

## 고통 과잉감내력에 영향을 미치는 심리적 특성: 인지적 경직성, 완벽주의 및 정서조절 곤란을 중심으로\*

김 현 성<sup>1)\*</sup>      조 현 석<sup>2)</sup>      권 석 만<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>서울대학교병원 정신건강의학과 수련임상심리사


<sup>2)</sup>서울대학교 심리학과 박사과정    <sup>3)</sup>서울대학교 심리학과 교수

고통 과잉감내력(distress overtolerance)은 고통을 회피할 수 있음에도 불구하고 과도하게 지속적으로 감내하는 경향성을 의미한다. 본 연구는 고통 과잉감내력에 영향을 미치는 심리적 특성들(인지적 경직성, 부정 완벽주의 성향, 정서조절 곤란)을 탐색하며 그 관계를 살펴보고자 하였다. 이를 위해 연구 1에서는 고통 과잉감내력 척도(Distress Overtolerance Measure: DOM)를 새롭게 변안하고, 그 요인 구조와 신뢰도 및 타당도를 확인하였다( $N = 273$ ). 변안된 척도는 원 척도의 요인 구조와 동일하게 2요인 구조로 이루어졌으며 신뢰도 및 타당도는 양호한 것으로 파악되었다. 연구 2에서는 인지적 경직성 및 부정 완벽주의 성향, 정서조절 곤란과 고통 과잉감내력의 관계를 탐색하고, 정서조절 곤란의 매개역할을 확인하기 위해 상관 분석 및 구조방정식 분석을 실시하였다( $N = 273$ ). 상관 분석 결과, 인지적 경직성과 부정 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력 및 정서조절 곤란과 유의미한 정적 상관을 보였다. 구조방정식 분석 결과, 인지적 경직성과 고통 과잉감내력의 관계에서 정서조절 곤란이 완전매개하였으며, 부정 완벽주의 성향과 고통 과잉감내력의 관계에서는 정서조절 곤란이 부분매개하는 것으로 나타났다. 끝으로 본 연구의 의의와 한계점을 논의하였다.

주요어 : 고통 과잉감내력, 인지적 경직성, 완벽주의, 정서조절 곤란

\* 본 연구는 제1저자의 석사학위 논문 중 일부를 수정 및 보완한 것이며, 한국임상심리학회 주최 2021년 가을 학술대회(10월 22일, 온라인)에서 포스터로 발표되었음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 김현성 / 서울대학교병원 정신건강의학과 / (03080) 서울시 종로구 대학로 101 / Tel : 02-2072-0725 / E-mail : shoemaple24@gmail.com

 Copyright ©2022, Clinical Psychology in Korea: Research and Practice  
This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

고통 과잉감내력(distress overtolerance)은 심리적 안녕감을 저해하는 부정적 결과에도 불구하고 높은 수준의 고통을 감내하는 경향성을 뜻한다(Lynch & Mizon, 2011). 이 고통 과잉감내력은 고통 감내력에 대한 새로운 접근 및 이해로부터 출발한다. 심리치료의 초점 중 하나인 고통 감내력(distress tolerance)은 고통스러운 경험이나 부정적인 정서를 견뎌내는 능력으로(Simons & Gaher, 2005), 우울이나 불안, 자해 및 자살, 물질사용장애, 강박장애, 외상후 스트레스 장애, 경계선 성격장애의 발현과 지속에 영향을 미치는 것으로 알려져 왔다(서장원, 권석만, 2015; Anestis & Joiner, 2012; Brown, Lejuez, Kahler, Strong, & Zvolensky, 2005; Linehan, 1993; Simons & Gaher, 2005; Vujanovic, Marshall, Gibson, & Zvolensky, 2010). 그러나 고통 감내력에 대한 기존 연구들은 고통 감내력이 높을수록 적응 수준이 선형적으로 높아진다는 가정을 공통적으로 내포하고 있으며, 이러한 가정이 과연 타당한 것인지에 대한 의문이 제기되고 있다(Lynch & Mizon, 2011).

실제로 일부 고통 감내력 관련 연구들은 이러한 의문과 관련된다. 예를 들어, 고통 감내력과 흡연 습관에 대한 연구에서 고통 감내력이 상승할수록 스트레스 상황에 적응적으로 대처하기 때문에 흡연 빈도와 의존이 감소할 것이라고 예측하였지만 연구 결과는 그렇지 않았다(Kraemer, McLeish, Jeffries, Avallone, & Luberto, 2013; Veilleux, 2019). 또한 고통 감내력과 정서조절 방략의 관계에 있어서 고통 감내력이 상승할수록 인지적 재평가와 같은 긍정적인 정서조절 방략을 사용할 것으로 예상하였지만, 이는 지지되지 않는 것으로 파악되었다(Jeffries, McLeish, Kraemer, Avallone, & Fleming, 2016). 오히려 신체적 고통에 대한 감

내력 수준이 높아질수록 경계선 성격장애 환자와 외상후 스트레스 장애 환자들의 자살 시도가 증가하는 것으로 나타났다(Anestis, Gratz, Bagge, & Tull, 2012; Anestis, Tull, Bagge, & Gratz, 2012). 특히 경계선 성격장애 환자의 증가된 자살 시도와 관련하여, 높은 고통 감내력 자체가 문제이기보다는 자살 시도에 따르는 혐오적인 내적 상태를 견디는 능력의 상승이 이러한 양상을 초래하는 것으로 설명되었다. 이러한 결과를 종합하면, 일정 수준 이상의 고통 감내력이 부적응적 양상을 유발할 수도 있을 것이라는 처음의 의문에서 출발하여, 고통 감내력의 수준과 구분되어 개인에게 병리적으로 작용하는 고통 과잉감내력이라는 개념의 필요성에 이를 수 있다.

고통 과잉감내력은 여러 유사 개념들과 차이가 있다. 예를 들어 고통스러운 상황에서 벗어나지 못한다는 점에서 학습된 무기력과 비슷하지만, 고통 과잉감내력에서는 상황을 스스로 견디려는 의지가 내재한다는 점에서 구별된다. 고통스러운 상황을 바꾸지 않고 스스로를 통제한다는 점에서 과도한 자기통제와 흡사할 수 있다. 하지만 자기통제 행동은 불안을 감소시키기 위한 목적이 있는 반면, 고통 과잉감내력은 불안을 감소시키려는 목적이 없다는 점에서 중복되지 않는 심리적 특성으로 이해된다.

이러한 고통 과잉감내력은 행동적 측면에서 다양한 특징과 연관될 수 있다(Lynch & Mizon, 2011). 고통스러운 경험으로부터 즉시 벗어나지 못하고, 부정 정서에 대하여 적응적이거나 회피적인 대응보다 부적응적인 수단(알코올, 약물, 쇼핑 등)에 의존하며 완벽주의적인 행동을 보이기도 한다. 고통을 과도하게 참는 사람들에게서 경직된 인지, 정서 억제, 지나친

완벽주의 성향을 찾을 수 있는 것이다.

세부적으로 살펴보면, 인지적 경직성(cognitive rigidity)은 이와 대비되는 개념인 인지적 유연성(cognitive flexibility)의 다양한 정의를 고려했을 때, 자신이 처한 상황 속에서 다른 대처 방안을 인식하는 능력의 부재나 그러한 경향성이라고 말할 수 있다(Dennis & Vander Wal, 2010; Martin & Rubin, 1994; Thurston & Runco, 1999). 인지적 경직성은 행동 양식이나 스트레스 관리에 영향을 주는데, 인지적 경직성이 높을수록 반응 범위가 제한되고 스트레스 상황에 대하여 경직된 대처 양식을 사용하는 것으로 알려져 있다(Martin & Rubin, 1994; Shapiro, 1981). 이러한 인지적 경직성은 스트레스 상황에서 즉시 회피하거나 적응적으로 견뎌내지 못하고 그저 참아내야 한다는 경직된 인지를 보여주는 고통 과잉감내력과 연관될 것으로 보인다.

또한 완벽주의(perfectionism)는 다차원적인 구성 개념으로 다양한 분류가 시도되고 있다(Dunkley, Blankstein, Halsall, Williams, & Winkworth, 2000; Rice, Ashby, & Slaney, 1998). 특히, 완벽주의는 긍정 완벽주의와 부정 완벽주의로 구분할 수 있다. 긍정 완벽주의는 자신이 원하는 결과를 달성하기 위한 완벽주의로 긍정적 정서 결과(행복), 원만한 적응, 낮은 자기비난과 관련되며, 부정 완벽주의는 원하지 않는 결과(타인의 부정적 평가 등)를 피하기 위한 완벽주의로 부정적 정서 결과, 이분법적 사고, 높은 자기비난과 연관된다(김하경, 2009). 고통 과잉감내력은 부정적 평가에 대한 두려움뿐만 아니라 완벽주의 성향과 약한 정적 상관관계가 있는 것으로 알려져 있다(Gorey, Rojas, & Bornovalova, 2018). 그러나 구체적으로 어떠한 양상의 완벽주의가 고통 과잉감내력에

영향을 미치는 것인지에 대한 탐색이 부족하였다. 고통 과잉감내력이 높을수록 부정적 평가에 대한 두려움을 보이며 대안적인 해결책을 찾지 못하고 그저 견디는 특성을 보인다는 점에서 부정 완벽주의와 관련되는 것으로 보인다. 따라서 부정 완벽주의 성향과 고통 과잉감내력의 관계를 살펴볼 필요가 있다.

아울러 Gratz와 Roemer(2004)에 따르면 정서조절(emotion regulation)은 자신의 정서를 인식하고, 이 정서에 따르는 반응을 융통성 있게 조절할 수 있는 능력이다. 그리고 이러한 정서조절의 실패가 만성적으로 나타나는 것을 정서조절 곤란(emotion dysregulation)이라고 한다(Cole, Michel, & Teti, 1994). 정서조절 곤란은 우울, 불안, 심리적 안녕감, 삶의 만족도와 유의미한 상관을 보이며, 부적응적인 행동(과잉행동 또는 행동 억제)을 불러일으키는 것으로 알려져 있다(조용래, 2007). 이를 고려할 때, 고통 과잉감내력은 현재 경험되는 상당한 정서적 고통을 수용하지 못하고, 목표와 상황에 맞게 정서적 반응들을 조절하지 못하며 적응적인 정서조절전략을 사용하지 못한 결과로 고통스러운 상황을 그저 참기만 하는 과도한 감내 행동과 관련된 것일 가능성이 있으며, 이러한 관계에 대한 탐색이 필요하다.

이러한 심리적 특성들과 고통 과잉감내력의 관계를 보다 구체화할 수 있다. 우선 인지적 경직성은 부적응적 정서조절 전략과 정적 상관관계, 적응적 정서조절 전략과는 부적 상관관계를 가진다(임선영, 권석만, 2012). 또한 인지적 경직성이 낮을수록 정서조절 곤란의 수준이 낮아지는 것으로 알려져 있다(김수민, 현명호, 2018). 즉, 인지적 경직성 수준이 높은 사람들이 상황에서 기인하는 심리적 어려움에 유연하게 대응하지 못하고 정서적으로 경직된 대

쳐 양상을 보일 수 있다. 아울러 완벽주의 성향이 높을수록 정서 인식 및 수용이 부족하고, 부적응적 정서조절 전략을 사용한다(고희경, 현명호, 2009; Deci & Ryan, 1985). Aldea와 Rice(2006)는 완벽주의 성향을 평가 염려 완벽주의와 개인 기준 완벽주의로 구분하였으며 이들이 심리적 고통으로 이어지는 경로에서 정서조절 곤란이 완전매개하는 것으로 보고하였다. 고통 과잉감내력이 고통스러운 상황에서 그저 견디기만 하는 부적응적 대처 전략이나 행동적 특성을 보이는 경향을 일컫는 개념임을 고려할 때, 개인의 인지적, 정서적 특성이 고통 과잉감내력에 영향을 미칠 것으로 짐작된다. 이를 종합하면, 인지적 경직성 및 부정 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력에 영향을 미치는 경로에서 정서조절 곤란이 매개할 것이라고 가정할 수 있다. 이러한 관계를 확인하여 개인의 인지적/정서적 특성이 고통 과잉감내력에 영향을 주는 과정을 밝히면서 고통 과잉감내력에 대한 치료적 접근의 단서를 찾을 수 있을 것이다.

그러나 지금까지 고통 과잉감내력을 측정할 수 있는 도구가 국내에 사실상 부재하였으며, 이로 인해 고통 과잉감내력에 관한 연구가 시도되지 못하였다. 이동현과 김향숙(2021)은 국외 척도를 번안 및 타당화하였으나, 고통 과잉감내력의 특성을 반영한 문항 4개를 탈락시켰다는 점에서 한계가 있다. 따라서 연구1에서는 우선적으로 고통 과잉감내력을 측정할 수 있는 도구를 확보하기 위해 고통 과잉감내력 척도(Distress Overtolerance Measure: 이하 DOM)를 새롭게 번안하고, 그 신뢰도와 타당도를 살펴볼 것이다. 더 나아가, 연구2에서는 인지적 경직성과 완벽주의, 정서조절 곤란 등의 심리적 특성들과 고통 과잉감내력의 관계

를 확인하고 이를 검증하고자 한다.

## 연구 1. 고통 과잉감내력 척도의 타당화

연구 1에서는 고통 과잉감내력을 신뢰롭고 타당하게 측정할 수 있는 도구를 마련하기 위해 Gorey et al.(2018)이 개발한 DOM의 번안과 타당화를 시도하였다. 이 과정에서 한국어로 번안된 DOM에 대하여 전문가들의 검토를 거쳤고, 국내에서 수집한 자료로 내적 합치도를 통한 신뢰도 분석을 실시하였으며, 확인적 요인분석을 통한 구성 타당도, 그리고 관련 척도들을 사용한 공존 및 변별 타당도 분석도 진행하였다. 특히 고통 과잉감내력이 고통 감내력, 삶의 만족도와 부적 상관을, 부적 정서와 정적 상관을 보일 것으로 가정하였다. DOM의 피해 수용력 요인은 고통 감내력의 하위 요인인 ‘감내력 및 몰두, 평가, 조절 요인’과 부적 상관을, DOM의 부정적 평가에 대한 두려움 요인은 ‘부정적 평가에 대한 두려움 척도’와 정적 상관을 보일 것으로 예상하였다.

## 방 법

### 연구대상

연구 참여자는 서울 소재 4년제 대학교에서 심리학 강의를 수강하는 대학생과 학내 커뮤니티 사이트를 이용하는 대학생 및 대학원생을 포함한 만 18세 이상의 성인을 대상으로 온라인 설문을 실시하였다. 설문을 완료한 참여자 290명 가운데 불성실하거나 중복 참여한

응답을 제외한 총 273명의 자료를 분석 대상으로 하였다. 연구 참여자들의 평균 연령은 만 21.15세(표준편차 3.11)였으며, 성별은 남성이 152명(55.7%), 여성이 121명(44.3%)이었다. 직업을 살펴보면 대학생 248명(90.8%), 대학원생 17명(6.2%), 기타 8명(2.9%)의 구성을 보였다. 연구의 모든 과정은 연구자들이 소속된 기관의 생명윤리위원회(IRB) 승인을 받은 뒤 진행되었다(IRB No. 1906/001-003).

#### 측정도구

##### **고통 과잉감내력 척도(Distress Overtolerance Measure: DOM)**

Gorey et al.(2018)이 고통 과잉감내력 수준을 측정하기 위해 개발한 자기보고식 척도로, 피해 수용력 11문항, 부정적 평가에 대한 두려움 5문항으로 구성되어 있으며 6점 리커트 척도로 평정하게 된다. 원저자의 연구에서 전체 척도의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .86, 하위 요인인 피해 수용력은 .90, 부정적 평가에 대한 두려움은 .81로 나타났다.

##### **고통 감내력 척도(Distress Tolerance Scale: DTS)**

Simons와 Gaher(2005)이 고통 감내력 수준을 측정하기 위해 개발한 척도로, 총 15문항이며 5점 리커트 척도로 평정된다. 점수가 낮을수록 고통 감내력이 높은 것이지만, 본 연구에서는 직관적 이해를 돕기 위해 역채점을 하였고, 점수가 높을수록 고통 감내력이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 박성아(2010)가 번안하고 타당화한 척도를 사용하였다. 박성아(2010)의 연구에서 고통 감내력 척도의 전체 내적 합치도는 .91, 하위 요인인 조절은 .71,

감내력과 몰두는 .90, 평가는 .83으로 나타났다. 2주 간격 검사-재검사 신뢰도는 전체 검사가 .77, 조절이 .66, 감내력과 몰두가 .73, 평가가 .63으로 보고되었다. 본 연구에서 전체 검사의 내적 합치도는 .88, 조절이 .69, 감내력과 몰두가 .85, 평가가 .76으로 나타났다.

##### **부정적 평가에 대한 두려움 척도(Fear of Negative Evaluation scale: FNE)-단축형**

Watson과 Friend(1969)가 부정적 평가와 관련된 두려움을 측정하기 위해 30문항으로 개발하였으며, Leary(1983)가 전체 점수와 .50 이상의 상관이 있는 문항을 선별하여 12문항의 단축형으로 제작하였고, 5점 리커트 척도로 평정하게 된다. 본 연구에서는 이정윤과 최정훈(1997)이 번안 및 타당화한 단축형 척도를 사용하였다. 이정윤과 최정훈(1997)에 따르면 내적 합치도는 대학생 집단에서 .90, 일반인 집단에서 .92, 사회공포증 환자 집단에서 .89로 나타났다. 4주 간격 검사-재검사 신뢰도는 .80으로 보고되었다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .90이었다.

##### **긍정 정서 및 부정 정서 척도(Positive Affect and Negative Affect Schedule: PANAS)**

Watson, Clark과 Tellegen(1988)이 최근 경험한 정적 정서와 부적 정서의 정도를 측정하기 위해 개발한 도구로, 정적 정서 9문항, 부적 정서 11문항으로 이루어져 있으며, 5점 리커트 척도로 평정된다. 국내에서는 이현희, 김은정, 이민규(2003)가 번안하고 타당화하였다. 이현희 등(2003)의 연구에서 전체 내적 합치도는 .84였으며, 정적 정서도 .84, 부적 정서는 .87로 보고되었다. 본 연구에서는 전체 내적 합치도가 .87이었으며, 정적 정서가 .88, 부적 정서가

.90이었다.

### **삶의 만족도 척도(Satisfaction with Life Scale: SLS)**

Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 주관적으로 지각된 삶의 만족도를 측정하기 위해 개발한 설문으로, 한국판은 조명환과 차경호(1998)가 번안하고 타당화하였다. 5문항으로 구성되어 있으며, 7점 리커트 척도로 평정하게 된다. 박정현과 서은국(2005)의 연구에서 보고된 내적 합치도는 .89였으며, 본 연구에서 내적 합치도는 .85로 나타났다.

절차

#### **1단계: 문항 번안**

우선, DOM의 원 개발자인 Claire M. Gorey로부터 한국판 번안에 대한 허가를 받았고 연구자가 문항 내용을 일차적으로 번역하였다. 이어서 내용 타당도의 확립을 위해 임상심리 전문가 7명의 검토를 거쳐 수정하였다. 미국에서 10년 이상 거주하여 한국어와 영어에 능통하고 국내에서 심리학 석사 과정 중인 대학원생 2명이 영문으로 역번역하였고 이를 원판의 문항과 비교하였다. 최종적으로 심리학 교수의 검토를 거쳐 수정하였으며, 문화적 차이 및 응답층의 연령대를 고려하여 적절한 문항을 결정하였다.

#### **2단계: 확인적 요인분석**

번안된 DOM의 요인 구조가 원 척도와 같이 피해 수용력과 부정적 평가에 대한 두려움이라는 2요인으로 구성되어 있는지 살펴보고, 번안을 거치면서 불안정해진 문항을 파악하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다.

#### **3단계: 신뢰도 및 타당도 확인**

번안된 DOM의 신뢰도를 확인하기 위해 전체 검사의 내적 합치도와 요인별 내적 합치도를 살펴보았다. 또한 DOM과 이론적으로 관련되어 있는 심리적 특성들을 측정하는 척도들과의 상관을 분석하여 공존 타당도와 변별 타당도를 확인하였다.

통계 분석

연구 1에서는 SPSS 25.0을 사용하여 수집된 자료들에 대한 기술통계 분석, 신뢰도 분석, 상관 분석을 수행하였다. 또한 확인적 요인 분석은 Mplus version 7을 사용하여 진행하였다. 모형의 모수 추정은 최대우도법(maximum likelihood method)으로 실시했다. 모형의 적합도 파악 및 평가를 위해 카이제곱치( $\chi^2$ ), TLI 또는 NNFI (Tucker - Lewis Index 또는 Non-Normed Fit Index), CFI (Comparative Fit Index), RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation)를 사용했다.

## **결 과**

### **DOM의 문항별 특성**

연구 1의 참여자 273명에게서 수집한 DOM 문항들의 평균 및 표준편차를 표 1에 제시하였다. 또한 모든 문항에 대하여 왜도 및 첨도의 절대값이 각각 2와 7을 넘지 않았으며 이에 따라 자료가 정규분포를 따른다고 가정할 수 있다(West, Finch, & Curran, 1995).

표 1. DOM의 문항별 평균 및 표준편차, 요인 부하량, 문항-총점 간 상관계수 ( $N = 273$ )

문항내용	평균	표준 편차	요인 부하량		상관 계수
			요인1 (CH)	요인2 (FN)	
1. 나는 부정적 감정들을 그저 참지 말고 어떻게 다룰지 알게 된다면 더 행복해질 것이다.	5.03	.89	.09		.16**
2. 나는 부정적 감정이나 상황들을 너무 오래 참아서, 기분 증진을 위해 다른 방법에 의지한다.(음주, 약물 사용, 쇼핑, 과식 등)	3.32	1.30	.47		.52**
3. 고통스러운 일이 끝나면, 내가 다른 사람들에 비해 많은 수고를 들였음을 종종 알게 된다.	3.68	1.15	.42		.50**
4. 과도한 스트레스를 그저 견디는 것으로 인해 나의 문제 행동들이 나타난다.	3.48	1.18	.60		.59**
5. 안 좋은 일들은 나 자신을 너무 채찍질할 때 발생하는 경향이 있다.	3.74	1.26	.60		.61**
6. 내가 고통을 참는 것이 정신적/신체적 건강에 얼마나 영향을 미치는지 잘 고려하지 않는다.	3.70	1.34	.54		.62**
7. 때때로 부정적 감정들을 견디느라 나에게 무엇이 최선인지 잇는다.	3.68	1.31	.70		.68**
8. 내버려둘 수 없는 많은 스트레스와 부정적인 느낌들이 내면에 점점 쌓인다.	3.68	1.37	.69		.68**
9. 매우 스트레스 받는 상황에서도 포기하지 않아서 내게 해로운 일들이 발생한다.	3.25	1.20	.76		.73**
10. 나는 고통을 너무 참아서 나의 개인적, 직업적 삶에 피해를 가져오기 시작한다.	2.92	1.30	.78		.73**
11. 나는 고통스러운 상황에서 포기해야 하는 순간을 생각하면 스스로에게 매우 화가 난다.	3.63	1.36	.51		.60**
12. 내가 어려운 과업을 해내지 못하면 사람들은 내가 '나약'하다고 생각할 것이다.	3.74	1.40	.62		.65**
13. 나는 스트레스 받는 일이 건강과 행복에 미치는 부정적인 영향보다 일의 완수를 더 신경 쓴다.	3.55	1.35	.71		.65**
14. 나는 지나친 스트레스에도 불구하고 일을 지속해서 사람들은 내가 어떤 감정인지 알아채지 못할 것이다.	3.60	1.28	.71		.68**
15. 나는 종종 남들이 하는 것보다 더 스스로를 채찍질한다.	3.95	1.30	.73		.70**
16. 스트레스 받는 일을 끝까지 해내지 못하는 것에 변명의 여지는 없다.	3.66	1.26	.68		.64**

주. DOM = Distress Overtolerance Measure. CH = Capacity for Harm subscale, FN = Fear of Negative evaluation subscale.

\*\*  $p < .01$

확인적 요인분석

DOM에 대하여 원 척도에서 가정한 2요인 모형이 적합한지 알아보기 위해 확인적 요인 분석을 실시하였다. 연구 모형은 하위 요인이 피해 수용력과 부정적 평가에 대한 두려움으로 이루어진 2요인 모형이다. 비교 모형은 16 문항 전체를 1요인 구조로 간주한 모형으로 하였다.

확인 결과, 1요인 모형은  $\chi^2(104) = 346.88$ , TLI = .82, CFI = .84, RMSEA = .09 (90% 신뢰구간 .08~.10)로 나타났으며, 1요인 모형은 합당한 모형이라고 말할 수 없다(홍세희, 2000; Browne & Cudeck, 1992). 반면에 2요인 모형은  $\chi^2(103) = 272.25$ , TLI = .87, CFI = .89, RMSEA = .07 (90% 신뢰구간 .06~.08)로 나타났고, 전반적으로 합당한 모형이라고 말할 수 있다. 이에 연구 모형인 2요인 모형이 더 적절하다고 판단된다.

이어서 2요인 모형에 대하여 확인적 요인 분석을 실시한 결과를 표 1에 제시하였다. 1번 문항의 요인 부하량이 .09로 나타났으며, .40 미만이므로 제거하는 것을 고려해볼 수 있다. 1번 문항을 제거한 수정된 2요인 모형의 적합

도 지수는  $\chi^2(104) = 274.12$ , TLI = .87, CFI = .89, RMSEA = .07 (90% 신뢰구간 .06~.08) 이었다. 이는 1번 문항을 포함하고 있는 연구 모형과 크게 다르지 않은 결과이다.

또한 연구 모형과 수정된 2요인 모형의 비교를 위해 정보 지수(information criterion)를 살펴 보았다. 그 결과, 연구 모형의 정보 지수는 AIC = 13076.80, BIC = 13253.67이었으며 수정된 2요인 모형의 정보 지수는 AIC = 13076.68, BIC = 13249.93으로 두 모형 간의 차이가 거의 없었다. 특히, 1번 문항은 DOM 구성에 있어서 필요한 문항 내용을 포함하고 있으므로 1번 문항을 DOM의 최종 문항에 포함하였다. DOM의 총점과 하위 요인의 평균 및 표준편차, 상관계수는 표 2에 제시하였다.

신뢰도

16문항으로 최종 확정된 고통 과잉감내력 척도의 신뢰도를 알아보기 위해 Cronbach's  $\alpha$  를 산출하였다. 전체 문항의 내적 합치도가 .89로 나타났으며 특정 문항을 삭제하더라도 내적 합치도가 크게 상승하지 않았다(.88~.90). 하위 요인인 피해 수용력은 .84, 부정적 평가

표 2. DOM의 총점 및 요인별 척도범위와 평균, 표준편차, 상관계수 (N = 273)

		척도범위(점)	평균 (표준편차)	상관계수		
				총점	CH	FN
DOM	총점	16~96	58.62(12.52)	-		
	CH	11~66	40.12(8.49)	.96**	-	
	FN	5~30	18.49(5.01)	.88**	.70**	-

주. DOM = Distress Overtolerance Measure, CH = Capacity for Harm subscale, FN = Fear of Negative evaluation subscale.

\*\*  $p < .01$



에 대한 두려움은 .82였으며 내적 합치도가 모두 높은 수준을 보였다. 각 문항과 총점 간 상관계수의 범위를 살펴보면 1번 문항 외에는 .50~.73으로 적절한 수준의 상관 계수를 보였다.

공존 타당도 및 변별 타당도

교통 과잉감내력과 관련된 구성개념을 측정하는 여러 척도들과의 상관관계를 분석하여 표 3에 제시하였다. 그 결과, DOM과 DTS의 총점 간 상관은  $r = -.50$  ( $p < .01$ )으로 중간 정도의 부적 상관을, DOM과 교통 대처 행동을 억제하는 정도를 측정하는 DTS 조절 요인과의 상관은  $r = -.29$  ( $p < .01$ )로 약한 부적 상관을 나타냈다. 또한 DOM과 PANAS 부정 정서의 상관은  $r = .49$  ( $p < .01$ )로 중간 정도

의 정적 상관을 보였고, SLS와의 상관은  $r = -.29$  ( $p < .01$ )로 약한 부적 상관을 보였다.

DOM의 하위 요인을 살펴보면, 피해 수용력 요인은 교통에 대한 몰입에서 벗어나 교통을 처리하는 정도를 나타내는 DTS 감내력 및 몰두 요인과의 상관이  $r = -.52$  ( $p < .01$ )로 중간 정도의 부적 상관을 보였으며, 교통을 긍정적으로 평가하고 수용하는 정도를 나타내는 DTS 평가 요인과의 상관이  $r = -.48$  ( $p < .01$ )로 중간 정도의 부적 상관을 보였다. DTS 조절 요인과는  $r = -.29$  ( $p < .01$ )로 약한 부적 상관이 나타났다. 부정적 평가에 대한 두려움 요인은 FNE와의 상관이  $r = .45$  ( $p < .01$ )로 중간 정도의 정적 상관을 나타냈다. 이를 통해 DOM과 그 하위 요인들의 공존 타당도와 변별 타당도를 확인하였다.

표 3. DOM과 관련 척도 간 피어슨 상관계수 ( $N = 273$ )

	척도	DOM		
		총점	CH	FN
DTS	총점	-.50**	-.53**	-.35**
	조절	-.29**	-.29**	-.22**
	감내력 및 몰두	-.50**	-.52**	-.37**
	평가	-.44**	-.48**	-.29**
FNE		.45**	.40**	.45**
PANAS	정적 정서	-.08	-.10	-.01
	부적 정서	.49**	.51**	.37**
SLS		-.29**	-.31**	-.19**

주. DOM = Distress Overtolerance Measure, DOM CH = DOM Capacity for Harm subscale, DOM FN = DOM Fear of Negative evaluation subscale, DTS = Distress Tolerance Scale, FNE = Fear of Negative Evaluation scale, PANAS = Positive Affect and Negative Affect Schedule, SLS = Satisfaction with Life Scale.

\*\*  $p < .01$

## 논 의

연구 1에서는 고통을 과도하게 감내하는 고통 과잉감내력 척도를 한국어로 번안하고 타당화하였다. 그 결과, DOM은 원 척도와 같이 피해 수용력 및 부정적 평가에 대한 두려움으로 구분되는 2요인 구조가 가장 적합하였으며, 내적 합치도가 높은 수준이었고, 1번 문항 외에는 문항-총점 간 상관계수가 적절한 수준이었다. 아울러 1번 문항을 제외하더라도 모형의 적합도 지수 및 정보 지수, 신뢰도가 유의미하게 상승하지 않았으며, 1번 문항의 내용은 부정적인 감정을 수용해내지 못하는 고통 과잉감내력의 특성을 반영하기 때문에 최종 문항에서 제외하지 않았다.

그리고 DOM은 DTS, SLS와 유의한 부적 상관을, PANAS 부적 정서와 유의한 정적 상관을 보였다. 또한 DOM의 하위 요인에서 피해 수용력은 DTS의 감내력 및 몰두, 평가, 조절 요인과 유의한 부적 상관을 보였으며, DOM의 부정적 평가에 대한 두려움은 FNE와 유의한 정적 상관을 보였다. 이러한 결과는 연구 1에서의 가설이 타당함을 검증하여, DOM이 고통 과잉감내력을 측정할 수 있는 척도임을 시사한다.

살펴보았다. 그 중에서 인지적 경직성은 대안과 통제의 2가지 요인으로 구분할 수 있다. 대안 요인은 주어진 상황에서 다른 방안을 선택할 수 있음을 인지하는 것이며, 통제 요인은 어려운 상황을 변화시킬 능력이 있음을 지각하는 것을 뜻한다. 허심양(2011)은 통제 요인이 개인의 상황적 대처와 관련되며 인지적 경직성을 결정하는 보다 핵심적인 변인이라고 하였으며, 본 연구에서도 인지적 경직성-통제를 중심으로 살펴보았다.

연구 2에서의 가설은 다음과 같다. 1) 인지적 경직성-통제가 높을수록 고통 과잉감내력이 높을 것이다. 2) 부정 완벽주의 성향이 높을수록 고통 과잉감내력이 높을 것이다. 3) 정서조절 곤란 수준이 높을수록 고통 과잉감내력이 높을 것이다. 4) 인지적 경직성-통제와 부정 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력으로 이어지는 경로를 정서조절 곤란이 매개할 것이다. 4-1) 인지적 경직성-통제가 고통 과잉감내력으로 이어지는 경로를 정서조절 곤란이 매개할 것이다. 4-2) 부정 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력으로 이어지는 경로를 정서조절 곤란이 매개할 것이다.

## 방 법

### 연구 2. 인지적 경직성과 완벽주의, 정서조절 곤란이 고통 과잉감내력에 미치는 영향

연구 2에서는 연구 1에서 타당화된 DOM을 사용하여 인지적 경직성과 부정 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력에 미치는 영향을 확인하고, 정서조절 곤란이 그 영향을 매개하는지

연구대상

연구 1과 동일한 참여자 273명을 대상으로 하여 온라인 설문을 실시하였다.

측정도구

고통 과잉감내력 척도(Distress Overtolerance

**Measure: DOM)**

고통 과잉감내력을 측정할 수 있도록 연구 1에서 번안하고 타당화한 척도를 사용하였다.

**인지적 유연성 검사(Cognitive Flexibility**

**Inventory: CFI)**

Dennis와 Vander Wal(2010)이 인지적 유연성을 측정하기 위해 개발한 도구로, 국내에서는 허심양(2011)이 번안하고 타당화하였다. 한국판은 대안 요인 11문항, 통제 요인 8문항으로 구성되어 있고, 7점 리커트 척도로 평정하게 된다. 점수가 높을수록 인지적 유연성이 높은 것을 의미하지만, 역채점을 통해 인지적 경직성 수준을 의미하도록 변환하였다. 허심양(2011)이 보고한 전체 내적 합치도는 .86이며, 대안 요인은 .87, 통제 요인은 .84였다. 2주 간격 검사-재검사 신뢰도는 전체 검사가 .87, 대안 요인이 .84, 통제 요인이 .85로 나타났다. 본 연구에서는 전체 내적 합치도가 .90이었으며 대안 요인도 .90, 통제 요인이 .84였다.

**한국판 정서조절 곤란 척도(Korean version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: K-DERS)**

Gratz와 Roemer(2004)가 정서조절 곤란의 정도를 측정하기 위해 개발한 질문지로, 한국판은 조용래(2007)가 번안하고 타당화하였다. 충동통제 곤란 5문항, 정서에 대한 주의/자각 부족 7문항, 정서에 대한 비수용성 7문항, 정서적 명료성 부족 3문항, 정서조절전략 접근 제한 5문항, 목표지향행동 수행 어려움 3문항으로 구성되어 있고, 5점 리커트 척도로 평정하게 된다. 조용래(2007)의 연구에서 전체 내적 합치도는 .93이었고 6개 하위 요인들의 내적 합치도는 .73~.90으로 나타났다. 2주 간격 검

사-재검사 신뢰도는 전체 검사가 .90, 6개 하위 요인이 .79~.86으로 보고되었다. 본 연구에서의 전체 내적 합치도는 .94였고, 6개 하위 요인이 .77~.93으로 나타났다.

**한국판 긍정 및 부정 완벽주의 척도(Korean version of Positive and Negative Perfectionism scale: K-PNP)**

Terry-Short, Owens, Slade와 Dewey(1995)가 긍정 완벽주의 성향과 부정 완벽주의 성향의 수준을 구분하여 측정하기 위해 40문항으로 개발한 척도로, Haase와 Prapavessis(2004)가 19문항으로 단축하였다. 국내에서는 김하경(2009)이 단축형 척도를 번안하고 타당화하였으며, 긍정 완벽주의 7문항, 부정 완벽주의 12문항으로 이루어졌고, 5점 리커트 척도로 평정하게 된다. 김하경(2009)의 연구에 따르면 전체 내적 합치도는 .82였고, 60일 간격 검사-재검사 신뢰도는 .75였다. 본 연구에서는 전체 척도의 19문항 중에서 부정 완벽주의 성향을 측정하는 12문항을 사용하였으며, 내적 합치도는 .89였다.

**통계 분석**

연구 2에서는 수집된 자료들에 대한 기술통계 분석, 신뢰도 분석, 상관 분석을 위해 SPSS 25.0을, 구조방정식 분석에는 Mplus version 7을 사용하였다. 먼저, 가설 모형의 적합도를 살펴보기 위해 카이제곱치( $\chi^2$ ), TLI(또는 NNFI), CFI, RMSEA를 활용했다. 또한 가설 모형과 경쟁 모형의 비교를 위해 카이제곱치( $\chi^2$ ) 차이 검증을 실시하여 최종 모형을 선택하였다. 매개효과의 검증에서는 Bootstrapping 방법을 사용하였다. 아울러 구조방정식 분석 과정에서

다변량 정규분포 가정을 만족시키기 위해 특정한 잠재변인(인지적 경직성-통제, 부정 완벽주의 성향)에 대하여 요인 부하량 크기에 따라 문항 묶음(item parceling)을 실시하였다(Bandalos, 2002). 원 척도에서 요인 구조가 가정된 문항의 경우에는 제안된 요인 구조를 그대로 적용하였다.

### 결 과

#### 기술통계

연구 2에서 다루는 변인들의 왜도 절대값 및 첨도 절대값이 각각 2와 7을 넘지 않았으며, 측정 변인들이 정규성 가정을 충족한다고 볼 수 있다(West, Finch, & Curran, 1995). 변인 간 상관 분석의 결과는 표 4에 제시하였다. 인지적 경직성-통제는 고통 과잉감내력과의 상관이  $r = .48$  ( $p < .01$ )로 유의미한 정적 상관을 나타냈다. 부정 완벽주의 성향도 고통 과잉감내력과의 상관이  $r = .61$  ( $p < .01$ )로 유의미한 정적 상관을 보였으며, 정서조절 곤란 역시 고통 과잉감내력과의 상관이  $r = .53$  ( $p < .01$ )으로 유의미한 정적 상관을 나타냈다.

#### 연구 모형 검증

확인적 요인분석을 실시하여 연구 2에서 사용된 측정변인들이 잠재변인들을 타당하게 구인하는지 살펴보았다. 측정 모형의 적합도 지수는  $\chi^2(71) = 195.90$ , TLI = .92, CFI = .94, RMSEA = .08 (90% 신뢰구간 .06~.09)로 나타났으며, 측정 모형이 자료에 적합하다고 말할 수 있다.

측정 모형에 포함된 잠재변인들에 대하여 측정 변인들의 요인 부하량이 모두 유의미한 것으로 나타났으며( $p < .001$ ), 정서조절 곤란의 요인2가 .21의 요인 부하량을 보인 것을 제외하고 대부분의 요인 부하량은 .40 이상으로 나타나 수렴 타당도가 확보되었다. 또한 모든 잠재변수 간 상관 계수가 .58~.70이었으며 .90보다 작으므로 변별 타당도가 확보되었다(그림 1).

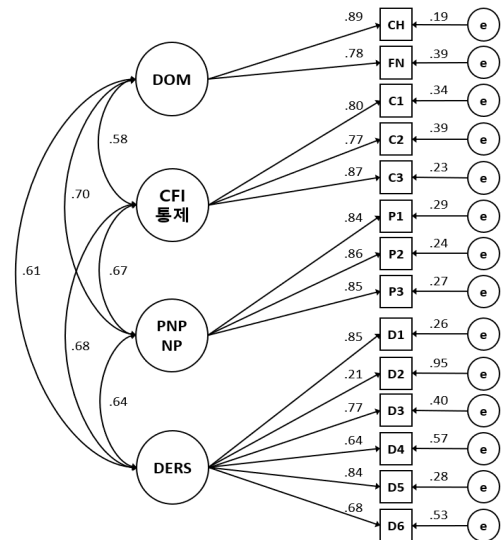


그림 1. 측정 모형 검증 결과

주. DOM = Distress Overtolerance Measure, CH = DOM Capacity for Harm subscale, FN = DOM Fear of Negative evaluation subscale, CFI 통제 = Cognitive Flexibility Inventory 통제 요인, PNP = Positive and Negative Perfectionism scale, PNP NP = PNP Negative Perfectionism subscale, DERS = Difficulties in Emotion Regulation Scale, D1 = DERS 충동통제곤란, D2 = DERS 정서에 대한 주의/자각 부족, D3 = DERS 정서에 대한 비수용성, D4 = DERS 정서적 명료성 부족, D5 = DERS 정서조절전략 접근 제한, D6 = DERS 목표지향행동 수행 어려움.

표 4. 연구 2에서 사용된 척도 간 피어슨 상관 계수 (N = 273)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. DOM													
2. DOM CH	.96**												
3. DOM FN	.88**	.70**											
4. CFI	.25**	.27**	.16**										
5. CFI 대안	-.03	-.01	-.07	.87**									
6. CFI 통제	.48**	.49**	.36**	.83**	.44**								
7. PNP NP	.61**	.57**	.55**	.36**	.07	.57**							
8. DERS	.53**	.53**	.42**	.49**	.24**	.62**	.59**						
9. DERS 요인1	.45**	.46**	.35**	.38**	.17**	.49**	.48**	.85**					
10. DERS 요인2	.12*	.11	.12*	.47**	.43**	.37**	.22**	.41**	.14*				
11. DERS 요인3	.48**	.48**	.38**	.31**	.10	.45**	.50**	.85**	.68**	.15*			
12. DERS 요인4	.43**	.43**	.35**	.31**	.13*	.41**	.41**	.72**	.55**	.32**	.55**		
13. DERS 요인5	.49**	.50**	.38**	.42**	.17**	.57**	.54**	.83**	.72**	.14*	.64**	.51**	
14. DERS 요인6	.30**	.32**	.20**	.25**	.04	.41**	.39**	.68**	.64**	.06	.47**	.41**	.59**

주. DOM = Distress Overtolerance Measure, DOM CH = DOM Capacity for Harm subscale, DOM FN = DOM Fear of Negative evaluation subscale, CFI = Cognitive Flexibility Inventory, PNP = Positive and Negative Perfectionism scale, PNP NP = PNP Negative Perfectionism subscale, DERS = Difficulties in Emotion Regulation Scale, DERS 요인1 = DERS 충동통제곤란, DERS 요인2 = DERS 정서에 대한 주의/자각 부족, DERS 요인3 = DERS 정서에 대한 비수용성, DERS 요인4 = DERS 정서적 명료성 부족, DERS 요인5 = DERS 정서조절전략 접근 제한, DERS 요인6 = DERS 목표지향행동 수행 어려움.

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

구조모형 검증

인지적 경직성-통제, 부정 완벽주의 성향, 정서조절 곤란과 고통 과잉감내력의 구조적 관계를 확인하고자 하였다. 앞서 선행연구를 통해 살펴보았듯 인지적 경직성-통제와 부정 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력에 직접 영향을 미치는 경로(직접 효과)와 정서조절 곤란의 매개를 통해 간접적으로 영향을 미치는 경로(간접 효과)로 이루어진 부분매개모형을 가설 모형으로 삼았다(그림 2). 또한 인지적 경직성-통제 및 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력으로 향하는 직접 효과를 직접적으로 지지하는 연구가 부족한 실정을 고려하여, 인지적 경직성-통제의 직접 효과를 제외한 경쟁 모형 1(그림 3)과 완벽주의 성향의 직접 효과를 제외한 경쟁 모형 2(그림 4)를 구성하였고, 직접 효과를 모두 제외한 완전매개모형을 경쟁 모형 3(그림 5)으로 하여 세 모형을 비교하였다. 이러한 시도를 통해 얻어지는 최종 모형은 다양한 심리적 특성들과 고통 과잉감내력의 관계를 확인하여 고통 과잉감내력에 대한 이해를 높이고, 치료 계획 및 개입 방향을 구체화하는 것에 기여할 수 있다.

먼저 부분매개모형인 가설 모형의 적합도를 검증한 결과, 적합도 지수는  $\chi^2(71) = 195.902$ , TLI = .929, CFI = .944, RMSEA = .080 (90% 신뢰구간 .067~.094)으로 나타났다. 이를 통해 가설 모형이 자료에 적합하다고 말할 수 있다. 다음으로 혼합모형인 경쟁 모형 1의 적합도 지수는  $\chi^2(72) = 198.174$ , TLI = .929, CFI = .944, RMSEA = .080 (90% 신뢰구간 .067~.094)으로 나타났다. 경쟁 모형 1은 가설 모형과 적합도 지수가 유사하였으며, 경쟁 모형 1도 자료에 적합

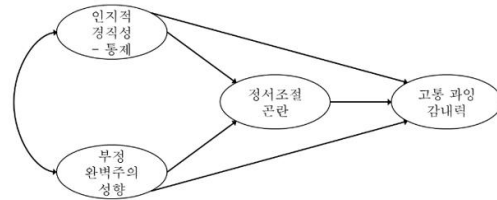


그림 2. 가설 모형 (부분매개모형)

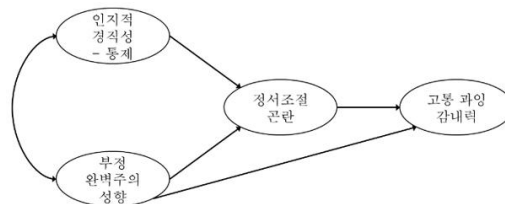


그림 3. 경쟁 모형 1 (혼합모형)

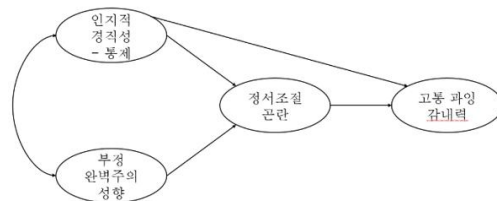


그림 4. 경쟁 모형 2 (혼합모형)

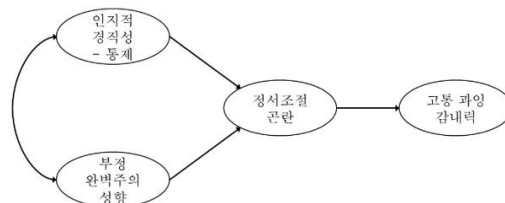


그림 5. 경쟁 모형 3 (완전매개모형)

하다고 표현할 수 있다. 이어서 다른 혼합 모형인 경쟁 모형 2의 적합도 지수는  $\chi^2(72) = 223.849$ , TLI = .915, CFI = .933, RMSEA = .088 (90% 신뢰구간 .075~.101)로 나타났다. 완전매개모형인 경쟁 모형 3의 적합도 지수는  $\chi^2(73) = 239.593$ , TLI = .907, CFI = .926,

RMSEA = .091 (90% 신뢰구간 .079~.104)로 나타났다. 경쟁 모형 2와 경쟁 모형 3은 적합도 지수가 양호한 수준이었지만 가설 모형과 경쟁 모형 1에 비해 적합도 지수가 부족하였다. 경쟁 모형 2와 경쟁 모형 3을 제외하고 가설 모형과 경쟁 모형 1 중에서 어느 모형이 더 적합한지 판단하기 위해  $\chi^2$  차이 검증을 실시하였다. 차이 검증 결과, 두 모형의  $\chi^2$  값 차이는 2.272로 두 모형의 차이가 유의미하지 않은 것으로 나타났다( $p > .05$ ).

가설 모형은 경쟁 모형 1과 달리 인지적 경직성-통제와 고통 과잉감내력의 직접 경로가 추가되어 간명성이 떨어졌지만 설명력이 유의미하게 좋아지지 않았다. 그러므로 가설 모형보다 간명한 경쟁 모형 1이 더 적합한 모형이라고 말할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 경쟁 모형 1을 최종 모형으로 채택하였다. 이 최종 모형에서는 인지적 경직성-통제와 부정 완벽주의 성향이 정서조절 곤란에 정적인 영향을 미쳤으며, 인지적 경직성-통제와 고통 과잉감내력의 관계를 정서조절 곤란이 완전매개하고 부정 완벽주의 성향과 고통 과잉감내력의 관계를 정서조절 곤란이 부분매개하여 영향을 주는 것으로 나타났다. 최종 모형의 경로계수 결과는 그림 6으로 제시하였다.

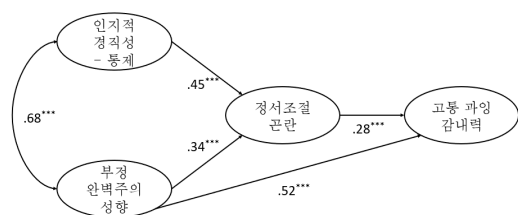


그림 6. 최종 모형의 경로계수

\*\*\* $p < .001$

### 최종 모형의 매개효과 검증

최종 모형에서의 매개효과가 통계적으로 유의미한 것인지 검증하기 위해 Bootstrapping 검증을 실시하였다. 95% 신뢰구간에서 1,000회 반복 추출한 표본으로부터 간접 효과의 유의확률을 산출하였다. 그 결과, 인지적 경직성-통제가 고통 과잉감내력으로 이어지는 경로를 정서조절 곤란이 매개하는 간접 효과가 .39 (95% 신뢰구간 .09~.70)였으며, 부정 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력으로 이어지는 경로를 정서조절 곤란이 매개하는 간접 효과는 .25 (95% 신뢰구간 .06~.44)로 모두 통계적으로 유의미하다고 말할 수 있다( $p < .05$ ).

## 논 의

연구 2에서의 주요 결과와 논의점은 다음과 같다. 먼저, 독립변인인 인지적 경직성-통제와 부정 완벽주의 성향이 매개변인인 정서조절 곤란과 유의미한 정적 상관을 나타냈으며, 고통 과잉감내력과의 유의미한 정적 상관을 보였다. 이는 인지적 경직성-통제와 부정 완벽주의 성향이 강할수록 정서조절에 있어서 경직된 대처를 보이며 부적응적으로 억제하게 됨을 의미한다. 이로 인해 고통스러운 상황이나 감정을 지나치게 참아내는 고통 과잉감내 양상을 보일 수 있다.

이어서 구조방정식 분석을 사용하여 정서조절 곤란의 매개효과를 검증하였다. 최종 모형에서는 인지적 경직성-통제가 고통 과잉감내력 수준에 미치는 과정에서 정서조절 곤란이 유의미하게 완전매개하고, 부정 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력 수준에 영향을 미치는

과정에서는 정서조절 곤란이 유의미하게 부분 매개한다. 이는 인지적 특성 중에서도 인지적 경직성은 정서조절의 어려움과 정서 억제를 통해서만 고통 과잉감내력으로 이어지는 간접적인 영향만 있음을 의미하는 반면, 다른 인지적 특성인 부정 완벽주의 성향은 고통 과잉감내력에 직접적으로 영향을 줄 수도 있고 정서조절의 곤란을 거쳐서 간접적으로 영향을 미칠 수도 있음을 뜻한다.

### 종합 논의

고통 감내력은 다양한 심리적 증상 및 정신 장애와 관련된 주요 변인으로 주목 받아왔다. 이러한 가운데 높은 수준의 고통 감내력은 적응적인 특성으로 간주되어 왔지만 최근 제안된 고통 과잉감내력은 지나치게 높은 고통 감내력이 부적응적일 수 있음을 시사하고 있다. 이와 같은 흐름에서 본 연구는 고통 과잉감내력과 관련된 변인들을 탐색하고 이들의 관계를 확인하였다.

이를 위해 연구 1에서는 고통 과잉감내력을 측정하는 도구인 고통 과잉감내력 척도(DOM)를 번안하였다. 그 결과, 한국판 DOM은 원 척도의 2요인 구조가 적합하였으며, 전체 검사 및 요인별 내적 합치도가 양호하여 신뢰도가 높게 나타났다. 또한 DOM은 고통 감내력과 유의미한 부적 상관을 보였으며, 고통스러운 상황에 대한 수용, 즉 조절 요인과는 약한 부적 상관을 나타냈다. 이는 고통 과잉감내력이 고통을 기꺼이 감내하고 수용하는 경향성인 고통 감내력과 관련이 적음을 뜻한다. 다음으로 긍정 정서 및 부정 정서 척도에서 부적 정서와 유의미한 정적 상관을 보였으며,

삶의 만족도와 부적 상관을 나타냈다. 이를 통해 고통 과잉감내력이 부정적 정서를 쉽게 경험하는 것과 관련 있으며, 삶에 대한 만족감을 느끼는 것과는 관련이 적음을 알 수 있다.

DOM의 하위 요인에서는 피해 수용력이 DTS의 감내력 및 몰두, 평가, 조절과 부적 상관을 보였는데, 이는 피해 수용력이 고통으로부터 탈융합하지 못하며 고통을 부정적으로 간주하는 성향을 뜻한다. 부정적 평가에 대한 두려움은 부정적 평가에 대한 두려움 척도와 정적 상관을 보였으며, 타인의 부정적 평가를 염려하는 경향이 관련됨을 시사한다.

연구 2에서는 인지적 경직성-통제 및 부정 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력으로 이어지는 과정에서 정서조절 곤란의 매개효과를 검증하여 변인들 간 구조적 관계를 알아보았다. 상관 분석 결과, 인지적 경직성-통제, 부정 완벽주의 성향, 정서조절 곤란이 고통 과잉감내력과 정적인 상관을 보였으며, 인지적 경직성-통제와 부정 완벽주의 성향은 정서조절 곤란과도 정적인 상관을 보였다. 또한 구조방정식 모형을 통해 매개모형을 분석한 결과, 인지적 경직성-통제가 고통 과잉감내력으로 이어지는 경로를 정서조절 곤란이 완전매개하고 부정 완벽주의 성향이 고통 과잉감내력으로 이어지는 경로를 정서조절 곤란이 부분매개하는 혼합모형이 간명하면서도 적합도가 양호하였다.

본 연구를 통해 얻어진 의의는 다음과 같다. 먼저, 지각된 고통에도 불구하고 과도하게 참아내는 정도를 측정할 수 있는 신뢰롭고 타당한 측정도구를 새롭게 확보했다는 점이다. 이전까지 고통 과잉감내력을 측정할 도구가 국내에 없어서 충분한 연구가 수행되지 못했으며, 최근에 이동현과 김향숙(2021)에 의해



변안되기는 하였으나 일부 문항이 제외되었다. 그러나 본 연구를 통해 고통 과잉감내력의 측정도구를 새롭게 변안하여 고통 과잉감내력 연구의 기틀 마련에 기여하였다.

다음으로, 고통 과잉감내력과 관련된 심리적 특성들을 탐색적으로 살펴보고 그 관계를 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 아직 고통 과잉감내력에 대한 이해가 미비한 상황에서, 본 연구를 통해 고통 과잉감내력의 특성을 명료하게 파악하고, 어떠한 심리적 특성들이 연결될 수 있는지 숙고하는 계기가 될 수 있다.

새로운 치료적 초점으로서 고통 과잉감내력을 제시했다는 것도 본 연구의 의의로 여겨진다. 기존의 심리치료는 고통 감내력의 부족 상태에 주목하여 이를 개선하기 위해 노력하였다. 하지만 고통 과잉감내력은 고통 감내력이 과도하면 오히려 부적응적일 수 있음을 보였으며, 보다 유연하고 적응적인 대처를 이끄는 새로운 치료적 접근의 가능성을 보였다.

하지만 본 연구에는 몇 가지 제한점이 있다. 첫째, 본 연구는 대학생 및 대학원생이 표본의 대다수를 이루었다. 이로 인해 DOM을 다른 연령대 혹은 직군에 적용하는 것에는 한계가 있으며, 고통 과잉감내력의 부적응적 측면을 잘 보여줄 수 있는 병리적 수준의 대상군이 표본에 포함되지 못하였을 수 있다. 둘째, 문항을 변안하는 과정에서 원 척도와 의미가 잘 맞지 않는 문항이 발생했을 수도 있다. 무엇보다도 원 척도의 문항이 길고 복잡하여 참여자들의 오해석 또는 불성실한 응답을 이끌어낼 가능성이 있었다. 이에 그 의미를 해치지 않는 선에서 유사한 표현을 사용하여 문항의 길이를 축소하였으며, 문화적 차이와 주 응답 연령층을 고려하여 표현을 순화시키기도 하였다. 1번 문항에서 요인 부하량과

문항-총점 간 상관이 낮게 나왔는데, 추후에는 변안 오류에서 기인하였을 가능성을 살펴보아야 한다. 셋째, 자기 보고식 질문지만을 사용하여 고통 과잉감내력을 측정하였다. 고통 감내력은 주어지는 고통의 속성에 따라 구분하여 측정된다(서장원, 권석만, 2015). 예를 들어 신체적인 고통과 심리적인 고통을 구분할 수 있으며 각각에 대한 고통 감내력 수준이 달라 나오기도 한다. 본 연구에서 변안한 DOM은 신체적 고통에 대한 감내력을 다루지 못했으며, 후속 연구에서 신체적 고통 과잉감내력을 어떻게 포함할지 살펴볼 필요가 있다.

넷째, DOM의 타당화 과정에서 한정된 연구 기간으로 인해 검사-재검사 신뢰도나 예측 타당도 등 다양한 방식으로 검증하지 못하였으며, 이에 대한 추가적인 연구가 필요할 것이다. 다섯째, 고통 과잉감내력과 고통 감내력 부족의 차이에 대한 탐색이 부족하였다. 고통 과잉감내력은 고통스러운 상황에 대한 회피행동이 즉시 나타나는 고통 감내력 부족과 개념적으로 다르다. 하지만 고통 과잉감내력 척도는 고통 감내력 척도와 중간 정도의 부적 상관을 보였으며, 고통 감내력의 부족 상태와는 뚜렷하게 구별되지 않았다. 추후에는 고통 과잉감내력과 고통 감내력 부족을 심리측정적으로 구분해보는 시도가 필요하다. 여섯째, 인지적 경직성과 고통 과잉감내력의 직접 효과가 유의미하지 않은 원인에 대한 고찰이 있어야 한다. 인지적 경직성과 부정 완벽주의 성향은 공통적으로 인지적 특성에 해당한다. 이러한 인지적 특성들 중 인지적 경직성은 정서조절 곤란이라는 정서적 특성을 통해서만 고통 과잉감내력에 영향을 미치는 것은 주목할 만하다. 후속 연구에서는 인지적 경직성과 부정 완벽주의 성향의 어떠한 차이가 이런 결과

에 기여하였는지 확인하여 변인들에 대한 이해를 높일 수 있을 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 고통 과잉감내력에 대한 체계적인 접근과 이해를 시도하였다는 점에서 의미가 크다. 또한 '높은 고통 감내력은 적응적'이라는 패러다임의 전환에 이바지하였으며, 고통 과잉감내력을 설명하기 위해서는 고통 감내력에 대한 이론적 모델들의 확장이 필요함을 일깨웠다. 본 연구의 제한점들을 단순히 한계로 여기지 않고, 고통 과잉감내력 관련 연구의 폭넓은 발전 방향과 가능성으로 여기며, 보다 깊은 관심을 가질 필요가 있다. 이를 통해 고통 과잉감내력이 과도한 이들의 적응적인 변화를 향해 점진적으로 나아갈 수 있을 것이다.

### 참고문헌

고희경, 현명호 (2009). 완벽주의와 분노 표현양상 간 관계에서의 인지적 대처전략의 매개효과 검증. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 28(1), 97-116.

김수민, 현명호 (2018). 정서인식명확성과 정서조절의 관계에서 인지적 융통성의 매개효과. *스트레스연구*, 26(3), 159-165.

김하경 (2009). *The Cognitive differences of positive and negative perfectionism*. 서울대학교 석사학위 청구논문.

박성아 (2010). 경계선 성격장애 성향자의 정서에 대한 두려움과 고통 감내력. 서울대학교 석사학위 청구논문.

박정현, 서은국 (2005). 사람의 내-외적인 모습에 두는 상대적 비중과 행복관과의 관계. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 19(4), 19-

31.

서장원, 권석만 (2015). 고통 감내력과 심리장애: 경험적 연구 개관. *한국심리학회지: 일반*, 34(2), 397-427.

이동현, 김향숙 (2021). 고통 과잉 감내 척도의 타당화 연구: 한국 대학생 집단을 대상으로. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 40(2), 143-155.

이정윤, 최정훈 (1997). 한국판 사회공포증 척도(K-SAD, K-FNE)의 신뢰도 및 타당도 연구. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 16(2), 251-264.

이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 및 부정 정서 척도의 타당화 연구. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 22(4), 935-946.

임선영, 권석만 (2012). 대학생의 관계상실을 통한 성장에 관한 연구. *한국심리학회지: 일반*, 31(2), 261-281.

조명환, 차경호 (1998). 삶의 질에 대한 국가 간 비교. 서울: 집문당.

조용래 (2007). 정서조절곤란의 평가: 한국판 척도의 심리측정적 속성. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 26(4), 1015-1038.

허심양 (2011). 완벽주의와 심리적 부적응의 관계에서 인지적 유연성의 역할. 서울대학교 석사학위 청구논문.

홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 19(1), 161-177.

Aldea, M. A., & Rice, K. G. (2006). The role of emotional dysregulation in perfectionism and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 498-510.

Anestis, M. D., Gratz, K. L., Bagge, C. L., &

- Tull, M. T. (2012). The interactive role of distress tolerance and borderline personality disorder in suicide attempts among substance users in residential treatment. *Comprehensive Psychiatry*, 53(8), 1208-1216.
- Anestis, M. D., & Joiner, T. E. (2012). Behaviorally-indexed distress tolerance and suicidality. *Journal of Psychiatric Research*, 46(6), 703-707.
- Anestis, M. D., Tull, M. T., Bagge, C. L., & Gratz, K. L. (2012). The moderating role of distress tolerance in the relationship between posttraumatic stress disorder symptom clusters and suicidal behavior among trauma exposed substance users in residential treatment. *Archives of Suicide Research*, 16(3), 198-211.
- Bandalos, D. L. (2002). The effects of item parceling on goodness-of-fit and parameter estimate bias in structural equation modeling. *Structural Equation Modeling*, 9(1), 78-102.
- Brown, R. A., Lejuez, C. W., Kahler, C. W., Strong, D. R., & Zvolensky, M. J. (2005). Distress tolerance and early smoking lapse. *Clinical Psychology Review*, 25(6), 713-733.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative ways of assessing model fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230-258.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 73-102.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19(2), 109-134.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34(3), 241-253.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, 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(4), 437.
- Gorey, C. M., Rojas, E. A., & Bornoalova, M. A. (2018). More of a Good Thing Is Not Always Better: Validation of a Distress Overtolerance Measure. *Assessment*, 25(4), 446-457.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54.
- Haase, A. M., & Prapavessis, H. (2004). Assessing the factor structure and composition of the Positive and Negative Perfectionism Scale in sport. *Personality and Individual Differences*, 36(7), 1725-1740.
- Jeffries, E. R., McLeish, A. C., Kraemer, K. M., Avallone, K. M., & Fleming, J. B. (2016).

- The role of distress tolerance in the use of specific emotion regulation strategies. *Behavior Modification*, 40(3), 439-451.
- Kraemer, K. M., McLeish, A. C., Jeffries, E. R., Avallone, K. M., & Luberto, C. M. (2013). Distress tolerance and perceived barriers to smoking cessation. *Substance Abuse*, 34(3), 277-282.
- Leary, M. R. (1983). A brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 9(3), 371-375.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. New York: Guilford.
- Lynch, T. R., & Mizon, G. A. (2011). Distress over-tolerance and distress intolerance: A behavioral perspective. In M. J. Zvolensky, A. Bernstein, & A. A. Vujanovic (Eds.), *Distress tolerance: Theory, research, and clinical applications* (pp. 52-79). New York: Guilford.
- Martin, M. M., & Rubin, R. B. (1994). Development of a communication flexibility measure. *Southern Journal of Communication*, 59(2), 171-178.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 304.
- Shapiro, D. (1981). *Autonomy and rigid character*. New York: Basic Books.
- Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). The Distress Tolerance Scale: Development and validation of a self-report measure. *Motivation and Emotion*, 29(2), 83-102.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18(5), 663-668.
- Thurston, B. J., & Runco, M. A. (1999). Flexibility. In M. A. Runco & S. R. Pritzker (Eds.), *Encyclopedia of Creativity*, 1, (pp. 729-732). San Diego: Academic Press.
- Veilleux, J. C. (2019). The relationship between distress tolerance and cigarette smoking: A systematic review and synthesis. *Clinical Psychology Review*, 71, 78-89.
- Vujanovic, A. A., Marshall, E. C., Gibson, L. E., & Zvolensky, M. J. (2010). Cognitive - affective characteristics of smokers with and without posttraumatic stress disorder and panic psychopathology. *Addictive Behaviors*, 35(5), 419-425.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33(4), 448-457.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with non-normal variables: Problems and remedies. In R. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: concept, issues and applications* (pp. 56-75). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

원고접수일 : 2022. 05. 25.

게재확정일 : 2022. 07. 26.

## Psychological Characteristics Affecting Distress Overtolerance: Focusing on cognitive rigidity, perfectionism, and emotion dysregulation\*

Hyeonseong Kim<sup>1)†</sup>

Hyun-Seok Cho<sup>2)</sup>

Seok-Man Kwon<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Department of Psychiatry, Seoul National University Hospital

<sup>2)</sup>Department of Psychology, Seoul National University, M.A.

<sup>3)</sup>Department of Psychology, Seoul National University, Professor

Distress overtolerance refers to the tendency to continue tolerating excessively despite being able to avoid distress. This study aimed to examine the relationship between psychological characteristics that affect distress overtolerance. In Study 1, the Distress Overtolerance Measure (DOM) was newly translated and validated. The results of the statistical analysis supported the two-factor structure of the DOM and demonstrated good reliability and validity. Study 2 explored the association of distress overtolerance with cognitive rigidity, negative perfectionism, and emotion dysregulation. It also examined the mediating role of emotion dysregulation. As a result of correlation analysis, cognitive rigidity and negative perfectionism showed a significant positive correlation with distress overtolerance and emotion dysregulation. As a result of structural equation analysis, cognitive rigidity had only an indirect effect on distress overtolerance via emotion dysregulation, and negative perfectionism had a direct effect on distress overtolerance with an indirect effect via emotion dysregulation. Finally, the implications and limitations of this study were discussed.

*Key words* : Distress Overtolerance, Cognitive Rigidity, Perfectionism, Emotion Dysregulation

---

\* This study is based on the first author's paper of master's degree and was presented at 2021 Fall Conference of the Korean Clinical Psychology Association.

† Corresponding Author: Hyeonseong Kim / Department of Psychiatry, Seoul National University Hospital / 101 Daehak-ro, Jongno-gu, Seoul, Republic of Korea / E-mail : shoemaple24@gmail.com