

## 집착의 잠재계층과 정신건강

김 은 희<sup>†</sup>

가톨릭대학교

본 연구는 집착척도(김은희, 2006)를 기초로 하여 집착의 잠재계층을 분류하고 집착의 잠재계층과 정신건강과의 관계를 살펴보기 위해 이루어졌다. 연구 결과 집착의 5가지 잠재계층 모형이 검증되었고, 5개 잠재계층 각각은 다음과 같다. 첫째, 집착척도 6요인 모두에서 평균 이상의 점수를 보이는 '고 집착 계층', 둘째, 과거중심성과 시각고정성에서 평균 이상의 점수를 보이는 '과거 지향적 집착 계층', 셋째, 현재성결여와 상황경직성에서 평균 이상의 점수를 보이는 '현재 회피적 집착 계층', 넷째, 미래중심성과 욕구집착성에서 평균 이상의 점수를 보이는 '미래 지향적 집착 계층', 마지막으로, 집착척도 6요인 모두에서 평균 이하의 점수를 보이는 '저 집착 계층' 이었다. 집착의 잠재계층과 정신건강과의 관계를 살펴본 결과, 잠재계층에 따라 정신건강 지표들에서 집단 간 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 특히 모든 요인에서 평균 이상의 점수를 보인 고 집착 계층의 사람들이 부정적인 정신건강 지표들에서 일관되게 높은 점수를, 긍정적인 정신건강 지표들에서 일관되게 낮은 점수를 보임으로써, 특정 잠재계층에서 평균 이상의 점수를 보이는 사람들에 비해 정신건강 상의 어려움을 수반할 가능성이 높은 것으로 나타났다.

주요어 : 집착척도, 집착의 잠재계층, 과거 지향적 집착, 현재 회피적 집착, 미래 지향적 집착

---

<sup>†</sup> 교신저자 : 김은희, 가톨릭대학교 강사, (420-743) 경기도 부천시 원미구 역곡 2동 산 43-1  
Tel : 010-6876-6596, E-mail : warmth@hanmail.net

윤호균(2001)은 불교의 연기론에 근거하여 심리적 문제의 공통된 특성과 그러한 문제로 인한 고통으로부터 어떻게 벗어날 수 있는가를 설명하기 위해 ‘경험의 구성과정’ 모형을 개발하였고, 이러한 모형에 근거한 온 마음 상담을 발전시킨 후 그 치료적 기제를 제시하였다(2004). 경험의 구성과정 모형은 특정 병리의 원인을 설명하기 위한 모형이라기보다는 일반적인 심리적 고통의 과정과 해결방안을 제시하는 모형이라고 할 수 있다. 여러 유형의 심리적 문제들이 각기 다른 원인에 의해 유발되고 각기 다른 증상으로 나타나지만, 다양한 심리적 문제들의 발생과 그 전개는 공통적인 과정을 거치는 경우가 많은데, 그 공통 과정을 설명하기 위한 모형이 바로 경험의 구성과정 모형이다. 경험의 구성과정 모형과 온 마음 상담에서 윤호균은 심리적 고통의 중요한 원인을 ‘집착’으로 설명하였고, 몇몇 서양 학자들은 동양 심리치료에서 고통과 병리의 원인 즉 심리적 문제의 근원으로 집착을 제시하였다(Olendzki, 2005; Walsh, 2000).

이 같은 집착은 인지행동치료의 최근 동향 즉, 불교수행의 핵심인 마음챙김(mindfulness)에 근거한 최근의 여러 서양 연구들과 관련하여 생각해볼 수 있다. 현재 서양에서 진행되고 있는 연구들은 불교 수행법인 ‘알아차림’을 적용한 프로그램들의 효과 검증에 초점을 두고 있다. 알아차림은 우울증의 재발을 감소(Teasdale, 2000), 통증 환자의 스트레스 감소(Kabat-Zinn, 1990), 불안장애, 우울증, 공황장애와 같은 정서적·행동적 장애의 치료(Roemer, & Orsillo, 2002; Davidson & Kabat-Zinn, 2004), 비임상 표본에서의 스트레스 완화와 정서적 안녕 증진(Astin, 1997; Shapiro, Schwartz, & Bonner, 1998), 외상 후 스트레스 장애(Wolfsdorf, &

Zlotnick, 2001), 약물남용(Marlat, 2002), 그리고 섭식장애(Telch, Agras, & Linchan, 2001) 등에 효과가 있는 것으로 증명되고 있다. 즉, 다양한 장애에 대해 효과성이 입증되고 있는 것이다. 몇몇 이론가들은 마음챙김이 모든 심리치료의 공통 치료 요인이라고 주장하고 있다(Deikman, 1982; Goleman, 1980; Martin, 1997).

동양의 불교 수행에서 집착(clinging)은 인간 고통의 근본 원인이고, 마음챙김(mindfulness)은 고통의 원인인 집착으로부터 벗어날 수 있는 핵심 수행법이다. 따라서 현재 서양에서 많이 연구·적용되고 있는 ‘마음챙김’은 ‘집착’이라는 현상과 상호작용하여 여러 가지 심리적 문제를 완화시킨다고 가정해 볼 수 있다. 이는 집착이 심리적 문제의 핵심에 자리할 수 있음을 암시함과 동시에 마음챙김과 심리적 문제 사이에 ‘집착’이라는 중요 변수가 존재할 수 있음을 암시한다.

본 연구자는 심리적 문제의 핵심을 집착으로 보고, 그러한 집착을 양적으로 측정할 수 있는 척도를 개발한 후 개정하여 타당화한 바 있다(김은희, 2002; 김은희 2006). 연구 결과 집착척도(Clinging Scale)는 심리적 적응과 부적응을 신뢰롭고 타당하게 분류해주었으며, 집착이 심리적 고통 혹은 안녕과 관련한 중요한 변수임을 보여주었다. 이 같은 흐름을 지지하는 두 개의 연구는 다음과 같다. 박성현(2006)은 마음챙김척도와 집착척도 간에 유의미한 부적 상관이 있음을 발견하였고 마음챙김과 심리증상 간에 집착이 유의미한 매개효과가 있음을 발견하였는데, 이 연구에서 집착의 완전매개 모형이 부분매개 모형에 비해 보다 적합한 것으로 확인되었다. 또한 부적응 군 사병을 대상으로 한 마음챙김 집단프로그램을 실시한 주기원(2008)의 연구에서는 마음챙김

집단프로그램이 집착 완화에 큰 효과가 있음이 발견되었다. 연구자는 집착의 완화와 마음챙김의 개발은 서로 밀접한 상관이 있기 때문에 집착완화는 매우 중요한 작업이라고 언급하였다.

### 집착의 잠재계층

김은희(2006)의 연구에서 집착은 ‘현재성과 유연성, 초연성이 결여된 심리상태’라고 정의되었고, 집착의 6요인은 각각 ‘과거중심성’, ‘현재성결여’, ‘미래중심성’, ‘시각고정성’, ‘상황경직성’, 그리고 ‘욕구집착성’이었다. 연구 결과 집착이 많은 사람들일수록 심리적 부적응을 나타내는 지표들에서 높은 점수를, 심리적 적응을 나타내는 지표들에서 낮은 점수를 보였다. 또한 심리적·정신적 적응과 부적응을 기준으로 한 다양한 집단에서 그 타당성이 일반화되어 나타났다. 이는 집착이 심리적 안녕과 관련한 중요한 변수임을 보여주는 결과이다. 그러나 이전의 연구는 전반적인 집착의 정도와 여러 적응 및 부적응 지표들의 관계를 살펴본 것으로, 집착의 정도를 양적으로만 고려했을 뿐 집착의 잠재계층을 분류하여 살펴보는 않았다.

집착이라는 개념은 매우 포괄적인 개념이므로 그 개념 하에 잠재계층이 존재할 가능성이 충분히 있다. 즉 집착의 다양한 유형이 존재할 수 있고, 그러한 다양한 유형에 따라 각기 다른 양상이 나타날 가능성이 있는 것이다. 따라서 어떤 특정한 것에 집착 경향성을 보인다고 해서 반드시 심리적 어려움을 겪는 것은 아닐 수 있고, 다양한 유형의 집착의 잠재계층에 따라 정신건강과의 관련성이 달라질 가능성이 존재할 수 있다. 이러한 측면에서 볼

때 집착의 여러 유형 즉, 잠재계층을 분류하고 그러한 잠재계층과 정신건강과의 관계를 살펴보는 것은 집착 개념에 대한 깊은 이해는 물론 다양한 집착과 정신건강과의 연관성을 탐구할 수 있는 하나의 방법이라고 할 수 있다.

불교에서는 집착을 감각적 욕망에 대한 집착, 사건에 대한 집착, 계율과 의식에 대한 집착, 그리고 자아가 있다는 유신견의 집착으로 크게 네 가지로 분류하고 있다. 이 중 감각적 욕망에 대한 집착은 탐욕이 드러난 것으로 사실상 세상의 모든 것에 대한 집착으로 넓게 이해되고 있고, 나머지 세 가지 집착은 사건의 형태들로 다시 분류되고 있다(대림과 각목역, 2004). 사건(邪見)이란 어떤 것에 대한 잘못된 믿음이나 견해를 가지는 것 또는 그릇되게 이론화시키는 것으로 불교에서는 ‘내가 있다는 견해’를 가장 대표적인 사건으로 본다.

불교에서의 인식 및 사고 과정을 살펴보면 다음과 같다. 우리가 무엇인가를 알아차릴 때 우리는 단지 지각의 상태에 있다. 이러한 지각을 상(想, 산나)이라 하는데 여기에는 세 가지 작용이 포함된다. 첫째 대상의 특징을 파악하는 작용, 둘째 어떤 대상에서 파악한 특징을 바탕으로 그 대상을 분별·인지하는 작용, 셋째 비슷한 특징을 가진 여러 대상들을 한 범주로 개념화하는 작용이다(지산, 2005). 이러한 상은 그 자체로서는 인간에게 고통을 유발하지 않는다. 그러나 이러한 상이 집착으로 발전하여 고통을 유발하고 이러한 집착은 다시 경직된 견해로 고정되어 유지된다.

우리가 가질 수 있는 모든 견해는 결국 두 가지에 관한 것이라고 정리되고 있는데, 첫째는 과거에 관한 것이고 둘째는 미래에 관한 것이다. 엄밀히 말해 현재가 존재한다면 모두

가 찰나로서만 존재할 수 있기 때문에 견을 세운다면 그것은 모두 과거 아니면 미래에 관한 것일 뿐이라고 설명한다. 즉 우리는 단지 지금 여기의 인식(想)과 그것을 바탕으로 한 견해(見)에 지배되어서 과거를 분별하고 미래를 예측하게 된다. 불교에서는 이러한 인식과 상으로부터 자유로워질 것을 끊임없이 강조하고 있고, 이것이 곧 수행의 핵심이기도 하다(각목, 2003).

따라서 불교에서 고통 즉 집착으로부터 벗어난다는 것은 탐욕과 사견으로부터 벗어난다는 것으로, 이는 다시 말해 과거나 미래가 아닌 지금 여기 이 순간에 항상 존재함을 의미한다. 이처럼 이 순간에 존재하기 위한 수행법 중 하나가 바로 최근 인지행동치료에서의 핵심 개념 중 하나인 알아차림(mindfulness)인 것이다. 이상에서 볼 수 있는 것과 같이 불교에서 집착을 언급함에 있어 ‘시간’이라는 개념 즉, 과거와 현재 그리고 미래라는 것은 중요한 준거가 된다. 불교 경전 중 하나인 쌍웃다 니까야에서는 과거나 미래에 집착하지 말고 지금 현재에만 충실할 것에 대해 직접적으로 언급하고 있다(전재성, 1999).

이 같은 시간 조망(TP; time perspective)에 대한 견해는 심리학에서도 중요한 주제이다. 심리학에서는 심리적인 시간 구조(construction of psychological time)의 근본 측면을 과거·현재·미래로 설정하고 있고 이는 인간의 경험을 구분하는 인지 과정들(cognitive processes)로부터 출현하였다. 그리고 이러한 시간 조망(TP)은 인간 행동에 전반적이고 강력한 영향을 미친다(Zimbardo & Boyd, 1999).

시간에 대한 모니터링은 인간의 인지 기능 발달의 기본적인 기능으로 설명되고 있고(Suddendorf & Corballis, 1997), William James

(Zimbardo & Boyd, 1999 재인용) 역시 심리학의 핵심으로써 시간 개념(concept of time)을 강조하였다. 이 후 행동주의자들은 물리적 시간에 근거한 경험들을 바탕으로 한 행동에 초점을 맞추었고, Lewin(1951) 등의 실존주의자들은 시간 개념에 대한 행동주의자들의 좁은 시각을 비판하면서, 시간 조망(TP)을 물리적 시간이 아닌 한 개인의 심리적 미래와 심리적 과거 등 시간에 대한 전적으로 개인적인 심리적 견해로 정의하였다. 이는 시간을 전후관계가 여실히 존재하는 물리적 관점으로가 아닌 심리적 관점으로 해석한 것으로, 우리의 과거와 미래는 지금 여기 현재에 존재한다는 것이다. 시간 개념에 대한 이러한 견해는 오로지 현재만이 존재한다는 동양심리학의 시간 개념과 일치하는 것으로 해석되고 있다(Ornstein, 1975).

시간의 개념이 물리적인 것이든 심리적인 것이든, 한 개인이 과거라고 여기는 것을 재조직화하는 과정과 미래라고 하는 것을 조직화하는 인지 과정들은 우리의 현재 생활에 많은 영향을 미친다. 우리는 과거, 현재, 미래 중 특정 시점에 대한 편파(bias)를 가질 수 있고 이는 많은 의사결정 및 정신 건강에 영향을 미칠 수 있다. 중요한 것은 한 개인이 과거와 미래, 그리고 현재 어느 한 시점에 묶임 없이 상황적 요구, 주변에 대한 평가, 그리고 개인적 혹은 사회적 사정에 따라 특정 시간 개념 혹은 경험에 구애받지 않고 유연하게 균형 잡힌 시간적 조망을 가지고 대처하는 것이다(Zimbardo & Boyd, 1999).

이상에서 살펴본 바와 같이 ‘시간’이라는 것은 불교적 관점에서 집착의 유형과 경향성을 구분함에 있어서, 그리고 심리학적 관점에서 우리의 경험세계와 적응을 설명함에 있어서 매우 중요한 개념이라고 할 수 있다. 이를 본

연구의 목적에 적용하여 생각해본다면, 집착을 단순히 집착이 많고 적음으로써가 아니라 ‘시간’이라는 중요한 개념을 근거로 하여 여러 유형으로 분류해보는 것이 타당할 수 있음을 암시하고, 이는 불교적 관점과 심리학적 관점 모두에 있어서 의미 있는 구분일 수 있음을 나타낸다.

이처럼 시간과 관련한 경험세계 내에서 집착의 잠재계층을 구분할 수 있다면, 상담 장면에서 내담자 고통의 주요 원인을 좀 더 면밀하게 파악하고 상담의 초점을 어디에 두어야 하는지와 같은 치료에서의 좀 더 다양한 접근이 이루어질 수 있을 것으로 생각한다. 예를 들어, 특정 유형의 집착을 보이는 사람들에게 대한 효과적인 상담 방법의 모색 등이 있을 수 있을 것이다. 또한 최근 인지행동치료에서의 핵심 개념인 마음챙김과 밀접한 관련이 있는 집착 개념에 대한 보다 심층적인

연구는 물론, 집착과 정신건강 관련성에 대한 보다 풍부한 연구를 촉발함으로써 상담 연구 및 실제 영역의 확장에 기여할 수 있을 것으로 생각한다.

이와 같은 시각을 바탕으로 본 연구에서는 ‘시간’을 중심으로 하여 집착의 잠재계층(latent class)을 설정하여 그것의 적절성을 탐색한 후 잠재계층과 여러 정신건강 지표들 간의 관계를 살펴보고자 했다. 우선 집착척도를 중심으로 하여 잠재계층을 표 1과 같이 가정하였다.

본 연구에서는 과거, 현재, 미래라는 시간 개념을 근거로 하여 그러한 각각의 시간 개념이 두드러지게 나타나는 과거 지향적 집착 계층, 현재 회피적 집착 계층 그리고 미래 지향적 집착 계층을 각각 설정하였다. 이에 더불어 시간적으로 과거, 현재, 미래 모든 방향에서 집착 경향성이 높게 나타나는 ‘고 집착 계층’과 반대로 과거, 현재, 미래 모든 방향에서

표 1. 집착의 잠재계층 모형

잠재계층	집착척도와 관련한 잠재계층의 설명
계층1 : 고 집착 계층	6요인 모두에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 계층 과거중심성과 시각고정성 요인에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 계층으로,
계층2 : 과거 지향적 집착 계층	이 집단에 속한 사람들은 주로 과거 지향적인 집착 상태에 있음. 시각고정성은 과거의 경험을 토대로 형성된 개념에 근거한 것이므로 과거중심성과 함께 시간적 방향이 과거에 속하는 것으로 볼 수 있음 현재성결여와 상황경직성 요인에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 계층으로,
계층3 : 현재 회피적 집착 계층	이 집단에 속한 사람들은 지금 여기에서 충분히 기능하지 못하는 집착 상태에 있음. 상황에 따라 유연하지 못하고 현재 해야 할 혹은 하고 싶은 일에 충실하지 못한 것은 시간적으로 지금 여기에 충분히 존재하지 못하는 것으로 볼 수 있음 미래중심성과 욕구집착성 요인에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 계층으로,
계층4 : 미래 지향적 집착 계층	이 집단에 속한 사람들은 주로 미래 지향적인 집착 상태에 있음. 자신이 바라고 원하는 것이 성취되기를 자기중심적으로 갈망하고, 미래에 대해 불안해하고 걱정하는 것으로 두 요인 모두 시간적 방향이 미래를 향해 있는 것으로 볼 수 있음
계층5 : 저 집착 계층	6요인 모두에서 평균 이하의 낮은 점수를 보이는 계층

집착 경향성이 낮게 나타나는 ‘저 집착 계층’을 설정하였다. 집착의 6요인 중 계층2와 계층3, 그리고 계층4에 각각 2요인씩이 분류된 근거에 대해서는 표 1의 ‘집착척도와 관련한 잠재계층의 설명’에 기술되어 있다.

## 방 법

### 참여자

잠재계층분석(Latent Class Analysis)을 위해서 8개 집단 총 1090명의 참여자들에게 집착척도를 실시하여 집착점수를 얻었다. 각 집단은 대학생집단 734명 [남자: 338명, 여자: 396명, 평균연령: 23세], 일반인집단 102명 [남자: 8명, 여자: 90명, 무기명: 4명, 평균연령: 35세], 정신과환자 중 신경증집단 104명 [남자: 37명, 여자: 67명, 평균연령: 42세]과 정신증집단 36명 [남자: 14명, 여자: 22명, 평균연령: 38세], 적응군병사집단 31명 [평균연령: 23세], 부적응군병사집단 31명 [평균연령 22세], 내담자집단 24명 [남자: 4명, 여자 20명], 수행자집단 28명 [남자: 9명, 여자: 19명] 이었다. 다음 집착의 잠재계층과 정신건강과의 관계를 알아보기 위한 참여자는 대학생 284명 [남자: 132명, 여자: 152명, 평균연령: 24세] 이었다.

### 도구

#### 집착척도

김은희(2006)가 기존의 집착척도(Clinging Scale, 김은희, 2002)를 수정·보완하여 개정한 척도이다. 본 척도는 과거중심성, 현재성결여, 미래중심성, 시각고정성, 상황경직성, 욕구집

착성의 총 6요인 각 6문항씩 모두 36문항으로 구성되어 있다. 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 심한 것을 의미한다. 집착척도의 신뢰도는 .94, 검사-재검사 신뢰도는 .79였다.

#### 펜실베이니아 걱정증상 질문지

범불안장애의 주증상인 만성적이며 통제 불가능한 걱정의 빈도 및 강도를 평가하는 펜실베이니아 걱정증상 질문(Penn State Worry Questionnaire)은 Meyer, Miller, Metzger 및 Borkovec(1990)에 의해 개발되었다. 이 검사는 16개 문항을 5점 척도 상에서 평정하도록 되어 있고, 총점이 높을수록 걱정이 많음을 의미한다. 검사의 Cronbach- $\alpha$ 는 .91, 검사-재검사 신뢰도는 .85로 보고되고 있다. 본 연구에서는 김정원과 민병배(1998)에 의해 번안된 검사를 사용하였다.

#### 인지적 정서조절전략 질문지

Garnefski(2001)가 개발한 인지적 정서조절 전략 질문지(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire)로 하위 요인 9개로 구성되어 있다. 본 연구에서는 9개 요인 중 집착척도와 관련이 있는 것으로 판단되는 3개 요인만을 선별하여 사용하였다. 3개 요인의 내용은 ‘긍정적 재평가’, ‘반추’, ‘파국화’였다. 본 척도는 김소희(2004)가 번안한 것으로, 긍정적 재평가란 자신이 겪은 부정적 상황에 대해서 긍정적인 측면을 찾아보거나 긍정적인 의미를 부여하는 인지 전략을, 반추는 부정적인 사건과 관계되는 느낌이나 생각을 계속 되짚으며 그

생각과 감정에 빠져있는 것을, 파국화란 자신의 경험이 다른 사람들보다 훨씬 최악의 것이라고 반복적으로 생각하는 것을 의미한다.

**심리적 안녕감 척도**

심리적 안녕감 척도(Psychological Well-Being Scale)는 정신건강 차원을 측정하는 것으로, Ryff(1989)가 개발한 심리적 안녕감 척도를 사용하였다. 이 척도는 개인의 삶의 질을 측정하는 것으로 총 6요인 54문항으로 구성되었으나, 국내에서는 김명소 등(2001)이 요인분석을 실시하여 46문항으로 선별하였다. 본 연구에서는 국내에서 타당화한 46문항을 사용하였다.

**신경증적 경향성 척도**

본 검사는 Eysenck와 Eysenck(1991)가 개발한 아이젠크 성격검사를 이현수(1997)가 한국적 상황에 맞게 표준화한 것이다. 이 검사는 총 6요인 81개 문항으로 구성되어 있으나, 본 연구에서는 하위척도인 신경증적 경향성 척도(Eysenck Personality Questionnaire)만을 선별하여 사용하였다. 이현수(1997)는 신경증적 경향성 척도의 검사-재검사 신뢰도를 .88, Cronbach- $\alpha$ 를 .84로 보고했다.

**절차**

집착의 잠재계층을 분류하기 위한 잠재계층 분석(Latent Class Analysis)을 위해 대학생집단, 일반집단, 정신과 환자집단, 군병사집단, 수행자집단, 내담자집단 각각에게 집착척도를 실시하였다. 정신과 환자집단의 경우 각 환자의 담당 전문의가 신경증과 정신증 여부를 진단하였고, 군병사집단의 경우 군 상담을 담당하고 있는 군법사가 각 병사의 적응과 부적응의

여부를 구분한 후 판단 이유를 기술하였다. 다음 집착의 잠재계층과 정신건강과의 관계를 알아보기 위해서는 대학생을 대상으로 집착척도와 몇 가지 정신건강 관련 척도들을 묶어 설문을 실시하였다.

**분석방법**

집착척도(Clinging Scale)는 기본적으로 집착이 ‘정도’의 속성을 가지는 연속적인 특성이라는 가정 하에 개발되었다. 그러나 집착은 범주적인 특성을 가질 가능성이 있을 수 있다. 따라서 집착이 범주적인 구성개념일 가능성을 전제했을 때, 어떤 범주들이 몇 개 존재하는지를 파악하기 위한 방법으로 잠재계층분석을 실시하였다. 연구자는 집착의 잠재계층이 5개라고 가정하였고, 잠재계층의 갯수 이외에는 잠재계층확률 및 조건확률 등에 대하여 아무런 제약이 주어지지 않는 5계층 모형을 위한 MLLSA(Maximum Likelihood Latent Structure Analysis) 프로그램을 실시하여 집착의 잠재계층을 분석하였다(Goodman, 1974). 집착의 잠재계층 분석을 위해 총 1090명의 집착척도 각 하위요인 점수를 평균을 기준으로 이분화하였다. 평균을 중심으로 이분화된 쌍점수들에서 나올 수 있는 2<sup>6</sup>개의 반응패턴을 도출한 후 각 패턴에 속하는 n수를 산출하였다. 이 후 MLLSA 프로그램을 실시하여 집착의 잠재계층을 분류하였고, 분류된 잠재계층의 타당성을 검토하기 위한 한 방법으로 각 잠재계층과 여러 집단들 간의 교차분석(Crosstab)을 실시하였다. 이와 같이 집착의 잠재계층을 최종 분류한 후 연구자는 대학생집단을 대상으로 실시한 설문을 이용하여 집착의 각 잠재계층 별로 다양한 정신건강 지표들에서 어떤 특성

이 나타나는지를 알아보기 위해 중다변량분석 (Multivariate Analysis of Variance)을 실시하였다.

## 결 과

### 집착의 잠재계층 분류

집착의 5계층 모형을 검증하기 위한 반응패턴은  $2^6 = 64$ 개가 존재한다. 여기에서 사용된

1090명의 자료에서 보인 참여자의 관찰빈도는 표 2와 같다. 이러한 관찰빈도를 가지고 MLLSA(Maximum Likelihood Latent Structure Analysis) 프로그램을 이용하여 잠재계층의 갯수 이외에는 잠재계층확률 및 조건확률 등에 대하여 아무런 제약이 주어지지 않은 5계층 모형을 검증하였다.

5계층 모형은 잠재계층이 5개이고, 첫 번째 잠재계층은 ‘모든 집착이 높은 계층’, 두 번째 잠재계층은 ‘과거중심성과 시각고정성이 높은

표 2. 집착의 5계층 모형을 검증하기 위한 반응패턴과 패턴빈도

반응패턴	패턴빈도	반응패턴	패턴빈도	반응패턴	패턴빈도	반응패턴	패턴빈도
000000	154	100000	28	010000	25	110000	15
001000	34	101000	9	011000	13	111000	4
000100	20	100100	4	010100	16	110100	17
001100	9	101100	8	011100	14	111100	11
000010	32	100010	9	010010	10	110010	4
001010	21	101010	12	011010	6	111010	17
000110	14	100110	5	010110	7	110110	5
001110	11	101110	8	011110	14	111110	25
000001	23	100001	12	010001	6	110001	11
001001	9	101001	8	011001	4	111001	4
000101	8	100101	8	010101	12	110101	17
001101	8	101101	9	011101	8	111101	33
000011	9	100011	8	010011	5	110011	3
001011	20	101011	18	011011	3	111011	34
000111	14	100111	12	010111	12	110111	15
001111	15	101111	44	011111	13	111111	104

주. 반응패턴의 첫 번째 숫자는 이분화된 과거중심성 점수, 두 번째 숫자는 이분화된 시각고정성 점수, 세 번째 숫자는 이분화된 상황경직성 점수, 네 번째 숫자는 이분화된 욕구집착성 점수, 다섯 번째 숫자는 이분화된 현재성결여 점수, 여섯 번째 숫자는 이분화된 미래중심성 점수이다. 이분화된 쌍점수가 6개 이므로 반응패턴은 6자리의 이진법 표기방식으로 표현되었다. 반응패턴 기호의 0은 평균이하를 의미하고, 1은 평균이상을 의미한다.



표 3. 무제약 5계층 모형의 모수추정치(조건확률)와 모형합치도

잠재계층	이분화된 쌍점수 문항											
	과거중심성		시각고정성		상황경직성		욕구집착성		현재성결여		미래중심성	
	평균 이하	평균 이상	평균 이하	평균 이상	평균 이하	평균 이상	평균 이하	평균 이상	평균 이하	평균 이상	평균 이하	평균 이상
고 집착 계층	0.00	1.00	0.26	0.74	0.10	0.90	0.22	0.78	0.18	0.82	0.17	0.83
과거 지향적 집착 계층	0.27	0.73	0.19	0.81	0.85	0.15	0.40	0.60	1.00	0.00	0.53	0.47
현재 회피적 집착 계층	0.62	0.38	0.72	0.28	0.39	0.61	1.00	0.00	0.33	0.67	0.55	0.55
미래 지향적 집착 계층	0.73	0.27	0.50	0.50	0.46	0.54	0.00	1.00	0.40	0.60	0.47	0.53
저 집착 계층	0.87	0.13	0.86	0.14	0.85	0.15	0.93	0.07	0.88	0.12	0.89	0.11

Likelihood Ratio  $X^2=36.12$ ,  $df=31$ ,  $p>.05$

주. 위의 숫자는 6요인 각각의 점수를 평균을 중심으로 구분했을 때, 각 잠재계층이 평균이하 혹은 평균 이상에 속할 확률을 의미함

계층’, 세 번째 잠재계층은 ‘현재성결여와 상황경직성이 높은 계층’, 네 번째 잠재계층은 ‘미래중심성과 욕구집착성이 높은 계층’, 마지막 다섯 번째 잠재계층은 ‘모든 집착이 낮은 계층’이라는 것을 가정하는 모형이다.

무제약 5계층 모형을 검증한 결과가 표 3에 제시되었다. 첫 번째 계층은 6요인 모두에서 평균 이상의 높은 점수를 보일 가능성이 높게 나타났고, 두 번째 계층은 과거중심성과 시각 고정성에서 평균 이상의 높은 점수를 보일 가능성이 높게 나타났다. 세 번째 계층은 상황 경직성과 현재성결여에서 평균 이상의 높은 점수를, 네 번째 계층은 욕구집착성과 미래중심성에서 평균 이상의 높은 점수를 보일 가능성이 높게 나타났다. 이 계층에서는 현재성결여 역시 평균 이상의 높은 점수를 보일 확률이 높게 나타났으나 현재성결여는 상황경직성과 함께 세 번째 잠재계층을 잘 설명하고 있고 네 번째 잠재계층에서 욕구집착성이 매우 높은 확률을 보이고 있으므로 욕구집착성과

이론적 관련성이 높은 미래중심성이 네 번째 잠재계층을 구성하고 있다고 설명할 수 있다. 마지막으로 다섯 번째 계층은 6요인 모두에서 평균 이하의 낮은 점수를 보일 가능성이 높게 나타났다.

모집단에서 ‘모든 집착이 높은 계층’은 27%, ‘과거중심성과 시각고정성이 높은 계층’은 8%, ‘현재성결여와 상황경직성이 높은 계층’은 16%, ‘미래중심성과 욕구집착성이 높은 계층’은 20%, 마지막으로 ‘모든 집착이 낮은 계층’은 29%로 추정되었다. 무제약 5계층 모형의 Likelihood Ratio  $X^2$ 의 값은 36.12로 산출되었는데, 이 카이자승값은  $\alpha=0.05$ 와 자유도  $df=31$ 에서 유의미하지 않은 수치이다. 따라서 이 모형은 자료를 잘 설명한다고 판단되고, 자료는 모형을 기각하지 않는다.

잠재계층분석(Latent Class Analysis) 결과 검증된 5계층 모형을 중심으로, 잠재계층과 각 집단 간의 관계를 파악하기 위해 실시한 교차분석 결과가 표 4에 제시되어 있다.

표 4. 집착의 잠재계층과 집단 간의 관계

		집단구분							잠재계층	
		대학생 n(%)	일반인 n(%)	신경증 환자n(%)	정신증 환자n(%)	적응 병사n(%)	부적응 병사n(%)	내담자 n(%)	수행자 n(%)	내 합계 N(%)
잠재 계층	1	203(27.7)	27(26.5)	48(46.2)	21(58.3)	0(0)	16(51.6)	7(29.2)	2(7.1)	324(29.7)
	2	53(7.2)	4(3.9)	7(6.7)	3(8.3)	0(0)	2(6.5)	1(4.2)	0(0)	70(6.4)
	3	94(12.8)	6(5.9)	18(17.3)	4(11.1)	3(9.7)	7(22.6)	5(20.8)	4(14.3)	141(12.9)
	4	164(22.3)	20(19.6)	11(10.6)	4(11.1)	1(3.2)	4(12.9)	8(33.3)	2(7.1)	214(19.6)
	5	220(30.0)	45(44.1)	20(19.2)	4(11.1)	27(87.1)	2(6.5)	3(12.5)	20(71.4)	341(31.3)
집단내 합계 N(%)		734(100)	102(100)	104(100)	36(100)	31(100)	31(100)	24(100)	28(100)	1090(100)

주. 각 계층에 대한 설명은 표 1을 참고할 것

각 참여자집단을 잠재계층 별로 살펴보면, 첫째 대학생집단의 경우 계층 1과 4, 그리고 계층 5에서 고른 분포를 보이고 있고, 일반인 집단의 경우 대체로 계층 5와 계층 1, 계층 4에 많은 사람들이 분포되어 있다. 정신과 환자집단 중 신경증집단의 46%, 정신증집단의 58%가 집착이 많은 계층에 속한 것으로 나타났다. 집착이 적은 계층에는 신경증집단의 19%, 정신증집단의 11%가 속한 것으로 나타났다. 군병사집단의 경우 적응병사의 87%가 집착이 적은 계층에, 부적응병사의 51%가 집착이 많은 계층에 속했고, 내담자집단의 경우 집착이 많은 계층에 29%, 집착이 적은 계층에 12%가 속한 것으로 나타났다. 마지막 수행자 집단의 경우 71%가 ‘집착이 적은 계층’에 속하는 것으로 나타났다.

#### 집착의 잠재계층과 정신건강

집착의 잠재계층과 정신건강 간의 관계를 알아보기 위해 대학생 참여자 284명을 대상으

로 설문을 실시한 후 잠재계층과 여러 정신건강 지표들 간의 관계를 검증하였다. 집착의 잠재계층과 정신건강 지표들에 대한 기술 통계량이 표 5에, 각 잠재계층에 따른 정신건강 지표들의 표준점수 평균을 중심으로 한 프로파일이 그림 1에, 그리고 집착의 잠재계층과 정신건강 지표들에 대한 다변량분석(MANOVA) 결과가 표 6에 제시되어 있다. 분석 결과, 다변량 통계치인 Wilks의 람다값이 .000 ( $p < .001$ )으로 나타나 잠재계층에 따라 정신건강 지표들에서 차이를 보이는 것으로 나타났다.

집착의 잠재계층과 정신건강 지표들 간의 관계를 나타내고 있는 그림 1을 살펴보면, 잠재계층 2(과거 지향적 집착)와 4(미래 지향적 집착)는 잠재계층 5(저 집착)와 여러 정신건강 지표들 상에서 큰 차이 없이 유사한 양상을 나타냈다. 그러나 이 세 잠재계층(계층 2, 4, 5)에 속한 사람들과 모든 집착이 높은 잠재계층 1(고 집착)에 속한 사람들 간에는 뚜렷한 반대 양상이 나타났다. 고 집착 계층인 잠재

표 5. 집착의 잠재계층과 정신건강 지표들에 대한 기술 통계량

잠재 계층	n	평균(표준편차)					
		걱정증상	긍정적재평가	반추	파국화	심리적안녕감	신경증적경향성
1	85	53.29(9.57)	14.05(2.78)	13.44(2.78)	10.89(3.37)	147.6(16.54)	12.54(7.17)
2	24	48.83(9.44)	14.50(3.25)	12.33(2.64)	8.88(2.72)	162.6(18.15)	7.92(6.13)
3	37	47.49(2.28)	14.46(2.73)	12.62(3.13)	9.05(3.74)	153.2(14.33)	8.97(6.27)
4	59	48.31(8.91)	14.76(2.93)	13.03(2.69)	8.47(2.96)	157.6(16.99)	9.42(6.10)
5	79	46.10(9.17)	14.72(2.68)	12.67(2.74)	9.10(3.11)	159.7(15.73)	7.62(7.76)
합계	284	49.12(9.53)	14.48(2.82)	12.94(2.80)	9.48(3.34)	155.0(17.05)	9.67(7.18)

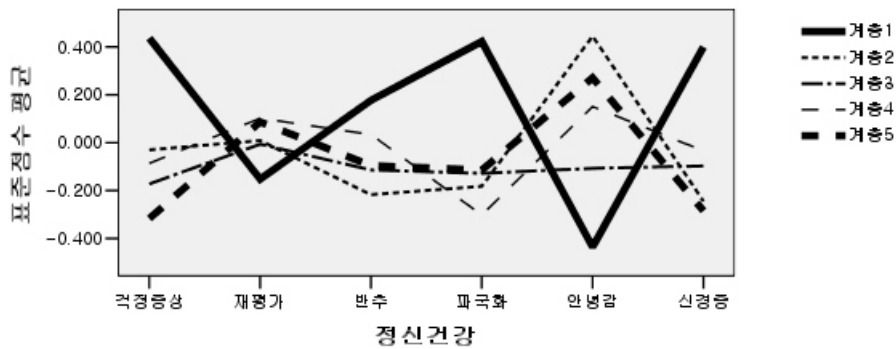


그림 1. 잠재계층에 따른 정신건강 지표들의 표준점수 평균

표 6. 집착의 잠재계층과 정신건강 지표들의 다변량 분석

변량원	종속변수	자승합	자유도	평균제곱	F
집착의 잠재계층	걱정증상	2340.77	4, 279	585.191	6.981***
	긍정적 재평가	25.28	4, 279	6.319	.793
	반추	39.68	4, 279	9.919	1.274
	파국화	256.45	4, 279	64.112	6.184***
	심리적 안녕감	8268.68	4, 279	2067.171	7.793***
	신경증적 경향성	1127.96	4, 279	281.990	5.847***

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

계층 1에 속한 사람들의 경우 부정적인 정신 건강 지표들에서는 일관되게 높은 점수를, 긍정적인 정신건강 지표들에서는 일관되게 낮은 점수를 보인 반면, 세 잠재계층(계층 2, 4, 5)

에 속한 사람들은 부정적인 정신건강 지표들에서는 비교적 낮은 점수를, 긍정적인 정신건강 지표들에서는 비교적 높은 점수를 일관되게 나타냈다. 특히 심리적 안녕감에서는 매우 뚜렷한 반대 양상을 보이고 있다. 잠재계층 3(현재 회피적 집착)은 긍정적·부정적 정신건강 지표 모두에서 일관되게 유사한 표준점수 평균을 보임으로써 임상적 변별력이 떨어지는 것으로 나타났고, 표준점수 평균은 대체로 고 집착 계층과 저 집착 계층 사이에 존재했다.

집착의 잠재계층에 따른 정신건강 지표들의 차이검증 결과인 표 6을 살펴보면, 걱정증상과 과국화, 심리적 안녕감과 신경증적 경향성은 잠재계층에 따라 유의미한 집단 간 차이가 있는 것으로 나타났다. 그러나 긍정적 재평가와 반추는 집단 간 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

## 논 의

본 연구는 집착의 잠재계층을 분류하고, 분류된 잠재계층과 정신건강과의 관계를 알아보기 위해 실시되었다. 연구자는 '시간' 개념을 중심으로 총 5개 집착의 잠재계층을 가정 한 후 집착척도를 이용하여 이 모형을 검증하였다. 연구 결과 연구자가 가정한 다섯 가지 집착의 잠재계층은 타당한 것으로 검증되었다. 집착의 다섯 가지 잠재계층은 다음과 같다. 첫째 집착척도 6요인 모두에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 '고 집착 계층', 둘째 과거중심성과 시각고정성 요인에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 '과거 지향적 집착 계층', 셋째 현재성결여와 상황경직성에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 '현재 회피적 집착 계

층', 넷째 미래중심성과 욕구집착성에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 '미래 지향적 집착 계층', 다섯째, 집착척도 6요인 모두에서 평균 이하의 낮은 점수를 보이는 '저 집착 계층' 이었다.

각 참여자 집단을 잠재계층 별로 살펴보면, 첫째 대학생집단의 경우 계층 1과 4, 그리고 계층 5에서 고르게 높은 집착을 보이고 있다. 즉 집착이 많은 계층과 집착이 적은 계층, 그리고 특히 미래 지향적인 집착 계층이라고 할 수 있는 '미래중심성과 욕구집착성'에서 대학생집단이 높은 점수를 보이는 것으로 나타났다. 대학생들의 경우 미래의 진로문제나 장래 문제가 주 고민거리일 가능성이 많으므로 특히 미래 지향적 집착 계층이 많은 것으로 판단된다.

일반인집단의 경우 대체로 계층 5와 계층 1, 계층 4에 많은 사람들이 분포되어 있다. 여기서 일반인이란, 비임상집단이므로 집착이 적은 집단에 절반가량의 사람들이 분포한 것은 타당한 것으로 보인다. 다른 계층에 비해 계층 4에 비교적 많은 사람들이 분포된 것을 보면 비임상집단의 경우 대학생집단과 마찬가지로 과거 지향적 집착보다는 미래 지향적 집착 경향을 가진 것으로 볼 수 있고, 지금 여기의 현재에는 대체로 적응적인 것으로 보인다.

정신과 환자집단 중 신경증집단의 46%, 정신증집단의 58%가 집착이 많은 계층에 속한 것으로 나타났고, 집착이 적은 계층에는 신경증집단의 19%, 정신증집단의 11%가 속한 것으로 나타나, 잠재계층 분석의 결과가 타당한 것으로 판단된다. 특히 잠재계층 3인 '현재 회피적 집착 계층'에서 신경증환자집단이 정신증환자집단보다 높은 비율을 나타내고 있는데, 이는 정신증의 경우 부적응의 정도가 매우 심

각한 경우임에 비해 신경증의 경우는 현실적 판단력에는 별 문제가 없지만 생활적응에 여러 가지 주관적 불편감을 나타내는 장애(권석만, 2003)라는 정의에 비추어 볼 때, 본 연구를 통해 분류된 집착의 잠재계층이 타당한 것으로 해석할 수 있다.

군병사집단의 경우 적응병사의 87%가 집착이 적은 계층에, 부적응병사의 51%가 집착이 많은 계층에 속했고, 특히 '현재 회피적 집착 계층'에서 부적응병사집단이 적응병사집단에 비해 높은 비율을 나타냈다. 이는 정신적으로 이상이 없는 군병사들 중 현재 군 상황에서의 적응에 어려움을 겪고 있는 병사들에게서 단지 그러한 현재 여기에서의 상황적 부적응을 반영하는 계층에서의 비율이 높게 나타난 것으로, 집착의 잠재계층 분류의 타당성을 의미 있게 반영해주는 결과라고 해석할 수 있다.

내담자집단의 경우 집착이 많은 계층에 29%, 집착이 적은 계층에 12%가 속한 것으로 나타나 상담의 필요성을 느껴 자발적으로 상담을 찾은 내담자들이 집착이 많은 계층에 속해있음을 볼 수 있다. 그러나 여기서 주목할 것은, 내담자집단의 경우 다른 어떤 잠재계층에서보다 '미래 지향적 집착 계층'에서 33%의 가장 높은 비율을 보이고 있다는 점이다. 이는 많은 내담자들의 경우 미래에 집착하는 것이 중요한 문제임을 보여줌과 동시에 자발적으로 문제를 인식하고 상담을 찾아 그 문제를 해결해보려는 동기와 의지가 있는 내담자들의 경우 문제의 뿌리가 비록 과거나 현재일지라도 미래에는 자신의 욕구를 충족시켜 성취하려는 목표와 바람을 가지고 있음을 역설적으로 반영하는 결과로도 해석할 수 있다.

심리적 고통을 경험하고 있다는 공통점에도 불구하고 정신과 환자집단의 경우 '고 집착

계층'에 가장 많은 환자들이 속하고, 그 중에서도 '현재 회피적 집착 계층'에서 신경증환자집단이 정신증환자집단보다 높은 비율을 보이는 것, 그리고 내담자집단의 경우 '미래 지향적 집착 계층'이 가장 높은 비율을 차지하고 있고 '고 집착 계층'에서는 정신과 환자집단보다는 낮은 비율을 보이는 점 등이 본 연구 결과 분류된 집착의 잠재계층에 대한 타당성을 반영하고 있는 것으로 보인다. 이에 더불어 수행자집단의 71%가 '저 집착 계층'에 속한다는 것 역시 집착의 잠재계층 분류에 대한 타당성을 보여주는 증거라고 할 수 있다.

1계층인 '고 집착 계층'과 2계층인 '과거 지향적 집착 계층'에는 정신증환자집단이 가장 높은 비율을 나타냈고, 3계층인 '현재 회피적 집착 계층'에는 부적응병사집단과 내담자집단 그리고 신경증 환자집단이 높은 비율을, 4계층인 '미래 지향적 집착 계층'에는 내담자집단과 대학생집단, 그리고 일반집단이 높은 비율을, 마지막으로 5계층인 '저 집착 계층'에는 적응병사집단과 수행자집단이 상대적으로 높은 비율을 나타냈다. 5계층에서 적응병사집단의 비율이 수행자집단의 비율보다 높았던 것은 적응병사의 경우 군상담을 담당하고 있는 군법사가 적응과 부적응에 따라 병사들을 사전에 분류했기 때문인 것으로 생각된다. 수행자집단의 경우도 수행지도자들로부터 어느 정도 수행이 진전된 사람들로 선별된 수행자들이었으나, 적응과 부적응이 기준이 아니라 불교 수행의 하나인 위빠사나라는 수행의 진전에 따른 분류였으므로 심리적 적응과 부적응의 정도를 분류하는 것에 초점을 둔 집착척도에서 적응병사집단보다 낮은 비율을 보일 가능성이 있을 수 있다.

위에 기술한 내용들을 요약해볼 때 잠재계

층 분석결과 집착이 모두 다섯 가지 계층으로 분류될 수 있음이 증명되었고, 그 분류된 잠재계층에 기초하여 집착의 계층과 각 집단들 간의 관계를 분석한 결과 본 연구에서 구분한 집착의 잠재계층이 비교적 타당한 것으로 판단할 수 있다.

이처럼 집착의 잠재계층을 분류한 후, 각 잠재계층과 정신건강과의 관계를 살펴보았다. 연구 결과 집착의 잠재계층에 따라 걱정증상과 파국화, 심리적 안녕감과 신경증적 경향성 간에 집단 간 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 잠재계층 별 각 정신건강 지표들의 표준점수 평균을 중심으로 살펴볼 때, 집착척도 6요인 모두에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 '고 집착 계층'의 경우 걱정증상과 반추, 파국화 그리고 신경증적 경향성에서 일관되게 가장 높은 점수를 보인 반면 긍정적 재평가와 심리적 안녕감에서는 가장 낮은 점수를 보였다. 그러나 '저 집착 계층'과 '과거 지향적 집착 계층' 그리고 '미래 지향적 집착 계층'의 경우 긍정적 재평가와 심리적 안녕감에서 일관되게 높은 점수를, 걱정증상과 반추, 파국화 그리고 신경증적 경향성에서 일관되게 낮은 점수를 보였고 이는 세 계층 모두가 매우 유사한 양상인 것으로 나타났다. 잠재계층 3의 경우 모든 정신건강 지표들에서 큰 변동 없이 유사한 표준점수 평균을 보임으로써 임상적 변별력이 떨어지는 것으로 나타났다.

요약하자면 6요인 모두에서 일관되게 평균 이상의 높은 점수를 보이는 고 집착 계층의 사람들은 정신건강 상의 어려움을 수반할 가능성이 매우 높은 반면, 집착척도의 6요인 중 특정 요인에서만 평균 이상의 높은 점수를 보이는 잠재계층 2(과거중심성과 시각고정성에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 과거 지

향적 집착 계층)와 3(현재성결여와 상황경직성에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 현재 회피적 집착 계층), 그리고 4(미래중심성과 욕구집착성에서 평균 이상의 높은 점수를 보이는 미래 지향적 집착 계층)의 경우 집착이 낮은 사람들과 마찬가지로 정신건강 상의 어려움을 수반할 가능성이 적은 것으로 나타났다. 특히 잠재계층 3의 경우, 모든 정신건강 지표들 상에서 비교적 유사한 표준점수 평균을 보임으로써 부정적 혹은 긍정적 정신건강 지표들 간에 차이가 없는 것으로 나타났다. 결론적으로 정신건강에 가장 부정적인 영향을 미치는 것은 집착척도 6요인 모두에서 일관되게 평균 이상의 높은 점수를 보이는 '고 집착' 경향인 것으로 볼 수 있고, 이는 다시 말해 심리적·정신적 문제 혹은 부적응과 유의미한 관련이 있는 경우는 집착척도 전체에서 높은 점수를 보일 때이지, 단지 한 유형의 집착점수가 높다고 해서 심리적·정신적 문제를 수반하는 것은 아닐 수 있음을 나타내는 결과로 해석할 수 있다.

이러한 결과는 집착이라는 것이 반드시 심리적·정신적 고통과 관련된다고보다는 넓은 범위의 전반적인 집착을 많이 가지고 있을 경우에만 적응의 어려움을 수반할 가능성이 높음을 의미하는 것으로, 이는 심리적 고통의 원인으로써의 집착 혹은 심리적 고통과 집착의 관계에 대한 하나의 시각을 제시한다고 볼 수 있다. 즉 어떤 경우에 집착이 심리적 고통의 중요한 원인으로 작용하여 부적응에 기여할 수 있는가를 설명할 수 있는 것으로 보인다. 또한 어떤 식으로 집착이라는 문제에 접근하는 것이 인간의 심리적 고통과 문제를 완화시키는데 기여할 수 있을지에 대한 하나의 견해를 형성하는데 도움이 될 것으로 생각한다.

불교에서는 모든 심리적 문제의 원인을 집착으로 보고 있고, 모든 사람이 집착을 가지고 있다고 가정한다. 그리고 집착(取)은 갈애(渴愛)를 조건으로 생겨나는데, 이 갈애는 반드시 부정적인 면만을 가지고 있다고 볼 수가 없다. 갈애에는 좋은 것과 좋지 않은 것 두 종류가 있다고 한다(김재성, 2006). 좋지 않은 것은 집착을 일으켜 윤회에 이르게 하고, 좋은 것은 윤회의 소멸에 이르게 하는 것으로 갈애를 끊어버리는 것이다. 즉 긍정적인 갈애는 갈애를 없애고자 하는 갈애인 것이다. 김재성(2006)은 집착의 긍정적인 측면을 의미한다고 볼 수 있는 불교 경전에서의 용어들로 좋은 의미의 욕구 즉 희구(chanda)와 보살의 10바라밀 가운데 하나인 좋은 일에 매달린다는 의미의 결의 또는 굳은 결심 등을 제시하였다. 보살을 의미하는 'bodhisatta'라는 용어가 '깨달음(bodhi)에 대해 집착하고 있는 존재, 깨달음에 달라붙어 있는 존재, 결의에 의해서 깨달음에 집착하고 매달려 있는 존재'를 의미한다는 것이다. 따라서 갈애나 집착 가운데에는 부정적인 갈애나 집착을 극복하는 긍정적인 갈애나 집착도 있음을 제안하였다. 요약하자면 자신의 부정적인 갈애와 부정적인 집착을 없애는 일에 몰두하는 것이 긍정적인 갈애와 긍정적인 집착이라는 것이다.

이러한 주장과 관련하여 본다면, 본 연구자가 개발한 집착척도는 부정적인 집착을 측정하는 척도라고 할 수 있으므로 집착 전체를 반영하지 못하고 있는 것으로 볼 수 있다. 따라서 무엇인가를 성취하기 위해 그것에 몰두하고 정진하는 것 혹은 한 가지 일에 큰 관심을 갖고 열심히 노력하는 것 등을 긍정적인 집착으로 본다면 그러한 집착은 오히려 긍정적 삶에 기여할 것으로 생각된다. 이러한 현

상을 '집착'이라는 용어로 표현할 수 있는가에 대해서는 논의의 여지가 있으나, 집착이라는 현상의 긍정적 측면에 대해서는 고려해볼 가치가 있다고 생각한다.

본 연구결과에 따르면 집착에는 여러 가지 잠재계층이 존재할 수 있다. 그러나 그러한 잠재계층 중 특정 계층에서 높은 집착을 보인다고 해서 반드시 심리적 적응에 어려움을 겪는 것은 아님을 볼 수 있다. 즉 우리가 어떤 특정한 것에 집착하는 그 자체보다는 그러한 높은 집착의 경향성이 개인의 전반적 영역에서 일관되게 나타날 때 심리적 문제와 밀접한 관련이 있는 것으로 해석할 수 있다. 이는 긍정적 집착과 부정적 집착은 물론, 부정적 집착 내에서의 여러 잠재계층의 존재와 그 계층과 심리적 고통과의 관계 등에 대해 많은 연구를 실시해야 할 필요성이 있음을 보여준다.

심리적 문제의 주요 변수로 부각된 집착이라는 광의의 개념을 구체화하기 위해, 집착과 인간의 심리적 고통과의 관련성을 좀 더 다각적인 측면에서 연구하여 효과적으로 상담 장면에서 적용하기 위해, 그리고 현재 인지행동치료에서 활발하게 적용하고 있는 마음챙김의 유용한 적용 가능성 탐구를 위해 집착 관련 연구들이 보다 활발히 이루어질 필요가 있을 것으로 생각한다. 그런 의미에서 집착의 잠재계층을 분류하고 그러한 잠재계층과 정신건강과의 관계를 살펴본 본 연구는 앞으로 실시되어야 할 연구 분야에 대한 여러 시사점을 보여주는 탐색 연구의 성격을 띠는 것으로 판단되고 이것이 본 연구의 의의 중 하나라고 생각한다.

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제안은 다음과 같다. 첫째, 집착의 잠재계층을 분류하기 위해서 연구자가 개발한 집착척도

(Clinging Scale) 한 가지에만 의존했다는 점이 다. 이는 집착의 잠재계층을 분류함에 있어 매우 제한적일 수밖에 없음을 의미한다. 집착을 측정할 수 있는 다양한 척도가 있었다라면 광의의 집착을 좀 더 효과적으로 분류할 수 있었을 것이고, 집착과 정신건강과의 관련성에 대한 보다 풍부한 결과를 얻을 수 있었을 것으로 생각한다. 이에 더불어 집착의 긍정적 측면에 대한 좀 더 깊이 있는 문헌적 탐구를 통해 후속 연구에서는 집착 개념에 대한 통합적이고 전체적인 의미를 구현해갈 수 있는 실증적 연구를 실시해야 할 것으로 생각한다. 둘째, 집착의 잠재계층 분류를 위한 참여자 표집이 무선적으로 이루어지지 못했다는 제한점이 있다. 그러므로 후속 연구에서는 대규모 일반집단의 무선표집을 통해 집착의 잠재계층을 분류해볼 필요가 있고, 특히 집착의 잠재계층과 정신건강과의 관련성에 대해서는 보다 다양한 대규모의 참여자들을 대상으로 조사해볼 필요성이 있을 것으로 생각한다. 셋째, 집착의 잠재계층 분류에 있어 ‘시간’ 개념만을 기준으로 했다는 제한점이 있다. 시간개념은 심리학 내에서 심리적 문제와 관련한 중요한 개념이고, 불교적 관점에서는 물론 본 연구자가 개발한 척도에서도 집착의 잠재계층 분류에 있어 적절한 기준으로 판단되어 선정되었다. 그러나 후속 연구에서는 잠재계층 분류를 위한 좀 더 다양한 기준이 적용될 필요성이 있다. 이를 위해서는 집착에 대한 좀 더 활발한 연구들이 선행되어야 할 것으로 생각한다. 마지막으로, 지금까지의 연구가 주로 진단적 의미의 집착과 부정적 측면의 집착에 치중했던 제한점이 있으므로, 앞으로의 연구에서는 집착에 대한 개념은 물론 연구 적용 대상이나 방향 등에 있어 좀 더 개방적이고 포괄적인

접근을 해야 할 필요성이 있는 것으로 생각한다.

## 참고문헌

- 각목 (2003). 금강경 역해-금강경 산스크리트 원전 분석 및 주해. 서울: 불광출판부.
- 권석만 (2003). 현대 이상심리학. 서울: 학지사.
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념 분석: 한국 성인 남녀를 대상으로. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 15, 19-39.
- 김소희 (2004). 스트레스 사건, 인지적 정서조절 전략과 심리적 안녕감 간의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김은희, 윤호균 (2002). 집착척도의 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(2), 359-373.
- 김은희 (2006). 개정판 집착척도 개발 및 타당화. 가톨릭대학교 박사학위논문.
- 김재성 (2006). 불교에서 집착의 의미와 긍정적 집착의 가치. 불교와 상담 제 2회 학술연찬회. pp.323-334. 11월 18일. 서울: 한국 불교역사문화기념관.
- 김정원, 민병배 (1998). 걱정과 불확실성에 대한 인내력 부족 및 문제해결방식과의 관계. 한국 심리학회 연차학술발표대회 논문집. 한국 심리학회.
- 대림, 각목 (2004). 아미담마 길라잡이 상·하. 서울: 초기불전연구회.
- 박성현 (2006). 마음챙김 척도 개발. 가톨릭대학교 박사학위논문.
- 윤호균 (2001). 공상, 집착 그리고 상담. 한국심리학회 연차학술발표대회 논문집. 한국심



- 리학회.
- 윤호균 (2005). 심리 상담의 치료적 기제. 한국 심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(1), 1-13.
- 이현수 (1997). 한국판 아이젠크 성격검사 실시 요강. 서울: 학지사.
- 전재성 (1999). 쌓웃따 니까야. 서울: 한국빠알리성전협회.
- 주기원 (2008). 마음챙김 집단프로그램 개발. 서울대학교 석사학위논문.
- 지산 (2005). 붓다의 길 위빠사나의 길. 서울: 한길.
- Astin, J. (1997). Stress reduction through mindfulness meditation: Effects on psychological symptomatology, sense of control, and spiritual experiences. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 66, 97-106.
- Davidson, R., & Kabat-Zinn, J. (2004). Response to letter by J. Smith. *Psychosomatic Medicine*, 66, 149-152.
- Deikman, M. D. (1984). *The observing self*. Boston: Beacon Press.
- 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.
- Goleman, D. (1980). A map for inner space. In R. N. Walsh & F. Vaughan (Eds), *Beyond ego*. Los Angeles: J.P. Tarcher.
- Goodman, L. A. (1974). Exploratory latent structure analysis using both identifiable and unidentifiable models. *Biometrika*, 61, 215-231.
- Kabat zinn, J. (1990). *Full catastrophe living: The program of the stress reduction clinic ant the University of Massachusetts Medical Center*. New York: Doll Publishing.
- Lewin, K. (1951). *Field theory in the social sciences: Selected theoretical papers*. New York: Harper.
- Marlatt, G. A. (2002). Buddhist philosophy and the treatment of addictive behavior. *Cognitive and Behavioral Practice*, 9, 44-49.
- Martin, R. J. (1997). Mindfulness: A Proposed Common Factor. *Journal of Psychotherapy Integration*, 7(4), 291-312.
- 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.
- Olendzki, A. (2005). The roots of Mindfulness. In D. D. Germer, R. D. Siegel & P. P. Fulton(Eds.), *Mindfulness and psychotherapy*. London: The Guilford Press.
- Ornstein, R. (1975). *On the experience of time*. Baltimore: Penguin.
- Roemer, L., & Orsillo, S. M. (2002). Expanding our conceptualization of and treatment for general anxiety disorder: Integrating mindfulness/acceptance-based approaches with existing cognitive-behavioral models. *Clinical Psychology: Science& Practice*, 9, 54-68.
- 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.
- Shapiro, L. S., Schwartz, E. G., & Bonner, G.

- (1998). Effects of Mindfulness-Based Stress Reduction on Medical and Premedical Students. *Journal of Behavioral Medicine*, 21(6), 581-599.
- Suddendorf, T., & Corballis, M. C. (1997). *Mental time travel and the evolution of the human mind*. New York: Basic Books.
- 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.
- Telch, C., Agras, W., & Linehan, M. (2001). Dialectical behavior therapy for binge eating disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69(6), 1061-1065.
- Walsh, R. (2000). Asian psychotherapies. In R. J. Corsini & D. Wedding(Eds.), *Current psychotherapies*. Itasca, IL: F. E. Peacock.
- Wolfsdorf, B. A., & Zlotnick, C. (2001). Affect management in group therapy for women with posttraumatic stress disorder and histories of childhood sexual abuse. *Journal of Clinical Psychology*, 57(2), 169-181.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual-Differences Metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288.
- 원고접수일 : 2008. 5. 28  
수정원고접수일 : 2008. 7. 1  
게재결정일 : 2008. 8. 8

## The Latent Class of Clinging and Mental Health

**Eun-Hee Kim**

The Catholic University of Korea

The present study was conducted to identify different types of clinging and to examine the relationship between the various types of clinging and mental health. Based on a Latent Class Analysis on the Clinging Scale, subjects were classified into five different classes; 'high clinging class', 'past-oriented clinging class', 'present-avoidance clinging class', 'future-oriented clinging class' and 'low clinging class'. The 'high clinging class' scored highly in each of the six factors of the Clinging Scale and the 'low clinging class' attained low scores in each of the six factors of the Clinging Scale, while other clinging classes showed high scores only in specific factors of the Clinging Scale. Significant differences in mental health indices were found among the different clinging classes. In particular, people classified into the 'high clinging class' showed consistently high scores on negative mental health indices and consistently low scores on positive mental health indices. This implies that the 'high clinging class' is more prone to deterioration of mental health compared to people in other clinging classifications.

*Key words* : *clinging Scale, class of clinging, high clinging class, past-oriented clinging class, present-avoidance clinging class, future-oriented clinging class, low clinging class*