한국심리학회지 : 임상
The Korean Journal of Clinical Psychology
2008, Vol. 27, No. 4, 789-804.

과도한 사고통제욕구, 인지적 자의식과 강박사고: 침투사고중심 대처방략의 매개효과*

이 서 정 오 경 자†

연세대학교 심리학과

본 연구는 침투 사고에 대한 위협 평가와 부적응적 대처방략이 강박사고의 발달에 미치는 영향을 알아보고자 대학생 317명을 대상으로 실시되었다. 과도한 사고통제욕구와 인지적 자의식을 위협 평가에의 핵심 요인으로 상정하고, 이 두 요인이 강박사고의 수준에 미치는 영향을 침투사고중심 대처방략이 매개하는지 구조방정식 모형을 통해 검증하였다. 사고통제욕구와 인지적 자의식, 강박사고의 수준과 침투사고중심 대처방략의 사용 정도를 측정하는 설문지가 연구에 사용되었으며 결과는 다음과 같다. 먼저 사고 통제 욕구와 인지적 자의식, 강박사고의 수준은 유의미한 정적 상관을 보였으며, 본 연구에서 가정한대로 위협 평가와 관련된 두 요인이 침투사고중심 대처방략을 거쳐 강박사고로 가는 경로는 유의미하였다. 그러나 인지적 자의식에서 강박사고로의 직접경로는 유의미하지 않았으며, 사고 통제 욕구에서 강박사고로의 직접경로를 설정한 부분매개모형이 침투사고중심 대처방략의 완전매개모형보다 유의미하게 높은 적합도를 보였다. 이러한 결과를 근거로 이 연구의 의의와 제한점을 논의하였다.

주요어 : 사고통제욕구, 인지적 자의식, 침투사고중심 대처방략, 강박사고

---

* 이 논문은 제 1저자의 2008년 연세대학교 석사학위 논문을 정리한 것임.

† 교신저자(Corresponding Author) : 오경자 / 연세대학교 심리학과 / 서울시 서대문구 신촌동 134
Fax : 02-2123-4063 / E-mail : kjoh@yonsei.ac.kr

www.kci.go.kr

강박장애는 지속적으로 의식 속에 침입하는 관념, 사고, 심상, 충동 등의 강박사고나 이를 중화하기 위해 수행하는 반복적 강박행동을 필수 증상으로 하는 심각한 불안장애이다(APA, 1994). 적절한 개입이 이루어지지 않을 경우 대부분의 증상이 만성화, 심화되는 경향이 있고 증상이 심한 집단의 과반수가 학업 및 직업 기능 등에 손상을 입게 되며 장기적으로 직업 활동을 하지 못하는 경우도 40%에 달한다(Hollander, Kwon, Stein, Broatch, Rowland, & Himelein, 1996).

강박장애의 이해를 위해서는 먼저 강박사고의 형성 및 유지 기제를 이해하는 것이 중요하다. 강박행동은 흔히 강박사고에 대처하기 위해 일어나는 이차적 증상인 경우가 많고, 강박사고를 경험하지 않는 순수 강박행동 집단은 전체 환자 집단의 0.5%에 불과한 반면 강박사고만을 보이는 사람은 전체 증상 집단의 50-60%에 달하기 때문이다(Foa & Kozak, 1995; Weissman, Bland, Canino, Greenwald, Hwu, & Lee, 1994).

1970년대 이전까지 자아이질적인 내용의 강박사고는 강박장애 환자 집단만이 경험하는 독특한 현상이라 생각되어왔다. 그러나 Rachman과 de Silva(1978)가 90% 이상의 비임상집단이 강박사고와 흡사한 내용의 침투사고를 경험한다고 보고한 이래 수많은 연구들에서 평균 93%의 사람들이 원치 않는 침투 사고를 경험한다고 발표되고 있다(Julien, O'Connor, & Aardema, 2007). 이 연구들에 의하면 비임상집단이 경험하는 침투사고의 내용은 임상집단이 보고하는 강박사고와 대부분 흡사하며, 사고의 빈도에서만 유의미한 차이를 보인다고 한다. 그러나 이처럼 유사한 내용의 침투 사고에도 강박장애 집단은 보다 부정적인 평가를 내리며 사고가 현실화될 가능성이나 그 중요성을 과대 지각하는 경향이 있다(Salkovskis, 1985). 이는 대부분의 사람들이 침투사고를 경험하지만 일부의 사람들만이 사고가 지닌 위협성을 과대평가하는 인지적 과정을 거치면서 이를 강박사고의 수준으로 발달시킨다는 것을 의미한다(Julien et al., 2007).

침투사고의 위협 평가와 관련된 강박장애 집단의 역기능적 신념은 흔히 '고양된 개인적 책임감', '완벽주의 및 불확실성에 대한 감내력 부족', 그리고 '사고 통제 중요성 과대평가'의 세 가지로 요약된다(OCCWG, 2005). 과도한 개인적 책임감은 강박장애 집단의 핵심 인지 요인으로 주목받으며 강박증상과의 관련성이 반복적으로 입증되어왔고(Salkovskis, 1999), 완벽주의(Frost & Steketee, 1997; Libby, Reynolds, Derisley, & Clark, 2004; Rheaume, Freeston, Dugas, Letarte, & Ladouceur, 1995)나 불확실한 상황에 대한 감내력 부족(Holaway, Heimberg, & Coles, 2006; Rachman, 1997; Tolin, Abramowitz, Brigidi, & Foa, 2003) 역시 강박장애 집단의 두드러진 특성임이 많은 연구들에서 일관되게 지지되고 있다.

그러나 최근 들어 이러한 역기능적 신념들이 강박장애 집단만의 고유한 특성이 아니라는 주장이 제기되기 시작하였다. Tolin, Worhunsky와 Maltby(2006)의 연구에서는 강박장애 집단과 정신과적 병력이 없는 통제 집단, 그리고 범불안장애, 공황장애, 사회공포증, 외상 후 스트레스장애 등의 환자군으로 이루어진 불안장애 통제 집단의 역기능적 신념 수준을 비교하였다. 앞서 나열한 세 가지 특성을 측정하는 질문지인 Obsessive Belief Questionnaire (OCCWG, 2001)를 세 집단에게 실시한 결과, 예상대로 강박장애 집단은 모든 신념에서 유

www.kci.go.kr

의미하게 높은 수치를 나타내었다. 그러나 특성 불안과 우울 수준을 통제하자 '사고 통제의 중요성 과대평가' 영역을 제외하고는 세 집단에서 유의미한 차이가 발견되지 않았다. 연구자들은 이 뜻밖의 결과에 대해 과도한 사고 통제 욕구야말로 강박장애 집단의 핵심 특성이라고 설명하고 있다.

이러한 관점에서 볼 때 OCCWG가 제시한 역기능적 신념들은 결국 사고 통제와 관련된 개념으로 수렴한다고 볼 수 있다. 개인적 책임감은 자신이 침투 사고로 인해 일어날 수 있는 상황을 통제해야 한다는 신념이며 불확실성에 대한 감내력 부족은 통제할 수 없다는 것에 대한 두려움에 기인한다. 실제로 최근의 많은 연구들이 임상집단과 비임상집단에서 과도한 사고 통제 욕구가 강박증상의 수준과 밀접하게 관련되어 있는 것을 밝히고 있다. 강박장애 집단은 그들의 삶, 특히 그들의 사고와 관련해 과도한 통제 욕구를 보이며(Clark, Purdon, & Wang, 2003), 정신과적 병력이 없는 지역사회 표본에서도 사고 통제 욕구는 강박증상의 수준을 예측하는 것으로 나타났다(Taylor, Kyrios, Thourdarson, Steketee, & Frost, 2002).

침투사고의 위협 평가와 관련된 또 하나의 중요한 요인은 높은 인지적 자의식이다. 이는 스스로의 사고 과정에 주의를 집중하는 일종의 자기 초점적 주의로(Janeck, Calamari, Riemann, & Heffelfinger, 2003), 사고 통제 욕구가 개인이 달성하고자 하는 통제감의 기준을 제시한다면 인지적 자의식은 이러한 기준이 잘 충족되고 있는지 모니터하는 역할을 한다고 볼 수 있다. 사고 통제 욕구가 높은 사람들은 높은 인지적 자의식을 통해 자신의 사고가 잘 통제되고 있는지 관찰하는 경향이 있으리라 기대할 수 있는데, 실제로 강박장애 집단(Cartwright-Hatton & Wells, 1997)이나 높은 강박증상을 보이는 비임상집단(Cohen & Calamari, 2004)의 인지적 자의식이 통제집단에 비해 높다고 보고된 바 있다. 역기능적 자기 신념과 자기 초점적 주의와의 관계는 사회공포증이나 범불안장애 등 많은 정서 장애에서 연구된 바 있지만 강박장애에서는 아직 이 같은 연구가 드문 편이다. 그러나 인지적 평가라는 것은 자신이 달성하고자 하는 기준과 실제의 상태를 비교하여 이루어진다는 점을 고려할 때 인지적 자의식은 과도한 사고 통제 욕구와 더불어 침투 사고의 위협 평가에의 핵심 요인으로 고려되어야 할 것이다.

정상적인 침투 사고를 위협적인 것으로 평가하는 사람들은 이 사고의 중요성이나 생각이 현실로 일어날 가능성을 과대평가하게 되고(Shafran, Thordarson, & Rachman, 1996), 침투 사고가 가져올 파국적 결과를 예방하기 위해 다양한 대처방략을 사용하게 된다. 이 때 사용된 대처방략이 효과적인 것이라면 침투 사고로 인한 부적 정서나 사고 그 자체의 빈도는 경감되겠지만, 부적응적 대처방략을 사용한다면 그 빈도 및 정서적 불편감은 줄지 않거나 오히려 늘어나게 될 것이다. 따라서 부적응적 대처방략의 사용은 사고에 대한 위협 평가와 침투 사고의 빈도 사이에서 매개 역할을 할 것으로 예상할 수 있다.

침투 사고에 대한 대처방략의 종류를 측정하는 질문지 중 가장 흔히 쓰이는 것은 1994년 Wells와 Davies가 개발한 사고 통제 질문지(Thought Control Questionnaire; TCQ)이다. 총 30문항으로 이루어진 이 척도는 걱정, 자기처벌, 사회적 통제, 주의전환, 재평가의 다섯 가지 방략 사용을 측정한다. '걱정'은 침투 사고 대

www.kci.go.kr

신 좀 더 사소한 부정적 생각을 떠올리는 것을, '자기처벌'은 그런 침투 사고를 떠올린 자신에게 화를 내거나 자책하는 것을 의미한다. '사회적 통제'란 그러한 경험에 대해 주변 사람들에게 이야기하고 다른 이들도 원치 않는 생각을 경험하는지, 그럴 때 남들은 어떻게 하는지 의견을 구한다는 문항들로 구성되어 있다. '주의 전환'은 침투 사고로부터 주의를 돌려 다른 일을 하는 것을 의미하는 반면 '재평가'는 계속 그 사고에 초점을 맞추고 이의 합리성이나 의미를 분석하는 방략을 뜻한다.

TCQ를 이용한 연구들에서 주의전환의 효능(Ladouceur et al., 2000; Moore & Abramowitz, 2007)이나 걱정, 자기처벌의 역기능성(Abramowitz et al., 2003; Moore & Abramowitz, 2007)은 일관되게 지지되는 반면, 사회적 통제나 재평가의 효능은 연구에 따라 비일관적으로 나타난다. Wells와 Matthews(1994)가 사회적 통제를 적응적인 방략이라 보고한 반면 Ladouceur의 연구(1997)에서는 가장 심한 불안을 유발하는 침투 사고가 사회적 통제 방략과 연합되어 있었다. 또 Amir 등의 연구(1997)에서는 강박장애 집단이 주의전환을 제외한 모든 방략을 통제집단보다 많이 사용하고 있는 것으로 나타났다.

TCQ를 사용하지 않은 연구들에서도 흥미로운 결과들이 보고되었다. 강박행동이 없는 순수 강박사고 집단을 인터뷰한 Freeston과 Ladouceur(1997)의 연구에서는 많은 강박장애 환자들이 재평가 방략과 유사한 '생각을 분석하는 방략(48.3%)'과 '이 생각은 중요하지 않다고 확신하는 방략(72.4%)'을 사용하지만 효과가 없다고 보고하였다. Ladouceur의 또 다른 연구(2000)에서도 강박장애 집단이 분석적인 재평가 방략을 다른 집단에 비해 더 많이 사용한다고 발표된 바 있다. 재평가 방략은 스트레스에 대처하거나 부적 정서를 조절하는 데에 가장 적응적이고 효과적인 것으로 알려지고 있지만(Amstadter, in press; Gross & John, 2003; Gross, 2007), 이는 강박장애 집단이 통제집단보다 많이 사용하는 방략으로 보고되기도 하였으며(Abramowitz et al., 2003) 강박 신념의 수준과도 정적인 상관을 보이기도 하였다(Moore & Abramowitz, 2007).

이처럼 효능이 없다고 밝혀지거나 그 효과가 연구에 따라 비일관되게 나타나는 방략에서는 일종의 공통점을 발견할 수 있다. 효과적으로 알려진 주의 전환이 스트레스 상황인 침투 사고에서 거리를 두는 방략인 반면 걱정, 자기처벌, 사고 분석 등의 방략은 자아 이질적이고 불안을 유발하는 침투 사고에 지속적으로 주의를 기울인다는 점이다. 따라서 침투 사고 그 자체에 계속 초점을 맞추는지의 여부가 방략의 효능성을 결정하는 중요한 요인이라는 가정을 해볼 수 있다.

침투 사고의 경험에서는 생각 그 자체가 스트레스 상황이라는 점에서 침투 사고에 초점을 맞추는 대처는 일종의 문제초점적 대처라 할 수 있다. 문제초점적 대처란 스트레스의 원천에 영향을 미치려는 노력으로, 스트레스 사건으로 인한 정서를 완화하는 것을 목적으로 하는 정서초점적 대처와 대비되는 개념이다(김창윤 등, 2001). 많은 연구들에서 정서초점적 대처가 전반적인 심리적 디스트레스(Gilbar & Zusman, 2007)나 우울(김정희와 이장호, 1985) 및 불안(김교헌과 전겸구, 1994) 수준과 정적 상관을 보이는 반면 문제초점적 대처는 이러한 변인들과 부적 상관을 나타내기 때문에 일반적으로 건강하고 적응적인 대처방략으로 받아들여지고 있다(Li, DiGiuseppe, & Froh, 2006). 그러나 앞서 살펴보았듯이 강박장

www.kci.go.kr

애의 경우에는 스트레스 사건인 침투 사고에 계속 머물러 있는 것이 부적응적 지표인 강박 증상과 연합되어 있는 경우가 많기 때문에, 일종의 문제초점적 대처인 침투사고중심 대처 방략이 강박사고의 발달에 위험 요인으로 작용하는지 탐색해볼 필요가 있다.

많은 연구자들이 침투 사고에 대한 위협 평가와 부적응적 대처방략이 강박사고의 발달에 핵심적으로 기여하는 심리적 요인임에 동의하고 있지만(Amir, Cashman, & Foa, 1997; Freeston, Ladouceur, Provencher, & Blais, 1995; Purdon & Clark, 1994; Wells & Davies, 1994), 이 두 요인을 함께 고려한 연구는 아직 많지 않다. 게다가 어떤 대처방략이 부적응적인 것인지도 연구에 따라 비일관적인 결과를 내놓고 있다(Abramowitz et al., 2003; Ladouceur et al., 2000). 따라서 침투 사고 대처 방략의 효용성을 결정하는 요인이 무엇인지 밝히고 그 요인에 따라 구분된 방략이 실제 강박사고의 발달에 기여하는지를 알아볼 필요가 있다. 본 연구에서는 침투 사고에 초점을 맞추고 이를 직접 통제해 보려는 시도가 오히려 역기능적일 것이라는 가정 하에, 과도한 사고 통제 욕구와 인지적 자의식이 강박사고에 미치는 영향을 침투사고중심 대처방략이 매개할 것이라 예상하였다. 이를 검증하기 위해 먼저 사고 통제 욕구, 인지적 자의식에서 강박사고로의 직접경로와 이들 요인에서 침투사고중심 대처방략을 거치는 간접경로를 설정한 모형에서 모든 직 · 간접경로가 유의하게 나타나는지 검증해볼 것이다. 이어서 침투사고중심 대처방략의 완전매개모형과 부분매개모형들 중 강박사고의 발달 과정을 가장 잘 설명하는 모형을 탐색해보기로 한다.

방 법

연구대상

본 연구는 서울 소재 대학교에서 심리학 전공 및 교양 수업을 수강하는 학생들 중 심리학 실험 참가 신청 사이트에서 본 연구를 신청한 317명을 대상으로 실시되었다. 먼저 연구 전반에 대한 개략적인 설명이 이루어졌으며, 학과 내에 설치된 연구심의 위원회에서 인준한 연구 참가 동의서를 작성한 참가자에 한해 설문이 실시되었다. 설문에는 15~20분 정도의 시간이 소요되었으며, 설문지를 제출한 참가자들은 심리학 과목에서 요구되는 실험 참가 크레딧을 받았다. 연구에 관한 보다 자세한 설명문이 설문 후 모든 참가자에게 제공되었고, 자신의 응답 결과에 대한 정보를 요청한 학생들에게는 개별적으로 연구 결과를 전달하였다.

연구 참가자들의 평균 연령은 21.77(*SD*=2.46)세였으며, 총 128명의 남학생(40.4%)과 189명의 여학생(59.6%)들로 구성되어 있다. 극단치를 제외한 후 총 312명(남 126, 여 186)의 자료가 분석에 사용되었으며, 평균 연령은 21.75(*SD*=2.45)세였다.

도구

강박신념 질문지 (Obsessional Belief Questionnaire; OBQ-87)

이 척도는 2001년 Obsessive-Compulsive Cognitive Working Group(OCCWG)이 강박장애의 발생 및 유지에 기여하는 역기능적 신념을 측정하기 위해 개발한 도구이다. 불확실성 감내력 부족, 위협 추정, 사고 통제, 사고의 중요성, 책임감,

www.kci.go.kr

완벽주의의 다섯 가지 하위 척도를 포함하고 있으며 총 87문항으로 이루어져있다. 이 연구에서는 사고 통제 욕구의 수준을 측정하기 위해 '사고 통제' 하위 척도 14문항만을 사용하였다. 예비연구(이서정과 오경자, 2007)에서 이 하위 척도의 내적 일치도는 0.84, 본 연구에서는 0.86이었다.

임상심리학을 전공하는 대학원생 네 명이 척도의 번역에 참여하였다. 두 명의 대학원생이 먼저 척도를 번역하였고 영어권 국가에 8년 이상 거주한 두 명의 대학원생이 번역을 수정 및 보완하였으며, 연구자가 이를 바탕으로 최종 문항을 작성하였다. 마지막으로 영어권 국가 거주 경험이 있는 한 명의 대학원생이 최종 문항이 원문과 차이가 없음을 확인하였다.

인지적 자의식 척도 확장판(The Expanded Cognitive Self-Consciousness Scale; CSC-E)

총 14문항으로 이루어진 이 척도는 Janeck 등(2003)이 Meta-Cognition Questionnaire(Cartwright-Hatton & Wells, 1997)에서 인지적 자의식을 측정하는 하위척도 7문항에 Pain Vigilance and Awareness Questionnaire (McCracken, 1997)의 인지적 자의식 7문항을 더해 만든 척도이다. 척도의 내적 일치도는 0.94로, 내용은 '나는 끊임없이 내가 생각하는 것을 의식하고 있다' 등 자신의 사고 과정을 모니터하는 경향을 측정하는 문항들로 이루어져있다. 이 척도의 번역 과정은 OBQ와 같으며 본 연구에서의 내적 일치도는 0.87로 나타났다.

침투사고중심 대처방략 척도

이 척도는 대처방식척도(The Ways of Coping Checklist; WCCL; Lazarus & Folkman, 1984)의 문항을 연구자가 수정한 것으로, 본래 척도의 문제중심대처(problem-focused coping) 하위 척도에 해당하는 문항으로 이루어져있다. 본 연구에서 측정하고자 하는 것은 침투 사고라는 문제를 경험하는 특수한 스트레스 상황에서의 대처 방식이므로 본래 문항에서 묘사한 스트레스 상황을 '원치 않는 생각'으로 대체하였다. 예를 들어, '전에도 비슷한 일이 있었으면 과거의 경험에 의지 한다'라는 본래 문항은 '전에도 비슷한 원치 않는 생각이 들었으면 과거의 경험에 의지 한다'로, '문제 상황에 대해 몇 가지 다른 해결책을 구상해본다'라는 문항은 '원치 않는 생각이 떠오를 때에 대해 몇 가지 다른 해결책을 구상해본다'로 수정하였다. 본 연구에서 침투사고중심 대처방략의 내적 일치도는 0.84였다.

PADUA 질문지(The PADUA Inventory; PI)

1988년 Sanavio가 개발한 이 척도는 총 60문항으로 다양한 강박사고와 강박행동을 측정하고 있다. 본 연구에서는 민병배와 원호택(1999)이 번안한 도구를 사용하였으며, 강박사고의 성향만을 측정하기 위해 '오염'과 '확인' 등 강박행동과 주로 관련된 문항들을 제외한 '심성통제실패'와 '충동성' 하위 척도만을 사용하였다. 19문항으로 이루어진 심성통제실패 하위 척도는 '방심이나 사소한 실수로 끔찍한 결과가 발생하는 것을 상상하곤 한다' 등 정신활동을 통제하지 못하거나 의심하는 성향을 측정하며, 충동성 하위 척도는 '때로 자신을 방어할 힘이 없는 어린이나 동물을 해치고픈 충동을 느낀다' 등의 공격적, 성적, 신성모독적 충동을 묘사한 9문항으로 이루어져있다. 연구에서 사용된 26문항의 내적 일치도는 0.95였다.

www.kci.go.kr

침투사고 질문지(The Intrusive Obsession and Worry Questionnaire; IOWQ)

침투사고 질문지는 걱정과 강박사고의 수준을 측정하기 위해 민병배(2000)가 개발한 도구로, 총 6개의 하위 요인으로 구성되어 있다. 강박사고와 관련해서는 오염, 자생성, 축적, 확인의 네 하위 요인이 있으며 걱정을 측정하는 문항은 유관성 유형과 비유관성 유형의 두 요인으로 구분된다. 각 문항이 묘사하는 상황의 경험 빈도를 7점 척도 상에서 평정하도록 되어 있으며 본 연구에서는 걱정 하위 요인들을 제외하고 강박사고와 관련된 네 하위 요인에 해당하는 20문항이 사용되었다. 내적 일치도는 0.87로 나타났다.

분석 방법

변인들의 평균과 상관관계 등 기본적인 분석에는 SPSS 12.0을 이용하였으며, 본 연구에서 가정한 모형의 검증을 위해서는 AMOS 4.0을 시행하였다. 모형의 적합도 평가를 위해서는 비교 부합치(Comparative Fit Index), 비표준 부합치(Non Normed Fit Index: NNFI or Tucker-Lewis Index: TLI), 표준 부합치(Normed Fit Index: NFI), 그리고 RMSEA(Root Mean Squre Error of Approximation)를 사용하였다. RMSEA의 경우 .05 미만을 좋은 적합도로 보며 .10 미만일 때 보통, .10 보다 클 때는 나쁜 적합도로 판단하며 나머지 지수들은 .90 이상일 때 좋은 적합도로 평가한다(홍세희, 2000).

결 과

사용된 변인의 기술통계치 및 상관관계

본 연구에 사용된 척도들의 평균 및 표준편차가 표 1에 제시되어 있으며 척도들 간의 상관관계는 표 2와 같다. 사고 통제 욕구와 인지적 자의식, 침투사고중심 대처방략은 모두 강박사고의 수준과 유의미한 정적 상관을 보였으며 사고통제욕구와 인지적 자의식 역시 유의미한 정적 상관을 나타냈다.

기본 모형과 비교 모형들의 적합도 비교

연구자가 가정한 기본모형 검증 결과, 인지적 자의식에서 강박사고로의 직접경로(t=0.27, ns)를 제외한 모든 경로가 유의미하였으며 적합도도 적절한 수준이었다. $x^2(df=30, N=312)=63.368$, p=.000; TLI =.942; CFI=.961; NFI =.930; RMSEA=.059. 이는 인지적 자의식이 비

표 1. 사용된 척도들의 평균 및 표준편차

	전체 (n=312)	남 (n=126)	여 (n=185)	t
강박사고	118.60(15.75)	118.99(29.75)	123.50(29.69)	-1.314
사고통제욕구	49.37(11.67)	50.80(12.07)	48.70(11.15)	1.580
인지적 자의식	48.78(8.40)	47.77(8.91)	49.42(7.98)	-1.709
침투사고중심 대처방략	44.26(8.27)	44.47(7.97)	44.07(8.48)	.409

www.kci.go.kr

표 2. 사용된 척도들의 상관관계

	1	2	3	4
1. 사고통제욕구				
2. 인지적 자의식	.31**			
3. 침투사고중심 대처방략	.33**	.36**		
4. 강박사고	.25**	.26**	.28**	

1. OBQ, 2. CSC-E, 3. WCCL, 4. IOWQ, PI

** $p < .01$

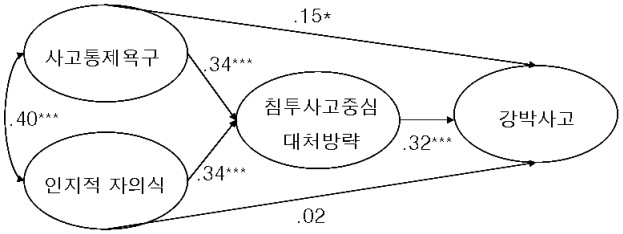

그림 1. 연구자 가정 기본모형과 표준화 경로계수

록 사고통제욕구 및 강박사고의 수준과 유의미한 정적 상관을 보이고 있지만 침투사고중심 대처방략을 거치지 않고 강박사고에 직접적으로 영향을 미치지는 못한다는 것을 보여준다. 이어서 기본모형, 사고 통제 욕구에서 강박사고로의 직접경로를 설정한 부분매개모형, 그리고 침투사고중심 대처방략의 완전매개모형 중 어떤 모형이 강박사고의 발달 과정을 가장 잘 설명해주는지 알아보기 위한 검증이 시행되었다.

분석 결과, 부분매개모형과 완전매개모형 모두가 적절한 수준의 적합도를 나타냈다. 그러나 사고통제욕구에서 강박사고로의 직접경로를 설정한 부분매개모형이 완전매개모형에 비해 유의미하게 높은 적합도를 보였으며(x^2_{diff} (1)=4.308, p<.05), 완전매개모형과 기본모형은 유의미한 적합도의 차이를 보이지 않았다. 따라서 침투사고중심 대처방략의 부분매개 모형이 사고통제욕구와 인지적 자의식, 그리고 강박사고와의 관계를 가장 잘 설명하는 모형이라 할 수 있다.

논 의

분석 결과 기존 연구들과 마찬가지로 사고통제 욕구는 강박사고의 수준과 정적인 상관을 지니고 있었으며, 사고 통제 욕구와 인지적 자의식 역시 정적 상관을 나타냈다. 이 세 변인들 간의 관계는 생각을 통제하려는 노력이 오히려 통제를 잃게 만드는 '의도된 심성통제의 역설적 과정(Wegner, 1994)'을 보여주고 있다. 심성을 통제하려는 노력은 '통제의 실패'를 탐지하는 데에 민감한 모니터링 과정을

www.kci.go.kr

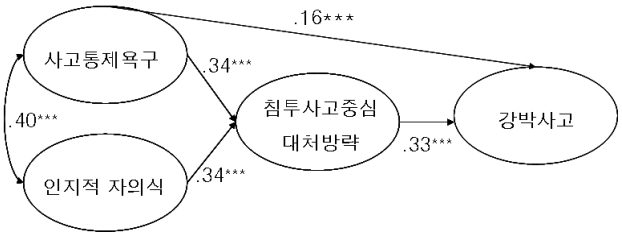

그림 2. 사고 통제 욕구의 직접경로가 설정된 부분매개모형과 표준화 경로계수

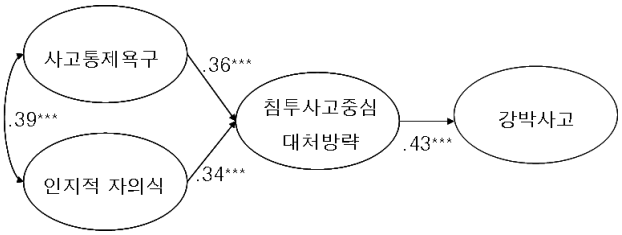

그림 3. 침투사고중심 대처방략의 완전매개모형과 표준화 경로계수

표 3. 가정모형과 비교모형들의 적합도지수

	x^2	*df*	*p*	TLI	CFI	NFI	RMSEA
기본모형	63.368	30	.000	.942	.961	.930	.059
부분매개모형	63.441	31	.001	.945	.962	.930	.058
완전매개모형	67.749	32	.000	.941	.958	.925	.059

활성화시켜 결국 원치 않는 사고를 반복적으로 탐지하게 됨으로써 통제하고자 했던 처음 의도와 반대방향으로 갈 수밖에 없다는 것이다.

구조방정식 모형 검증에서는 가정 모형과 부분매개모형, 완전매개모형이 모두 적절한 수준의 적합도를 보였으나 침투사고중심 대처방략의 부분매개모형이 강박사고의 발달 경로를 설명하는 데에 가장 적합한 모형으로 나타났다. 침투사고중심 대처방략을 거치지 않는 사고 통제 욕구에서 강박사고로의 직접 경로가 지닌 의미는 여러 가지로 해석할 수 있는데, 그 중 하나가 '사고 억제'의 효과이다. 사고 억제는 가장 잘 알려진 부적응적 대처방략 중 하나(Purdon, Rowa, & Antony, 2004)이나 본 연구에서 사용한 척도에는 사고 억제를 측정하는 문항이 포함되어 있지 않다. 따라서 직접 경로 중에는 사고 억제가 설명하는 변량이 상당 부분 포함되어 있을 것으로 예상된다.

걱정이나 자기 처벌 등 잘 알려진 TCQ의 하위 척도들 또한 침투 사고에 지속적으로 초점을 맞춘다는 점에서 본 연구가 측정하고자 하는 개념에는 부합하지만 사용된 척도에는 포함되어 있지 않아서 침투사고중심 대처방략

www.kci.go.kr

표 4. 비교모형 1의 경로계수와 t 검증치

	비표준화 계수	표준화 계수	*t*
측정 모형			
사고통제욕구→ OBQ_1	1.000†	0.783	
사고통제욕구→ OBQ_2	.965	.756	9.923***
사고통제욕구→ OBQ_3	.705	.552	8.356***
인지적 자의식 → MCQ	1.000†	.778	
인지적 자의식 → PVAQ	1.089	.848	8.049***
침투사고중심 대처방략 → COPE_1	.937	.549	7.121***
침투사고중심 대처방략 → COPE_2	1.333	.782	7.962***
침투사고중심 대처방략 → COPE_3	1.000†	.586	
강박사고 → PI	1.000†	.997	
강박사고 → IOWQ	.604	.602	13.355***
이론적 모형			
사고통제욕구→ 침투사고중심 대처방략	.255	.341	3.955***
인지적 자의식 → 침투사고중심 대처방략	.256	.340	4.051***
침투사고중심 대처방략 → 강박사고	.568	.334	4.126***
사고통제욕구→ 강박사고	.200	.157	2.211*

† 비표준화 계수는 1로 고정함. *p<.05, ***p<.001

을 거치지 않는 변량은 이러한 방략들에 의해 설명될 가능성이 크다.

이제껏 효과적인 스트레스 대처방략으로 인식되어 온 문제초점적 대처가 침투사고를 경험하는 상황에서는 부적응적인 결과와 연합될 수 있다는 본 연구의 결과는 다양하게 해석될 수 있다. 먼저 침투 사고의 경험과 기타 스트레스 상황은 그 성격상 스트레스의 원천이 다르다는 점을 고려할 필요가 있다. 대부분의 스트레스 상황은 명확한 원천을 지니며, 문제초점적 대처는 그 원천을 변화시키려는 노력을 의미한다. 예를 들어 시험에 낙제하여 괴로운 경우에는 충분히 공부하지 않은 것이 스트레스의 원천이라 가정할 수 있다. 이 때 스트레스 상황에서 벗어나려는 문제초점적 대응은 공부를 열심히 하는 것이다. 그러나 침투사고를 경험하는 것이 스트레스 사건인 경우에는 그 원천이 명확하지 않거나, 명확하더라도 이외의 스트레스 사건과는 다른 성격을 지닌다.

먼저 뚜렷한 촉발 요인 없이 떠오르는 성적, 공격적, 신성모독적 내용의 자생성 강박사고(Lee & Kwon, 2003)의 경우에는 그 사고가 분명히 스트레스 사건임에도 불구하고 이의 원천을 찾을 수가 없다. 따라서 이 때 사고의 원천을 찾아 문제초점적 대처방략을 사용하려

www.kci.go.kr

는 시도는 그저 침투 사고 그 자체를 반추하는 것에 머물 수밖에 없다. 실제로 Watkins (2004)의 연구에서는 개인이 침투 사고를 경험하는 상황에서 반추 경향과 문제초점적 대처방략, 즉 사고 분석, 사고의 원인 및 의미 탐색 등이 정적 상관을 보였다고 기술하고 있다.

한편 일상의 걱정과 유사한 내용을 보고하는 반응성 강박사고는 자생성 강박사고와 달리 뚜렷한 촉발 요인을 가지고 있다. 그러나 그 성질은 다른 스트레스 사건들과 다른데, 대부분의 스트레스 사건이 부정적인 성격의 원천을 지니는 반면 반응성 강박사고의 원천은 그 자체로는 부정적이지 않은 경우가 많다. 예를 들어 수도꼭지 사용 후 자신이 이를 똑바로 잠그지 않은 것 같은 생각을 반복적으로 경험하는 경우, 수도꼭지는 분명 스트레스 사건인 침투 사고를 이끌어낸 원천이지만 그 성격은 중립적이다. 수도를 틀어 물을 사용하는 것은 그 자체로 긍정적, 부정적 성격을 지니지 않은 일상적인 일이기 때문이다. 재정적 어려움이 스트레스 사건인 경우 과소비와 같은 부정적 성격의 원천을 변화시키면 스트레스 사건을 변화시킬 수 있지만, 중립적인 성격의 원천을 변화시키려는 노력은 회피(예: 이러한 불안감을 경험하지 않기 위해 수도꼭지 사용 자체를 꺼리는 것)나 강박행동(지나치게 오랫동안, 혹은 여러 번 수도꼭지를 확인하는 것) 등 부적응적인 결과를 낳게 된다. 어느 쪽이든 침투사고의 빈도나 불안감을 경감 시키는 데에는 도움이 되지 않는 일들이다.

침투사고중심 대처방략의 부적응성을 뒷받침하는 또 다른 가능성은 상황에 대해 지각된 통제감의 수준이다. Forsythe와 Compas(1987)는 여러 대처방략의 적응성 및 효능이 사건에 대한 평가에 따라 다르게 나타난다는 것을 발견하였다. 그들의 연구에서 문제초점적 대처방략은 통제할 수 있는 것으로 평가된 상황에서 낮은 심리적 증상들과 연합되었던 반면 통제할 수 없어 보이는 상황에서는 훨씬 심한 디스트레스와 정적 상관을 보였다. 반면 정서초점적 대처와 같이 일시적으로 정서를 완화시키는 전략이 통제할 수 없는 상황에서는 여러 증상들과 부적으로 관련된 것으로 나타났다.

높은 사고 통제 욕구를 지닌 사람들은 달성하고자 하는 통제 수준을 획득하기가 힘들며, 이 때문에 지각된 통제감은 다른 집단에 비해 낮게 나타난다(Moulding, Kyrios, & Doron, 2007). 또 통제감을 잃었다고 느꼈을 때의 부적 정서 또한 다른 집단에 비해 높게 나타나는데, 이러한 높은 부적 정서는 상황의 위험성을 과대평가하게 해 통제감을 더욱 낮추는 원인이 된다(Pham, 2007). 따라서 지각된 통제감이 낮은 집단이 침투 사고를 해결해보려는 문제초점적 대처를 사용하는 것은 부적응적인 결과와 연합될 수밖에 없을 것이다.

이와 같은 점을 고려할 때 불쾌한 침투사고를 경험하게 되는 상황에서는 먼저 부적 정서를 경감시키는 방략을 우선적인 대안으로 생각해볼 수 있다. 문제초점적 및 정서초점적 대처와 정신과적 증상들 간의 관계를 연구한 Forsythe와 Compas(1987)는 심리적 적응을 위해 상황 평가–대처방략 간의 높은 일치도가 중요하다고 제시한 바 있다. 통제할 수 없다고 느껴지는 스트레스 상황을 통제하려는 방략이나 통제할 수 있다고 느껴지는 상황을 통제하지 않으려는 방략은 높은 정신과적 증상과 연합되어 있다는 것이다. 이와 유사하게, 침투 사고를 위협적이고 통제할 수 없다고 지각한다면 그 사고에서 물러서서 자신의 부적 정서를 완화하는 것이 오히려 적응적일 수 있다. 주

www.kci.go.kr

의전환(Abramowitz et al., 2003; Ladouceur et al., 2000; Moore & Abramowitz, 2007)이나 침투 사고를 긍정적 사고로 대치하는 방략(Ladouceur et al., 2000)의 사용이 효과적으로 나타나는 것도 이러한 맥락으로 볼 수 있을 것이다.

이 연구의 결과 역시 이와 같은 가능성을 뒷받침한다. 비록 통계적으로 유의미한 수준에 이르지는 않았지만 침투사고중심 대처방략 척도의 몇 문항들은 강박사고의 수준과 부적인 상관을 보였다. 이들은 '인격적으로 꽤 변모하거나 성장하게 된다'는 등 긍정적인 의미를 침투 사고로부터 이끌어내는 문항들로, 비록 스트레스 상황에 초점을 맞추고는 있지만 부적 정서로부터의 회복을 돕는다는 공통점을 지닌다. 먼저 불안과 같은 부적 정서가 경감된다면 상황은 예전보다 덜 위협적으로 평가될 것이다.

본 연구는 강박사고의 발달에 기여하는 인지적 요인들을 명확히 하고 부적응적 대처방략을 구분하는 새로운 기준을 제시하였다는 의의를 지니며, 때로는 원하는 상태를 달성하려는 과도한 노력이 역설적으로 그 상태와 멀어지게 만드는 결과를 낳는다는 것을 보여주고 있다. 그러나 본 연구에는 보완되어야 할 몇 가지 제한점이 존재한다. 먼저 연구의 참가자가 대학생으로 한정되어 있다는 점을 들 수 있다. 사고통제욕구와 인지적 자의식은 양적인 개념으로, 비임상집단에서 임상집단까지 연속선상에 분포한다는 것이 알려져 있기는 하지만(Taylor et al., 2002), 대처방략의 사용은 양 집단에서 다르게 나타날 수 있다. 따라서 임상적 진단이 가능한 강박장애 환자들을 대상으로 한 연구가 뒷받침되어야 할 것이다. 또한 침투사고 중심의 대처 방략이 부적응적으로 작용하게 되는 원인을 명확히 하기 위하여 침투 사고의 유형에 따른 구체적 대처 과정과 인과관계가 검증되어야 할 것이다.

또 결과에서 볼 수 있듯이 이 연구에서 사용된 대처방식척도가 '침투사고중심 대처방략'이라는 개념을 측정하기에는 불충분한 면이 있었다. 침투 사고에 머물러 이를 해결해보려는 노력이 부적응적임을 증명하기 위해서는 이러한 개념을 잘 종합하는 척도의 개발과 이의 검증이 필요할 것이다.

참고문헌

김교헌, 전겸구 (1994). 대학생의 심리적 스트레스와 대처 및 그 효과. 대한심신스트레스학회지, 2, 229-237.

김정희, 이장호 (1985). 스트레스 대처방식의 구성요인 및 우울과의 관계. 행동과학연구, 7, 127-138.

김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처 방식의 우울에 대한 연구. 서울대학교 박사 학위 논문,

김창윤 외 (2000). 정신장애 평가도구. 서울: 하나의학사.

민병배, 원호택 (1999). 강박증상과 걱정의 관계. 한국심리학회지: 임상, 18(1), 59-68.

민병배 (2000). 강박사고와 걱정: 침투사고 대처과정 및 관련 성격특성에서의 유사점과 차이점. 서울대학교 박사 학위 논문.

이서정, 오경자 (2007). 사고통제욕구와 대처방략의 종류가 비임상집단의 강박증상에 미치는 영향. "한국임상심리학회 2007년 추계학술대회 자료집", 203-204, 10월 26일, 서울: 서울대학교 83동.

홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지

www.kci.go.kr

수 선정기준과 그 근거. 한국심리학회지: 임상, 19(1), 161-177.

Abramowitz, J. S., Whiteside, S., Kalsy, S. A., & Tolin, D. F. (2003). Thought control strategies in obsessive-compulsive disorder: a replication and extension. *Behaviour Research and Therapy, 41*, 529-540.

Amir, N., Cashman, L., & Foa, E. B. (1997). Strategies of thought control in obsessive -compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy, 35*, 775-777.

American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington: The American Psychiatric Association.

Amstadter, A. (in press). Emotion regulation and anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*.

Cartwright-Hatton, S., & Wells, A. (1997). Beliefs about worry and intrusions: the Meta-Cognitions Questionnaire and its correlates. *Journal of Anxiety Disorders, 11*(3), 279-296.

Clark, D. A., Purdon, C., & Wang, A. (2003). The Meta-Cognitive Beliefs Questionnaire: development of a measure of obsessional beliefs. *Behaviour Research and Therapy, 41*(6), 655-669.

Cohen, R. J., & Calamari, J. E. (2004). Thought-focused attention and obsessive-compulsive symptoms: an evaluation of cognitive self-consciousness in a nonclinical sample. *Cognitive Therapy and Research, 28*, 457-471.

Foa, E. B., & Kozak, M. J. (1995). DSM-IV field trial: obsessive compulsive disorder. *The American Journal of Psychiatry, 152*, 134-141.

Forsythe, C., & Compas, B. (1987). Interaction of cognitive appraisals of stressful events and coping: Testing the goodness of fit hypothesis. *Cognitive Therapy and Research, 11,* 473-485.

Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (1997). What do patient do with their obsessive thoughts? *Behaviour Research and Therapy, 35*(4), 335-348.

Frost, R. O., & Steketee, G. (1997). Perfectionism in obsessive-compulsive disorder patients. *Behaviour Research and Therapy, 35*(4), 291-296.

Gilbar, O., & Zusman, A. (2007). The correlation between coping strategies, doctor-patient/ spouse relationships and psychological distress among women cancer patients and their spouses. *Psychooncology, 16*(11), 1010-1018.

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(2), 348-362.

Holaway, R. M., Heimberg, R. G., & Coles, M. E. (2006). A comparison of intolerance of uncertainty in analogue obsessive-compulsive disorder and generalized anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 20*(2), 158-174.

Hollander, E., Kwon, J., Stein, D., Broatch, J., Rowland, C. T., & Himelein, C. A. (1996). Obsessive-compulsive and spectrum disorders: Overview and quality of life issues. *Journal of Clinical Psychiatry, 57*(Suppl. 8), 3-6.

Janeck, A. S., Calamari, J. E., Riemann, B. C., & Heffelfinger, S. K. (2003). Too much

www.kci.go.kr

thinking about thinking?: metacognitive differences in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 17*, 181-195.

Julien, D., O'Connor, K. P., & Aardema, F. (2007). Intrusive thoughts, obsessions, and appraisals in obsessive-compulsive disorder: a critical review. *Clinical Psychology Review, 27*(3), 366-383.

Ladouceur, R., Freeston, M. H., Rheaume, J., Dugas, M. J., Gagnon, F., Thibodeau, N., & Fournier, S. (2000). Strategies Used With Intrusive Thoughts: A Comparison of OCD Patients With Anxious and Community Controls. *Journal of Abnormal Psychology, 109*(2), 179-187.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1988). *Manual for the Ways of Coping Questionnaire*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Lee, H. J., Kwon, S. M. (2003). Two different types of obsession: autogenous obsessions and reactive obsessions. *Behaviour Research and Therapy, 41*(1), 11-29.

Li, C. E., DiGiuseppe, R., & Froh, J. (2006). The roles of sex, gender, and coping in adolescent depression. *Adolescence, 41*(163), 409-415.

Libby, S., Reynolds, S., Derisley, J., & Clark, S. (2004). Cognitive appraisals in young people with obsessive-compulsive disorder. *Journal of Child Psychology Psychiatry, 45*(6), 1076-1084.

McCracken, L. M. (1997). Attention to pain in persons with chronic pain: a behavioral approach. *Behavior Therapy, 28*, 100-114.

Moore, E. L., & Abramowitz, J. S. (2007). The cognitive mediation of thought-control strategies. *Behaviour Research and Therapy, 45*(8), 1949-1955.

Moulding, R., Kyrios, M., & Doron, G. (2007). Obsessive-compulsive behaviours in specific situations: the relative influence of appraisals of control, responsibility and threat. *Behaviour Research and Therapy, 45*(7), 1693-1702.

Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (2001). Development and initial validation of the Obsessive Beliefs Questionnaire and the Interpretation of Intrusions Inventory. *Behaviour Research and Therapy, 39*, 987-1006.

Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (2005). Psychometric validation of the obsessive belief questionnaire and interpretation of intrusions inventory—Part 2: Factor analyses and testing of a brief version. *Behaviour Research and Therapy, 43*(11), 1527-1542.

Purdon, C., Rowa, K., & Antony, M. M. (2005). Thought suppression and its effects on thought frequency, appraisal and mood state in individuals with obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, *43*, 93-108.

Rachman, S. (1997). A cognitive theory of obsessions. *Behaviour Research and Therapy, 35*, 793-802.

Rheaume, J., Freeston, M. H., Dugas, M. J., Letarte, H., & Ladouceur, R. (1995). Perfectionism, responsibility and obsessive-compulsive symptoms. *Behaviour Research and Therapy, 33*(7), 785-794.

www.kci.go.kr

Sanavio, E. (1988). Obsessions and compulsions: the Padua Inventory. *Behaviour Research and Therapy, 26*(2), 169-177.

Salkovskis, P. M. (1985). Obsessional-compulsive problems: a cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy, 23*, 571-583.

Salkovskis, P. M. (1999). Understanding and treating obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy, 37*(supple 1), S29-S52.

Shafran, R., Thordarson, D. S. Rachman, S. (1996). Thought-action fusion in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 10*, 379-391.

Taylor, S., Kyrios, M., Thordarson, D. S., Steketee, G., & Frost, R. O. (2002). *Cognitive approaches to obsessions and compulsions: theory, assessment, and treatment*. Oxford: Elsevier.

Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Brigidi, B. D., & Foa, E. B. (2003). Intolerance of uncertainty in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorder, 17*(2), 233-242.

Tolin, D. F., Worhunsky, P., & Maltby, N. (2006). Are "obsessive" beliefs specific to OCD?: a comparison across anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy, 44*(4), 469-480.

Watkins, E. (2004). Adaptive and maladaptive ruminative self-focus during emotional processing. *Behaviour Research and Therapy, 42*(9), 1037-1052.

Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S., & White, L. (1987) Paradoxical effects of thought suppression. *Journal of Personality and Social Psychology*, *58*, 409-418.

Weissman, M. M., Bland, R. C., Canino, G. J., Greenwald, S., Hwu, H. G., Lee, C. K., et al. (1994). The cross national epidemiology of obsessive compulsive disorder. The Cross National Collaborative Group. *Journal of Clinical Psychiatry, 55(Suppl)*, 5-10.

Wells, A., & Davies, M. I . (1994). The Thought Control Questionnaire: A measure of individual differences in the control of unwanted thoughts. *Behaviour Research and Therapy, 32*, 871-878.

원 고 접 수 일 : 2008. 2. 23.
수정원고접수일 : 2008. 6. 11.
게 재 결 정 일 : 2008. 6. 12.

www.kci.go.kr

한국심리학회지 : 임상
The Korean Journal of Clinical Psychology
2008, Vol. 27, No. 4, 789-804.

Excessive Need for Thought Control, Cognitive Self-Consciousness, and Obsessions: The Mediational Role of Intrusive-Thought-Focused Coping Strategies

Seo-jeong Lee **Kyung-ja Oh**

Yonsei University

This study was designed to explore the mediating effects of intrusive-thought-focused coping strategies on the relationship between excessive need for thought control, cognitive self-consciousness, and level of obsessions. A total of 312 university students participated in this study and completed questionnaires on intrusive thoughts (IOWQ), obsessional symptoms (PI), need for control (OBQ), cognitive self-consciousness (CSC-E), and use of coping strategies (WCCL). The data were analyzed using Structural Equation Modeling. The results showed that intrusive-thought-focused coping significantly mediated the relationship between the need for thought control, cognitive self-consciousness, and level of obsessions. In addition, in comparison to a fully mediated model, a partially mediated model including an additional direct path between need for thought control and level of obsessions better explained the data. The results of this study extend prior our understanding of the contribution of cognitive factors contributing to the development of obsessions by investigating developmental pathways. The implications and limitations of this study are also discussed, along with directions for future research, are also discussed.

Key words : excessive need for thought control, cognitive self-consciousness, obsessions, intrusive-thought-focused coping strategy

www.kci.go.kr