사람들보다 수줍음을 덜 타는 편이다.*
4. 나는 동성이라도 잘 알지 못하는 사람에게 말할 때 때때로 긴장을 느낀다.
5. 나는 대인관계 상황에서 좀 더 자신감을 갖게 되기를 원한다.
6. 나는 대인관계 상황에서 좀처럼 불안을 느끼지 않는다.*
7. 대체로 나는 수줍은 사람이다.
8. 나는 매력적인 이성 동료와 이야기할 때 자주 불안을 느낀다.
9. 나는 잘 모르는 사람에게 전화를 걸 때 자주 불안을 느낀다.

5) 거부민감성 척도

1. 관계가 점점 멀어진다고 생각되면 짜증이 나거나 화가 난다.
2. 결국 나를 떠날 것이라 생각되면 짜증이 나거나 화가 난다.
3. SNS나 메신저로 연락을 했을 때 답이 오지 않을까봐 걱정되거나 불안하다.
4. 배신당하거나 버려질까봐 걱정되거나 불안하다.
5. 거부당했다고 생각되면 다시는 제안하지 않을 것이다.
6. 거부당했다고 생각되면 앞으로는 깊은 관계를 맺기 힘들 것이다.
7. 나를 보고 인사를 하지 않고 지나간다면 거부당했다는 생각을 할 것이다.
8. 내 말에 귀기울여 주지 않는다면 거부당했다는 생각을 할 것이다.

6) 자기은폐 척도

1. 나의 개인적인 문제는 나의 문제일 뿐 다른 사람들과 나누고 싶지 않다.
2. 다른 사람들에게 나의 개인적인 이야기를 잘 하지 않으려 한다.
3. 나 자신에 대한 부정적인 생각이나 사건은 감추는 것이 더 낫다고 생각한다.
4. 다른 사람들에게 알려지고 싶지 않은 나만의 생각과 경험들을 가지고 있다.
5. 나에게는 말하고 싶지 않은 나쁜 사건과 기억들이 많다.
6. 내가 감추고 있는 부정적인 사건들로 가슴이 답답할 때가 있다.
7. 사람들이 비난할까 두려워 나에 관한 좋지 못한 점은 말하고 싶지 않다.
8. 다른 사람들이 나의 수치스러운 사건에 대해 듣게 되면 나에 대한 호감이 떨어질 것이다.
9. 다른 사람으로부터 거부당할지도 모른다는 두려움 때문에 나 자신의 어떤 모습은 밝힐 수가 없다.