

개정판 집착척도 개발 및 타당화

김 은 희[†]

가톨릭대학교

본 연구는 이미 개발된 바 있는 집착척도(김은희, 2002)의 문제점을 수정 및 보완하여 새로운 집착척도를 개발하고 타당화하기 위해 이루어졌다. 연구 1은 예비 연구와 본 연구로써, 집착의 구성개념을 새롭게 설정하여 문항을 개발하고, 요인분석과 문항분석을 통해 최종 집착척도를 확정된 후, 신뢰도와 구성개념 타당도를 확인하는 과정이었다. 연구 1의 결과 6 요인(과거 중심성/현재성 결여/미래 중심성/시각 고정성/상황 경직성/욕구 집착성) 총 36문항으로 구성된 개정판 집착척도가 개발되었다. 연구 2는 개정판 집착척도의 타당화 과정으로, 집착척도의 구성개념 타당도와 준거관련 타당도를 확인하였다. 연구 2의 결과 개정판 집착척도는 구성개념 타당도와 준거관련 타당도 면에서 적절한 척도인 것으로 나타났고, 심리적·정신적 적응과 부적응을 기준으로 한 다양한 집단에서 그 타당성이 일반화되어 나타났다.

주요어 : 집착, 과거 중심성, 현재성 결여, 미래 중심성, 시각 고정성, 상황 경직성, 욕구 집착성

[†] 교신저자 : 김은희, 가톨릭대학교 심리학과, 경기도 부천시 원미구 역곡2동 산 43-1
Tel : 02-2164-4270, E-mail : warmth@hanmail.net

20세기 초반, ‘마음의 문화’라 일컬어지는 동양의 불교 사상은 서양의 사상 및 의식에 커다란 영향을 미쳤다. 의식과 사고를 ‘흐름’으로 인식하기 시작하면서 삶의 본질이 고정된 것이 아니라 끊임없이 변화하는 것이라는 점을 지각하기에 이른 것이다(William, 1890; Scott, 2000). 이러한 흐름은 인간의 고통을 다루는 정신치료 영역에 점차 커다란 영향을 미쳤고, 동양의 수행과 서양의 심리학을 접목시키려는 개념적 시도들이 나타나기 시작했다(Welwood, 1979). 1969년 ‘The Journal of Transpersonal Psychology’가 발간되기 시작한 이후 서양 심리치료의 한계를 동양의 사상 및 수행을 통해 극복하려는 다양한 접근들이 시도되었다(Boorstein, 1980). 특히 불교수행 전통에 뿌리를 두고 주의와 자각을 적극적으로 배양하는 것에 초점을 둔 다양한 심리치료적 접근들이 개념적 연구뿐만 아니라 임상 실제에서도 활발하게 응용·활용되고 있다(예, Teasdale, Segal, Williams, Ridgeway, Soulsby, & Lau, 2000). 이처럼 동양 심리치료에 대한 관심이 증폭되면서 심리학 내부에서 불교수행을 핵심으로 하는 심리치료에 대한 관심은 지속적으로 이어져오고 있고(Brazier, 1995; Epstein, 1995; Rubin, 1996), 불교의 수행과 심리치료를 접목하려는 이론적·실제적 노력들의 결과 동양 심리치료에서의 고통과 병리 즉, 심리적 문제의 근원이 ‘집착’으로 요약되고 있다(윤호균, 2001; Olendzki, 2005; Walsh, 2000).

윤호균(2001, 2005)은 불교를 바탕으로 한 심리상담에 지속적인 관심을 기울이고 연구해 온 결과 ‘공상, 집착 그리고 상담’이라는 상담 접근의 한 모형을 개발했고, 이를 ‘온 마음 상담’이라 명명한 후 심리상담의 치료적 기제들을 밝히고 있다. 윤호균의 ‘경험의 구성과정

이론’에서 심리적 고통의 핵심은 ‘집착’이고, ‘온 마음 상담’의 목표는 ‘집착으로부터의 해방’이다. 김은희(2002, 2004)는 윤호균의 이론을 바탕으로 집착의 정도를 양적으로 측정하여 보여줄 수 있는 집착척도를 개발하고 타당화한 바 있다. 또한 이 집착척도를 활용한 몇몇 연구들(김성민, 2004; 박헌정, 2005; 성승연, 2006; 이지연, 2005)이 시도된 바 있다. 이와 같은 연구 결과를 바탕으로 집착척도의 수정 및 보완이 필요하다고 판단되어 본 연구를 실시하게 되었다.

기존 집착척도의 문제점

연구자가 이미 개발한 바 있는 기존 집착척도의 문제점은 다음과 같다.

첫째, 기존 집착척도가 근거로 한 윤호균(2001)의 집착의 정의는 ‘집착이란 과거의 경험이나 기존의 관념·기억으로 말미암아 어떤 사람이나 사물 또는 사건에 대하여 자동적으로 특정한 방향으로 지각하거나 생각하거나 느끼거나 의도하도록 조건화된 상태’이다. 이는 집착을 ‘조건화’의 맥락에서 바라본 것으로, 조건화된 상태가 의미하는 바가 매우 포괄적이고 광범위하여 집착의 현상을 명확하고 분명하게 드러내주는 데 어려움이 있는 것으로 생각된다. 따라서 본 연구에서는 좁은 의미의 집착을 새롭게 정의하였다.

둘째, 기존 집착척도의 세 가지 구성개념[현재성의 결여, 유연성의 결여, 자율성의 결여] 중 ‘자율성의 결여’가 집착의 구성개념으로 부적절하다는 점이다. ‘의존성’에 관련한 문항들로 구성된 ‘자율성의 결여’ 요인은 집착의 구성개념이라기보다는 집착으로 인한 부수적 현상으로 보는 것이 바람직한 것으로 보인다.

다른 두 요인은 개인 내적인 현상을 측정하는 것이라면, 의존성은 주로 타인과의 관계에 관한 것으로써, 이는 일차적으로 개인 내부에서 작용하는 현상이라 볼 수 있는 본 연구에서의 집착과는 다소 거리가 있는 것으로 판단된다. 이에 대한 하나의 경험적 근거로서, 집착척도를 사용한 연구들에서 일관되게 자율성의 결여가 낮은 변별력을 보이는 것으로 나타났다.

셋째, 기존 집착척도의 구성개념에 포함되어 있지 않으나 집착의 핵심 요소로 볼 수 있는 구성개념인 ‘초연성 결여’가 첨가되어야 할 필요성이 제기되었다. 불교의 모든 수행은 궁극적으로 열반을 향해 가는 것으로, 열반의 팔리어 정의는 ‘욕망이라 불리는 갈애로부터 벗어난 것’(Narada, 1988)이다. 이는 곧 집착으로부터의 벗어남을 의미하며 이런 측면에서 집착과 열반은 반대 개념이라고 볼 수 있다. 즉, 열반이란 모든 갈애로부터 벗어나 초연한 상태이고, 반대로 집착이란 갈애에 묶여 초연하지 못한 상태를 말한다. 그러나 열반의 개념은 출세간적인 차원을 말하고 있다. 따라서 열반을 세속적인 혹은 현실적인 측면에서 기술할 필요가 있고, 그것에 해당하는 것이 초연성이라 할 수 있다. 중도의 세 종류(수행중도·존재중도·실천중도) 중 실제 삶에서 실천하는 것에 초점을 둔 실천중도는 우리가 이 분법적 태도를 초월하여 얼마나 좋고 좋은 것들에 대해 초연할 수 있는가를 집중적으로 말하고 있다(지산, 2005).

넷째, 기존 집착척도의 ‘현재성의 결여’와 ‘유연성의 결여’ 각각이 좀 더 세분화될 필요성이 제기되었다. 예를 들면, 현재성의 결여 요인은 과거·현재·미래 관련 개념들을 모두 포함하고 있으나, 이를 과거와 관련된 현재성 결여, 현재와 관련된 현재성 결여, 미래와 관

련된 현재성 결여 등으로 구체화하고 세분화해야 할 필요성이 있다. 마찬가지로 유연성의 결여 요인 역시 어떤 측면에서의 유연성 결여 인지가 좀 더 구체적으로 부각되어야 할 필요성이 제기되었다.

다섯째, 앞서 넷째 문제와 관련된 것으로, 한 문항의 내용이 각기 다른 의미를 동시에 내포하고 있는 문제점이 있다. 따라서 문항에 응답할 때, 각각의 피검자가 각기 다른 의미로 문항을 해석하여 응답할 가능성이 있다는 문제점이 드러났다.

여섯째, 집착척도의 타당도 문제이다. 구체적으로 집착척도의 준거관련 타당도를 확립해야 할 필요성과 좀 더 다양한 집단이나 장면에 대한 타당화 작업이 실시되어야 할 필요성이 제기되었다.

위와 같은 문제점들에 대한 수정 및 보완 필요성에 의해 개정판 집착척도 개발 및 타당화 연구가 실시되었다.

집착의 정의와 구성개념

개정판 집착척도에서 새롭게 설정한 집착의 정의는 “집착이란 현재성과 유연성, 초연성이 결여된 심리상태”이다. 문헌(고익진, 1998; 각목, 2003; 권오민, 2004; 길상, 2001; 동국역경원, 1972; 육조혜능선사, 2000; 이중표, 1996; 전재성, 1999; Boorstein, 1997; Epstein, 1995; Kabat-zinn, 1990; Matthews, 1983; Rune, 1979; U Janaka, 2003 U Pandita, 2002 등)에 나타난 다양한 집착의 정의를 살펴보면, 집착이란 어떤 것에 마음이 묶여 계속 달라붙어 유연하지 못하고, 무엇인가를 놓치지 않으려고 움켜쥐고 탐착하며, 자동적·습관적으로 그러한 상태에 휩싸임으로써 지금 현재에 존재하지 못하는

것으로 요약할 수 있다. 따라서 지금 현재의 순간에 충실함을 의미하는 현재성이 결여되어 있고, 상황과 조건에 따른 탄력성과 적응을 의미하는 유연성이 결여되어 있으며, 갈애나 탐착에 의해 크게 흔들리지 않음을 의미하는 초연성이 결여되어 있는 상태를 '집착'이라고 정의내릴 수 있다.

집착의 구성개념을 요약·정리하면 다음과 같다. 현재성 결여1은 과거의 기억·관념·감정, 그리고 미래에 대한 불안·걱정이 현재 의식을 점유하고 있는 것을 의미한다. 현재성 결여2는 현재 자신이 하고자 하는 혹은 해야 할 일 등 당면한 상황에 충분히 몰두하지 못하는 것을 말한다. 시간적 경직성은 경직된 지각·생각·감정·의도가 의식을 점유하여 고정된 생각이 변함없이 지속되는 것을, 상황적 경직성은 당면한 상황과 맥락에 따른 개방적이고 융통성 있는 태도나 행동을 취하지 못하는 것을 의미한다. 초연성 결여는 자신이 바라고 원하는 대로 일이 진행되거나 성취되지 않을 때 감정이 흔들리고 답답하지 못한 것을 의미한다.

연구 1: 개정판 집착척도 개발

예비 연구

방 법

피험자

최종 집착척도 문항을 선정하기 위한 예비 연구 설문은 모두 4차례에 걸쳐 실시되었다.

첫 번째 설문 피험자는 414명[남자: 227명, 여자: 187명, 평균연령: 21세], 두 번째 설문 피험자는 207명[남자: 115명, 여자: 92명, 평균연령: 21세], 세 번째 설문 피험자는 200명[남자: 108명, 여자: 92명, 평균연령: 22세], 마지막 네 번째 설문 피험자는 301명[남자: 110명, 여자: 191명, 평균연령: 22세]이었다.

도구

연구자가 개발한 개정판 집착척도 예비 질문지가 예비 연구에 사용되었다. 몇 단계의 문항추출 과정을 거치면서 처음 88개 문항의 예비 질문지가 최종 36개의 예비 질문지로 구성되었다.

절차

연구자는 총 4차례에 걸쳐 대학생 피험자에게 각기 다른 문항수로 구성된 개정판 집착척도 예비 질문지를 실시하였다. 각 절차마다 요인분석과 문항분석(SPSS 통계 패키지 이용), 안면타당도 등을 점검하여 적절한 문항들을 추출하는 과정이 반복되었다. 자세한 절차는 다음과 같다.

88개의 1차 예비문항들[5요인: 현재성 결여1(과거 중심성/미래 중심성), 현재성 결여2(현재성 결여), 시간적 경직성, 상황적 경직성, 초연성 결여]을 대학생 피험자 414명을 대상으로 설문 실시하고 요인분석한 후, 연구자가 개념에 적절하다고 판단되는 58문항의 2차 예비문항들을 선정하였다.

58문항의 2차 예비문항들을 대학생 207명을 대상으로 설문 실시하고 요인분석한 후, 연구자는 한 요인으로 묶이면서 개정판 집착척도

요인의 개념에 적절한 총 38문항의 3차 예비 문항들(현재성 결여1(과거 중심성/미래 중심성) - 6문항, 현재성 결여2(현재성 결여) - 10문항, 시간적 경직성 - 6문항, 상황적 경직성 - 5문항, 초연성 결여 - 11문항)을 선정하였다.

연구자는 38문항의 3차 예비문항들 중 연구자가 설정한 요인에 적합하지 않은 문항들을 제거한 후, 총 30문항의 4차 예비문항들을 선정하였다. 30문항을 대학생 피험자 200명을 대상으로 설문 실시하고 요인분석 한 후, 이론적 틀과 그 동안의 요인분석 결과들을 전체적으로 검토하여 집착척도의 최종 요인과 문항들을 점검하였다.

종합적인 점검 결과를 바탕으로, 이론적 개념에 맞게 문항을 수정하고 첨가하여 보완하는 과정을 실시하였다. 이 과정에서 ‘현재성 결여1’ 요인이 ‘과거 중심성’과 ‘미래 중심성’ 두 요인으로 세분화되어, 집착척도는 처음에 의도했던 5요인에서 최종 6요인으로 구성되게 되었다. 한 요인을 두 요인으로 세분화하게 된 이유는, 앞서 이루어진 몇 차례 요인분석에서 ‘과거’와 관련된 문항들과 ‘미래’와 관련된 문항들이 계속 각기 다른 요인들로 묶이는 결과가 나타났기 때문이다.

6요인으로 구성된 최종 예비문항들은 상담 이론 전문가와 척도 전문가, 불교 이론 전문가 각 한 분에게 문항 적절성에 대한 최종 평가를 받았고, 이 후 요인 이름을 다소 변경하였다. 요인 이름의 변경은 두 가지 기준에서 이루어졌다. 첫째는 한 요인으로 묶인 문항들의 내용을 검토한 결과, 문항들이 반영하고 있는 내용을 가장 잘 대표할 수 있는 이름을 기준으로 선정하였다. 둘째는 그러한 요인 이름이 ‘집착’의 이론적 개념에 어긋나지 않고 잘 부합하는가를 기준으로 선정하였다.

연구자는 5차 문항 선정을 거친 6요인 41문항으로 구성된 집착척도 예비 질문지를 대학생 301명을 대상으로 설문 실시하였다. 분석 결과 과거 중심성 8문항, 현재성 결여 6문항, 미래 중심성 6문항, 시각 고정성 6문항, 상황 경직성 6문항, 욕구 집착성 7문항이 각각의 요인으로 잘 묶이는 것으로 나타났다. 그러나 ‘상황 경직성’ 요인에 속하는 2문항이 한 요인을 구성하여 총 7개 요인이 추출되었다. 따라서 연구자는 이론적 개념에 맞지 않는 7요인을 제외시키고, 6요인 각각의 문항 개수를 6개씩으로 통일시켜 최종 6요인 36문항으로 구성된 개정판 집착척도를 개발하였다.

예비 연구를 통해 개발된 최종 집착척도의 6요인과 문항내용은 다음과 같다: ‘과거 중심성(과거의 기억·관념·감정·경험 등에 사로잡혀 현재 후회하고 괴로워함)’, ‘현재성 결여(지금 현재 해야 할 일·하고자 하는 일에 집중하거나 충실하지 못함)’, ‘미래 중심성(미래에 대한 걱정과 불안 등이 현재의 의식을 점유하고 있음)’, ‘시각 고정성(시간이 흘러도 변하지 않는, 고정된 시각의 틀-사람 대상-)’, ‘상황 경직성(당면한 상황에 유연하게 적응하지 못하고 경직된 태도나 행동을 보임)’, ‘욕구 집착성(자기중심적인 이기적 욕구에 집착하여 그 욕구를 갈망하고 고집함)’.

여러 차례의 요인분석(좀 더 안정적인 요인 구조를 가지면서 요인의 의미를 분명하게 나타내주는 문항들을 선별·추출하기 위함)과 문항분석을 통해 처음 5요인 88문항으로부터 최종 6요인 36문항의 집착척도를 구성하기까지, 연구자는 세 가지 기준을 적용하여 문항을 추출했다. 첫째 기준은 각각의 문항들에 대한 요인분석이나 문항분석 등의 자료 분석 결과가 통계적으로 적절할가이다. 둘째 기준

은 그러한 문항들이 연구자의 이론적 개념에 얼마나 잘 부합하는가이다. 셋째 기준은 각각의 문항이 요인을 잘 대표하면서도 얼마나 짧고 명확한 문장으로 기술되어 있느냐이다.

결 과

위에 제시된 절차에 따라 개발한 최종 개정판 집착척도 예비문항의 요인구조를 확인하기 위해 301명의 대학생 피험자를 대상으로 실시한 집착점수에 기초하여 요인분석을 실시하였다. 최대우도(Maximum Likelihood) 방식을 사용하여 요인을 추출하고, 추출된 요인들에 대해 Direct Oblimin 회전을 실시하였다. 요인분석 결과 Kaiser 기준(Eigenvalue > 1.0)을 충족하는 요인은 6개가 존재하는 것으로 나타났고, 이 6개의 요인은 전체 변량의 68%를 설명하였다.

본 연구

예비 연구 결과에서 나타난 개정판 집착척도의 요인구조를 확인하고, 문항분석과 신뢰도 분석을 통해 최종 집착척도를 확증하기 위해 본 연구를 실시하였다.

방 법

피험자

본 연구의 대상은 서울·수도권 소재 대학 2곳과 지방 소재 대학 1곳에 재학 중인 대학생 448명(남자: 206명, 여자: 242명)이었다. 이

들의 평균 연령은 22세, 범위는 19~30세였다.

도구

본 연구에서는 연구자가 예비 연구를 통해 개발한 총 36문항의 개정판 집착척도가 사용되었다. 응답자들은 각 문항에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’부터 ‘매우 그렇다’까지 5점 리커트 척도 상에 반응을 하게 된다.

절차

연구자는 개정판 집착척도 질문지를 대학 3곳의 교양 수업시간을 이용하여 집단으로 실시하였다. 36문항으로 구성된 집착척도를 완성하는 데 소요되는 시간은 약 5분 미만이었다.

결 과

최대우도(Maximum Likelihood) 방식을 사용하여 요인을 추출하고, Direct Oblimin 방식으로 회전시킨 요인분석 결과가 <표 1>에 제시되어 있다. 부하는 패턴행렬(pattern matrix) 값을 나타낸다. 요인분석 결과 Kaiser 기준을 충족하는 요인은 6개가 존재하는 것으로 나타났고, 이 6개의 요인은 전체 변량의 66%를 설명하였다. 예비 연구 결과와 마찬가지로 본 연구에서도 집착척도가 연구자의 이론적 개념과 의도에 맞게 각 요인 당 6문항씩 총 6요인으로 잘 구분되어 묶이는 것을 확인할 수 있다. 집착척도의 검사-재검사 신뢰도는 서울 소재 한 대학의 학생들에게 1차 검사 실시 4주 후에 2차 검사를 실시하여 산출했다. 검사-재검

표 1. 개정판 집착척도의 요인분석과 신뢰도 분석(Cronbach- α)

요인 이름	1요인	2요인	3요인	4요인	5요인	6요인	요인별 Cronbach- α	전체 Cronbach- α
미래 중심성 (6문항)	.87						.88**	
	.83							
	.79							
	.73							
	.39			-0.18	.15	.16		
	.35			-0.19	.16	.15		
시각 고정성 (6문항)		.87					.88**	
		.74						
	.16	.73	.11					
		.69						
		.67						
		.63						
상황 경직성 (6문항)			.89			-0.11	.89**	
			.88					
		.10	.76	-0.10				
			.62					
			.58			.22		
			.52			.23		
과거 중심성 (6문항)				-0.86			.90**	.94**
				-0.83				
				-0.79				
				-0.75				
				-0.65				
	.19		.12	-0.53				
욕구 집착성 (6문항)					.88		.90**	
					.84			
					.78			
					.78			
					.66			
					.65			
현재성 결여 (6문항)						.77	.90**	
						.76		
						.75		
						.75		
						.73		
						.71		
고유값	11.28	3.60	2.67	2.37	1.78	1.91		
설명변량(%)	31.33	10.00	7.41	6.60	5.49	5.30		

표 2. 집착척도의 요인 간 상관

	과거중심성	현재성결여	미래중심성	시각고정성	상황경직성	욕구집착성
과거중심성	1.00	.40**	.51**	.34**	.39**	.38**
현재성결여		1.00	.44**	.18**	.46**	.30**
미래중심성			1.00	.29**	.38**	.46**
시각고정성				1.00	.32**	.44**
상황경직성					1.00	.35**
욕구집착성						1.00

** p < .01 (2-tailed).

사 신뢰도를 구하기 위한 설문 대상자는 대학생 피험자 79명[남자: 46명, 여자: 33명, 평균연령: 24세]이었다. 전체 집착척도의 검사-재검사 신뢰도는 .79였고, 과거 중심성 .75, 현재성결여 .76, 미래 중심성 .69, 시각 고정성 .78, 상황 경직성 .79, 욕구 집착성 .82로 나타났다.

집착척도의 6요인 간 상관은 <표 2>과 같다. <표 2>에서 볼 수 있는 바와 같이, 집착척도의 6요인 각각은 서로 통계적으로 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다.

연구 2: 개정판 집착척도 타당화

연구 2는 적절한 수준의 신뢰도와 구성개념 타당도를 갖춘 개정판 집착척도의 타당화 작업을 통해 척도의 유용성을 밝히기 위해 실시되었다. 첫 번째는 개정판 집착척도와 관련 척도들 간의 상관분석을 통한 공준타당도를, 두 번째는 개정판 집착척도의 준거관련 타당도를 확인하였다.

방 법

피험자

대학생집단

서울 소재 대학과 경기도 소재 대학 각 1곳씩 두 대학의 교양 수업시간을 이용하여 총 286명[남자: 132명, 여자: 152명, 무기명: 2명, 평균연령: 24세]에게 집단으로 설문을 실시하였다. 대학생 집단에게는 개정판 집착척도, 걱정증상 질문지, 인지적 정서조절전략 질문지, 심리적 안녕감 척도, 신경증적 경향성 척도를 실시하였다.

준거집단

준거집단인 수행자집단, 일반집단, 정신과 환자집단에게는 설문 실시의 용이성과 설문 결과의 정확성, 피검사자의 피로도 등을 고려하여 개정판 집착척도와 신경증적 경향성 척도만을 실시하였다.

수행자집단. 수행자집단은 위빠사나 수행을 하고 있는 수행자 28명[남자: 9명, 여자: 19명, 평균연령: 50세]으로 구성되었다. 이들은 모두 수행 지도 승려나 법사로부터 수행이 성숙되어 있다고 판단되어 선별된 수행자들이었

다. ‘위빠사나’는 모든 정신 현상과 물질 현상에 공통된 특성인 ‘무상·고·무아’의 삼법인을 꿰뚫어 보는 수행이다. 이처럼 몸과 마음의 현상을 관찰하다 보면 단계적으로 지혜가 증진되고, 결과적으로 괴로움이 소멸된다고 한다. 이는 자연스럽게 집착으로부터 해방되어 모든 현상을 있는 그대로 담담하며 초연하게 바라보고 현재 순간에 존재할 수 있게 되는 것을 말한다. 이러한 위빠사나 수행의 특성 상 본 수행자집단은 집착척도의 준거집단으로 타당하다고 할 수 있다.

일반집단. 일반집단 피험자는 수행 목적이 아닌 운동 목적으로 요가학원을 찾은 69명과 교육대학원에서 심리학 관련 수업을 듣고 있는 33명으로 총 102명[남자: 8명, 여자: 90명, 무기명: 4명, 평균연령: 35세]이었다.

정신과 환자집단. 정신과 환자집단 피험자는 서울에 소재한 정신과 3곳과 경기도에 소재한 정신과 1곳, 총 4곳의 외래환자 140명[남자: 51명, 여자: 89명, 평균연령: 40세]이었다. 각 환자 피험자의 담당 정신과 의사가 환자의 진단명과 전반적인 기능 수준(GAF) 점수를 체크하였다.

도구

개정판 집착척도

연구자가 기존의 집착척도를 수정·보완하여 개발한 척도로 6요인 36문항으로 구성되어 있다. 개정판 집착척도는 각 문항 진술문에 동의하는 정도를 5점 리커트 척도 상에 응답하여, 한 개인의 집착의 정도를 양적으로 측정할 수 있게 되어 있으며, 점수가 높을수록

집착의 정도가 강한 것을 의미한다. 전체 개정판 집착척도의 Cronbach- α 는 .94, 검사-재검사 신뢰도는 .79로 나타났다.

펜실베이니아 걱정증상 질문지(PSWQ)

이 검사는 범불안장애의 주증상인 만성적이며 통제불가능한 걱정의 빈도 및 강도를 평가하는 자기보고형 검사로서 Meyer, Miller, Metzger 및 Borkovec(1990)에 의해 개발되었다. 이 검사는 16개 문항을 5점 척도 상에서 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서는 김정원과 민병배(1998)에 의해 번안된 검사를 사용하였고, Cronbach- α 는 .89였다. 집착이 많을수록 과거나 미래에 묶여 현재에 집중하지 못하고 걱정하고 불안해하는 경향성이 높을 것으로 예상된다. 따라서 집착과 걱정증상 간에는 정적 상관관계가 있을 것으로 예상되어, 걱정증상 질문지를 타당화 질문지로 선정하였다.

인지적 정서조절전략 질문지(CERQ)

Garnefski(2001)가 개발한 인지적 정서조절전략 질문지 9요인 중 집착척도와 밀접한 관련이 있는 것으로 판단되는 3요인에 해당하는 문항만을 선별하여 타당화 질문지로 사용하였다. 3요인은 ‘긍정적 재평가’, ‘반추’, ‘파국화’였고 각 요인의 Cronbach- α 는 긍정적 재평가가 .79, 반추가 .68, 파국화가 .82로 나타났다. 본 척도는 김소희(2004)가 번안한 것으로, 긍정적 재평가란 자신이 겪은 부정적 상황에 대해서 긍정적인 측면을 찾아보거나 긍정적인 의미를 부여하는 인지 전략을 말한다. 반추는 부정적인 사건과 관계되는 느낌이나 생각을 계속 되짚으며 그 생각과 감정에 빠져있는 것을 의미하고, 파국화란 자신의 경험이 다른 사람들보다 훨씬 최악의 것이라고 반복적으로

생각하는 것을 말한다. 집착이 많은 사람은 당면한 상황을 긍정적인 다른 시각으로 재평가하기 어렵고, 자신이 집착된 문제에 따라 상황이나 사건을 더욱 파국적인 것으로 생각할 가능성이 높으며, 집착하고 있는 문제에 대해 반복적으로 생각하거나 관련된 감정에 계속해서 빠져들 가능성이 높다. 따라서 집착 척도와 긍정적 재평가는 부적 상관, 집착 척도와 반추 및 파국화는 정적 상관을 보일 것으로 예상되어, 각각의 내용에 해당하는 척도를 타당화 질문지로 선정하였다.

심리적 안녕감 척도(PWBS)

Ryff(1989)가 개발한 심리적 안녕감 척도는 개인의 삶의 질을 측정하는 것으로 54문항으로 구성되었으나, 국내에서는 김명소 등(2001)이 요인분석을 실시하여 46문항으로 선별하였다. 본 연구에서는 국내에서 타당화한 46문항을 사용하였고 Cronbach- α 는 .89였다. 집착은 심리적·정신적 고통을 반영하는 개념이고, 동양심리치료 영역에서 인간 고통의 핵심 원인에 해당한다. 따라서 집착이 많은 사람은 전반적인 정신건강 및 삶의 질을 반영하는 심리적 안녕감이 낮을 것이므로, 집착척도와 심리적 안녕감 척도가 부적 상관을 보일 것으로 예상되어, 심리적 안녕감 척도를 집착척도의 타당화 질문지로 선정하였다.

신경증적 경향성 척도(Neuroticism)

Eysenck & Eysenck(1991)가 개발한 아이젠크 성격검사를 이현수(1997)가 한국적 상황에 맞게 표준화한 것으로, 본 연구에서는 신경증적 경향성을 측정하는 하위척도를 선별하여 사용하였다. 이 척도의 Cronbach- α 는 .88이었다. 신경증적 경향성은 서양심리치료 영역에서 인간

의 심리적·정신적 고통이나 부적응의 대표적인 지표라고 할 수 있다. 따라서 동양심리치료에서 심리적·정신적 고통이나 부적응의 대표적 지표라고 할 수 있는 집착과 신경증적 경향성과는 유의미한 정적 상관이 있을 것으로 예상할 수 있으므로, 신경증적 경향성 척도를 집착척도의 타당화 질문지로 선정하였다.

절차

연구자는 각 집단의 피험자들에게 질문지들을 묶어 설문을 실시하였다. 정신과 환자집단의 경우 의사와 간호사가 검사 목적을 숨기고 환자 개인 별로 설문을 실시하였고, 수행자집단과 일반집단의 경우는 개별 또는 집단으로 설문을 실시하였다.

결 과

집단별 기술통계 분석

각 집단에 실시된 질문지들의 측정치에 대한 기술통계 분석 결과가 <표 3>과 <표 4>에 제시되어 있다.

개정판 집착척도와 관련 척도들과의 상관 분석 (공준타당도)

개정판 집착척도 및 집착척도 각 요인들과 관련 척도들과의 상관관계가 <표 5>에 제시되어 있다. 집착척도는 걱정증상, 신경증적 경향성, 반추, 파국화와 유의미한 정적 상관을 나타냈다. 반면 심리적 안녕감과 긍정적 재평가와는 유의미한 부적 상관을 나타냈다. 이는

표 3. 대학생집단의 기술통계 분석 자료

	집착척도	긍정적 재평가	반추	파국화	걱정증상 질문지	심리적 안녕감	신경증적 경향성
피험자수	286	286	286	286	286	286	286
평균	99.80	14.49	12.93	9.47	49.09	155.04	9.65
표준편차	19.36	2.81	2.79	3.33	9.51	17.05	7.16

표 4. 준거 타당화 집단별 기술통계 분석 자료

집단	피험자 수	각 질문지의 평균(표준편차)	
		집착척도	신경증적 경향성
수행자집단	28	84.07(18.98)	5.43(4.86)
일반집단	102	94.32(18.61)	8.23(5.68)
정신과 환자집단	140	110.76(22.77)	14.10(6.24)

표 5. 집착척도 및 집착척도 6요인과 관련 척도들 간의 상관관계

	걱정증상	긍정적재평가	반추	파국화	심리적안녕감	신경증적경향성
집착척도	.57**	-.17**	.28**	.45**	-.48**	.53**
과거중심성	.47**	-.05	.30**	.53**	-.34**	.47**
현재성결여	.26**	-.24**	.19**	.35**	-.56**	.42**
미래중심성	.61**	-.07	.26**	.29**	-.40**	.39**
시각고정성	.25**	-.14*	.04	.15*	-.12*	.23**
상황경직성	.37**	-.12*	.12*	.22**	-.47**	.38**
욕구집착성	.35**	-.10	.25**	.27**	-.11	.30**

** p < .01 * p < .05 (2-tailed).

집착이 많을수록 심리적 안녕감이 낮고 부정적 상황에 대해서 긍정적 측면을 덜 찾는다는 것을 의미한다. 또한 집착이 많을수록 걱정과 신경증적 경향성이 높고, 부정적인 사건과 관계된 생각과 감정에 빠져 헤어 나오지 못하는 반추를 많이 하고, 자신의 경험을 훨씬 부정적인 것으로 반복적으로 생각하는 파국화의 인

지전략을 많이 사용한다는 것을 의미한다. 집착척도의 각 요인들과 다른 척도들 간의 상관관계를 분석한 결과, 전체 집착척도와 다른 척도들과의 관련성과 마찬가지로 모두 연구자가 가정한 방향대로의 정적 혹은 부적 경향성을 나타냈다.

걱정판 집착척도의 준거관련 타당도 분석

수행자집단·일반집단·환자집단 간의 집착점수 차이 분석

심리적 적응과 부적응을 본 연구자가 정의한 ‘집착’ 개념과 연관시켜 볼 때 ‘수행자집단’은 집착이 적은 집단으로 분류할 수 있고, ‘정신과 환자집단’은 집착이 많은 집단으로 분류할 수 있으며, ‘일반집단’은 두 집단 사이에 집착점수가 존재해야 한다. ‘집착’이라는 개념이 심리적 적응과 부적응을 설명하는 개념이고 ‘집착척도’가 그러한 심리적 건강 및 적응 정도를 적절하게 반영할 수 있는 심리측정도구라면, 세 집단 간에는 ‘집착척도’에서 차이가 있어야 한다. 이러한 가정 하에 분석을 실시하였다.

세 집단이 집착점수에서 차이가 있는지를 알아보기 위해 변량분석을 실시한 결과와 사후검증 결과가 각각 <표 6>과 <표 7>에 제시되어 있다. 분석 결과, 집착점수는 환자집단

에서 가장 높았고, 수행자집단에서 가장 낮았으며, 일반집단은 환자집단과 수행자집단의 중간에 평균값이 존재했다. 변량분석 결과 수행자집단과 일반집단, 환자집단은 집착점수에서 유의미한 차이를 보였고, 사후분석 결과 세 집단 모두 집착점수에서 각 집단 간 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다.

정신과 환자집단 내에서의 집착점수 차이 분석

환자집단의 경우, 담당 정신과 전문의가 각 환자가 ‘정신증’ 환자인지 ‘신경증’ 환자인지를 진단·분류한 후 각 환자의 전반적인 기능수준(GAF) 점수를 기록하였다. ‘정신증’과 ‘신경증’은 다양한 정신장애를 가장 간단하게 분류하여 이해할 수 있는 진단법으로, 정신증의 경우 부적응의 정도가 매우 심각한 경우를 말하고 신경증의 경우는 현실적 판단력에는 별 문제가 없지만 생활적응에 여러 가지 주관적 불편감을 나타내는 심리적 장애를 말한다(권

표 6. 수행자집단·일반집단·환자집단의 집착점수에 대한 변량분석

변인	변량원	자승합	자유도	평균자승	F값
집착점수	집단간	24775.8	2	12387.92	28.54***
	집단내	110693.3	255	434.09	
	합계	135469.1	257		

*** p < .001 (2-tailed).

표 7. 집단 간의 집착점수 차이에 대한 Tukey 사후검증

	수행자집단	일반집단	환자집단
수행자집단		.05*	.00**
일반집단			.00**
환자집단			

* p < .05 ** p < .01 (2-tailed).

표 8. 정신증 환자집단과 신경증 환자집단의 집착점수에 대한 변량분석

변인	변량원	자승합	자유도	평균자승	F값
집착점수	집단간	2266.58	1	2266.58	4.49*
	집단내	64094.97	127	504.69	
	합계	66361.55	128		

* p < .05 (2-tailed).

표 9. 정신과 환자의 GAF 점수 · 집착점수 · 신경증적 경향성 점수의 상관관계

	GAF 점수	집착점수	신경증적 경향성 점수
GAF 점수	1.00	-.25**	-.12
집착점수		1.00	.69**
신경증적 경향성 점수			1.00

** p < .01 (2-tailed).

석만, 2003). 정신증 환자집단과 신경증 환자 집단이 집착점수에서 차이가 있는지를 알아보기 위해 변량분석을 실시한 결과가 <표 8>에 제시되어 있다. 분석 결과, 정신증 환자집단이 신경증 환자집단에 비해 유의미하게 높은 집착점수를 나타냈다. 이는 집착척도가 정신과 환자 중에서도 좀 더 심각한 정신증 환자와 좀 덜 심각한 신경증 환자를 잘 구분해줌을 나타내는 결과이다.

담당 정신과 전문의가 체크한 환자의 전반적인 기능 수준(GAF) 점수와 집착점수, 신경증적 경향성 점수의 상관관계는 <표 9>와 같다. 환자의 전반적인 기능 수준(GAF) 점수는 집착점수와 유의미한 부적 상관을 보였고, 집착점수와 신경증적 경향성 점수는 유의미한 정적 상관을 보였다. 이는 집착점수가 높으면 신경증적 경향성이 높고 전반적인 기능 수준은 낮은 것으로, 반대로 집착점수가 낮으면 신경증적 경향성이 낮고 전반적인 기능 수준

은 높은 것으로 해석할 수 있다.

종합논의

본 연구는 동양 심리치료와 온 마음 상담 이론에서 문제의 핵심으로 보고 있는 ‘집착’의 현상을 밝히고 그것을 측정할 수 있는 심리측정 도구를 개발하는 것을 목표로 이루어졌다. 연구 결과 적절한 신뢰도와 타당도를 갖추고 있으면서 심리적 · 정신적 건강 및 적응을 설명할 수 있는 개정판 집착척도 개발 및 타당화의 목적이 달성된 것으로 볼 수 있다. 따라서 심리적 고통의 문제를 집착으로 설명하고, 집착척도를 통해 문제의 심각성을 평가하는 것이 가능하게 되었으며, 일반적인 상담의 성과나 동양적 상담의 성과를 집착척도로써 측정할 수 있게 되었다.

본 연구 결과를 살펴보면, ‘집착’ 현상을 재

고 있는 ‘개정판 집착척도’가 심리적·정신적 건강 혹은 적응을 기준으로 분류한 집단들에서 적절하고 타당한 분류를 해내고 있는 것을 볼 수 있다. 개정판 집착척도는 정신과 환자 집단, 일반집단, 수행자집단은 물론, 정신과 내에서도 정신증 환자와 신경증 환자를 잘 변별해주고 있다. 각 집단의 사람들은 겪고 있는 심리적 고통의 내용이나 양상이 각기 다르고, 문제가 지속된 기간 등도 역시 각기 다르다. 그러함에도 불구하고, 심리적·정신적 건강 및 적응의 심각성 수준에 따라 개정판 집착척도에 의해 집단별로 잘 구분되고 있다. 따라서 이는 심리적·정신적 건강과 적응이 ‘집착’이라는 심리적 속성 개념에 의해 설명될 수 있음은 물론, 본 연구에서 개발한 개정판 집착척도가 그러한 분류를 적절하게 해내고 있음을 나타낸다.

그러나 본 연구는 다음과 같은 제한점을 가지고 있다. 첫째, 집착의 정의와 구성개념의 문제이다. 현재 동양 심리치료의 핵심으로 점차 이해되고 있음에도 불구하고, 분명한 정의가 내려지고 있지 못한 ‘집착’이라는 개념 자체에 대한 보다 활발한 논의와 연구들이 진행되어야 할 것으로 생각된다. 둘째, 본 연구의 준거집단 중 수행자 집단의 수가 적었다는 점이다. 물론 피험자 수가 이처럼 적었던 것은 연구 목적에 맞는 피험자만을 엄격하게 선별했기 때문이기는 하나, 후속 연구에서는 좀 더 많은 수의 피험자를 대상으로 타당도를 살펴볼 필요가 있을 것으로 생각된다. 셋째, 정신과 환자집단의 경우 세부 진단별로는 집착 점수 차이를 비교해보지 못했다는 제한점이 있다. 넷째, 연구의 초점이 주로 부적응과 적응에 치우쳐 있다는 점이다. 앞으로의 연구에서는 건강한 집단들에 대한 연구도 진행되어

야 할 것으로 생각된다. 다섯째, 집착척도 각 요인 별로 볼 때 매우 유사한 문항들이 반복적으로 기술되어 있다는 점이다. 후속연구에서는 척도의 신뢰도와 타당도가 훼손되지 않으면서도 좀 더 간편하게 실시할 수 있는 다양한 형태의 집착척도를 구성해 볼 수 있을 것으로 생각된다. 여섯째, 본 연구에서 정의한 ‘집착’이 한 개인의 일관되고 안정적인 특성(trait)인지 혹은 상황과 환경에 따라 유동적으로 변화하는 상태(state)인지에 대한 탐색이 이루어져야 할 것으로 생각된다. 마지막으로, 집착에 정적·부적으로 영향을 미치는 여러 변인들에 대한 조사와 집착으로 인한 괴로움을 완화시킬 수 있는 심리상담 접근들에 대한 연구가 실시되어야 할 것으로 생각된다.

참고문헌

- 고익진 (1995). 아함경. 서울: 동국대학교출판부.
- 각목 (2003). 금강경 역해-금강경 산스크리트 원전 분석 및 주해. 서울: 불광출판부.
- 권석만 (2003). 현대 이상심리학. 서울: 학지사.
- 권오민 (2004). 인도철학과 불교. 서울: 민족사.
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념 분석: 한국 성인 남녀를 대상으로. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 15, 19-39.
- 김성민 (2004). 우울과 상위인지 자각의 관계. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 김소희 (2004). 스트레스 사건, 인지적 정서조절전략과 심리적 안녕감 간의 관계. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 김은희 (2004). 집착척도의 타당화: 일반집단과 환자집단의 차이. 한국심리학회지: 상담

- 및 심리치료, 16(4), 637-652.
- 김은희, 윤호균 (2002). 집착척도의 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 14(2), 359-373.
- 김정원, 민병배 (1998). 걱정과 불확실성에 대한 인내력 부족 및 문제해결방식과의 관계. *한국심리학회 연차학술발표대회 논문집*. 한국 심리학회.
- 길상 (2001). 불교대사전. 서울: 흥법원.
- 동국역경원 (2000). 불교성전. 서울: 동국대학교 부설 역경원.
- 박헌정 (2005). 상위인지 자각 척도의 개발 및 타당화. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 성승연 (2006). 상담장면에서의 탈동일시 현상. 박사학위논문, 가톨릭대학교.
- 육조혜능선사 술·학답 해의 (2000). 육조법보 단경. 서울: 큰수레.
- 윤호균 (2001). 공상, 집착 그리고 상담. *한국심리학회 연차학술발표대회 논문집*. 한국심리학회.
- 윤호균 (2005). 심리 상담의 치료적 기제. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(1), 1-13.
- 이중표 (1996). 불교의 이해와 실천 1·2. 서울: 대원정사.
- 이지연 (2005). 공상기록이 인지적 조절전략·집착과 심리적 안녕감에 미치는 효과. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 이현수 (1997). 한국판 아이젠크 성격검사 실시요강. 서울: 학지사.
- 전재성 (1999). 쌍웃따 니까야. 서울: 한국빠알리성전협회.
- 지산 (2005). 붓다의 길 위빠사나의 길. 서울: 한길.
- Boorstein, S. (1997). 자아초월정신치료[*Transpersonal Psychotherapy*]. (정성덕과 김익창 역). 서울: 하나의학사. (원전은 1980년에 출판).
- Brazier, D. (1995). *Zen therapy: Transcending the sorrows of the human mind*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Epstein, M. (1995). *Thoughts without thinker*. New York: Basic Book.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1991). *Manual for the Eysenck Personality Scales*. London: Holler & Stoughton.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personal and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Kabat zinn, J. (1990). *Full catastrophe living: The program of the stress reduction clinic ant the University of Massachusetts Medical Center*. New York: Doll Publiding.
- Matthews, B. (1983). *Craving and salvation: A study in buddhist soteriology*. Ontario: Wilfrid Laurier University Press.
- Meyer, T. J., Miller, M. L., Metzger, R. L., & Borkovec, T. D. (1990). Development and validation of the Penn State Worry Questionnaire. *Behaviour Research and Therapy*, 28, 487-495.
- Narada. (1988). *The Buddha and his teachings*. Kuala Lumpur: Buddhist Missionary Society Malaysia.
- Olendzki, A. (2005). *The roots of Mindfulness.*, Germer, D, D., Siegel, R, D., & Fulton, P, R(Fds.), *Mindfulness and psychotherapy* (pp. 241-261). London: The Guilford Press.
- Rubin, J. B. (1996). *Psychotherapy and buddhism*. New York: Plenum.

- Rune, E. A. (1979). *The dynamic psychology of early buddhism*. Great Britain; Curzon Press Ltd.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Scott, D. (2000). Willam James and buddhism: American pragmatism and the Orient. *Religion*, 30, 333-352.
- Teasdale, J. D., Segal, Z. V., Williams, J. G., Ridgeway, V. A., Soulsby, J. M., & Lau, M. A. (2000). Prevention of relapse/recurrence in major depression by Mindfulness-based cognitive therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 615-623.
- U Janaka (2003). 위빠사나 수행[Vipassana meditation]. (김재성 옮김). 불광출판부. (원전은 1992년에 출판)
- U Pandita (2002). 위빠사나 수행의 길[*The path of Vipassana-be mindful at this moment*]. (김재성 옮김). 천안: 호두마을 위빠사나 수행처 (원전은 1991년에 출판)
- Walsh, R. (2000). Asian psychotherapies. In R. J. Corsini & D. Wedding(Eds.), *Current psychotherapies*. Itasca, IL.: F. E. Peacock.
- Welwood John (1979). *The Meeting of the ways*. Schocken Books Inc.
- William, J. (1890). *Principle of psychology*. London: Macmillian.
- 원 고 접 수 일 : 2006. 9. 2
수정원고접수일 : 2006. 12. 11
게 재 결 정 일 : 2007. 2. 2

Development and Validation of the Revised Clinging Scale

Eun Hee Kim

Catholic University

We conducted this study to develop and validate the new Clinging Scale. This scale was based on the previously developed Jipchak Scale (Eun Hee Kim, 2002). Study 1 resulted in developing the final Revised Clinging Scale of 36 items, which were derived from 6 different factors (past fixation, lack ofnowness, future fixation, fixed opinion, situational inflexibility, and desire obsession). Study 2 was conducted to validate (construct and criterion-related validity) the Revised Clinging Scale. The validity of the Revised Clinging Scale was supported by findings from various groups classified by their psychological or mental health and ability to adapt.

Key words : Clinging, past fixation, lack ofnowness, future fixation, fixed opinion, situational inflexibility, desire obsession

부록. 집착척도 문항의 평균과 표준편차

요인이름	문항 내용	평균	표준편차
미래 중심성	18. 나는 미래에 대해 걱정하고 불안해한다.	3.01	1.00
	12. 생각하지 않으려고 해도 나의 미래가 걱정된다.	3.42	1.05
	24. 미래에 대한 걱정이 떠나지 않는다.	3.06	0.99
	6. 앞날에 대한 걱정 때문에 불안하다.	3.23	1.03
	30. 앞으로 일어날지도 모를 일을 걱정하며 시간을 보낸다.	2.69	1.00
	36. 나는 아직 생기지도 않은 일을 걱정한다.	2.96	1.07
시각 고정성	2. 일단 싫어진 사람은 시간이 지나도 좋아지지 않는다.	2.98	1.06
	26. 미운 사람은 계속 미워하게 된다.	3.05	1.01
	8. 미운 사람은 어떤 행동을 해도 계속 밉게 보인다.	3.24	1.03
	14. 한 번 실망한 사람에겐 시간이 흘러도 호감이 생기지 않는다.	2.92	0.96
	32. 내가 싫어하는 사람은 다른 사람들이 칭찬해도 여전히 싫다.	3.10	0.97
상황 경직성	20. 나는 싫은 사람은 끝까지 상대하지 않는다.	2.29	1.02
	15. 새로운 사람 또는 상황에 적응하기가 어렵다.	2.68	0.96
	9. 새로운 상황에 익숙해지는 데 시간이 오래 걸린다.	2.78	1.01
	3. 익숙하지 않은 사람이나 분위기에 적응하기 힘들다.	2.89	0.99
	27. 나는 친숙하지 않은 사람이나 장소는 피한다.	2.77	0.97
	21. 갑작스런 변화에 융통성 있게 대처하지 못한다.	2.70	0.88
과거 중심성	33. 나는 상황변화에 적절하게 대처하지 못한다.	2.58	0.90
	7. 과거의 고통스런 경험이 자꾸 생각한다.	2.71	0.99
	13. 과거의 일이 지금까지도 나를 괴롭힌다.	2.59	0.94
	1. 돌이킬 수 없는 과거 기억 때문에 괴롭다.	2.63	1.01
	19. 괴로운 과거 기억이 지워지지 않는다.	2.81	1.01
	25. 잊고 싶은 과거 기억이 잊혀지지 않는다.	2.99	1.01
욕구 집착성	31. 과거 일이 자꾸 후회된다.	2.85	0.95
	16. 나는 좋아하는 것을 얻지 못하면 참을 수 없다.	2.71	0.89
	4. 나는 원하는 것을 얻지 못하면 참을 수 없다.	2.79	0.94
	22. 소망하는 것이 이루어지지 않으면 견딜 수 없다.	2.78	0.90
	10. 무엇이든 내가 하려는 대로 되지 않으면 참을 수 없다.	2.77	0.92
	34. 내가 바라는 대로 일이 되지 않으면 견딜 수 없다.	2.83	1.00
현재성 결여	28. 무슨 일이든 내가 바라는 대로 진행되어야 한다.	2.92	0.92
	5. 나한테 주어진 일에 전념하지 못한다.	2.43	0.85
	23. 내가 하고 싶은 일에 몰입하지 못한다.	2.42	0.82
	11. 나는 지금 현재 하는 일에 집중하지 못한다.	2.57	0.86
	17. 나는 지금 하고자 하는 일에 몰두하지 못한다.	2.61	0.88
	35. 과제나 업무를 수행할 때 정신을 집중하기 힘들다.	2.63	0.93
29. 나는 해야 할 일에 충실하지 못하다.	2.47	0.83	