

## 저장장애에 대한 심리학적 이해와 심리치료를 위한 개관 논문\*


조 은 실	손 가 은	최 기 흥 <sup>†</sup>
고려대학교/KU마음건강연구소 심리학부 박사수료생/수퍼바이저	고려대학교 심리학부 박사수료생	고려대학교/KU마음건강연구소 심리학부 교수/소장

저장장애 또는 수집광이란 물건의 실제 가치와 무관하게 소유물을 버리는 데 지속적으로 어려움을 겪는 것을 특징으로 하는 정신질환이다. 저장장애는 병식이 부족하고 만성적인 경과를 보이며, 개인에게 상당한 정신, 신체 및 경제적 문제를 초래한다. 또한, 가족 및 주변인에게도 부정적인 영향을 미치며, 화재나 공공 위생 저해 등 사회적 문제와 사회 비용을 발생시킨다. 국외에서는 저장장애의 특성 및 심리적 개입에 관한 연구가 활발하게 진행되고 있으나, 국내에서는 아직까지 관련 연구가 많지 않으며 저장장애를 위한 심리치료를 다루는 연구가 특히 빈약하다. 따라서 본 연구에서는 기존 연구를 개관하여 저장장애와 관련된 변인과 이론적 모델을 살펴보았다. 아울러 저장장애에 효과적인 것으로 알려진 심리치료를 탐색하고, 기존 개입을 보완할 수 있는 새로운 치료법인 위험감소 접근을 소개하였다.

주요어 : 저장장애, 인지-행동 모델, 애착 이론, 손상된 자아정체감, 위험감소 접근

\* 이 논문은 2020년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임  
(NRF-2020S1A5B5A17087897).

† 교신저자(Corresponding Author) : 최기흥 / 고려대학교 심리학부 / (02841) 서울시 성북구 안암로 145  
E-mail: kchoi@korea.ac.kr

 Copyright ©2023, 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.

저장장애(hoarding disorder) 또는 수집광이란 물건의 실제 가치와 무관하게 소유물을 버리는 데 지속해서 어려움이 있는 정신 질환이다. 정신질환의 진단 및 통계 편람 제 5판(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5<sup>th</sup> edition, DSM-5) (American Psychological Association, 2013) 이전까지는 저장장애를 강박장애(obsessive-compulsive disorder, OCD)의 하위 개념으로 간주하였다. 이에 강박장애를 위한 인지행동치료(cognitive behavior therapy, CBT)를 저장장애에 적용하였으나, 증상의 호전과 유지에 크게 효과적이지 않은 것으로 나타났다(Ayers et al., 2011; Rowa et al., 2020; Steketee et al., 2010). 강박장애와 저장장애의 관련성을 탐색한 연구를 살펴보면, 두 장애의 상관관계가 유의하나 그 정도가 낮음에서 중간 정도라는 결과가 대다수이다(Frost & Gross, 1993; Frost et al., 1996; Pertusa et al., 2008). 요인분석과 군집분석을 실시한 연구에서는 저장장애(hoarding)가 하나의 독립된 요인으로 나타났다(Mataix-Cols et al., 2005). 아울러 강박장애와 저장장애의 인지, 행동 및 정서적 특성이 다르며, 병식은 물론 증상과 관련이 있는 대뇌영역도 상이한 것으로 보고되었다(Mataix-Cols et al., 2010, Saxena, 2008; Tolin et al., 2009; Tolin et al., 2012). 이에 두 장애의 차별성과 독특성을 고려하여 DSM-5에서는 저장장애를 독립적인 장애로 제시하고 있다.

저장장애는 일반적으로 만성적이며 치료에 대한 반응성도 낮는데, 이는 병식의 결핍과 관련이 있다고 한다(APA, 2013). 저장장애는 공병률 역시 높은 편으로, 저장장애와 다른 고위험 정신장애를 공병으로 가진 이들 중 50%가 주요우울장애(major depressive disorder, MDD)를 앓고 있고, 약 18%가 강박장애, 그 외에도 외상

후 스트레스장애(post-traumatic stress disorder, PTSD), 물질남용문제를 갖고 있다(Frost et al., 2011). 낮은 병식과 높은 공병률은 저장장애 환자의 정신장애와 신체적 장애 혹은 장애를 악화시키는 요인이자, 개입을 어렵게 만드는 요소이다.

국외 연구 결과에 따르면 저장장애 유병률은 성인 기준 2~5.8%(Cath et al., 2017; Iervolino et al., 2009; Mueller et al., 2009; Nordsletten et al., 2013)로 드물지 않다. 그럼에도 국내에서는 보건복지부가 5년마다 실시하는 ‘정신질환 실태 역학조사’에 저장장애 관련 항목이 부재하여, 저장장애의 국내 유병률에 대한 정보는 일부 지자체의 자료에 의존하고 있다. 2016년 서울시 통계자료에 의하면, 서울시 내 저장장애 가구 수는 312호이며, 구별로 약 20~40호까지 존재한다(영등포구청, 2018 재인용). 수원시는 2015년부터 2020년까지 6년에 걸쳐 115호의 저장장애 가구를 지원하는 사업을 진행하였는데, 보고되지 않은 가구까지 고려한다면 그 수가 상당할 것으로 예상된다(문영호, 2021.03.18). 영등포구청(2018)의 조사에 의하면 2016년 행정구역 내 저장장애 가구수는 40호였으나, 2018년에는 59호로 증가하였다. 이 중 약 70%가 65세 이상으로, 노년층에서 저장장애 문제가 특히 심각함을 시사한다. 저장장애 환자의 약 70%가 20세 이전에 발병하는데(Steketee & Frost, 2010), 연령이 증가할수록 증상의 심각도도 높아져 50세 이후에는 증상과 이로 인한 손상이 심각한 수준에 이르는 것(Tolin et al., 2010)으로 알려져 있다. 저장장애는 위생이나 질병 관리, 식사 등 사소한 일상생활을 저해할 뿐 아니라 상당한 정신, 신체 및 경제적 문제를 초래한다(이종아, 2020). 다수의 선행연구에서 저장장애로 인한

낙상 및 화재 위험의 증가, 오염된 음식물 섭취, 부실한 약물 관리, 사회적 고립 등이 저장장애가 있는 노인들에게 특히 위험하다고 지적하였다(Ayers et al., 2010; Frost & Gross, 1993; Kim et al., 2001). 또한, 저장행동은 대인관계 갈등이나 마찰을 일으키고, 결국 사회적 고립으로 이어져 개인의 정신 및 신체적 문제를 심화시킨다. 더불어, 저장행동은 가족 구성원에게도 부정적인 영향을 미치고, 화재나 공공위생 저해와 같은 사회적 문제와 비용을 발생시킨다(하재홍, 2017).

이같이 저장장애가 개인 및 사회에 심각한 위협과 불편을 초래함에도 병식 부족이라는 질환의 특성상 치료에 대한 접근성은 낮은 편이다. 저장장애 환자가 스스로 의학적인 도움을 찾는 경우는 드물며, 주로 민간 및 공공기관이 사례를 발굴하여 개입을 제공하는데, 이마저도 당사자가 필요성을 인지하지 못해 설득하는 데 긴 시간이 소요되기도 한다. 더욱이 현장에서 발견되는 저장장애 가구의 대부분이 1인 가구로(황인주, 손지민, 2021.) 조기 발견이 어려울 수밖에 없다. 최근 국내에서도 저장장애 의심 가구를 위한 지자체의 지원 및 조례 입법(김기성, 2020)과 같은 움직임이 있지만 지원과 예산은 일부 지역에 그치는 실정이다. 아울러 현재의 개입 방식은 주거환경 개선이나 의학적 도움 제공에 중점을 두고 있는데, 재발률이 높아 새로운 개입 방안이 필요하다(문영호, 2021; 영등포구청, 2018).

종합하면, 저장장애는 병식이 부족하고 공병률도 높아 개입이 쉽지 않으며, 정서 및 행동적 문제, 사회 환경적 요소 등이 복합적으로 작용하는 질환이다. 따라서 저장장애 고유의 특성에 대한 명료한 이해에 기반하여 치료적 개입을 제공해야 한다. 국외에서는 저장장애와 관련이 있는 변인을 탐색하여 질환을 설명하고(Frost & Hartl, 1996; Steketee et al., 2003b), 인지행동치료, 인지재활, 동기강화 등 저장장애에 효과적인 심리치료를 개발 및 검증하는 연구가 활발히 이루어지고 있다(Ayers et al., 2018a; Ayers et al., 2018b; Ayers et al., 2011; Chasson et al., 2020; Davidson et al., 2021; Steketee & Frost, 2007). 반면, 국내에서는 저장장애를 다루는 연구의 편수나 주제가 빈약한 편이다. 선행연구의 대부분은 저장장애의 특성을 설명하는 데 초점을 맞추고 있고(박태홍, 2015; 안슬기, 2018; 이은경, 전중옥, 2018; 이종아, 2020; 전중옥, 이은경, 2013; 최인서, 2020), 저장장애의 증상을 측정하는 척도 개발 연구가 일부 존재한다(이혜민 등, 2021; 현혜민, 박기환, 2018). 저장장애를 위한 개입 연구는 찾기가 더욱 어려운데 사례관리를 주제로 한 사회복지 영역의 연구를 일부 찾을 수 있다(민소영 등, 2021; 박선영, 2020 최옥순, 2020). 심리학 분야에서는 장은진 등(2020)이 사회·환경적, 법·행정적 그리고 심리적 영역을 통합적으로 고려하여 사례를 관리할 수 있도록 사회복지 및 법률 분야의 전문가와 함께 개발한 매뉴얼 연구 한 편뿐이다. 국내에서도 저장장애 유병률이 낮지 않으리라고 추산되기에 본 연구는 저장장애 관련 선행연구를 탐색하여 저장장애 고유의 심리적 특성을 이해하고, 현재까지 개발 및 검증된 심리치료를 살펴 효과적인 개입을 위한 방향을 논의하고자 한다.

저장장애의 심리적 특성

저장장애는 다양한 개인 및 환경적 변인이 복합적으로 작용하여 발생하는 정신질환이다.

국의 선행연구에서는 저장장애의 시작과 유지에 기여하는 여러 변인(예, 정보처리의 결함, 소유물에 대한 정서적 애착 등)을 탐색 및 통합하여 저장장애를 설명하는 모델을 제시하고 있다.

### 인지-행동 모델

Frost와 Hartl(1996)가 처음 제시한 인지-행동 모델(cognitive behavioral model for hoarding disorder)은 저장장애를 설명하는 가장 대표적인 모델로, Steketee 등(2003b)이 보완 및 확장하였다. 인지-행동 모델은 정보처리능력(information-processing), 소유물에 대한 정서적 애착과 잘못된 신념, 그리고 부적응적 정서반응 및 행동 패턴으로 저장장애를 설명하며, 기저에 핵심적인 취약요인이 있다고 가정한다.

인지-행동 모델에서는 취약요인으로 유전과 신경생물학적 결함(neurobiological dysfunction), 환경 및 성격 요인 등을 제시한다. 저장장애는 강력한 유전 요소를 갖고 있는데, 부모-자녀 관계(1촌 관계)에서 더 흔하게 나타나며, 저장 증상 변량의 약 50%를 유전적 요소가 차지한다는 보고도 있다(Iervolino et al., 2009). 아울러 신경생물학적 요소로 복내측시상하핵 전전두엽 피질(ventromedial prefrontal cortex)과 배측전대상피질(dorsal anterior cingulate cortex)의 결합이 저장장애 증상에 관여하는 것으로 확인되었다(An et al., 2009; Mataix-Cols et al., 2004). 환경 및 성격 요인으로 외상 사건, 충동성 등이 언급된다(Cromer et al., 2007; Timpano et al., 2013a, Timpano et al., 2013b). 일반 대조군보다 저장장애 증상을 갖고 있는 집단에서 대인관계 외상 사건(예, 성폭력, 신체 폭행 등)의 평생 유병률이 더 높으며(Hartl et al., 2005), 저장

증상의 시작이나 악화 전후로 대인관계에서 중요한 상실 경험이 있었던 것으로 확인되었다(Landau et al., 2011; Tolin et al., 2010). 충동성은 저장장애와 관련이 있는 성격 요인으로 보고되는데(Timpano et al., 2013a, Timpano et al., 2013b), 강박장애, 뚜렛장애(tourette's disorder), 주의력결핍 과잉행동장애(attention-deficit-hyperactivity disorder, ADHD), 병적 도박(pathological gambling) 등 충동성과 강박적 특징을 본질로 하는 장애의 범주에 저장장애가 포함된다는 연구 결과가 있다(Timpano et al., 2013b).

저장증상과 관련이 있는 정보처리능력으로 주의력(attention), 기억력(memory), 목록화(categorization) 및 의사결정 능력(decision-making) 등이 있다(Frost & Gross, 1993; Hartl et al., 2004; Persons & Foa, 1984; Reed, 1969). 주의력 문제는 저장장애 환자가 주변 환경을 효율적으로 구성하고 정리하기 위한 작업에 집중하는 것을 방해한다. 기억력 문제 역시 저장행동에 영향을 미치는데, 저장장애 환자는 기억력 때문에 물건을 잃어버릴까 걱정하며 모든 물건을 눈에 보이는 곳에 두려는 경향이 있다. 이들은 시각 및 언어적 지연 회상 검사에서 회상률이 낮고, 시각적 단서를 활용한 재인 과제에서도 자신감이 부족하며, 기억의 중요성을 과장되게 인식하여 기준을 높이 설정하는 것으로 보고된다(Hartl et al., 2004). 저장장애 환자는 정보를 체계적으로 구조화하고 분류하는 능력에 결함이 있으며, 특히 정보를 분류하는 범주의 포괄성이 협소하다(Persons & Foa, 1984; Reed, 1969). 따라서 물건에 공통성을 부여하여 통합적인 범주를 만들지 못하고, 물건마다 고유한 범주를 부여하여 두 개 이상의 물건을 함께 보관하지 못한다. 더욱이 우

유부단(indecision)하여(Frost & Gross, 1993), 물건을 분류하고 조직화하는 것을 어려워하고 소유물을 보관하거나 버리는 것을 결정하지 못해 저장하고 모으게 된다.

다음으로 소유물에 대한 애착(attachment)과 잘못된 믿음이다. 저장장애 환자는 소유물에 정서적으로 강한 애착이 있는데 이는 저장장애 증상과 관련이 있다(Frost & Hartl, 1996; Frost et al., 2007; Greenberg, 1987; Grisham et al., 2009). Frost와 Hartl(1996)은 소유물에 대한 정서적 애착이 두 가지로 나뉜다고 설명한다. 하나는 감상적 애착(sentimental attachment)으로, 저장장애 환자에게 소유물은 자신의 일부이자 자신의 역사적 연속성을 나타내는 상징이다. 이들에게 소유물을 없애는 것은 친한 친구를 잃는 것과 비슷한 사건으로 여겨진다(Frost & Gross, 1993; Frost & Hartl, 1996). 두 번째 유형은 안전하다는 감각(sense of safety)과 관련이 있다. 저장장애 환자에게 소유물은 안전 신호(safety signals) (Rachman, 1983; Sartory et al., 1989)로 소유물을 통해 심리적 위안과 안전감을 느끼기에 물건을 정리하고 버리는 것이 이들에게는 어려운 일이다.

소유물에 관한 지속적이고 비합리적인 믿음인 지배관념(overvalued ideation)은 저장장애 환자의 주요한 특징으로(Veale, 2007), 전형적인 내용은 책임과 기회에 관한 것이다(Steketee et al., 2003a). 이들은 소유물에 지나친 책임감을 느끼고, 물건의 사용과 처분이 전적으로 자신의 책임에 달려 있다고 믿는다. 따라서 물건을 버릴 때 책임감과 죄책감을 과도하게 경험하며, 소유물의 보관과 폐기를 위한 융통성 없고 정교한 규칙을 만든다. 기회에 대한 지배관념은 소유물의 필요성과 중요성을 과장하여 인식하는 경향과 관련이 있다. 저장장애

환자는 물건이 사용될 수 있도록 기회를 부여하는 것을 중요하게 생각한다. 물건을 버릴 경우, 자기 삶이 바뀔 수도 있다는 생각에 두려움을 느껴 물건을 저장한다. 이와 같은 비합리적 믿음은 강박적 사고와 일면 유사해 보이지만, 저장장애의 비합리적 믿음은 침습적이기보다 정상적인 사고 과정으로써 경험되며, 반복적이지 않고 불편함이나 불쾌감을 유발하지 않는다(Mataix-Cols et al., 2010). 선행연구에서도 저장장애 환자가 소유물보다는 물건을 저장하는 행동에 따른 결과로 불편감을 느끼는 것으로 확인되었다(Mataix-Cols et al., 2010). 더불어, 기억력에 대한 걱정(예, '기억력이 너무 안 좋아서, 눈에 띄는데 물건을 두지 않으면 잊어버릴 것이다.' 등)이나 과도한 통제 욕구(예, '아무도 내 물건을 건드려서는 안된다.' 등) 등이 저장행동에 기여하는 것으로 알려져 있다(Steketee et al., 2003b; Wheaton, 2016).

인지-행동 모델에서 제시하는 마지막 요소는 부적응적 정서반응 및 행동패턴으로, 저장행동은 정적 혹은 부적강화를 받아 유지된다(Wheaton, 2016). 저장장애 환자는 소유물에 대해 잘못된 믿음을 갖고 있어 물건에 대해 잘못된 해석을 하고(예, '이 물건은 독특하니까 쓸모가 있을 것이다' 등), 즐거움, 흥분과 같은 긍정적인 감정을 느낀다(Wheaton, 2016). 즉, 정적강화를 받아 저장행동이 유지되는 것임을 여러 연구에서 확인하였다(박태홍, 2015; Bratiotis et al., 2019; Taylor et al., 2019). 한편, 소유물에 대한 정서적 애착과 지배관념이 회피로 이어지는 과정은 부적강화로 설명할 수 있다. 저장장애 환자는 소유물에 강하게 집착하고 비합리적인 믿음을 갖고 있어, 물건을 정리하거나 습득할 수 없다는 생각만으로도 심리적인 고통을 느끼며, 실제 상황에서는 불

안, 초조, 슬픔, 죄책감, 상실감 등을 강렬하게 경험한다(Greenberg, 1987; Wincze et al., 2007). 이때 물건을 버리지 않고 저장하면 심리적인 고통이 일시적으로 감소한다(박태홍, 2015; Wheaton, 2016). 즉, 부적강화로 저장행동이 유지되는 것이다.

고통감내력(distress tolerance)(Timpano et al., 2009), 불확실성에 대한 인내력 부족(intolerance of uncertainty) (Wheaton et al., 2011), 불안민감성(anxiety sensitivity) (Coles, Frost, Heimberg, & Steketee, 2003)은 저장장애 증상의 심각도나 회피행동과 관련이 있으며(Grisham et al., 2018, Mathes et al., 2017; Norberg et al., 2020; Phung et al., 2015; Shaw et al., 2015; Shaw et al., 2015; Timpano et al., 2009; Timpano et al., 2014), 저장장애 환자가 정서를 회피하는 패턴에 기여하는 변인이다. 먼저, 고통감내력이란 부정적인 정서상태를 견디는 능력으로, 정서적인 고통이 있더라도 목표를 향해 행동을 지속하는 경향을 의미한다(Daughters et al., 2005). 고통감내력의 부족(distress intolerance)은 고통을 견디거나 받아들이지 못하고 통제할 수 없다고 인식하는 것으로(Simons & Gaher, 2005), 부정적인 정서상태를 회피하는 경향과 관련이 있다(Timpano et al., 2009). 선행연구에서는 저장장애 환자가 물건을 수집하지 못하거나 소유물을 폐기할 때 받는 고통을 피하고자 물건을 저장한다고 설명한다(Frost & Steketee, 1998; Mathes et al., 2017).

저장행동에 기여하는 또 다른 변인인 불확실성에 대한 인내력 부족은 불확실한 상황이나 사건에 대한 부정적인 인지, 정서 및 행동 경향성으로(Dugas et al., 2004), 행동 지연과 회피 반응, 과도한 걱정 등과 관련이 있다(Dugas et al., 1997). 불확실성에 대한 인내력이 낮으

면 모호함을 스트레스 요인으로 지각하고 피해야 하는 것으로 여긴다(Freeston et al., 1994). Mathes 등(2017)은 저장장애 증상과 고통감내력 부족, 불확실성에 대한 낮은 인내력의 관계를 살펴보았다. 연구에 따르면, 불확실성에 대한 인내력 부족은 저장장애 증상 중 과도한 수집과 버리지 못하는 것을 예측하는 데 특히 중요하였다. 일부 연구에서는 우유부단과 저장장애 증상의 관계를 설명하는 기제로 불확실성에 대한 인내력 부족을 제시하였다(Frost et al., 2011; Norman et al., 1998). 이를 토대로 Mathes 등(2017)은 저장장애 환자는 소유물에 관한 결정과 판단을 어려워하고(예, *‘만약에 이걸 버렸다가 다시 필요해지면?’*, *‘지금 사지 않고 놓쳤다가 영영 사지 못하게 된다면?’* 등), 이 같은 불확실한 상황을 견디지 못해 물건을 버리지 않거나 과하게 수집한다고 설명하였다.

불안민감성은 공황이나 기타 불안 관련 증상을 예측하고, 증상에 영향을 미치는 강력한 변인이다(Schmidt et al., 1997, 1999). 이는 공포에 대한 공포로 회피행동과 관련이 있다. 높은 불안민감성은 불안할 때 느끼는 감각이 위협하거나 해로우며, 신체나 심리 및 사회적 영역에 부정적인 결과를 초래한다는 비합리적인 믿음과 연관이 있다(Reiss, 1985). 따라서 불안민감성이 높을수록 불안 반응이 증폭하여, 공포와 관련된 반응이 쉽게 조건형성되고, 더 높은 수준의 회피행동으로 이어진다(Reiss, 1991; Taylor et al., 1992). Medley 등(2013)의 연구에서는 저장장애가 있는 개인이 불안민감성이 높아, 불쾌감을 줄 수 있는 감각을 피하는 경향이 있다는 가설을 제시하였다. 다시 말해, 저장장애 환자는 물건 버리면 겪을 것이라 예상하는 불쾌한 신체 혹은 인지적 감각에 민감

하고, 이를 피하는 전략으로써 물건을 버리지 않고 저장한다.

### 애착 이론과 저장장애

저장장애에 대한 인지-행동 모델은 저장장애의 원인과 유지에 기여하는 변인을 이해하고 설명하는 토대를 제공하였다. 그러나, 인지-행동 모델로는 특정 개인이 어떻게, 그리고 왜 소유물에 강하게 애착을 느끼는지 설명하기 어렵다. 인지-행동 모델의 이러한 한계를 보완하고자 Mathes 등(2020)이 애착 이론(attachment theory)을 제시하였다.

애착 이론은 개인에게 사회적 관계에 대한 기본적인 욕구가 있어, 안전감(sense of security), 수용(acceptance) 그리고 소속감(belongingness)을 추구한다고 가정한다. 양육자가 유아에게 신체 및 정서적으로 안전감을 줄 때 안정 애착이 형성되며, 애착 대상은 개인에게 안전한 피난처이자 개인 고유의 정체성을 개발할 수 있는 안전한 기반(secure base)으로써 기능한다(Ainsworth et al., 2015; Hazan & Shaver, 1994). 성인에게도 애착 이론을 확대하여 적용할 수 있는데, Hazan와 Shaver (1994)은 성인의 애착 유형도 안정 또는 불안정으로 나뉘며, 그 양상이 유아와 유사하다고 말한다. 불안정 애착일 때 과도하게 관심을 추구하거나 부정적인 정서를 억압하는 경향이 있는데(Mikulincer & Shaver, 2012), 이는 자기비난이나 부정적인 정서 회피, 충동 및 정서조절의 어려움과 같은 부적응적인 대처와 관련이 있다(Mikulincer et al., 2003). 불안정 애착 유형의 성인은 자기상이 공격받는 것에 대한 지각된 민감도가 높아, 타인을 피하거나 적대적으로 대하고 대인관계 문제를 겪는다(Dickinson & Pincus, 2003;

Mikulincer & Shaver, 2012; Park, Crocker, & Mickelson, 2004).

애착 욕구는 기본적인 욕구로, 관계 안에서 이것이 충족되지 않을 때 음식이나 물건 등 다른 대상을 통해 보상을 시도한다(Norris et al., 2012). 관련하여 Kyrios 등(2018)은 불안정 애착인 경우, 관계에서 인식되는 위협이나 불확실성을 보상하기 위해 저장행동을 한다는 가설을 제시하였다. 저장장애 환자에게 소유물은 편안함과 안전감을 제공하는 주요 애착 대상이기에(Mathes et al., 2020), 이들은 소유물을 의인화하여 인간의 속성을 부여하고, 그것이 자신의 정체성을 나타낸다고 여긴다(Frost & Hartl, 1996; Frost et al., 1995). 그러나 소유물은 인간과 달리 상호적인 돌봄을 제공하지 않기에 실제로는 관계 욕구가 충족되지 못하며, 오히려 대인관계의 형성과 유지를 방해한다. 관계 욕구의 좌절로 느끼는 외로움과 고립은 소유물에 대한 애착과 비합리적인 믿음을 더욱 강화하여 저장행동이 반복된다. 저장장애에 대한 애착 이론을 직간접적으로 지지하는 연구 결과는 쉽게 찾아볼 수 있다. Grisham과 Barlow(2005), Keefer 등(2012)은 저장장애 환자에게 의미 있거나 믿음만한 관계가 부족하여 그에 대한 보상으로 소유물에 집착한다고 설명하였다. 실제로 저장장애 증상의 심각도와 사회적 고립, 외로움, 사회적 지지 부족은 유의한 상관관계가 있었다(Chen et al., 2022; Grisham et al., 2008; Yap et al., 2020). 저장장애 환자는 비임상군에 비해 기혼 비율이 낮고 미혼 또는 이혼 비율이 높으며, 가족 구성원과 갈등이 더 잦은 것으로 보고된다(Steketee & Frost, 2003; Tolin et al., 2008; Tompkins, 2011). 이러한 결과는 저장장애 환자에게 의미있는 관계가 부족함을 시사한다. 역

기능적인 대인관계와 소유물에 대한 애착의 관계를 지지하는 선행연구도 쉽게 찾을 수 있다. 외로움은 물건에 대한 호감도의 증가와 관련이 있는데(Lastovicka & Sirianni, 2011), 외로움은 향수를 불러일으키거나 집단과 연결되게 하는 물건에 대한 선호도를 높였다(Loveland et al., 2010; Mead et al., 2011). 아울러, 물건의 의인화는 실제 혹은 지각된 사회적 고립에 대한 반응으로(Chen et al., 2017), 타인과 친밀한 관계를 상기시키는 것이 애완동물이나 물건을 인간화는 경향을 감소시킨다는 연구 결과가 있다(Bartz, Tchalova, & Fenerci, 2016). 최근 연구에서는 유년 시절 외상 경험과 저장장애 증상의 관계를 불안정 애착과 소유물에 대한 정서적 애착이 부분 매개하는 것으로 나타났다(Kehoe & Egan, 2019). 이는 부정적인 생애 사건이 건강하지 않은 대인관계 형성에 영향을 미치고, 소유물이 애착의 대상이 되면서 저장행동이 나타남을 시사한다.

#### 손상된 자아정체감과 저장장애

손상된 자아정체감(compromised self-identity)은 강박 및 관련 장애의 시작에 기여하는 요인이며(Frost et al., 2007), 저장행동을 설명하는 변인으로 자기비판(self-criticism)과 수치심(shame), 자기 양가감(self-ambivalence) 등이 제안되었다.

먼저, 자기비판은 자기정체감과 관련이 있는데, 스스로에 대한 증오(self-hatred)와 공격(self-attacking)을 의미한다(Gilbert et al., 2004). 이는 저장장애 증상이나 인지행동치료에 대한 저장장애 환자의 저조한 치료 반응성과 관련이 있다(Frost & Gross, 1993; Muroff et al., 2014). 수치심은 고통스러운 자기의식적 감정으로 스스로에 대해 부정적으로 판단할 때 경

험하며(Lewis, 1971; Tangney & Dearing, 2002, Chou et al., 2018에서 재인용), 자기비판의 근본적인 원인이다. Chou 등(2018)은 저장장애 환자가 자기비판과 수치심에 취약함을 언급하며, 저장증상과의 관계성을 탐색하였다. 그들의 연구에서 자기비판과 수치심은 저장장애의 심각도, 저장행동 관련 믿음(예, 책임에 대한 지배관념 등)과 유의한 상관이 있었다. 또한, 수치심과 자기비판이 저장행동으로 이르는 각 과정을 저장행동 관련 믿음이 매개하였다. 특히, 책임에 대한 지배관념이 자기비판이나 수치심과 결합할 때 더 높은 증상의 심각도를 예측하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 저장행동과 관련이 있는 다른 믿음(예, 모든 소유물을 통제해야 한다는 믿음, 소유물에 대한 애착 등)보다 책임에 대한 지배관념이 저장행동을 설명하는 강력한 매개체임을 시사한다. 연구 결과에 대해 Chou 등(2018)은 자기비판적이고 수치심을 느끼는 저장장애 환자에게 소유물에 책임감을 가지고 돌보는 행동이 손상된 정체감을 감추는 대처전략일 가능성을 제안하였다. 이들의 가설은 저장행동이 손상된 자아정체감을 보상하고, 정체감과 관련 있는 심리적 불편감을 대처하는 하나의 수단이라는 선행연구 결과(Brown, 2011; Frost et al., 2007)에 부합한다.

자기 양가감은 자기평가에 관한 개념으로, 스스로에 대해 양립할 수 없는 믿음을 갖고 있거나, 자신이 가치 있는 사람인지를 확신하지 못하는 것을 의미한다(Chou et al., 2018; Frost et al., 2007). 유성진(2017)에 따르면 저장장애 환자는 스스로에 대해 끝없이 의문을 던지고 회의감을 느낀다. 이들은 자기 양가감을 수용하고 불확실성을 감내하는 능력이 부족하기에 자기가치감에 확신을 주는 대상을 필요



표 1. 저장장애를 위한 심리치료 선행연구 목록

연구	연구설계	개입 유형	회기 수 (회)	기간 (주)	개입집단 (명)	중도탈락 (명)	사전검사 SIF-R <sup>a</sup> M(SD)	사후검사 SIF-R M(SD)	가장방문 (%)
Ayers et al. (2011)	단일집단연구	CBT <sup>a</sup>	26	17	12	0	58.3 (9.3)	46.66 (14.35)	25
Ayers et al. (2014)	단일집단연구	CBT (+exposure, cognitive rehabilitation)	24	20	19	0	59.9 (10.17)	37.5 (14.78)	0
Ayers et al. (2018a)	비무선통계연구	CREST <sup>b</sup>	26	26	25	3	58.84 (12.33)	45.14 (16.48)	4회
Ayers et al. (2018b)	무선통계연구	ET <sup>c</sup>	26	26	35	9	57.24 (12.75)	45.67 (14.41)	4회
Chasson et al. (2020)	단일집단연구	CREST	26	26	31	7	57.35 (10.23)	35.44 (15.48)	NS
Chen et al. (2023)	단일집단연구	Case Management	26	26	27	8	59.48 (14.01)	44.68 (13.29)	NS
Chou et al. (2020)	비무선통계연구	VR <sup>d</sup>	1	-	23	0	51.48 (12.73)	-	0
Crone. (2020)	단일집단연구	SCT <sup>e</sup>	13	13	12	-	66.75 (10.33)	55.33 (13.01)	0
Davidson et al. (2021)	무선통계연구	CFT <sup>f</sup>	16	16	18	5	56.8 (10.6)	41.1 (12.7)	0
DiMauro et al. (2014)	무선통계연구	CBT	15	15	19	12	59.5 (13.6)	47.3(10.9)	0
Frost et al. (2012)	무선통계연구	CBT (+ clutter buddies)	15	8	6	0	64.17 (7.03)	44.33 (8.96)	12회
Gilliam et al. (2011)	단일집단연구	CREST	26	26	21	6	56.38 (10.21)	33.29 (14.53)	0
Grisham et al. (2022)	단일집단연구	Cognitive remediation	24	8	10	0	62.5 (17.63)	-	0
Ivanov et al. (2018)	단일집단연구	Relaxation training	24	8	7	0	54.71 (14.29)	-	0
Kowik et al. (2018)	사례연구	Support group based on CBT	13	13	18	0	62.94 (10.73)	43.3 (20.34)	0
Kysow et al. (2020)	사례연구	Waitlist	-	-	20	0	57.58 (11.28)	58.9 (10.82)	0
		CBT	16~20	16~20	45	15	64.23 (12.41)	47.15 (13.73)	0
		CBT (+emotional regulation)	15	15	115	12	62.24 (12.51)	43.23 (14.11)	0
		CBT (+ COMMIT <sup>g</sup> )	16	16	20	0	65.1 (2.38)	47.65 (2.38)	0
		HR <sup>h</sup>	-	-	421	-	-	-	100
		HR	-	40.6	82	-	-	-	100

표 1. 저장장애를 위한 심리치료 선행연구 목록 (계속)

연구	연구설계	개입 유형	회기 수 (회)	기간 (주)	개입집단 (명)	중도탈락 (명)	사전검사 SLR* M(SD)	사후검사 SLR M(SD)	가정방문 (%)
Linkovski et al. (2018)	단일집단연구	CBT led by non-professional facilitators (+in-home session)	15	17	5	0	(median)71	(median)53	2~10회
Mathews et al. (2016)	비무선통제연구	Psychologist-led CBT group	16	20	41	10	60.4 (10.5)	50.2 (11.9)	2회
Mathews et al. (2018)	무선통제연구	Peer facilitators-led CBT group	15	20	20	0	NS	NS	0
		Psychologist-led CBT group	16	16	160	42	64.5 (11.7)	45.9 (15)	12.5
Munoff et al. (2010)	비무선통제연구	Peer facilitators-led CBT group	15	20	163	50	66.4 (11.6)	47.8 (14.2)	0
		Web-based selfhelp group	NS	2개월	106	NS	65.19 (11.15)	59.13 (12.17)**	0
Munoff & Steketee (2018)	단일집단연구	Waitlist	0	0	155	NS	70.06 (11.02)	64.88 (13.2)**	0
Ong et al. (2021)	사례연구	Home-based CBT	26	26	3	NS	NS	NS	0
Se-Pierre-Delorme & O'Connor. (2016)	무선통제연구	IBT <sup>a</sup>	10~16	평균31.5일	6	0	NS	NS	0
		IBT+VR	29	-	7	1	71.71 (10.9)	67.43 (17.23)	0
		IBT + VR(objects did not belong to the participants)	29	-	7	1	67.42 (7.96)	58.85 (7.36)	0
Worden et al. (2017)	단일집단연구	CBT+ contingency management	16	16	10	1	60.56 (11.32)	37.44 (11.74)	37.5
Zakrzewski et al. (2020)	실험연구	Psychologist-led CBT group/ 테이더 재분석	16	20	318***	NS	65.5 (11.7)	NS	12.5

주. 원문에서 보고하지 않은 경우 NS(Not Stated)로 표기.

<sup>a</sup>CBT, Cognitive Behavior Therapy; <sup>b</sup>CREST, Cognitive Rehabilitation and Exposure/Sorting Therapy; <sup>c</sup>ET, Exposure Therapy; <sup>d</sup>VR, Virtual Reality; <sup>e</sup>SCIT, Social Cognition Interaction Training; <sup>f</sup>CFT, Compassion Focused Therapy; <sup>g</sup>COMMIT, Internet-support system; <sup>h</sup>HR, Harm Reduction; <sup>i</sup>ACT, Acceptance Commitment Therapy; <sup>j</sup>IBT, Inference-Based Therapy

<sup>k</sup>SLR(Saving Inventory-Revised): 저장행동 증상(과도한 습득, 어절러짐, 버리지 않음)의 심각도를 측정하는 자기보고식 검사로, Frost, Steketee 그리고 Grisham(2004)이 개발하였으며, 총 18문항 5점 리커트 척도(0~4점)로 평정함.

<sup>l</sup>Munoff et al. (2010)의 연구에서 개입 종결 6개월 이후 측정된 SLR 점수를 보고하였음.

<sup>m</sup>Mathews et al. (2018)의 연구에서 개입집단 구분 없이 전체 참가자 중 318명에 대한 사전검사 SLR 점수를 보고하였음.

로 한다. 물질적 소유와 사회적 성공이 그 대상으로, 병리적 수집과 저장행동의 원인이 된다(유성진, 2017). Frost 등(2007)은 비임상 집단을 대상으로 자기 양가감과 저장행동의 관계성을 탐색하였다. 연구 결과, 쉽게 바뀔 수 있는 이분법적인 자기 가치(self-worth)(예, “나는 좋은 면과 나쁜 면을 모두 갖고 있으며, 양면은 쉽게 바뀔 수 있다.”)가 강박적인 저장행동 및 강박적인 구매와 유의하게 상관이 있었다. 이에 대해 연구자들(Frost et al., 2007)은 물건을 구매하고 수집하는 행동을 보다 안정적인 자기가치를 얻기 위한 시도로 해석하였다. 또 다른 연구(Claes et al., 2016)에서는 연령과 성별을 통제된 상태에서 정체성 혼란(identity confusion)이 저장행동 및 강박적 구매와 유의한 정적 상관을 보였고, 정체성 혼란이 우울을 거쳐 저장행동에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 대해 연구자들은 혼란스러운 정체성의 대체물을 얻기 위해 강박적으로 물건을 구매하고 저장할 것이라는 가설을 제시하였다.

앞서 소개한 바와 같이 정보처리능력, 소유물에 대한 정서적 애착과 잘못된 신념, 고통 감내력, 불확실성에 대한 인내력 그리고 불안 민감성으로 인한 부적응적 정서 및 행동패턴, 불안정 애착, 손상된 자아정체감 등 다양한 변인이 복합적으로 작용하여 저장장애의 시작과 유지에 관여한다. 따라서 저장장애 환자에게 효과적이고 최적화된 심리치료를 제공하기 위해 이러한 변인을 종합적으로 고려할 필요가 있다.

#### 저장장애를 위한 기존 심리치료

국외에서는 저장장애 증상의 감소와 변화를

위해 다양한 치료적 접근을 제안하고 있다. 대표적으로 인지행동치료와 인지재활 등을 예로 들 수 있으며, 병식 결핍과 저조한 치료 동기, 정서 및 사회적 특성이나 능력 등을 고려한 개입 방안 연구도 활발히 이루어지고 있다.

#### 인지행동치료(cognitive behavior therapy)

DSM-5 이전에는 저장장애를 강박장애의 하위 개념으로 간주하고, 강박장애를 위한 인지행동치료(cognitive behavior therapy, CBT)를 저장장애에 적용하였다. 그러나 효과적이지 않다는 연구 결과(Ayers et al., 2010; Tolin et al., 2007)가 축적되면서 저장장애에 특화된 치료적 개입이 필요하다는 의견이 대두되었다. 이러한 흐름에 따라 저장장애를 위한 CBT 프로토콜로 저장장애 환자의 비합리적인 믿음을 다루는 인지재구성, 물건 습득/버리기 노출 훈련, 문제해결 능력 및 조직화 능력의 향상을 위한 기술훈련, 통찰력과 동기 증진을 위한 개입 등이 제안되었고, 증상 호전에 실제로 효과적인 것으로 보고되고 있다(Ayers et al., 2014; Ayers et al., 2011; Gilliam et al., 2011). 저장장애를 위한 대표적인 CBT 프로토콜인 Steketee와 Frost의 매뉴얼은 조직화 능력의 향상을 위한 기술훈련, 저장 및 습득에 관한 인지재구성과 노출을 강조한다(Steketee & Frost, 2007; Ayers et al., 2011에서 재인용). Steketee와 Frost(2007)의 매뉴얼에 기반하여 Tolin 등(2007b)은 치료 초반 3~5회기 동안 증상 평가와 동기강화 작업을 진행하였고, 이후 조직화의 어려움, 강박적인 물건 습득 및 물건 버리는 것의 어려움 등을 다루었다. Tolin

등(2007b)이 사용한 주요 치료 요소는 조직화, 의사결정 및 문제해결 능력 강화를 위한 기술 훈련, 회피하는 상황에 대한 직간접적 노출 훈련, 비합리적인 믿음에 대한 인지재구성이다. 또한, 환자가 치료에서 훈련하고 교육받은 것을 습득하도록 과제를 부여하였다. 연구 결과, 치료 전과 중반을 비교했을 때 물건을 쌓아두는 것(clutter)과 버리는 것의 어려움, 과도한 습득 증상 전반이 유의하게 감소하였다. 치료 후반에는 참가자의 60%가 임상적으로 유의하게 변한 것으로 나타나 저장장애의 증상과 특성을 고려한 CBT가 효과적임을 보여 주었다.

#### 인지재활(cognitive rehabilitation)

주의력, 기억력, 목록화 및 의사결정 능력 등의 결함(Mckin et al., 2016; Tolin et al., 2012)은 저장장애의 병리적 특성 중 하나이다. 특히, 노년층 저장장애 환자가 흔히 보이는 계획 능력(planning)과 문제해결 능력, 인지적 유연성, 전향적 기억능력의 손상은 표준적인 CBT에 대한 반응에 부정적인 영향을 미친다. 인지재활은 치료 반응성을 향상할 수 있는 개입으로(Ayers et al., 2013), 저장장애 환자의 인지재활을 돕거나, 기존 CBT에 인지재활을 추가한 개입에 관한 연구가 이루어지고 있다(Ayers et al., 2014; Ayers et al., 2018a; Ayers et al., 2018b; Davidson et al., 2021; DiMauro et al., 2014).

인지재활에 노출 및 분류 훈련을 더한 Cognitive Rehabilitation and Exposure/Sorting Therapy(CREST)는 물건을 버리는 것으로 인한 고통과 그러한 고통을 회피하는 행동을 줄이고, 집행기능의 결함으로 인한 기능 손상을

개선하기 위해 고안되었다(Davidson et al., 2021). CREST는 인지훈련 모듈과 노출 훈련 모듈로 나뉜다. 인지훈련 모듈은 저장장애 환자의 기억력과 조직화 능력을 높이기 위해 달력 사용이나 할 일 목록 작성 등을 훈련하고, 문제해결 능력의 향상을 위해 브레인스토밍, 해결책 평가하기 등을 사용한다(Davidson et al., 2021). 노출 훈련 모듈에서 고통감내력과 회피 행동을 중점적으로 다루는데, 저장장애 환자가 경험할 수 있는 다양한 상황(예, 새로운 물건을 저장하고픈 충동을 느낌, 물건을 버릴 것인지 결정해야 함 등)을 설정하여 노출을 진행한다(Ayers et al., 2014). 선행연구에 따르면 CREST는 실시 형태(집단/개인)와 무관하게 저장장애 증상을 유의하게 감소시켰고(Ayers et al., 2018a; Ayers et al., 2018b; Davidson et al., 2021), 개입 6개월 후에도 치료 효과가 유지되었으며(Ayers et al., 2018b), 프로그램 종결 직후에 우울과 불안 수준도 유의하게 경감되었다(Ayers et al., 2018a). CREST를 사용한 다른 연구에서는 개입 이후, 참가자의 시각 기억 능력, 시공간 처리능력, 시각 자극을 탐지하는 능력 등 시각 중재 처리능력(visually mediated process)이 특히 높아졌고(Zakrzewski et al., 2020), 주의력 기능도 유의하게 향상되었다(DiMauro et al., 2014). 이처럼 인지재활은 저장장애의 증상 개선에 효과적인 개입으로 보이나, 저장장애의 특성상 치료를 거부하는 경우가 많고, 치료 순응도도 낮아 보완책이 필요하다(Steketee et al., 2010).

#### 통찰 및 치료동기 강화 개입

저장장애 환자는 대체로 자신의 질병과 그로 인한 결과를 인식하지 못하며, 이는 경직된

신념과 방어적인 태도로 이어진다(Frost et al., 2010). 이에 저장장애 환자의 통찰을 높일 수 있는 치료적 접근이나, 치료동기를 높일 수 있는 수단 혹은 기법을 제안하는 연구가 진행되고 있다(Chasson et al., 2020; Ong et al., 2021; St-Pierre-Delorme & O'Connor, 2016; Worden et al., 2017).

Ong 등(2021)은 동기를 높이기 위한 요소로 물건 버리기 연습과 노출(in vivo exposure), 창조적 절망감(creative hopelessness) 등을 포함한 수용전념치료(Acceptance-Commitment Therapy, ACT)를 실시하였다. 이 중 창조적 절망감은 행동의 의도와 실제 영향 사이의 불일치를 강조함으로써 동기를 높이는 기법이다. 예를 들어, 저장장애 환자는 좌절된 대인관계 욕구를 보상하기 위해 물건에 애착을 느끼며 수집하고 쌓아둔다. 그러나 이러한 행동이 오히려 대인관계의 형성과 유지를 방해한다는 것을 깨닫도록 돕고, 자기 삶에서 추구하는 가치가 무엇인지 탐색함으로써 변화 동기를 높일 수 있다. Ong 등(2021)의 연구에서 ACT 시행 후 저장장애 증상의 심각도, 어지르는 행동, 일상생활 기능 손상 등 전반적인 증상이 유의하게 감소하였다. 아울러 6명의 참가자 중 5명의 우울 증상이 감소하였고, 치료 시작부터 추후 검사까지 치운 물건과 저장한 물건의 개수 차이 간의 폭도 증가하였다.

Inference-Based Therapy(IBT)는 강박장애를 위한 치료적 개입으로 O'Connor와 Aardema 등이 개발하였다(Aardema & O'Connor, 2003, 2007; O'Connor & Robillard, 1995, 1999). IBT는 강박적 의심(obsessional doubt)을 강박장애의 근원이라 가정하는데, 이는 1차 추론(primary inference)이라고도 불린다. 1차 추론은 개인의 주의를 끄는 특정한 상황이나 자극에 대해 잘못된

판단을 내리는 것으로, 현실이 아닌 상상에 기반하여 결과를 예상하는 2차 추론(secondary inference)으로 연결된다. 예를 들어, 저장장애 환자는 버려진 의자를 길에서 발견하면 '언젠가 의자가 필요할지도 모른다'는 1차 추론을 내리고, 이는 '이 의자를 집에 가져가지 않으면 나중에 의자가 필요할 때 사야 하고 사야 하는 물건이 계속 생길 거고 결국 파산할 것이다'와 같은 2차 추론으로 이어진다. 어떤 상황이나 자극에 대해 잘못된 판단을 내리고, 실제 증거를 고려하지 않은 채 가상의 결과를 추론하면서 불안해지고 강박적인 행동을 하게 되는 것이다. IBT는 개인이 현실에 기반하여 추론하는 일반적인 상황을 탐색하고, 강박행동을 하는 상황에서 현실에 기반한 추론을 할 수 있도록 추론 연습(reasoning exercise)을 한다. 이를 통해 개인은 현실 감각을 유지하고, 자신이 잘못된 추론을 사용하고 있음을 이해하면서 강박행동이 필요 없다는 것을 깨닫게 된다(St-Pierre-Delorme et al., 2011). CBT는 증상과 관련된 왜곡된 사고나 평가를 변화시킴으로써 증상의 변화를 유도한다. IBT에서는 CBT의 초점인 왜곡된 사고나 평가를 증상의 근원인 1차 추론과 유사한 것으로 가정한다(St-Pierre-Delorme et al., 2011). 다만 IBT는 1차 추론을 변하기 어려운 것으로 간주하고, 1차 추론 대신 반복적인 의심과 잘못된 추론을 촉발하는 추론 시스템(reasoning system)을 다룬다는 점에서 CBT와 다르다. 여러 연구를 통해 저장장애에도 IBT가 효과적이라는 결과가 축적되고 있다(Neziroglu et al., 2012; St-Pierre-Delorme et al., 2011; St-Pierre-Delorme & O'Connor, 2016). 이에 CBT의 치료적 모델이 맞지 않거나 노출 및 반응 방지 개입에 저항적인 이들에게 IBT가 대

안이 될 수 있으며(St-Pierre-Delorme et al., 2011; Visser et al., 2015), 증상의 개선과 통찰 향상에 도움이 될 수 있다.

일부 연구에서는 치료 효과성과 동기를 높이는 수단으로 가상현실(virtual reality, VR)을 제안하였다. VR은 거의 모든 맥락이나 상황을 시뮬레이션할 수 있어 노출 회기 실시에 용이하며, 치료의 접근성도 높일 수 있는 유용한 수단이다(Chasson et al., 2020; Riva, 2009). St-Pierre-Delorme와 O'Connor(2016)는 IBT의 효과성을 높이기 위해 VR 노출 회기를 IBT에 추가하였다. 이들 연구에서 실험집단과 통제집단은 모든 조건이 같으며, 노출 회기에서 사용하는 VR 배경 조건만 다르다. 치료집단은 플랫폼을 이용해 노출회기에서 사용하는 VR 화면을 직접 구성할 수 있는 반면, 통제집단 참여자에게는 연구자가 사전에 구성한 VR 화면을 일괄적으로 제공하였다. 연구 결과, 두 집단 모두 증상이 유의하게 변하였으나, 실험집단이 통제집단보다 어질러짐(clutter)을 치우는 행동을 더 많이 하였다. Chasson 등(2020)은 VR 기술이 치료 동기 향상에 도움이 되는지 탐색하는 예비 연구를 진행하였다. 치료 기관에 찾아오지 않는 23명의 저장장애 환자에게 깨끗하고 정돈되어 있는 VR 화면을 10분간 보여주고 전후로 변화 동기가 달라지는지 살폈는데, VR 화면을 보여준 후 변화 동기와 변할 수 있다는 자신감이 유의하게 상승하였다.

Worden 등(2017)은 변화에 양가적인 집단(예, 약물 중독)에 자주 제공하는 유관성 관리(contingency management, CM)가 변화 동기가 낮고 집행기능이 손상된 저장장애 환자에게 효과적일 것이라고 제안하였다. CM은 개인의 내재적 동기에 의존하지 않고, 보상과 변화를

연결하여 변화 자체를 보상으로 만드는 방법으로, 개입 과정에서 금전적인 보상을 주로 사용한다. Worden 등(2017)은 가설을 검증하기 위해, CBT를 받는 참여자 중 원하는 이들에게 CM을 추가로 시행하였다. 평가자에 의해 측정되는 Clutter Image Rating Scale(CIR, Frost et al., 2008, 총점 9점)의 점수가 1점씩 감소할 때마다 참가자에게 30달러를 지급하였고, 감소한 점수를 유지하면 1점당 10달러를 지급하였다. 연구 결과, 사전에 비해 사후 결과에서 저장장애 증상 전반이 유의하게 감소하였고, 주관적으로 평정하는 변화에 대한 준비와 변화에 대한 지각된 능력이 치료기간 동안 유지되었다(1점에서 10점 사이로 평정, 사전과 사후 모두 7점대 유지). 정리하면, VR과 같은 기술을 활용하거나 보상을 사용하는 것이 CBT의 효과성을 촉진할 수 있을 것으로 보인다.

#### 정서적 개입

고통감내력과 불확실성에 대한 인내력이 부족하고 불안민감성이 높은 저장장애 환자에게 물건은 정서조절을 도와주는 도구이다(Davidson et al., 2021). 저장장애 환자는 정서적 고통을 피하거나 긍정적인 감정을 느끼기 위해 소유물을 수집하고 저장한다(Bratiotis et al., 2019; Taylor et al., 2019). Chou 등(2020)은 저장장애 환자를 대상으로 정서조절 능력을 향상하고 자기 자비를 느낄 수 있도록 돕는 자비중심치료(compassion focused therapy, CFT)의 효과성을 확인하였다. CFT는 심상작업을 이용하여 수치심을 낮추고, 마음챙김과 이완, 호흡 훈련 등을 통해 정서를 인식하고 정서에 머무를 수 있도록 돕는다. 회기가 어느 정도 진행된 이후에는 자비로운 마음 등을 주제로 자신

에게 편지 쓰기, 자기자비 능력 개발하기, 자비심이 들어오고 나가는 것을 경험하기 위한 심상작업, 의자 기법 등을 활용한다. 연구자들은 CFT와 CBT의 효과성을 비교하였는데 두 집단 모두 저장장애 증상이 감소하였으나, CFT에서 더 큰 변화가 관찰되었다. 구체적으로, CBT 집단 참여자의 23%가 절단점 이하로 증상이 감소하였고, 29%는 증상 감소의 정도가 임상적으로 유의한 수준이었다. CFT 집단의 경우, 참여자의 77%가 절단점 이하로 증상이 감소하였고, 증상 감소의 정도가 임상적으로 유의했던 참여자는 62%였다. 한편, Grisham 등(2022)은 저장장애 환자의 핵심 문제를 정서 조절의 어려움으로 보고, Tolin 등(2007)의 CBT 프로토콜에 정서 모듈을 추가하였다. 정서 및 정서모델에 대한 심리교육과 고통감내 기술 훈련(예, 주의분산, 마음챙김, 자기위안 등)을 제공하였고, 참가자가 저장행동을 통해 이루길 원했지만 달성할 수 없었던 목표와 일치되는 방식으로 행동할 수 있도록 도왔다. 연구 결과, 사전에 비해 사후 검사 결과에서 고통감내력이 유의하게 증가하였고, 저장장애의 증상과 불안, 우울이 의미있는 수준으로 감소하였다. 이처럼 정서조절의 어려움, 고통감내력의 부족, 수치심 등을 특징으로 하는 저장장애 환자에게 CFT나 정서조절 모듈을 추가한 CBT는 증상 변화에 효과적인 것으로 시사된다.

#### 사회인지 및 사회기술 개입

다수의 저장장애 환자가 대인관계에서 어려움을 겪으며, 충족되지 못한 관계 욕구는 소유물에 대한 강렬한 애착으로 이어진다. 따라서 사회인지(social cognition) 증진과 같이 사회

적 요인에 초점을 맞추는 것이 대안이 될 수 있다. 사회인지는 인지적 과정으로 사회적 정보를 탐지하고 처리하며 활용하는 것과 관련이 있다(Frith, 2008). 이는 사회적 기능의 토대가 되며, 관계를 형성하고 유지하는 데 필요한 핵심 요소이다(Adolphs, 2001). 아직 충분한 연구가 이루어지지 않았으나, 최근 저장장애 증상과 사회인지 능력 결핍 간의 관련성을 지지하는 연구 결과가 축적되고 있다(Chen et al., 2022; Mathes et al., 2018; Mathes et al., 2019). 이에 따르면, 저장장애 환자는 마음이론(theory of mind)이 손상되어 타인의 마음을 추론하는 데 어려움이 있고, 사회적인 정보를 부정적이거나 적대적으로 편향되게 처리한다. 따라서 정서 처리, 마음이론, 귀인 편향을 포괄하는 사회인지를 중점적으로 다루는 Social Cognition Interaction Training(SCIT)이 증상 변화에 도움이 될 수 있다. Chen 등(2023)은 12명의 저장장애 환자에게 SCIT를 실시하였다. 기존 SCIT 프로토콜에서 정서인식을 다루는 회기를 줄이고, 저장장애 환자가 일상에서 겪는 대인관계 갈등 사례(예, 가족이 환자의 물건을 버리겠다고 말하는 상황 등)를 심리교육에서 다루었으며, 대인관계 기술과 관련하여 DBT에서 착안한 자기주장훈련(assertive communication)을 포함하였다. 연구 결과, 개입 이후 마음이론이 증가하였고, 적대적 귀인이 감소하였으며, 저장장애 증상과 외로움 역시 낮아졌다. 후속 연구를 통한 검증이 필요하나, SCIT처럼 사회 인지에 초점 맞춘 개입이 저장장애 환자에게 도움이 될 것으로 보인다.

#### 치료 접근성 및 비용 효과성을 고려한 대안

앞서 소개된 다양한 치료적 개입 중 CBT가

저장장애를 위한 표준적인 치료로 알려져 있다(David et al., 2020). 그러나 연구에 따르면, CBT가 증상은 개선하지만, 증상의 변화가 임상적으로 유의한 대상자는 25% 정도에 그친다고 한다(Frost et al., 2012; Gilliam et al., 2011; Muroff et al., 2012). 또한, 개인 CBT의 경우 종결까지 최소 4개월에서 12개월의 기간이 필요하며, 전문 치료자가 진행하기에 비용이 높은 편이다(Muroff et al., 2010; Steketee et al., 2010; Tolin et al., 2007). 이러한 맥락에서 가정방문 회기(in-home session)가 대안으로 소개되고 있다(Tolin et al., 2015). 가정방문 회기는 저장장애 환자의 집에서 진행되기에 치료에서 배운 기술을 거주 환경에 적용할 가능성을 높이고, 신체적 장애 혹은 장애로 환자가 집 밖으로 이동하기 어려운 상황에서도 치료를 실시할 수 있어 용이하다(Muroff & Steketee, 2018). 그러나 이 역시 전문가가 제공할 경우, 비용 효과성과 치료 접근성에 한계가 있다(Steketee et al., 2010). 따라서 치료 비용을 낮추면서 가정방문의 이점을 유지하고, 어느 정도 효과적인 대안으로 비전문가가 제공하는 보조 개입이나 지지 집단이 제시되고 있다(Crone et al., 2020; Frost et al., 2012).

Crone 등(2020)은 저장장애가 있는 개인에게 가정방문 회기가 포함되어 있는 CBT를 15주간 실시하였다. 대학생 자원봉사자로 구성된 clutter buddies가 12주 차부터 15주 차까지 주 2회, 총 8번에 걸쳐 대상자의 가정에 방문하여, 치료에서 다룬 내용을 복습하고 적용하는 것을 도왔으며, 연구자들은 clutter buddies에게 훈련과 슈퍼비전을 제공하였다. 연구 결과, 개입 후 저장장애 증상 전반이 감소하였고, 참가자들은 clutter buddies에 대해 만족감을 표현하였으며, 치료를 지속하는 것에 대해서도 긍

정적인 반응을 보였다. Linkovski 등(2018)의 연구에서는 훈련받은 비전문가가 진행하는 구조화된 단기 집단 CBT에 가정방문 회기를 추가하였는데, 저장장애 증상과 일상생활 기능 손상(functional impairment)의 정도가 유의하게 감소하였다. Mathews 등(2016)은 전문가가 진행하는 CBT 집단과 저장장애 동료가 진행하는 CBT 집단이 증상 개선의 정도와 참여자당 치료비에서 차이가 있는지 비교하였다. 증상의 심각도와 일상생활 기능 손상의 개선 정도는 집단 간 차이가 유의하지 않았다. 그러나 전문가가 진행한 집단이 인지기능 개선의 정도가 더 컸으며, 참여자당 비용은 동료가 진행한 집단이 더 적었다(1인 기준, 100달러). 다른 연구에서는 동료가 진행하는 집단 CBT와 전문가가 진행하는 집단 CBT의 증상 감소 정도가 유사하였다(Mathews et al., 2018). 이를 종합해 볼 때 비용이 부담되거나 치료를 원치 않는 개인에게 비전문가가 실시하는 지지 집단이나 집단 치료가 비교적 저렴하면서 긍정적인 반응을 끌어내는 보조 수단이 될 것으로 보인다.

웹사이트나 모바일 애플리케이션은 전통적인 CBT를 보조하는 수단으로써, 과제 접근성을 높이고 개인에게 치료 경과를 피드백 하는 등 치료에서 다루는 내용을 치료 외 시간에 전달하는 도구로 활용될 수 있다(Aguilera & Muench, 2012). 이에 일부 연구자들은 낮은 과제 순응도, 중도 탈락 등 저장장애 환자의 저조한 치료 참여율의 대응책으로 정보기술(information technology)을 활용할 것을 제안하였다(Ivanov et al., 2018; Muroff et al., 2010; Muroff & Steketee, 2018).

Muroff 등(2010)은 강박적 수집(compulsive hoarding)을 하는 이들에게 CBT 기반 자조집단



을 온라인으로 실시하였다. 자조집단의 구성원은 월 1회 이상 강박적 수집을 줄이기 위한 구체적인 행동 목표나 진행 상황을 온라인에 공유해야 한다(예, 특정 물건 사지 않기, 특정 물건을 분류하고 정해진 공간을 정리하기, 상점에서 아무것도 사지 않고 나오기 등). 치료 요소로 사고기록지 작성과 같은 CBT 기술이 일부 포함되어 있어, 소유물과 관련하여 잘못된 신념을 스스로 다루도록 구성원들이 서로를 도울 수 있다. 아울러 정신건강과 저장행동, 물건을 정리하는 방법이나 CBT 기술 등에 관한 교육자료를 온라인으로 제공하였고, 전문가의 연락처와 그룹 채팅 기능도 제공하였다. 연구 결과, 3개월 이상 활동한 참여자는 활동 기간이 짧은 참여자에 비해 저장장애 증상의 심각도가 상대적으로 낮았고, 치료 효과는 6개월 뒤에도 유지되었다. Ivanov 등(2018)의 연구에서는 CBT의 효과성과 참여율을 높이기 위해 치료 회기 사이에 치료자와 참여자가 소통하는 도구인 인터넷-지지 시스템(internet-support system, COMMIT)을 추가하였다. COMMIT은 개인 컴퓨터나 태블릿, 휴대전화로 접속하는 시스템으로, 치료 매뉴얼, 과제와 같은 자료나 치료 경과 모니터링 시 확인할 사항 등을 제공한다. 또한, 과제를 시스템에 업로드하고, 치료자와 소통하는 기능도 갖추고 있다. 총 20명의 저장장애 환자가 연구에 참여하였는데, 중도 탈락자가 없었고, 저장장애 증상이 유의하게 감소했을 뿐 아니라 3개월 뒤에도 치료 효과가 유지되었다. Muroff와 Steketee(2018)는 웹캠(CBT-W)을 활용하여 거주지 기반 개인 CBT(home-based CBT)를 7명의 저장장애 환자에게 실시하였다. 연구 결과, 대부분의 참여자가 치료 시작 직후부터 증상이 감소하였고, 이 중 2명은 증상이 임상적으로 유

의하게 개선되었으며, 그 효과가 3개월 뒤에도 유지되었다. 이처럼 기존 치료에 정보기술을 접목하는 것은 긍정적인 치료적 변화를 불러오면서, 치료의 접근성도 높이는 유용한 방안으로 기대된다.

#### 치료 효과성을 높이기 위한 제안: 위험감소 접근(Harm Reduction Approach)

저장장애는 개인이 거주하는 공간의 안전을 저해하고, 위험하게 만든다(Frost et al., 2000). 쌓여 있는 물건은 화재가 발생할 가능성을 높이며, 물건 더미가 무너져 출구가 막히거나, 비위생인 환경이 신체 건강에 해를 끼치는 등 위험한 환경을 조성한다. 앞서 언급한 개입 방안은 저장장애의 증상과 그로 인한 개인의 고통, 기능 손상 등을 감소시키는 데 효과적이지만, 위험한 거주 환경을 직접적으로 다루지 않는다. 또한, 이러한 개입이 안정상의 위험을 낮추는 데 실제로 도움이 되는지 살핀 연구 역시 많지 않다.

위험감소 접근(harm reduction approach, HR)은 개인 혹은 공공을 위험에 빠뜨리는 행동과 그에 수반되는 유해한 결과를 최소화하기 위해 고안된 일련의 실용적인 원칙과 전략이다(Marlatt, 1998). HR은 문제를 유지하는 기제를 바꾸려 애쓰지 않는다는 점에서 통상적인 심리치료와 결을 달리한다. 예를 들어, CBT는 저장행동을 유지하는 사고나 믿음, 행동패턴의 변화를 목표로 한다. 이는 개인이 치료를 통해 무언가를 얻고 배우려는 동기와 열린 태도를 보일 때 긍정적인 결과를 얻을 수 있다. 반면, HR은 개인에게 문제 행동이 아닌 문제 행동으로 인한 결과를 변화시키려는 동기가 있다는 전제하에, 특정한 행동을 중단시키지

않고 고위험으로 인한 해로운 결과의 감소를 목표로 한다(Denning, 2000). Tompkins(2015)은 저장장애를 위한 HR을 제시하였는데, HR은 동기 요소, 초기 단계, 지속 단계로 나뉜다. HR에서 완전한 종결은 없으며, 환자의 문제가 지속되는 동안 개입을 지속한다. 동기 요소는 동기강화에 기반하여 환자가 개입을 수용하도록 돕는 것으로, OARS(Open-ended questions, Affirmations; Reflective listening, Summaries), 변화 대화 유도하기(예, 변화의 장단점 탐색 등), 변화 대화에 반응하기(예, 개인의 가치 명료화 등) 등 동기강화 상담(Motivational Interview)에서 사용하는 전략을 활용한다. Tompkins(2015)은 동기강화를 통해 진정한 행동 변화를 끌어내고 치료동맹을 강화할 수 있기에 HR의 전 과정에서 동기 요소를 사용해야 함을 강조하였다.

초기 단계에서는 잠재적 위험 평가를 시행한다. 환경적 요인(예, 방치되거나 부서진 가구 등), 물건을 습득하는 경로(예, 물건을 수집하는 이유 등), 신체적 능력(예, 독립보행 가능 여부 등), 심리적 능력(예, 다른 정신의학적 상태 등), 사회적 능력(예, 교류하는 지인의 수와 범위 등) 등 총 다섯 가지 영역을 평가하여, 생활환경의 위험 수준 등을 결정한다. 대상자에게 HR이 적절할 것으로 판단된다면, HR을 설명하고 동의를 구하는 절차를 거친다. 이후, HR 제공에 필요한 자원을 확보하고 팀을 구성한다. 앞선 평가 결과에 기반하여 위험도를 낮추기 위한 목표를 설정하고 계획을 수립한다.

마지막으로 지속 단계에서 개입자는 가정을 방문하여 초기 단계에서 수립한 위험감소 계획을 모니터링한다. 개입자는 가정을 방문하여 구조화된 절차와 체계에 따라 거주지 내

공간을 확인하고, 사진이나 평가 도구 등을 활용해 진행 상황을 기록한다. HR에서는 대상자와 치료자가 상의하여 목표를 설정하기에, 목표를 이행하지 못할 경우, 이유를 탐색하고 목표를 함께 수정한다. 만약 기능적 문제로 목표 달성에 실패한 경우, 개입자가 적절한 해결책이나 도움을 제공한다(예, 기억력 문제로 병원 예약을 잊은 경우, 병원 진료 예약을 도움 등). 모니터링을 하면서 새롭게 발생하거나 발견한 잠재적 위험 요소를 평가하고, 위험감소 계획을 수정하고 보완한다. 덧붙여, Tompkins(2015)은 일상생활 영위에 의사결정 능력과 효과적으로 문제를 해결하는 능력이 필수적임을 강조하며, 의사결정이나 시판 관리, 문제해결 능력 기르기와 같은 기술훈련 실시를 포함하였다.

저장장애의 낮은 병식, 도움을 거부하는 특성 등을 고려할 때 환자는 문제 행동의 변화에 초점을 맞추는 개입에 관심을 보이지 않거나 거부할 가능성이 있다. 특히, 저장장애 환자는 수년간 주변인들로부터 치료에 대한 압박을 받아왔을 가능성이 높고, 주변인에게 적대적인 대우를 받기도 한다. 이들은 치료를 강제 청소 명령처럼 오랜 시간 쌓아온 소유물을 모두 버리게 만드는 것으로 인식하여 치료를 거부하기도 한다. 따라서 저장행동 그 자체보다 저장행동에 따른 위험의 감소를 강조하는 HR이 대안이 될 수 있다. Tompkins(2015)은 저장장애 환자가 HR에 느끼는 거부감이 다른 개입에 대한 거부감보다 낮다고 말한다. 따라서 HR은 개입을 상대적으로 수월하게 시작하고 이를 지속할 수 있으며, 심리치료에 대한 개방성을 높이는 데 도움이 된다. Tompkins(2015)은 HR을 통해 환자의 병식이 증가하고, 삶에 대한 희망이 커지며, 타인에

대한 분노나 불신이 감소하면서 심리치료 자체에 대한 동기가 증가하였다고 설명한다.

일부 선행연구에서 HR의 효과성을 검증하였는데, Kwok 등(2018)의 연구에서는 저장장애 가구에 소방, 정신건강 및 사회복지 분야의 전문가로 이루어진 다학제 팀이 HR을 제공하였다. 연구 결과, 중도 탈락한 참여자를 제외하고 94%가 소방 보안 및 위생법을 따르게 된 것으로 나타났다. 또 다른 연구(Kysow et al., 2020)는 82명의 저장장애 대상자에게 HR을 실시하였다. 증상이 심각한 일부 사례는 목표를 달성하는 데 2~3년이 소요되고 최대 40번의 가정방문이 이루어졌으나, 그 외에는 평균 6번의 가정방문만으로 목표를 달성하였고, 중재 동안 쌓아둔 물건의 양이 평균 41% 감소하였다.

종합하면, 치료에 거부감이 크고 위험한 환경에서 생활하는 저장장애 환자의 안전을 확보를 위해 HR은 합리적인 선택일 수 있다. 무엇보다 지속적인 개입을 통해 심리치료에 대한 개방성을 증가시킬 수 있다는 점에서 HR은 치료의 시작 단계에서 사용할 수 있는 유용한 접근으로 판단된다. 따라서 국내에서도 저장장애에 HR이 효과적인지, 증상이 어느 정도로 개선되는지 체계적으로 탐색할 필요가 있다.

## 결 론

본 연구는 저장장애에 대한 이론적 모델과 증상 유지에 관여하는 다양한 변인을 살펴보고, 주요 치료 접근과 관련 연구를 개관하였다. 아울러 기존 개입의 효과성을 높이거나 한계를 보완할 수 있는 보조 수단과 대안적인

접근을 소개하였다.

본 연구는 저장장애의 심리적 특성과 이론적 틀, 그리고 치료적 개입을 포괄적으로 탐색한 첫 국내 연구라는 점에서 의의가 있으며, 후속 연구의 방향을 설정하는 데 도움이 될 수 있다. 예를 들어, 정서 반응성(emotional reactivity) 및 우유부단과 저장증상의 관계성을 탐색한 안슬기(2018)의 연구는 우유부단의 조절효과를 언급하며, 정서 반응성과 우유부단에 중점을 두고 치료할 것을 제안하였다. 그러나 그의 연구에서 우유부단의 조절효과가 통계적으로 유의하였지만 설명량은 낮았기에 이유를 탐색해 봐야 한다. 관련하여 불확실성에 대한 인내력을 고려해 볼 수 있다(Frost et al., 2011; Norman et al., 1998). 앞서 언급하였듯이 우유부단은 저장장애의 특징으로(Frost & Gross, 1993), 저장장애 환자는 우유부단하여 소유물을 보관하거나 버리는 것을 쉽게 결정하지 못하고 모호한 상황에 빠진다. 또한, 불확실성에 대한 인내력이 낮아 그러한 상황에서 스트레스를 받고 부정적인 감정을 느낀다. 더욱이 정서 반응성이 높을 경우, 내외부 자극에 강렬한 정서가 빠르고 쉽게 일어나 정서조절이 어려울 수 있다(Knock et al., 2008). 즉, 정서 반응성이 높고 우유부단하며 불확실성에 대한 인내력이 낮은 저장장애 환자는 소유물에 관해 결정을 쉽게 내리지 못하여 불확실한 상황에 부딪힌다. 이에 따라 부정적인 정서를 강하게 느끼지만, 적절히 조절하지 못하고 저장행동과 같은 회피적인 대처를 한다고 가정할 수 있다. 정서 반응성과 우유부단, 불확실성에 대한 인내력 간의 실제 관계와 이들 변인이 어떠한 과정을 거쳐 저장행동으로 이어지는지 후속 연구에서 살펴봐야 하며, 이는 치료적 개입에서 중요한 요소를

제시한다는 점에서 의의가 있다.

한편 저장장애 경향자의 대인관계 스트레스 경험과 정서조절의 특성을 살피기 위해 실험 연구를 진행한 최인서(2020)의 연구에 따르면 저장장애 경향자는 과제 실패로 인한 스트레스보다 대인관계 스트레스로 인한 부정적인 정서를 억제하기가 더 어려운 것으로 나타났다. 이에 대해 연구자(최인서, 2020)는 역기능적 정서조절과 낮은 고통감내력이 관여할 가능성을 제시하였다. 앞서 설명하였듯이 저장장애 환자는 타인의 마음을 추론하는 데 어려움이 있으며, 사회적 정보를 부정적이거나 적대적으로 처리하는 경향이 있다(Chen et al., 2022; Mathes et al., 2018; Mathes et al., 2019). 이처럼 사회인지 능력이 부족한 저장장애 환자에게 대인관계 형성과 유지는 요원한 것이며, 부정적인 감정을 촉발하는 스트레스 요소가 될 수 있다. 아울러, 저장장애 환자는 부정적인 정서상태를 견디는 능력이 낮고 정서조절 방식이 역기능적이기에(Frost & Steketee, 1998; Mathes et al., 2017) 사회적 자극에 수반되는 불편한 감정을 감내하지 못하고 회피할 수 있다. 이들에게 소유물이 편안함과 안전감을 제공하는 애착의 대상(Mathes et al., 2020)임을 고려할 때 고통스러운 감정을 낮추고자 안전감을 주는 물건을 수집하고 저장할 가능성을 생각해 볼 수 있다. 저장장애의 증상과 사회인지 능력 간의 관계성에 대한 연구 결과가 축적되고 있으며, 저장장애 증상과 고통감내력(Frost & Steketee, 1998; Mathes et al., 2017; Timpano et al., 2009) 및 정서조절의 관계(Chou et al., 2020; Grisham et al., 2022) 역시 여러 연구에서 반복적으로 확인되었다. 따라서 국내에서도 후속 연구를 통해 저장장애 환자가 사회인지 능력에 결핍이 있는지, 이것이 고통감

내력과 역기능적인 정서조절을 거쳐 저장장애의 증상으로 이어지는지 탐색이 필요하다. 더 나아가 후속 연구를 통해 저장행동의 촉발과 유지에 기여하는 다양한 변인을 확인함으로써 치료 선택의 근거를 제시할 수 있다. 예를 들어, 불확실성에 대한 낮은 인내력, 고통감내력의 부족, 역기능적인 정서조절이 저장장애 증상의 심각도와 유지에 영향을 미치는 것이 검증된다면, 정서조절에 중점을 두는 CFT(Chou et al., 2020)나 정서 모듈(예, 고통감내 기술)을 추가한 CBT (Grisham et al., 2022)가 도움이 될 것이다.

저장장애를 주제로 하는 심리학 분야의 국내 학술 및 학위 연구는 현재까지 총 5편이다(박태홍, 2015; 안슬기, 2018; 이혜민 등, 2021; 최인서, 2020; 현혜민, 박기환, 2018). 저장장애를 독립적인 장애로 제시한 DSM-5가 2013년(국내에서는 2015년)에 출판되었음을 고려하더라도 연구 편수가 빈약하다. 심리치료 혹은 상담 장면에서 만나는 내담자가 대체로 자발적으로 기관을 방문하는 반면, 도움을 요청하지 않고 병식이 부족한 저장장애의 특성상 치료 장면에서 만나기 어렵다. 이 점에서 저장장애를 다룬 국내 연구가 많지 않은 이유를 헤아려 볼 수 있다. 저장장애 사례는 대부분 민간 혹은 공공 기관에 의해 발굴되기에 현장의 최전선에서 이들을 먼저 접하는 것은 복지분야의 인력이며, 실제로 사회복지 혹은 공공기관에서 출판된 저장장애 연구를 찾을 수 있다(민소영, 2021; 박선영, 2020; 영등포구청 희망복지지원단, 2018; 이종아, 2020; 장은진 등, 2020; 최옥순, 2020; 하재홍, 2017). 이들 연구는 저장장애의 특성(예, 낮은 병식, 높은 정신질환 공병률 등)이나 사회 및 행정적 변인(예, 시설 지원, 유관기관 협력, 민원 등) 등으로

사례관리와 같은 개입이 쉽지 않다고 설명한다. 아울러 대상자에게 적절한 도움을 제공하기 위해 행정 및 법적인 제도나 심리적 영역 등을 포함한 다학제적이고 통합적인 접근이 필요함을 언급하고 있다. 특히, 저장장애 대상자의 특성을 이해하고 현장에서 적절한 개입이 제공되도록 서비스 제공자를 위한 교육과 개입 매뉴얼이 필요하며(장은진 등, 2020; 최옥순, 2020), 전문적인 심리치료를 제공할 수 있는 인력 확보와 협력체계 구축 등을 강조한다(민소영, 2021; 이종아, 2020; 장은진 등, 2020). 본 연구에서 개관한 치료적 접근은 사회 및 국가 차원에서 통합적인 서비스를 제공하는 플랫폼을 구축할 때 기초 자료로 활용될 수 있다. 특히, 앞서 제시한 여러 개입 중 HR은 새로운 선택지가 될 수 있다. Tompkins(2015)은 HR의 핵심요소로 가정방문을 통한 모니터링을 강조하며, 구조화된 모니터링 지침을 제시하였고, 동기강화나 기술훈련 등 현장에서 비교적 쉽게 활용할 수 있는 기법을 소개하였다. 실제 사례관리 시 가정방문이 이루어진다는 점에서, HR의 개입 요소와 매뉴얼은 서비스 제공자에게 유용할 것이다. Tompkins(2015)은 HR 개입팀이 심리, 사회복지, 법 등 다양한 분야의 전문가로 구성될 수 있다고 설명하였는데, 국내에서도 다학제에 기반한 서비스의 필요성이 언급되고 있는 만큼 HR은 적절한 방안이 될 수 있다. 실제로 장은진 등(2020)은 Tompkins(2015)의 HR에 기반하여 통합사례관리자가 현장에서 사용할 수 있는 심리적 개입 방안을 함께 제시하였다. 그러나, 효과성 및 실효성에 대한 탐색은 이루어지지 않았기에 후속 연구에서 검증하여 수정과 보완이 이루어져야겠다.

최전선에서 저장장애 대상자를 접하는 이들

을 위한 통합적 개입도 필요하지만, 전문 심리치료 혹은 상담 기관에 사례가 연계되었을 때 심리적 개입이 제공되도록 치료 효과성을 검증하는 연구가 필요하다. 앞서 살펴보았듯이 국외에서는 저장장애를 위한 심리치료가 활발히 개발 및 소개되고 있지만, 국내는 관련 학술 및 학위 연구가 부족하다. 본 연구에서 소개한 여러 치료 중 CBT의 효과성 검증 연구가 가장 많이 이루어졌으며, 비교적 효과적인 것으로 보고된다(Tolin et al., 2015). 이외에도 인지재활에 노출 및 분류 훈련을 더한 CREST(Ayers et al., 2018a; Ayers et al., 2018b; Davidson et al., 2021), 정서 모듈을 추가한 CBT(Grisham et al., 2022) 역시 효과적인 것으로 알려져 있다. 저장장애 환자가 정보처리능력에 결함이 있고, 소유물에 대한 정서적 애착과 지배관념을 갖고 있으며, 고통을 피하고자 저장행동을 선택한다는 인지-행동 모델의 관점에서 CBT나 CBT 기반 개입은 효과적일 것으로 예상된다. 따라서 향후 국내에서도 이러한 개입이 저장장애 증상 감소에 효과적인지, 어떠한 기제를 통해 증상이 감소하는 것인지 탐색하는 연구가 필요하겠다.

## 참고문헌

- 김기성 (2020.08.05). 광명시, 쓰레기 모아두는 '저장강박 장애 지원 조례' 입법 예고. 한겨레.  
<https://www.hani.co.kr/arti/area/capital/1053638.html>
- 문영호 (2021.03.18). "쓰레기더미 속 생활 이제 그만~"...수원시, '클린케어' 큰 호응. UPI 뉴스.

- <https://www.upinews.kr/newsView/upi202103180006>
- 민소영, 최옥순, 신서우 (2021). 매입입대주택 저장장애증상 입주자에 대한 실무자의 지원 경험 탐색. *사회과학연구*, 32(4), 357-384.
- <http://dx.doi.org/10.16881/jss.2021.10.32.4.357>
- 박선영 (2020). '잡동사니 축적'에 대한 사회적 개입과 그 효과에 대한 담론적 이해. *사회과학 담론과 정책*, 13(2), 1-26.
- <http://doi.org/10.22417/DPSS.2020.10.13.2.1>
- 박태홍 (2015). Two types of hoarding behavior. 서울대학교 대학원 석사학위논문. <http://www.riss.kr/link?id=T13743745>
- 안슬기 (2018). 정서 반응성, 우유부단, 저장증상의 관계: 우유부단의 조절효과. 강원대학교 대학원 석사학위논문.
- <http://www.riss.kr/link?id=T14904126>
- 영등포구청 복지정책과 희망복지지원팀 (2018). 저장강박가구 개입을 위한 사례관리 매뉴얼. 서울: 영등포구청.
- 유성진 (2017). 저장장애: 물건에 대한 강박적 집착. 학지사.
- [https://www.hakjisa.co.kr/subpage.html?page=book\\_book\\_info&bidx=3564](https://www.hakjisa.co.kr/subpage.html?page=book_book_info&bidx=3564)
- 이은경, 전종욱, (2018). 소비자의 저장강박행동의 재개념화와 이에 따른 반응에 관한 연구. *소비자학연구*, 29(5), 145-173.
- <http://dx.doi.org/10.35736/JCS.29.5.7>
- 이종아 (2020). 저장장애 행동 특성에 관한 사례 연구. *인문사회* 21, 11(1), 367-378.
- <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.11.1.28>
- 이혜민, 장진구, 송후림, 이수영, 홍민하, 김세주, 김찬형 (2021). 한국판 저장행동평가척도의 표준화 연구. *Anxiety and Mood*, 17(2), 73-77.
- <http://dx.doi.org/10.24986/anxmod.2021.17.2.004>
- 장은진, 이기연, 신권철, 원성두, 최기홍, 조은실, 정재우, 김원경 (2020). 저장장애 관련 고난도 사례를 위한 통합적 사례개입 방안 연구. 한국사회보장정보원/한국심리학회.
- 최옥순 (2020). 저장하는 사람들과 함께 일하는 사례관리자의 실천 경험에 관한 연구. 경기대학교 대학원 박사학위논문.
- <http://www.riss.kr/link?id=T15914169>
- 최인서 (2020). 저장장애 경향자의 대인관계 스트레스 경험과 정서 조절의 특성 연구. 중앙대학교 심리서비스대학원 석사학위논문.
- <http://www.riss.kr/link?id=T15658473>
- 하재홍 (2017). 잡동사니 저장 가구의 통합사례관리 개입 방향 고찰 연구. 노원구청 시정연구논문.
- 현혜민, 박기환 (2018). 한국판 저장 척도 개정판의 타당화 연구. *한국심리학회지: 건강*, 23(3), 721-738. 10.17315/kjhp.2018.23.3.007
- 황인주, 손지민 (2021.09.16). 저장장애? 적치가구? '쓰레기집'이란 무엇인가. *서울신문*. <https://www.seoul.co.kr/news/newsView.php?id=20210916500124>
- Aardema, F., & O'Connor, K. (2003). Seeing white bears that are not there: Inference processes in obsessions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 17(1) 23-37.
- <http://dx.doi.org/10.1891/jcop.17.1.23.58270>
- Aardema, F., & O'Connor, K. (2007). The menace within: Obsessions and the self. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 21(3), 182-197.
- <https://doi.org/10.1891/088983907781494573>
- Adolphs, R. (2001). The neurobiology of social cognition. *Current Opinion in Neurobiology*,

- 11(2), 231-239.  
[https://doi.org/10.1016/S0959-4388\(00\)00202-6](https://doi.org/10.1016/S0959-4388(00)00202-6)
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology Press.  
<https://doi.org/10.4324/9780203758045>
- Aguilera, A., & Muench, F. (2012). There's an app for that: Information technology applications for cognitive behavioral practitioners. *The Behavior Therapist/AABT*, 35(4), 65-73.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4270287/>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder: DSM-5, 5th ed*, American Psychiatric Publ.
- An, S. K., Mataix-Cols, D., Lawrence, N. S., Wooderson, S., Giampietro, V., Speckens, A., Brammer, J., & Phillips, M. L. (2009). To discard or not to discard: the neural basis of hoarding symptoms in obsessive-compulsive disorder. *Molecular Psychiatry*, 14(3), 318-331.  
<https://www.nature.com/articles/4002129>
- Ayers, C. R., Dozier, M. E., Taylor, C. T., Mayes, T. L., Pittman, J. O., & Twamley, E. W. (2018a). Group cognitive rehabilitation and exposure/sorting therapy: A pilot program. *Cognitive Therapy and Research*, 42(3), 315-327.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s10608-017-9878-1>
- Ayers, C. R., Dozier, M. E., Twamley, E. W., Saxena, S., Granholm, E., Mayes, T. L., & Wetherell, J. L. (2018b). Cognitive rehabilitation and exposure/sorting therapy (CREST) for hoarding disorder in older adults: A randomized clinical trial. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 79(2), 3927.  
<https://dx.doi.org/10.4088/JCP.16m11072>
- Ayers, C. R., Saxena, S., Espejo, E., Twamley, E. W., Granholm, E., & Wetherell, J. L. (2014). Novel treatment for geriatric hoarding disorder: an open trial of cognitive rehabilitation paired with behavior therapy. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 22(3), 248-252.  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jagp.2013.02.010>
- Ayers, C. R., Saxena, S., Golshan, S., & Wetherell, J. L. (2010). Age at onset and clinical features of late life compulsive hoarding. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 25(2), 142-149.  
<https://doi.org/10.1002/gps.2310>
- Ayers, C. R., Wetherell, J. L., Golshan, S., & Saxena, S. (2011). Cognitive-behavioral therapy for geriatric compulsive hoarding. *Behaviour Research and Therapy*, 49(10), 689-694.  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2011.07.002>
- Ayers, C. R., Wetherell, J. L., Schiehser, D., Almklov, E., Golshan, S., & Saxena, S. (2013). Executive functioning in older adults with hoarding disorder. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(11), 1175-1181.  
<http://dx.doi.org/10.1002/gps.3940>
- Bartz, J. A., Tchalova, K., & Fenerci, C. (2016). Reminders of social connection can attenuate anthropomorphism: A replication and extension of Epley, Akalis, Waytz, and Cacioppo (2008). *Psychological Science*, 27(12), 1644-1650.  
<https://doi.org/10.1177/09567976166668510>
- Bratotiis, C., Steketee, G., Dohn, J., Calderon, C.,

- Frost, R., & Tolin, D. (2019). Should I keep it? Thoughts verbalized during a discarding task. *Cognitive Therapy and Research*, 43(6), 1075-1085.
- Brown, S. E. (2011). Theoretical Concepts from Self Psychology Applied to Animal Hoarding. *Society & Animals*, 19(2), 175-193.  
<http://dx.doi.org/10.1163/156853011X563006>  
<https://doi.org/10.1007/s10608-019-10025-y>
- Cath, D. C., Nizar, K., Boomsma, D., & Mathews, C. A. (2017). Age-specific prevalence of hoarding and obsessive-compulsive disorder: a population-based study. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 25(3), 245-255.  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jagp.2016.11.006>
- Chasson, G. S., Hamilton, C. E., Luxon, A. M., De Leonardi, A. J., Bates, S., & Jagannathan, N. (2020). Rendering promise: Enhancing motivation for change in hoarding disorder using virtual reality. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 25, Article e100519.  
<https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2020.100519>
- Chen, W., McDonald, S., Wearne, T., & Grisham, J. R. (2022). Interpersonal functioning in hoarding: An investigation of the link between hoarding symptoms and social support, social anhedonia, and social rewards. *Journal of Affective Disorders Reports*, 8, Article e100313.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadr.2022.100313>
- Chen, W., McDonald, S., Wearne, T., Sabel, I., Long, E. V., & Grisham, J. R. (2023). A pilot study of adapted social cognition and intervention training (SCIT) for hoarding disorder. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 36, Article e100776.  
<https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2022.100776>
- Chen, R. P., Wan, E. W., & Levy, E. (2017). The effect of social exclusion on consumer preference for anthropomorphized brands. *Journal of Consumer Psychology*, 27(1), 23-34.  
<https://doi.org/10.1016/j.jcps.2016.05.004>
- Chou, C., Tsoh, J. Y., Shumway, M., Smith, L. C., Chan, J., Delucchi, K., Tirsch, D., Gilbert, P., & Mathews, C. A. (2020). Treating hoarding disorder with compassion focused therapy: A pilot study examining treatment feasibility, acceptability, and exploring treatment effects. *British Journal of Clinical Psychology*, 59(1), 1-21.  
<https://doi.org/10.1111/bjc.12228>
- Chou, C. Y., Tsoh, J., Vigil, O., Bain, D., Uhm, S. Y., Howell, G., Chan, J., Eckfield, M., Plumadore, J., Chan, E., Komaiko, K., Smith, L., Franklin, J., Vega, E., Delucchi, K., & Mathews, C. A. (2018). Contributions of self-criticism and shame to hoarding. *Psychiatry Research*, 262, 488-493.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.09.030>
- Claes, L., Müller, A., & Luyckx, K. (2016). Compulsive buying and hoarding as identity substitutes: The role of materialistic value endorsement and depression. *Comprehensive Psychiatry*, 68, 65-71.  
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2016.04.005>
- Coles, M. E., Frost, R. O., Heimberg, R. G., & Steketee, G. (2003). Hoarding behaviors in a large college sample. *Behaviour Research and Therapy*, 41(2), 179-194.



- [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00136-X](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00136-X)  
 Cromer, K. R., Schmidt, N. B., & Murphy, D. L. (2007). Do traumatic events influence the clinical expression of compulsive hoarding? *Behaviour Research and Therapy*, 45(11), 2581-2592. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2007.06.005>
- Crone, C., Angel, Z., Isemann, S., & Norberg, M. M. (2020). Clutter-Buddies: A volunteer program to assist clients undergoing group cognitive behavioural therapy. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 27, Article e100559. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2020.100559>
- Daughters, S. B., Lejuez, C. W., Bornoalova, M. A., Kahler, C. W., Strong, D. R., & Brown, R. A. (2005). Distress tolerance as a predictor of early treatment dropout in a residential substance abuse treatment facility. *Journal of Abnormal Psychology*, 114(4), 729. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.114.4.729>
- David, J., Crone, C., & Norberg, M. M. (2022). A critical review of cognitive behavioural therapy for hoarding disorder: How can we improve outcomes? *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 29(2), 469-488. <https://doi.org/10.1002/cpp.2660>
- Davidson, E. J., Broadnax, D. V., Dozier, M. E., Pittman, J. O., & Ayers, C. R. (2021). Self-reported helpfulness of Cognitive Rehabilitation and Exposure/Sorting Therapy (CREST) for hoarding disorder. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 28, Article e100622. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2021.100622>
- Denning, P. (2000). *Practicing harm reduction psychotherapy: An alternative approach to addictions*. Guilford Press. <https://www.guilford.com/books/Practicing-Harm-Reduction-Psychotherapy/Denning-Little/9781462502332>
- Dickinson, K. A., & Pincus, A. L. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, 17(3), 188-207. <https://doi.org/10.1521/pedi.17.3.188.22146>
- DiMauro, J., Genova, M., Tolin, D. F., & Kurtz, M. M. (2014). Cognitive remediation for neuropsychological impairment in hoarding disorder: A pilot study. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3(2), 132-138. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2014.03.006>
- Dugas, M. J., Buhr, K., & Ladouceur, R. (2004). The role of intolerance of uncertainty in etiology and maintenance. <https://psycnet.apa.org/record/2004-16375-006>
- Dugas, M. J., Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (1997). Intolerance of uncertainty and problem orientation in worry. *Cognitive Therapy and Research*, 21(6), 593-606. <https://doi.org/10.1023/A:1021890322153>
- Freeston, M. H., Rhéaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry? *Personality and Individual Differences*, 17(6), 791-802. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)90048-5](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)90048-5)
- Frith, C. D. (2008). Social cognition. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 363(1499), 2033-2039. <https://doi.org/10.1098/rstb.2008.0005>
- Frost, R. O., & Gross, R. C. (1993). The hoarding

- of possessions. *Behaviour Research and Therapy*, 31(4), 367-381.  
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(93\)90094-B](https://doi.org/10.1016/0005-7967(93)90094-B)
- Frost, R. O., & Hartl, T. L. (1996). A cognitive-behavioral model of compulsive hoarding. *Behaviour Research and Therapy*, 34(4), 341-350.  
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)00071-2](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)00071-2)
- Frost, R. O., Hartl, T. L., Christian, R., & Williams, N. (1995). The value of possessions in compulsive hoarding: Patterns of use and attachment. *Behaviour Research and Therapy*, 33(8), 897-902.  
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)00043-W](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)00043-W)
- Frost, R. O., Krause, M. S., & Steketee, G. (1996). Hoarding and obsessive-compulsive symptoms. *Behavior Modification*, 20(1), 116-132.  
<https://doi.org/10.1177/01454455960201006>
- Frost, R. O., Kyrios, M., McCarthy, K. D., & Matthews, Y. (2007). Self-ambivalence and attachment to possessions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 21(3), 232-242.  
<https://doi.org/10.1891/088983907781494582>
- Frost, R. O., Ruby, D., & Shuer, L. J. (2012). The buried in treasures workshop: Waitlist control trial of facilitated support groups for hoarding. *Behaviour Research and Therapy*, 50(11), 661-667.  
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2012.08.004>
- Frost, R. O., & Steketee, G. (1998). Hoarding: Clinical aspects and treatment strategies. In M. A., Jenike, L. Baer, & W. E. Minichiello (Ed.), *Obsessive Compulsive Disorders: Practical Management*. (3rd ed., pp. 533-554). St Louis: Mosby  
[https://www.researchgate.net/profile/Gail-Steketee/publication/265121706\\_Chapter\\_23\\_HOARDING\\_CLINICAL\\_ASPECTS\\_AND\\_TREATMENT\\_STRATEGIES/links/5576cdf308aeacff1fff0f3e/Chapter-23-HOARDING-CLINICAL-ASPECTS-AND-TREATMENT-STRATEGIES.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Gail-Steketee/publication/265121706_Chapter_23_HOARDING_CLINICAL_ASPECTS_AND_TREATMENT_STRATEGIES/links/5576cdf308aeacff1fff0f3e/Chapter-23-HOARDING-CLINICAL-ASPECTS-AND-TREATMENT-STRATEGIES.pdf)
- Frost, R. O., Tolin, D. F., & Maltby, N. (2010). Insight-related challenges in the treatment of hoarding. *Cognitive and Behavioral Practice*, 17(4), 404-413.  
<https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2009.07.004>
- Frost, R. O., Tolin, D. F., Steketee, G., & Oh, M. (2011). Indecisiveness and hoarding. *International Journal of Cognitive Therapy*, 4(3), 253-262.  
<https://doi.org/10.1521/ijct.2011.4.3.253>
- Frost, R. O., Steketee, G., & Grisham, J. (2004). Measurement of compulsive hoarding: saving inventory-revised. *Behaviour Research and Therapy*, 42(10), 1163-1182.  
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2003.07.006>
- Frost, R. O., Steketee, G., & Williams, L. (2000). Hoarding: a community health problem. *Health & Social Care in the Community*, 8(4), 229-234.  
<https://doi.org/10.1046/j.1365-2524.2000.00245.x>
- Gilbert, P., Clarke, M., Hempel, S., Miles, J. N., & Irons, C. (2004). Criticizing and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(1), 31-50.  
<https://doi.org/10.1348/014466504772812959>
- Gilliam, C. M., Norberg, M. M., Villavicencio, A., Morrison, S., Hannan, S. E., & Tolin, D. F. (2011). Group cognitive-behavioral therapy for

- hoarding disorder: An open trial. *Behaviour Research and Therapy*, 49(11), 802-807.  
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2011.08.008>
- Greenberg, D. (1987). Compulsive hoarding. *American Journal of Psychotherapy*, 41(3), 409-416.  
<https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1987.41.3.409>
- Grisham, J. R., & Barlow, D. H. (2005). Compulsive hoarding: Current research and theory. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27(1), 45-52.  
<https://doi.org/10.1007/s10862-005-3265-z>
- Grisham, J. R., Frost, R. O., Steketee, G., Kim, H. J., Tarkoff, A., & Hood, S. (2009). Formation of attachment to possessions in compulsive hoarding. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(3), 357-361.  
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2008.12.006>
- Grisham, J. R., Roberts, L., Cerea, S., Iseman, S., Svehla, J., & Norberg, M. M. (2018). The role of distress tolerance, anxiety sensitivity, and intolerance of uncertainty in predicting hoarding symptoms in a clinical sample. *Psychiatry Research*, 267, 94-101.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.05.084>
- Grisham, J. R., Steketee, G., & Frost, R. O. (2008). Interpersonal problems and emotional intelligence in compulsive hoarding. *Depression and Anxiety*, 25(9), E63-71.  
<https://doi.org/10.1002/da.20327>
- Grisham, J. R., Yap, K., Iseman, S., Svehla, J., Briggs, N., & Norberg, M. M. (2022). A naturalistic study of emotion regulation-enhanced cognitive-behavioral group therapy for hoarding disorder in a community setting. *Journal of Affective Disorders Reports*, 10, Article e100450.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadr.2022.100450>
- Hartl, T. L., Duffany, S. R., Allen, G. J., Steketee, G., & Frost, R. O. (2005). Relationships among compulsive hoarding, trauma, and attention-deficit/hyperactivity disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 43(2), 269-276.  
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.02.002>
- Hartl, T. L., Frost, R. O., Allen, G. J., Deckersbach, T., Steketee, G., Duffany, S. R., et al. (2004). Actual and perceived memory deficits in individuals with compulsive hoarding. *Depression and Anxiety*, 20(2), 59-69.  
<https://doi.org/10.1002/da.20010>
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.  
[https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1)
- Iervolino, A. C., Perroud, N., Fullana, M. A., Guipponi, M., Cherkas, L., Collier, D. A., & Mataix-Cols, D. (2009). Prevalence and heritability of compulsive hoarding: a twin study. *American Journal of Psychiatry*, 166(10), 1156-1161.  
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2009.08121789>
- Ivanov, V. Z., Enander, J., Mataix Cols, D., Serlachius, E., Månsson, K. N.T., Andersson, G., Flygare, O., Tolin, D., & Rück, C. (2018). Enhancing group cognitive behavioral therapy for hoarding disorder with between-session internet based clinician support: A

- feasibility study. *Journal of Clinical Psychology*, 74(7), 1092-1105.  
<https://doi.org/10.1002/jclp.22589>
- Keefe, L. A., Landau, M. J., Rothschild, Z. K., & Sullivan, D. (2012). Attachment to objects as compensation for close others' perceived unreliability. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(4), 912-917.  
<https://doi.org/10.1016/j.jesp.2012.02.007>
- Kehoe, E., & Egan, J. (2019). Interpersonal attachment insecurity and emotional attachment to possessions partly mediate the relationship between childhood trauma and hoarding symptoms in a non-clinical sample. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 21, 37-45.  
<https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2018.12.001>
- Kim, H., Steketee, G., & Frost, R. O. (2001). Hoarding by elderly people. *Health and Social Work*, 26(3), 176-184.  
<https://doi.org/10.1093/hsw/26.3.176>
- Kwok, N., Bratiotis, C., Luu, M., Lauster, N., Kysow, K., & Woody, S. R. (2018). Examining the role of fire prevention on hoarding response teams: Vancouver fire and rescue services as a case study. *Fire Technology*, 54(1), 57-73.  
<http://dx.doi.org/10.1007/s10694-017-0672-0>
- Kyrios, M., Mogan, C., Moulding, R., Frost, R. O., Yap, K., & Fassnacht, D. B. (2018). The cognitive-behavioural model of hoarding disorder: Evidence from clinical and nonclinical cohorts. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(2), 311-321.  
<https://doi.org/10.1002/cpp.2164>
- Kysow, K., Bratiotis, C., Lauster, N., & Woody, S. R. (2020). How can cities tackle hoarding? Examining an intervention program bringing together fire and health authorities in Vancouver. *Health & Social Care in the Community*, 28(4), 1160-1169.  
<https://doi.org/10.1111/hsc.12948>
- Landau, D., Iervolino, A. C., Pertusa, A., Santo, S., Singh, S., & Mataix-Cols, D. (2011). Stressful life events and material deprivation in hoarding disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(2), 192-202.  
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.09.002>
- Lastovicka, J. L., & Sirianni, N. J. (2011). Truly, madly, deeply: Consumers in the throes of material possession love. *Journal of Consumer Research*, 38(2), 323-342.  
<https://doi.org/10.1086/658338>
- Lewis, H. B. (1971). Shame and guilt in neurosis. *Psychoanalytic Review*, 58(3), 419.  
<https://www.proquest.com/scholarly-journals/shame-guilt-neurosis/docview/1310161519/se-2?accountid=14558>
- Linkovski, O., Zwerling, J., Cordell, E., Sonnenfeld, D., Willis, H., La Lima, C. N., Baker, C., Ghazzaoui, R., Girson, R., Sanchez, C., Wright, B., Alford, M., Varias, A., Filippou-Frye, M., Shen, H., Jo, B., Shuer, L., Frost, R. O., & Rodriguez, C. I. (2018). Augmenting buried in treasures with in-home uncluttering practice: Pilot study in hoarding disorder. *Journal of Psychiatric Research*, 107, 145-150.  
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2018.10.001>
- Loveland, K. E., Smeesters, D., & Mandel, N. (2010). Still preoccupied with 1995: The need

- to belong and preference for nostalgic products. *Journal of Consumer Research*, 37(3), 393-408. <https://doi.org/10.1086/653043>
- Mackin, R. S., Vigil, O., Insel, P., Kivowitz, A., Kupferman, E., Hough, C. M., Fekri, S., Crothers, R., Bickford, D., Delucchi, K. L., & Mathews, C. A. (2016). Patterns of clinically significant cognitive impairment in hoarding disorder. *Depression and Anxiety*, 33(3), 211-218. <https://doi.org/10.1002/da.22439>
- Marlatt, G. A. (1998). Basic principles and strategies of harm reduction. In G. A. Marlatt (Ed.), (pp. 49-66). The Guilford Press. <https://www.guilford.com/books/Harm-Reduction/Marlatt-Larimer-Witkiewitz/9781462502561>
- Mataix-Cols, D., do Rosario-Campos, M. C., & Leckman, J. F. (2005). A multidimensional model of obsessive-compulsive disorder. *American Journal of Psychiatry*, 162(2), 228-238. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.162.2.228>
- Mataix-Cols, D., Frost, R. O., Pertusa, A., Clark, L. A., Saxena, S., Leckman, J. F., Stein, D. J., Matsunaga, H., & Wilhelm, S. (2010). Hoarding disorder: A new diagnosis for DSM-V? *Depression and Anxiety*, 27(6), 556-572. <https://doi.org/10.1002/da.20693>
- Mataix-Cols, D., Wooderson, S., Lawrence, N., Brammer, M. J., Speckens, A., & Phillips, M. L. (2004). Distinct neural correlates of washing, checking, and hoarding symptom dimensions in obsessive-compulsive disorder. *Archives of General Psychiatry*, 61(6), 564-576. <http://dx.doi.org/10.1001/archpsyc.61.6.564>
- Mathes, B. M., Kennedy, G. A., Cogle, J. R., & Schmidt, N. B. (2019). An examination of the relationship between hoarding symptoms and hostility. *Journal of Psychiatric Research*, 111, 121-127. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2019.01.025>
- Mathes, B. M., Oglesby, M. E., Short, N. A., Portero, A. K., Raines, A. M., & Schmidt, N. B. (2017). An examination of the role of intolerance of distress and uncertainty in hoarding symptoms. *Comprehensive Psychiatry*, 72, 121-129. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2016.10.007>
- Mathes, B. M., Portero, A. K., Gibby, B. A., King, S. L., Raines, A. M., & Schmidt, N. B. (2018). Interpersonal trauma and hoarding: The mediating role of aggression. *Journal of Affective Disorders*, 227, 512-516. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.11.062>
- Mathes, B. M., Timpano, K. R., Raines, A. M., & Schmidt, N. B. (2020). Attachment theory and hoarding disorder: A review and theoretical integration. *Behaviour Research and Therapy*, 125, Article e103549. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.103549>
- Mathews, C. A., Mackin, R. S., Chou, C.-Y., Uhm, S. Y., Bain, L. D., Stark, S. J., Gause, M., Vigil, O. R., Franklin, J., Salazar, M., Plumadore, J., Smith, L. C., Komaiko, K., Howell, G., Vega, E., Chan, J., Eckfield, M. B., Tsoh, J. Y., & Delucchi, K. (2018). Randomised clinical trial of community-based peer-led and psychologist-led group treatment for hoarding disorder. *BJPsych Open*, 4(4), 285-293. <https://doi.org/10.1192/bjo.2018.30>
- Mathews, C. A., Uhm, S., Chan, J., Gause, M.,

- Franklin, J., Plumadore, J., Stark, S. J., Yu, W., Vigil, O., Salazar, M., Delucchi, K. L., & Vega, E. (2016). Treating hoarding disorder in a real-world setting: Results from the Mental Health Association of San Francisco. *Psychiatry Research, 237*, 331-338. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.01.019>
- Mead, N. L., Baumeister, R. F., Stillman, T. F., Rawn, C. D., & Vohs, K. D. (2011). Social exclusion causes people to spend and consume strategically in the service of affiliation. *Journal of Consumer Research, 37*(5), 902-919. <https://doi.org/10.1086/656667>
- Medley, A. N., Capron, D. W., Korte, K. J., & Schmidt, N. B. (2013). Anxiety sensitivity: a potential vulnerability factor for compulsive hoarding. *Cognitive Behaviour Therapy, 42*(1), 45-55. <https://doi.org/10.1080/16506073.2012.738242>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry, 11*(1), 11-15. <https://doi.org/10.1016/j.wpsyc.2012.01.003>
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion, 27*(2), 77-102. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1024515519160>
- Mueller, A., Mitchell, J. E., Crosby, R. D., Glaesmer, H., & de Zwaan, M. (2009). The prevalence of compulsive hoarding and its association with compulsive buying in a German population-based sample. *Behaviour Research and Therapy, 47*(8), 705-709. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2009.04.005>
- Muroff, J., & Steketee, G. (2018). Pilot trial of cognitive and behavioral treatment for hoarding disorder delivered via webcam: Feasibility and preliminary outcomes. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders, 18*, 18-24. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2018.05.002>
- Muroff, J., Steketee, G., Bratitotis, C., & Ross, A. (2012). Group cognitive and behavioral therapy and bibliotherapy for hoarding: A pilot trial. *Depression and Anxiety, 29*(7), 597-604. <https://doi.org/10.1002/da.21923>
- Muroff, J., Steketee, G., Frost, R. O., & Tolin, D. F. (2014). Cognitive behavior therapy for hoarding disorder: Follow up findings and predictors of outcome. *Depression and anxiety, 31*(12), 964-971. <https://doi.org/10.1002/da.22222>
- Muroff, J., Steketee, G., Himle, J., & Frost, R. O. (2010). Delivery of internet treatment for compulsive hoarding (D.I.T.C.H.). *Behaviour Research and Therapy, 48*(1), 79-85. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2009.09.006>
- Neziroglu, F., Weissman, S., Allen, J., & McKay, D. (2012). Compulsive hoarders: How do they differ from individuals with obsessive compulsive disorder? *Psychiatry Research, 200*(1), 35-40. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2012.04.002>
- Nock, M. K., Wedig, M. M., Holmberg, E. B., & Hooley, J. M. (2008). The emotion reactivity scale: development, evaluation, and relation to self-injurious thoughts and behaviors. *Behavior therapy, 39*(2), 107-116.

- <https://doi.org/10.1016/j.beth.2007.05.005>  
 Norberg, M. M., Beath, A. P., Kerin, F. J., Martyn, C., Baldwin, P., & Grisham, J. R. (2020). Trait versus task-induced emotional reactivity and distress intolerance in hoarding disorder: Transdiagnostic implications. *Behavior Therapy, 51*(1), 123-134.  
<https://doi.org/10.1016/j.beth.2019.05.010>  
 Nordsletten, A. E., de la Cruz, L. F., Pertusa, A., Reichenberg, A., Hatch, S. L., & Mataix-Cols, D. (2013). The structured interview for hoarding disorder (SIHD): development, usage and further validation. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders, 2*(3), 346-350.  
<https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2013.06.003>  
 Norman, R. M., Davies, F., Nicholson, I. R., Cortese, L., & Malla, A. K. (1998). The relationship of two aspects of perfectionism with symptoms in a psychiatric outpatient population. *Journal of Social and Clinical Psychology, 17*(1), 50-68.  
<https://doi.org/10.1521/jscp.1998.17.1.50>  
 Norris, J. I., Lambert, N. M., DeWall, C. N., & Fincham, F. D. (2012). Can't buy me love?: Anxious attachment and materialistic values. *Personality and Individual Differences, 53*(5), 666-669.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.05.009>  
 O'Connor, K., & Robillard, S. (1995). Inference processes in obsessive-compulsive disorder: Some clinical observations. *Behaviour Research and Therapy, 33*(8), 887-896. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)00042-V](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)00042-V)  
 O'Connor, K., & Robillard, S. (1999). A cognitive approach to the treatment of primary inferences in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Cognitive Psychotherapy, 13*(4), 359-375.  
<https://www.proquest.com/scholarly-journals/cognitive-approach-treatment-primary-inferences/docview/89070675/se-2?accountid=14558>  
 Ong, C. W., Krafft, J., Panoussi, F., Petersen, J. M., Levin, M. E., & Twohig, M. P. (2021). In-person and online-delivered acceptance and commitment therapy for hoarding disorder: A multiple baseline study. *Journal of Contextual Behavioral Science, 20*, 108-117.  
<https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2021.02.001>  
 Park, L. E., Crocker, J., & Mickelson, K. D. (2004). Attachment styles and contingencies of self-worth. *Personality and Social Psychology Bulletin, 30*(10), 1243-1254.  
<https://doi.org/10.1177/0146167204264000>  
 Persons, J. B., & Foa, E. B. (1984). Processing of fearful and neutral information by obsessive-compulsives. *Behaviour Research and Therapy, 22*(3), 259-265.  
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(84\)90006-8](https://doi.org/10.1016/0005-7967(84)90006-8)  
 Pertusa, A., Fullana, M. A., Singh, S., Alonso, P., Menchón, J. M., & Mataix-Cols, D. (2008). Compulsive hoarding: OCD symptom, distinct clinical syndrome, or both? *American Journal of Psychiatry, 165*(10), 1289-1298.  
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2008.07111730>  
 Phung, P. J., Moulding, R., Taylor, J. K., & Nedeljkovic, M. (2015). Emotional regulation, attachment to possessions and hoarding symptoms. *Scandinavian Journal of Psychology, 56*(5), 573-581.  
<https://doi.org/10.1111/sjop.12239>

- Rachman, S. (1983). The modification of agoraphobic avoidance behaviour: some fresh possibilities. *Behaviour Research and Therapy*, 21(5), 567-574.  
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(83\)90048-7](https://doi.org/10.1016/0005-7967(83)90048-7)
- Reed, G. F. (1969). Under-inclusion: A characteristic of obsessional personality disorder: I. *British Journal of Psychiatry*, 115(524), 781-785.  
<http://dx.doi.org/10.1192/bjp.115.524.781>
- Reiss, S. (1985). The expectancy model of fear. *Theoretical Issue in Behavior Therapy*, 107-121.
- Reiss, S. (1991). Expectancy model of fear, anxiety, and panic. *Clinical Psychology Review*, 11(2), 141-153.  
[https://doi.org/10.1016/0272-7358\(91\)90092-9](https://doi.org/10.1016/0272-7358(91)90092-9)
- Riva, G. (2009). Virtual reality: an experiential tool for clinical psychology. *British Journal of Guidance & Counselling*, 37(3), 337-345.  
<https://doi.org/10.1080/03069880902957056>
- Rowa, K., Cameron, D., Soreni, N., LeMoult, J., & McCabe, R. E. (2020). Outcome of CBT for problematic hoarding in a naturalistic setting: Impact on symptoms and distress tolerance. *Behaviour Change*, 37(1), 13-21.  
<https://doi.org/10.1017/bec.2019.17>
- Sartory, G., Master, D., & Rachman, S. (1989). Safety-signal therapy in agoraphobics: A preliminary test. *Behaviour Research and Therapy*, 27(2), 205-209.  
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(89\)90081-8](https://doi.org/10.1016/0005-7967(89)90081-8)
- Schmidt, N. B., Lerew, D. R., & Jackson, R. J. (1997). The role of anxiety sensitivity in the pathogenesis of panic: prospective evaluation of spontaneous panic attacks during acute stress. *Journal of Abnormal Psychology*, 106(3), 355.  
<https://doi.org/10.1037/0021-843X.106.3.355>
- Schmidt, N. B., Lerew, D. R., & Jackson, R. J. (1999). Prospective evaluation of anxiety sensitivity in the pathogenesis of panic: replication and extension. *Journal of Abnormal Psychology*, 108(3), 532.  
<https://doi.org/10.1037/0021-843X.108.3.532>
- Shaw, A. M., Llabre, M. M., & Timpano, K. R. (2015). Affect intolerance and hoarding symptoms: A structural equation modeling approach. *International Journal of Cognitive Therapy*, 8(3), 222-238.  
[https://doi.org/10.1521/ijct\\_2015\\_8\\_05](https://doi.org/10.1521/ijct_2015_8_05)
- Shaw, A. M., Timpano, K. R., Steketee, G., Tolin, D. F., & Frost, R. O. (2015). Hoarding and emotional reactivity: The link between negative emotional reactions and hoarding symptomatology. *Journal of Psychiatric Research*, 63, 84-90.  
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2015.02.009>
- Steketee, G., & Frost, R. (2003). Compulsive hoarding: Current status of the research. *Clinical Psychology Review*, 23(7), 905-927.  
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.08.002>
- Steketee, G., & Frost, R. O. (2007). *Compulsive hoarding and acquiring: Therapist guide*. Oxford University Press.  
<https://global.oup.com/us/companion.websites/0195300254/>
- Steketee, G., & Frost, R. (2010). *Stuff: Compulsive hoarding and the meaning of things*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Steketee, G., Frost, R. O., & Kyrios, M. (2003a). Beliefs about possessions among compulsive



- hoarders. *Cognitive Therapy and Research*, 27(4), 467-479.
- Steketee, G., Frost, R. O., & Kyrios, M. (2003b). Cognitive aspects of compulsive hoarding. *Cognitive Therapy and Research*, 27(4), 463-479. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1025428631552>
- Steketee, G., Frost, R. O., Tolin, D. F., Rasmussen, J., & Brown, T. A. (2010). Waitlist-controlled trial of cognitive behavior therapy for hoarding disorder. *Depression and Anxiety*, 27(5), 476-484. <https://doi.org/10.1002/da.20673>
- St-Pierre-Delorme, M. E., Lalonde, M. P., Perreault, V., Koszegi, N., & O'Connor, K. (2011). Inference-based therapy for compulsive hoarding: A clinical case study. *Clinical Case Studies*, 10(4), 291-303. <https://doi.org/10.1177/1534650111411293>
- St-Pierre-Delorme, M. E., & O'Connor, K. (2016). Using virtual reality in the inference-based treatment of compulsive hoarding. *Frontiers in Public Health*, 4, Article e149. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2016.00149>
- Taylor, J. K., Theiler, S., Nedeljkovic, M., & Moulding, R. (2019). A qualitative analysis of emotion and emotion regulation in hoarding disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 75(3), 520-545. <https://doi.org/10.1002/jclp.22715>
- Taylor, S., Koch, W. J., & McNally, R. J. (1992). How does anxiety sensitivity vary across the anxiety disorders? *Journal of Anxiety Disorders*, 6(3), 249-259. [https://doi.org/10.1016/0887-6185\(92\)90037-8](https://doi.org/10.1016/0887-6185(92)90037-8)
- Timpano, K. R., Broman-Fulks, J. J., Glaesmer, H., Exner, C., Rief, W., Olatunji, B. O., Keough, M. E., Riccardi, C. J., Brähler, E., Wilhelm, S., & Schmidt, N. B. (2013). A taxometric exploration of the latent structure of hoarding. *Psychological Assessment*, 25(1), 194-293. <https://doi.org/10.1037/a0029966>
- Timpano, K. R., Buckner, J. D., Richey, J. A., Murphy, D. L., & Schmidt, N. B. (2009). Exploration of anxiety sensitivity and distress tolerance as vulnerability factors for hoarding behaviors. *Depression and Anxiety*, 26(4), 343-353. <https://doi.org/10.1002/da.20469>
- Timpano, K. R., Rasmussen, J., Exner, C., Rief, W., Schmidt, N. B., & Wilhelm, S. (2013b). Hoarding and the multi-faceted construct of impulsivity: A cross-cultural investigation. *Journal of Psychiatric Research*, 47(3), 363-370. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2012.10.017>
- Timpano, K. R., Shaw, A. M., Cogle, J. R., & Fitch, K. E. (2014). A multifaceted assessment of emotional tolerance and intensity in hoarding. *Behavior Therapy*, 45(5), 690-699. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2014.04.002>
- Tolin, D. F., Frost, R. O., & Steketee, G. (2007). An open trial of cognitive-behavioral therapy for compulsive hoarding. *Behaviour Research and Therapy*, 45(7), 1461-1470. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2007.01.001>
- Tolin, D. F., Frost, R. O., & Steketee, G. (2010). A brief interview for assessing compulsive hoarding: the Hoarding Rating Scale Interview. *Psychiatry Research*, 178(1), 147-152. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2009.05.001>
- Tolin, D. F., Frost, R. O., Steketee, G., Gray, K. D., & Fitch, K. E. (2008). The economic and social burden of compulsive hoarding.

- Psychiatry Research*, 160(2), 200-211.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2007.08.008>
- Tolin, D. F., Frost, R. O., Steketee, G., & Muroff, J. (2015). Cognitive behavioral therapy for hoarding disorder: A meta-analysis. *Depression and Anxiety*, 32(3), 158-166.  
<https://doi.org/10.1002/da.22327>
- Tolin, D. F., Kiehl, K. A., Worhunsky, P., Book, G. A., & Maltby, N. (2009). An exploratory study of the neural mechanisms of decision making in compulsive hoarding. *Psychological Medicine*, 39(2), 325-336.  
<https://doi.org/10.1017/S0033291708003371>
- Tolin, D. F., Meunier, S. A., Frost, R. O., & Steketee, G. (2010). Course of compulsive hoarding and its relationship to life events. *Depression and Anxiety*, 27(9), 829-838.  
<https://doi.org/10.1002/da.20684>
- Tolin, D. F., Stevens, M. C., Villavicencio, A. L., Norberg, M. M., Calhoun, V. D., Frost, R. O., Steketee, G., Rauch, S. L., & Pearlson, G. D. (2012). Neural mechanisms of decision making in hoarding disorder. *Archives of General Psychiatry*, 69(8), 832.  
<https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2011.1980>
- Tompkins, M. A. (2011). Working with families of people who hoard: A harm reduction approach. *Journal of Clinical Psychology*, 67(5), 497-506. <https://doi.org/10.1002/jclp.20797>
- Tompkins, M. A. (2015). *Clinician's Guide to Severe Hoarding: A harm reduction approach*. Springer.  
<https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-4939-1432-6>
- Veale, D. (2007). Treating obsessive compulsive disorder in people with poor insight and overvalued ideas. In M. M. Antony, C. Purdon, & L. J. Summerfeldt (Eds.), *Psychological treatment of obsessive-compulsive disorder: Fundamentals and beyond* (pp. 267-280). American Psychological Association.  
<https://doi.org/10.1037/11543-012>
- Visser, H. A., van Meegen, H., van Oppen, P., Eikelenboom, M., Hoogendorn, A. W., Kaarsemaker, M., & van Balkom, A. J. (2015). Inference-based approach versus cognitive behavioral therapy in the treatment of obsessive-compulsive disorder with poor insight: A 24-session randomized controlled trial. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84(5), 284-293. <https://doi.org/10.1159/000382131>
- Wheaton, M. G. (2016). Understanding and treating hoarding disorder: A review of cognitive-behavioral models and treatment. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 9, 43-50.  
<https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2016.02.006>
- Wheaton, M. G., Abramowitz, J. S., Franklin, J. C., Berman, N. C., & Fabricant, L. E. (2011). Experiential avoidance and saving cognitions in the prediction of hoarding symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 35(6), 511-516.  
<https://doi.org/10.1007/s10608-010-9338-7>
- Wincze, J. P., Steketee, G., & Frost, R. O. (2007). Categorization in compulsive hoarding. *Behaviour Research and Therapy*, 45(1), 63-72.  
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2006.01.012>
- Worden, B. L., Bowe, W. M., & Tolin, D. F. (2017). An open trial of cognitive behavioral therapy with contingency management for

- hoarding disorder. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 12, 78-86.  
<https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2016.12.005>
- Yap, K., Eppingstall, J., Brennan, C., Le, B., & Grisham, J. R. (2020). Emotional attachment to objects mediates the relationship between loneliness and hoarding symptoms. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 24, Article e100487.  
<https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2019.100487>
- Zakrzewski, J. J., Gillett, D. A., Vigil, O. R., Smith, L. C., Komaiko, K., Chou, C.-Y., Uhm, S. Y., Bain, L. D., Stark, S. J., Gause, M., Howell, G., Vega, E., Chan, J., Eckfield, M. B., Tsoh, J. Y., Delucchi, K., Mackin, R. S., & Mathews, C. A. (2020). Visually mediated functioning improves following treatment of hoarding disorder. *Journal of Affective Disorders*, 264, 310-317.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.12.030>
- 원고접수일 : 2023. 06. 02.  
수정원고접수일 : 2023. 08. 13.  
게재확정일 : 2023. 08. 15.

## A Review on Psychological Understanding and Psychotherapy for Hoarding Disorder<sup>\*</sup>

Eunsil Cho<sup>1),3)</sup>      Gaeun Son<sup>1)</sup>      Kee-Hong Choi<sup>2),4)†</sup>

<sup>1)</sup>School of Psychology, Korea University, Ph. D. Candidate

<sup>2)</sup>School of Psychology, Korea University, Professor

<sup>3)</sup>KU Mind Health Institute, Supervisor

<sup>4)</sup>KU Mind Health Institute, Director

Hoarding disorder, also known as compulsive hoarding, is a mental disorder characterized by persistent difficulty in discarding possessions regardless of their actual value. Hoarding disorder is characterized by a lack of insight and chronic course and causes significant mental, physical, and economic problems. It also harms family members and their surroundings, leading to social issues (such as fire hazards and public health concerns) that result in social costs. Numerous studies have been conducted on the psychological factors associated with hoarding disorders and interventions for hoarding disorders overseas. However, in South Korea, there is a lack of research on hoarding disorders, especially psychological interventions. Therefore, this study provides an overview of the existing research to understand various models of hoarding disorder and examines the factors related to its symptoms. Additionally, this study explores psychological interventions known to be effective for hoarding disorders and introduces a new treatment approach called the Harm Reduction Approach to complement existing interventions.

*Key words* : hoarding disorder, cognitive behavioral model for hoarding disorder, attachment theory, compromised self-identity, harm reduction approach

---

\* This work was supported by the Ministry of Education of the Republic of Korea and the National Research Foundation of Korea (NRF-2020S1A5B5A17087897)

† Corresponding Author : Kee-Hong Choi / School of Psychology, Korea University / (02481) 145 Anam-ro, Seongbuk-gu, Seoul, Korea / E-mail: kchoi@korea.ac.kr