

## 부적응적 완벽주의와 불안전감이 저장행동에 미치는 영향: 정서인식 명확성의 조절된 매개효과

김 동 진<sup>1)</sup> 이 민 규<sup>\*</sup>

본 연구의 목적은 부적응적 완벽주의와 저장행동의 관계에서 불안전감의 매개효과를 살펴보고, 이러한 매개효과가 정서인식 명확성 수준에 따라 달라지는지 확인하는 것이다. 이를 위해 만 18세 이상의 대학생 243명을 대상으로 다차원적 완벽주의 척도, 한국어판 단축형 강박증상목록, 강박특질 핵심차원 질문지, 한국판 특질 상위 기분 척도를 실시하고 자료를 수집하였다. 수집한 자료를 바탕으로 부적응적 완벽주의와 저장행동의 관계에서 불안전감의 매개효과와 정서인식 명확성의 조절된 매개효과를 검증하여 확인한 본 연구의 주요한 결과는 다음과 같다. 첫째, 부적응적 완벽주의와 저장행동의 관계는 불안전감이 부분 매개하는 것으로 나타났다. 둘째, 불안전감과 저장행동의 관계를 정서인식 명확성이 조절하는 것으로 나타났다. 마지막으로 부적응적 완벽주의와 저장행동의 관계에서 불안전감의 매개효과가 정서인식 명확성에 의해 조절되는 것으로 나타났다. 이는 부적응적 완벽주의가 불안전감을 거쳐 저장행동에 이르는 경로가 정서인식 명확성에 의해 완화될 수 있음을 시사한다. 이를 토대로, 본 연구의 의의와 제한점을 논의하였다.

주요어 : 부적응적 완벽주의, 불안전감, 저장행동, 정서인식 명확성

1) 경상국립대학교 심리학과 석사과정

\* 교신저자 : 이민규, 경상국립대학교 심리학과 교수, (52828) 경상남도 진주시 진주대로 501

Tel: 055-772-1264, E-mail: mka2018@naver.com

 Copyright ©2024, The Korean Psychological Association of Culture and Social Issues  
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.

강박장애는 원치 않는 생각이나 행동을 반복하게 되는 정신장애로, 강박사고와 강박행동을 특징으로 한다. 강박사고는 침투적이고 반복적으로 떠오르는 지속적인 생각, 충동 그리고 심상을 의미하며, 강박행동은 강박사고 또는 개인이 확고하게 따르는 어떠한 규칙에 의해 발생하는 반복적인 행동이나 심리 내적인 행위를 의미한다. 이러한 강박장애의 발병 연령은 평균 19.5세로, 주로 성인기 초기에 발병한다(American Psychiatric Association: APA, 2013). 국내에서도 강박장애 환자는 2019년부터 2023년까지 30,234명에서 42,630명으로 지난 5년간 꾸준히 증가하였으며, 그중 20대가 차지하는 비율이 가장 높았다(건강보험심사평가원, 2023). 특히 이른 나이에 발병한 환자는 강박증상의 수준이 높고, 약물치료에 대한 반응이 좋지 않으며, 동반이환을 역시 높은 경향을 보였다(do Rosario-Campos et al., 2001). 이러한 강박증상에 대한 개입이 적절하게 이루어지지 않으면 일반적으로 만성화되어 고도의 사회적 기능의 손상뿐 아니라 삶의 질을 저하시키게 된다(Huppert, 2009). 이로 인해 초기 성인기 집단에 대한 적절한 개입의 필요성과 임상적 중요성이 커지고 있다. 국내에서 진행된 강박장애 연구는 주로 임상 환자들을 대상으로 이루어져 왔으나, 강박증상은 비임상 집단에서도 나타날 수 있으며 이들은 강박장애로 발전할 가능성이 더욱 높아 이에 대한 예방적 조치가 필요하다(이상원, 박준호, 이민규, 2020). 이에 따라 본 연구에서는 초기 성인기 비임상 집단인 대학생을 대상으로 강박증상의 병리학적 기제를 탐색하고자 한다.

특히, 강박행동의 한 형태인 저장행동에 주목할 필요가 있다. 주변이나 인터넷 매체를 통해 과도한 저장으로 인해 주거 공간에 물건

이 쌓이게 되어 요리나 취침 등 일상적인 활동을 할 수 없게 되는 경우를 확인할 수 있을 것이다. 또, 집안 가득 쓸모없는 물건들을 쌓아둔 탓에 낙상·화재의 위험에 처하게 되고, 건강 상태의 악화 및 심각한 위생환경에 놓여 있는 개인들을 드물지 않게 볼 수 있다. 이들 처럼, 물건의 실제적 가치와 상관없이 사용하지 않는 물건을 버리기 어려워하고 지속적으로 획득 및 보유하는 것을 저장행동이라 한다(Frost et al., 2012). 저장행동은 누구나 가지는 보편적인 행위로, 적절한 경우에는 저장행동 그 자체가 문제를 발생시키지 않지만 이러한 행동이 통제할 수 없는 영역으로 발전하게 되는 경우 강박적 저장행동으로 문제를 일으킬 수 있다. 특히, 그 정도가 심한 경우, 위 사례처럼 건강상의 위험을 초래하고(Frost et al., 2000), 일상생활(Tolin et al., 2008) 및 직업 역할 손상(Fan et al., 2023; Kim et al., 2001)과 관련하여 부정적인 영향을 미친다. 이처럼 저장행동이 다양한 심리 사회적 문제뿐 아니라 재정적인 문제와도 관련이 되어 있음에도 불구하고, 강박행동 가운데 확인, 정리 정돈, 씻기 등의 하위 유형만이 활발히 연구되고 있을 뿐 저장과 관련된 연구는 거의 이루어지지 않고 있다. 특히, 저장행동과 관련한 국내의 연구는 거의 없으며, 그마저도 마케팅 및 소비자행동 분야가 주를 이루고 있다. 이러한 맥락에서 저장행동의 발생 기제 및 완화 요인을 포착하여 실증하는 연구는 의미 있을 것으로 판단된다.

강박장애에서 나타나는 저장행동은 전형적인 강박사고가 있고, 이런 강박사고가 강박적인 저장행동을 초래하게 된다. 위해에 대한 걱정이 있고, 이러한 사고로 인해 위해를 줄 만한 정보를 포함할 수도 있는 오래된 물건을

버리지 못하고 저장하는 경우가 이에 해당한다. 또한 물건의 축적이 부담스러운 의식을 피하려는 행위의 결과일 수 있다. 예를 들면, 반복되는 손 씻기나 확인하기 같은 의식적 행동을 회피하기 위해 물건을 버리지 않는 것이다. 즉, 증상은 강박장애에서의 전형적인 강박사고나 강박행동의 직접적인 결과로부터 발생하게 된다. 이러한 저장행동은 보통 원하지 않은 것이고 심하게 고통스러워서 쾌락이나 보상을 경험하지 않는다(APA, 2013). 더욱이 비축된 물건은 특이하거나 기괴할 가능성이 상당히 높다. 예를 들어, 누군가가 DNA를 채취하여 사람에게 해를 끼칠 수 있다는 두려움 때문에 손톱 깎기를 저장할 수 있다(Mathews, 2021). 저장행동을 포함하여 강박증상은 강박장애 환자뿐만 아니라 비임상 집단에서도 보고되며(Muris et al., 1997), 빈도, 기간 등에서 차이를 보일 뿐, 증상의 형식이나 내용이 비슷한 양상을 보인다(Belloch et al., 2004; Muris et al., 1997). 또한 다수의 사람들이 많은 종류의 물건을 비축하거나 특정 물건을 모으고 그것을 쉽게 버리지 못하고 집착하는 성향을 지닌다는 점에서 비임상 집단을 대상으로 실시하는 연구는 강박장애에 대한 효과적인 임상적 정보를 제공할 것으로 기대된다.

이러한 저장행동을 개념화하는 데 있어 오랫동안 중요한 요인으로 간주되어 온 것 중 하나는 완벽주의이다. 저장행동을 보이는 개인은 완벽주의적인 특징을 보이고 잠재적으로 가치가 있는 것을 버리는 실수를 저지르지 않기 위해 저장행동을 수행한다(Frost & Gross, 1993). 즉, 강박적인 사람들은 환경을 통제하고자 하는 완벽함을 추구하기 때문에 무언가를 버리는 행위는 이것이 미래에 필요하게 될지도 모른다는 불안함을 야기하고, 더하여 정

확히 어떤 것이 미래에 필요하게 될지도 불확실하기 때문에 결국 모든 물건을 보관하는 가장 안전한 방법을 선택하는 것이다(Salzman, 1973). 실제로 완벽주의는 저장행동과 연관이 있는 것으로 나타났다(Timpano et al., 2011). 또한 강박장애의 인지모델을 연구하는 국제 학술모임인 Obsessive Compulsive Cognitions Working Group(이하 OCCWG, 1997)은 강박장애의 발달 및 유지와 관련된 신념들을 측정하는 척도들을 종합하여 6가지 신념 영역을 제안하였는데, 완벽주의와 불확실성에 대한 인내력 부족 신념이 저장행동의 가장 중요한 예측 변수로 밝혀졌다(Ramezani et al., 2016). 이처럼 완벽주의는 저장행동의 주요 예측 변인으로 시사되는 바, 완벽주의와 저장행동 간의 유의미한 관계를 예상해 볼 수 있다.

한편, 이러한 완벽주의는 여러 학자들에 의해 다양하게 정의되어 왔으며, 다차원적으로 하위 차원들을 각각 분류하여 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의로 구분하는 시도들이 있어 왔다. 이 둘은 '상황에 따라 유연하게 대처할 수 있는 능력'을 기준으로 구분될 수 있다(Frost et al., 1990; Hamachek, 1978). 적응적 완벽주의는 상황에 맞게 성취할 수 있는 기준을 설정하며, 성공에 대한 추구하고 정확한 수행 집중과 연결된다. 이들은 만족이나 기쁨을 충분히 경험할 수 있다(박지연, 이인혜, 2014; Flett & Hewitt, 2002). 반면, 부적응적 완벽주의는 노력에서 즐거움을 경험할 수 없고, 융통성 없이 비현실적/비합리적으로 높은 기준, 실패에 대한 두려움, 실패를 피하는 것에 집중하는 것과 관련되어 있다(Flett & Hewitt, 2002). 이들은 적응적 완벽주의에 비해 정신 병리의 증상들과 더욱 밀접하게 관련되어 있으며(Frost et al., 1993), 우울, 불안 및 강박증상을 더 많

이 보고하는 것으로 나타났다(박현주, 1999). 이에 따라 본 연구에서는 여러 정신 병리 증상들과 더욱 밀접하게 관련되어 있는 완벽주의의 부적응적인 측면에 초점을 두고자 하며, Lehmann과 Konstam (2011)에 따라 부적응적 완벽주의를 과도한 기준을 세워 지속적으로 성취를 추구하면서, 실패에 대한 두려움과 비합리적인 사고를 유발하는 완벽주의로 정의하고자 한다.

상기 내용을 살펴보면, 완벽주의는 저장행동을 설명하는 주요 변인이기에, 치료적 방안에 완벽주의를 활용하는 것이 필요해 보인다. 그러나 완벽주의는 강박장애의 치료 결과를 방해하는 요인(Frost et al., 2002)으로 알려져 있으며, 더 나쁜 예후와 관련되어 있다(Chik et al., 2008). 따라서 완벽주의가 저장행동으로 이어지는 경로를 구체적으로 살펴보고, 저장행동의 치료적 변인을 탐색하는 것이 필요하겠다.

Summerfeldt, Kloosterman, Antony, Richter와 Swinson (2004)은 강박장애의 동기적 차원에 따라 '위험회피 차원(harm avoidant dimension)'과 '불완전감 차원(incompleteness dimension)'으로 구분한 강박장애의 2차원 모델을 제시하였다. 위험회피 차원은 어떤 행동 또는 사건의 결과에 대한 두려움이나 잠재적인 위협을 피하기 위한 동기인 반면 불완전감 차원은 '딱 맞지 않는 경험(Not Just Right Experiences)'을 할 때, 주관적인 내적 완전함을 추구하려는 동기이다. 즉, 어떤 행동이나 경험이 불충분하거나 불완전하다는 인식으로부터 유발되는 고통스러운 느낌이 강박증상을 유발하는 동기인 것이다. 국내 선행연구에 따르면 불완전감 집단은 위험회피 집단에 비해 완벽주의, 불확실성에 대한 인내력 부족 신념이

유의미하게 높은 것으로 나타났다(이은호, 2005). 이는 완벽주의가 위험회피보다 불완전감과 더 밀접한 관련이 있다는 것을 시사한다. 또한 위험회피는 성격 특성으로서, 다양한 임상 증상과 연관되어 있기 때문에(Cloninger et al., 2012, Mertol & Alkin, 2012) 위험회피가 다른 임상 증상들이 아닌 강박증상을 나타내는 근거를 설명하기에는 제약이 있다(조은주 등, 2021). 이에 본 연구에서는 부적응적 완벽주의와 불완전감의 관계에 주목하였다.

이와 관련한 연구를 살펴보면, 부적응적 완벽주의자는 본인들이 "딱 맞다"라고 느낄 때까지(Moretz & McKay, 2009), "딱 맞는 방식으로" 강박행동을 수행하며, 완벽한 확신이 없으면 수행에 대한 의심을 보인다(Wetterneck et al., 2011). 완벽한 상태를 추구하려는 내적인 동기가 있지만 그러한 상태에 도달했다는 확신을 갖지 못할 때 강박증상이 초래되는 것이다(민병배, 2000). 특히, 이러한 불완전감이 주된 동기 차원인 사람은 불완전감에 대한 불편감이 줄어들거나, 본인이 생각하는 완벽한 느낌을 획득할 때까지 행동을 취해야 한다고 느끼고(Coles et al., 2003), 저장행동과 같은 강박행동을 하는 것으로 보고되었다(Nissen, & Parner, 2018; Pertusa et al., 2010; Summerfeldt et al., 2004). 즉, 부적응적 완벽주의자는 자신이 세운 과도한 기준으로 인해 본인의 수행이나 경험이 불완전하게 이루어졌다고 느끼고 딱 맞는 느낌을 가질 때까지 저장행동을 수행한다고 볼 수 있다. 이러한 연구결과들은 부적응적 완벽주의가 저장행동으로 이어지는 경로에 불완전감이 개입될 수 있음을 시사한다. 따라서 본 연구에서는 관련 변인들을 통합적으로 살펴보고 저장행동의 치료적 개입 방안을 모색하고자 한다.

한편, 그동안 강박장애의 치료적 접근으로 인지, 행동적 특성에 초점을 맞추어 왔지만, 정서 또한 개개인에게 정보의 원천으로 작용할 수 있다는 주장이 대두되기 시작하면서 정서가 주는 정보를 활용하는 능력이 개인의 적응에 매우 중요한 요인으로 평가되고 있다(김주연 등, 2015). 이에 본 연구에서는 정서인식 명확성에 주목하였다. 신연정과 조현주 (2024)는 불완전감과 강박증상 간의 관계에서 적응적인 정서조절에 대한 치료적 개입이 불완전감에 긍정적인 역할을 할 것이라 주장하였다. 실제로, 정서조절이 원활하게 이루어지지 않으면 정서적 경험을 회피하기 위한 역기능적인 전략으로 강박행동을 수행하는 것으로 나타났다(Khosravani et al., 2020; Stern et al., 2014). 저장행동의 경우에도 이러한 정서조절의 어려움과 연관되어 있음이 보고되었다(de la Cruz et al., 2013; Taylor et al., 2018; Tolin et al., 2018). 선행연구에 따르면 효과적인 정서조절을 위해서는 명확한 정서 인식이 선행되어야 한다(이서정, 현명호 2008; 임전옥, 장성숙, 2003; McFarland & Buehler, 1997). 즉, 자신의 정서에 대한 명확한 인식이 있으면 효과적인 정서조절을 가능하게 하지만(Barrett & Gross, 2001; Gross, 1999), 자신의 정서 상태를 정확하게 인지하지 못하면 정서조절에 어려움을 경험할 수 있는 것이다(Ciarrochi et al., 2008). 이러한 연구결과들은 정서인식 명확성이 효과적인 정서조절 및 부적응적인 강박행동 감소에 핵심적인 변인임을 시사한다.

여기서 정서인식 명확성이란 개인이 자신의 정서를 명확히 인식하고 자신이 느끼는 다양한 감정을 구별할 수 있을 뿐만 아니라, 타인의 정서도 구체적으로 인식할 수 있는 능력을 의미한다(Salovey & Mayer, 1990). 자신의 정서

를 명확히 인식하는 개인은 문제 상황이 발생하여도 그 상황 속에서 자신이 경험하는 정서를 회피하거나 차단하지 않고 이를 명확히 인식하고 수용하는 태도로 문제를 극복하려는 경향이 있다(Neff, 2003). 반면 자신의 정서를 명확하게 지각 및 인지하지 못하는 사람들은 정서를 인식하고 활용하는 것에 혼란을 경험하며 자신의 감정을 회피하고자 한다. 이에 정서가 촉발되는 상황에서 문제적 반응들을 보일 가능성이 높은 것으로 나타났다(Gohm, 2003). 이와 관련하여, 강박장애의 근거기반 치료 중 하나인 수용전념치료(Acceptance Commitment Therapy, ACT)에서는 경험 회피를 수용으로 변화시키기 위해 정서인식을 도입하고 있다(Hayes et al., 1999). 이는 정서에 대한 이해 부족, 정서에 대한 두려움과 같은 부정적 반응성이 강박증상을 유의하게 예측(Stern et al., 2014)하는 이유를 설명해 준다. 즉 정서인식 명확성은 강박행동을 감소시킬 수 있는 완충 요인임을 의미한다(홍승기, 박경, 2017). 상기 내용과 더하여, 불완전감을 특징으로 하는 강박장애 환자에게 자신이 겪는 불편한 감정을 인지적으로 자각하게 하면 증상이 개선될 수 있다(Summerfeldt et al., 2004)는 점을 고려해 볼 때, 정서인식 명확성은 불완전감과 저장행동 간의 관계를 완화할 수 있을 것이라 예상된다. 즉 자신의 정서를 명확히 이해하는 경우, 불완전감이 발생하더라도 자신의 정서를 있는 그대로 수용하여 정서에 대한 혼란을 줄일 수 있다. 이에 저장행동이라는 강박적인 행위에서 벗어나 보다 적응적인 행동을 수행할 수 있을 것이다. 반면 자신의 정서를 명확히 이해하는 수준이 낮은 경우에는 불완전한 정서를 회피하고자 노력할 것이고, 그 결과 저장행동을 지속할 수 있다. 이에 따라 본 연

구에서는 정서인식 명확성을 비교적 연구가 부족했던 저장행동에 적용하여, 불안전감과 저장행동 간의 관계를 조절하는지 살펴보고자 한다.

정리하면, 부적응적 완벽주의가 불안전감을 매개로 저장행동에 미치는 영향은 정서를 명확히 인식하고 정리하는 능력인 정서인식 명확성이 조절할 것으로 예상할 수 있다. 즉 불안전감을 느끼는 부적응적 완벽주의자들은 명확한 정서인식을 통해 정서를 일으키는 상황이나 자극으로부터 자신을 보호할 수 있을 것이라 생각된다. 따라서 이와 같은 문제에 효과적인 치료적 개입을 제공하기 위해, 본 연구에서는 조절된 매개효과 모형을 기반으로 부적응적 완벽주의, 불안전감, 저장행동과의 관계에서 정서인식 명확성의 영향력을 검증하고자 한다. 이에 본 연구의 가설은 다음과 같다.

**가설 1.** 부적응적 완벽주의는 불안전감을 높여 저장행동을 증가시킬 것이다.

**가설 2.** 정서인식 명확성은 불안전감이 저장행동에 미치는 영향을 조절할 것이다. 구체적으로 정서인식 명확성이 높은 경우, 불안전감이 저장행동에 미치는 영향은 감소할 것이다. 반면에 정서인식 명확성이 낮은 경우, 불안전감이 저장행동에 미치는 영향은 증가할 것이다.

**가설 3.** 정서인식 명확성은 부적응적 완벽주의가 불안전감을 통해 저장행동에 미치는 영향을 조절할 것이다. 구체적으로 정서인식 명확성이 높은 경우, 부적응적 완벽주의가 불안전감을 통해 저장행동에 미치는 영향은 감소할 것이다. 반면에 정서인식 명확성이 낮은 경우, 부적응적 완벽주의가 불안전감을 통해 저장행동에 미치는 영향은 증가할 것이다.

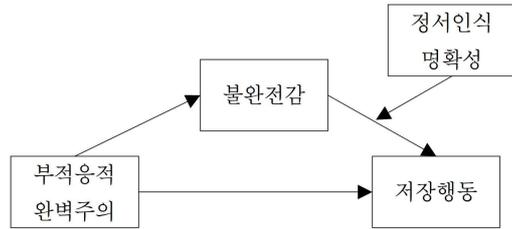


그림 1. 연구모형

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 온라인을 통해 만 18세 이상 대학생들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문은 2023년 10월 중 1주간 이루어졌으며, 대학교 커뮤니티 게시판, SNS 등 여러 경로를 통해 온라인 조사 링크를 공유하여 응답을 회수하는 방식으로 자료를 수집하였다. 연구 참여자는 연구 안내문을 읽고 동의하는 절차를 거쳐 자발적으로 연구에 참여하였으며, 조사 종료 후에는 모든 참여자에게 연구 참여 보상으로 소정의 상품을 지급하였다. 설문 응답시간은 약 15분 정도 소요되었으며, 총 238명(남성 53명(22.3%), 여성 185명 (77.7%))의 자료가 분석에 활용되었다. 참여자 평균 연령은 20.82세(SD=1.39)였으며, 1학년 76명(31.9%), 2학년 70명(29.4%), 3학년 43명(18.1%), 4학년 이상 49명(20.6%) 이었다.

### 측정도구

#### 부적응적 완벽주의

부적응적 완벽주의를 측정하기 위해 본 연구에서는 Frost 등 (1990)이 개발하고 정승진

(1999)이 번안한 다차원적 완벽주의 척도 (Multidimensional Perfectional Scale: FMPS)를 사용하였다. 총 35문항이며 6개의 하위 요인(실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화)으로 구성되어 있다. 이중 개인적 기준과 조직화 요인은 적응적 완벽주의에, 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 부모의 기대, 부모의 비난 요인은 부적응적 완벽주의에 해당한다(Frost et al., 1993). Rhéaume 등 (1995)은 FMPS의 ‘부모의 기대’, ‘부모의 비난’ 두 하위 요인이 완벽주의의 발달적 측면에 해당하여 완벽주의의 핵심적인 특성으로 보기는 어렵다고 주장하였다. 이를 근거로, Wei 등 (2004)은 부적응적 완벽주의를 측정하기 위해 두 개의 하위 요인(실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심)만을 사용하였다. 본 연구에서도 Wei 등 (2004)이 제안한 방식에 따라 실수에 대한 염려(예: 실수를 하면 다른 사람들이 나에게 대해 평가를 낮게 할 것 같다) 9문항, 수행에 대한 의심(예: 일을 자꾸 되풀이하기 때문에 일 처리가 늦어지는 경향이 있다) 4문항, 총 13문항만을 사용하여 부적응적 완벽주의를 측정하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도(‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’)로 평정되며, 점수가 높을수록 부적응적 완벽주의 성향이 높다는 것을 의미한다. Wei 등 (2004)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 실수에 대한 염려 .89, 수행에 대한 의심 .74로 나타났으며, 본 연구의 Cronbach's  $\alpha$ 는 실수에 대한 염려 .86, 수행에 대한 의심 .68로 나타났다.

#### 저장행동

저장행동을 측정하기 위해 본 연구에서는 Foa 등 (1998)이 개발하고, 이후 단축형으로 재

구성한(Foa et al, 2002) 단축형 강박증상목록 (Obsessive-Compulsive Inventory-Revised: OCI-R)을 국내에서 임준석 (2007)이 한국의 비임상 집단을 대상으로 번안 및 타당화한 OCI-R-K 척도를 사용하였다. 총 18문항이며, 6개의 하위 요인(확인, 씻기, 중화 행동, 정리 정돈, 저장, 강박사고)으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 저장행동(예: 나는 내가 필요하지 않은 것들을 모으는 습관이 있다)에 해당되는 3문항만을 사용하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도(‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’)로 평정되며, 점수가 높을수록 저장행동이 심각하다는 것을 의미한다. 임준석 (2007)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .82~.90으로 나타났으며, 본 연구의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .70으로 나타났다.

#### 불안전감

불안전감을 측정하기 위해 본 연구에서는 Summerfeldt, Kloosterman, Parker, Antony와 Swinson (2001)이 강박장애를 동기에 따라 위협회피 차원과 불안전감 차원으로 구분하여 이를 측정하기 위해 개발한 OC-TCDQ (Obsessive-Compulsive Trait Core Questionnaire: OC-TCDQ)를 국내에서 이은호 (2005)가 번안 및 타당화한 척도를 사용하였다. 총 20문항이며, 2개의 차원(위험회피 차원, 불안전감 차원)으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 불안전감 차원(예: 활동이나 과제 수행에 있어서 마음에 딱 들게 느껴질 때까지 일을 다시 하거나 계속해야 할 것처럼 느끼곤 한다)에 해당되는 10문항만을 사용하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도(‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’)로 평정되며, 점수가 높을수록 불안전감이 높음을 의미한다. 이은호 (2005)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .94로 나타났으며, 본 연구에서

Cronbach's  $\alpha$ 는 .90으로 나타났다.

### 정서인식 명확성

정서인식 명확성을 측정하기 위해 본 연구에서는 Salovey, Mayer, Goldman, Turvey와 Palfai (1995)가 개발하고 이수정, 이훈구 (1997)가 번안 및 타당화한 한국판 특질 상위 기분 척도 (Trait Meta-Mood Scale: TMMS)를 사용하였다. 총 21문항이며, 3개의 하위 요인(정서주의, 정서인식 명확성, 정서 개선)으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 정서인식 명확성(예: 나는 보통 내 느낌들에 대해 매우 명확히 안다)에 해당되는 11문항만을 사용하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도('전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다')로 평정되며, 점수가 높을수록 자신의 정서를 명확하게 인식하는 것으로 본다. 이수정과 이훈구 (1997)의 Cronbach's  $\alpha$ 는 정서주의 .88, 정서인식 명확성 .86, 정서 개선 .82로 나타났다으며, 검사-재검사 신뢰도는 .94이었다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .87로 나타났다.

### 분석방법

본 연구는 IBM SPSS Statistics 27.0과 Hayes (2012)가 개발한 SPSS PROCESS Macro 4.2 version을 사용하여 온라인 설문을 통해 수집된 자료를 분석하였다. 먼저, 변수의 기술 통계 (평균, 표준편차, 왜도 및 첨도 등)를 알아보기 위한 빈도 분석, 각 척도의 Cronbach's  $\alpha$ 를 산출하기 위한 신뢰도 분석을 실시하였다. 그리고 변인 간 관계성을 확인하기 위해 Pearson의 상관분석을 실시하였다. 다음으로 부적응적 완벽주의와 저장행동의 관계에서 불안전감의 매개효과를 확인하고자 PROCESS Macro Model 4 분석을 실시하였다. 아울러, 불안전감과 저

장행동 간 관계가 정서인식 명확성에 의해 조절되는지 확인하고자 Model 1 분석을 실시하였다. 마지막으로 부적응적 완벽주의가 불안전감을 매개로 저장행동에 미치는 영향이 정서인식 명확성의 수준에 따라 달라지는지를 검증하기 위해 Model 14를 활용하여 분석하였다. 매개효과, 조절효과, 그리고 조절된 매개효과 유의성 검증은 부트스트래핑 (Bootstrapping)을 사용하여 확인하였다(CI: 95%, 5,000번).

## 결 과

### 기술통계 및 상관분석

주요 변인들 간의 관계를 확인하기 위하여 Pearson 상관분석을 실시하였다. 분석 결과는 표 1과 같다. 부적응적 완벽주의는 불안전감, 저장행동과 정적 상관을 나타냈고 정서인식 명확성과는 부적 상관을 나타냈다. 불안전감은 저장행동과는 정적 상관을, 정서인식 명확성과는 부적 상관을 나타냈으며, 정서인식 명확성은 저장행동과 부적 상관을 나타냈다. 상관은 모두 유의한 것으로 나타났다. 또한 정상성 가정 충족 여부를 확인한 결과, 모든 변인들에서 왜도가  $\pm 2$  미만으로 나타났으며 첨도 또한  $\pm 7$  미만으로 나타나 정상성 가정을 충족하는 것으로 나타났다(Curran et al., 1996).

### 부적응적 완벽주의와 저장행동의 관계에서 불안전감의 매개효과

부적응적 완벽주의와 저장행동의 관계에서 불안전감이 매개하는지 검증하기 위하여 SPSS

표 1. 변인 간 상관관계 및 기초통계(N=238)

	1	2	3	4
1 부적응적 완벽주의	-			
2 불안전감	.73**	-		
3 정서인식 명확성	-.48**	-.47**	-	
4 저장	.34**	.39**	-.25**	-
M	3.17	2.83	2.65	3.60
SD	.72	.88	.94	.67
왜도	-.22	-.12	.02	-.34
첨도	-.62	-.64	-.83	-.57

\*\*p<.01

표 2. 부적응적 완벽주의와 저장행동의 관계에서 불안전감의 매개효과

종속변인	독립변인	B	SE	$\beta$	t	하한값	상한값	R <sup>2</sup>	F
저장행동	부적응적 완벽주의 (총효과)	.44	.08	.34	5.53***	.28	.60	.11	30.56***
불안전감	부적응적 완벽주의	.89	.05	.73	16.47***	.78	1.00	.53	271.41***
저장행동	부적응적 완벽주의 (직접효과)	.15	.11	.11	1.29***	-.08	.37	.16	22.21***
	불안전감	.33	.09	.31	3.52***	.14	.51		
	경로	Effect	SE	95% 신뢰구간					
				하한값	상한값				
	부적응적 완벽주의 → 불안전감 → 저장행동	.23	.07	.10	.36				

\*\*\*p<.001

PROCESS Macro의 4번 모델을 활용하였으며 부트스트래핑은 신뢰구간 95%에서 5,000번 실시하였다. 분석 결과는 표 2에 제시하였다.

부적응적 완벽주의는 저장행동에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고( $\beta=.34$ ,  $p<.001$ ), 불안전감에도 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났( $\beta=.73$ ,  $p<.001$ ). 이어서 저장행동에

대한 부적응적 완벽주의와 불안전감의 효과를 확인해 본 결과, 부적응적 완벽주의가 저장행동에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고( $\beta=.11$ ,  $p<.001$ ), 불안전감도 정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다( $\beta=.31$ ,  $p<.001$ ). 이러한 결과는 불안전감이 부적응적 완벽주의와 저장행동의 관계를 부분 매개한다는 것을 의

미한다. 더하여, 부트스트래핑을 이용하여 간접효과의 유의성을 확인한 결과, 95% 신뢰구간에서 하한값과 상한값 사이에 0이 포함되어 있지 않아 부적응적 완벽주의와 저장행동 간의 관계에서 불안전감의 매개효과는 유의한 것으로 나타났다( $B=.23$ , CI 95% [.10, .36]).

**조절효과 검증**

정서인식 명확성의 수준에 따라 불안전감이 저장행동에 미치는 영향이 달라지는지 확인하기 위하여 SPSS PROCESS Macro의 1번 모델을 활용하여 검증하였다.

불안전감과 정서인식 명확성의 상호작용항은 저장행동에 대해 유의한 영향을 미치는 것

표 3. 불안전감과 저장행동의 관계에서 정서인식 명확성의 조절효과

종속변인: 저장행동			
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>
(상수)	-.20	1.09	-.18
불안전감	1.12	.34	3.31**
정서인식 명확성	.48	.28	1.70
불안전감 x 정서인식 명확성	-.21	.09	-2.26*
정서인식 명확성			
M-1SD	.52	.10	5.41***
M	.38	.07	5.29***
M+1SD	.24	.09	2.62**

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

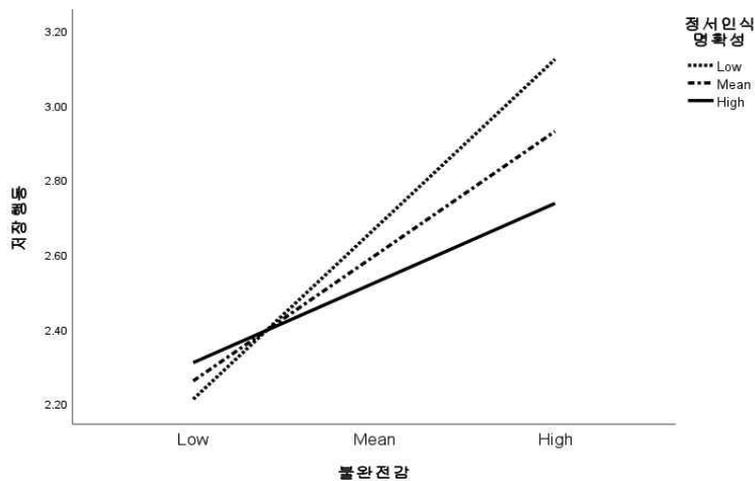


그림 2. 정서인식 명확성의 조절효과

으로 나타났다( $B=-.21, p<.05$ ). 즉 정서인식 명확성이 불안전감과 저장행동의 관계를 조절한다는 것을 의미한다.

유의하게 나타난 조절효과를 더욱 세부적으로 확인하기 위하여 정서인식 명확성을 세 수준( $M-1SD, M, M+1SD$ )으로 나누어 단순 기울기 분석을 실시하였다. 세 수준 모두에서 불안전감이 저장행동에 미치는 영향은 유의하였지만, 정서인식 명확성 수준이 높을수록 그 영향이 줄어드는 것으로 나타났다. 분석 결과는 표 3 및 그림 2와 같다.

#### 조절된 매개효과 검증

부적응적 완벽주의가 불안전감을 매개로 저장행동에 미치는 영향을 정서인식 명확성이 조절하는지 확인하기 위하여 SPSS PROCESS Macro의 14번 모델을 활용하여 분석을 실시하였다. 분석 결과는 표 4에 제시하였다.

저장행동에 대한 부적응적 완벽주의의 직접 효과는 유의하지 않은 것으로 나타났으나 ( $B=.13, p>.05$ ), 불안전감과 정서인식 명확성의 상호작용항은 저장행동에 대해 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B=-.21, p<.05$ ). 또한 조절된 매개지수가 하한값과 상한값 사이에 0을 포함하지 않아 유의한 것으로 나타났다( $B=-.19$ ). 이는 표 5에 제시하였다.

조절된 매개효과가 유의하게 나타났으므로, 간접효과가 어떠한 양상으로 조절되는지 확인하기 위하여 정서인식 명확성을 세 수준( $M-1SD, M, M+1SD$ )으로 나누어 정서인식 명확성의 조건부 간접효과를 확인하였다. 표 5와 같이 정서인식 명확성 수준이 높을수록 부적응적 완벽주의가 불안전감을 매개로 저장행동에 미치는 영향이 줄어드는 것으로 나타났다. 특히 정서인식 명확성이  $M+1SD$  수준에서는 부적응적 완벽주의가 저장행동에 미치는 간접 영향이 유의하지 않은 것으로 나타났다.

표 4. 정서인식 명확성의 조절된 매개효과

종속변인: 불안전감			
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>
(상수)	.002	.18	.01
부적응적 완벽주의	.89	.05	16.47***
종속변인: 저장행동			
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>
(상수)	-.57	1.14	-.50
부적응적 완벽주의	.13	.12	1.16
불안전감	1.07	.34	3.14**
정서인식 명확성	.52	.28	1.83
불안전감 x 정서인식 명확성	-.21	.09	-2.32*

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

표 5. 정서인식 명확성의 조건부 간접효과

		<i>B</i>	<i>SE</i>	상한값	하한값
정서인식 명확성	M-1SD	.40	.10	.21	.59
	M	.28	.09	.11	.44
	M+1SD	.15	.11	-.06	.35
조절된 매개 지수					
		Index	<i>SE</i>	하한값	상한값
정서인식 명확성		-.19	.08	-.35	-.04

이는 정서인식 명확성이 높은 경우, 부적응적 완벽주의가 높아 불완전감이 높아지더라도 저장행동이 증가하지 않는다는 것을 의미한다.

### 논 의

저장행동에 따른 심리 사회적 문제가 사회적인 이슈로 대두됨에 따라 이와 같은 문제에 효과적인 치료적 방안을 마련하기 위해 관련된 심리적 변인들을 탐색하고자 하였다. 이에, 본 연구에서는 부적응적 완벽주의와 저장행동의 관계를 불완전감이 매개하는지, 그리고 이를 정서인식 명확성이 조절하는지 검토하였다. 본 연구의 주요 결과 및 그에 대한 주요 논의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 저장행동은 부적응적 완벽주의, 불완전감과 유의한 정적 상관을 나타내, 저장행동에 기여하는 다양한 심리적 요인을 확인할 수 있었다. 이는 완벽주의가 저장행동과 관련되어 있고(Frost et al., 1993; Timpano et al., 2011; Ramezani et al., 2016), 불완전감이 높은 사람들이 유의미하게 높은 저장행동을 보고한다는 선행 연구들(Nissen, & Parner, 2018; Pertusa et al., 2010; Summerfeldt et

al., 2004)과 일치하는 결과이다. 이처럼 저장행동은 과도한 성취 추구 및 실패에 대한 두려움, 그리고 불충분하다는 내적 감각으로 인한 부적응적 행동의 맥락에서 이해될 수 있는 바, 저장행동에 대해 치료적으로 개입할 때에도 개인의 부적응적 완벽주의 및 불완전감의 특성을 살펴볼 필요가 있다.

둘째, 본 연구의 결과를 통해 부적응적 완벽주의가 저장행동에 미치는 영향은 불완전감에 의해 매개된다는 점이 검증되었다. 즉 부적응적 완벽주의가 높을수록 자신의 행동이나 경험이 불완전하다는 느낌을 경험하며, 이로 인해 높은 수준의 저장행동이 발생할 수 있다는 것이다. 이는 높은 완벽주의가 불완전감을 야기할 수 있으며(Moretz & McKay, 2009; Wetterneck et al., 2011), 불완전감이 저장행동에 기여한다는 선행 연구 결과(Nissen, & Parner, 2018; Pertusa et al., 2010; Summerfeldt et al., 2004)와 맥을 같이 한다. 특히, 불완전감은 부적응적 완벽주의와 저장행동 간의 관계를 부분 매개하였다는 점을 볼 때, 부적응적 완벽주의가 직접적으로 저장행동을 증가시키기도 하지만, 부적응적 완벽주의가 높은 경우 자신이 설정한 비합리적인 목표와 실패에 대한 두려움으로 인해 지속적으로 완벽하지 못

하다는 불안전한 내적 감각을 느끼게 되고, 이러한 불편감을 해소하기 위해 저장행동을 나타낼 가능성이 높아지게 된다는 것을 시사한다. 본 연구는 저장행동에 초점을 둔 국내 연구가 매우 부족한 실정을 고려하여, 비임상 집단을 대상으로 저장행동에 영향을 미치는 관련 변인들을 통합적으로 검토하였으며, 부적응적 완벽주의가 저장행동으로 가는 경로에서 불안전감의 중요성을 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 이는 저장행동의 치료에서 주목해야 할 결과이기도 하다. 개인이 지닌 완벽주의 성향은 안정적으로 유지되는 성격적 특성으로서 상대적으로 개입을 통해 변화시키기 어렵고, 강박장애의 치료 결과를 방해하는 요인(Frost et al., 2002)으로 더 나쁜 예후와 관련되어 있다(Chik et al., 2008). 반면 불안전감을 훈련을 통해 변화할 수 있는 요소이므로, 지나치게 높은 부적응적 완벽주의 성향을 지닌 개인이라 할지라도 자신의 불편한 감정을 적절히 수용할 수 있는 훈련이 효과적으로 이루어진다면 저장행동에 대해 충분한 치료적 효과를 가져올 수 있을 것이다. 수용전념치료(ACT)는 불안전감을 자연스럽게 경험하고 수용할 수 있도록 돕는 치료적 개입으로서, 추후 저장행동에 대한 치료적 개입을 모색할 때 효과적으로 활용될 수 있을 것이라 사료된다.

셋째, 부적응적 완벽주의가 불안전감을 매개로 저장행동에 미치는 영향은 정서인식 명확성에 의해 조절되는 것으로 확인되었다. 구체적으로 정서인식 명확성이 낮거나 평균 수준에서는 부적응적 완벽주의가 불안전감을 매개로 저장행동에 정적인 영향을 미쳤으나, 정서인식 명확성이 높은 수준에서는 부적응적 완벽주의가 불안전감에 정적인 영향을 미치지 않음, 저장행동이 증가하지 않는 것으로 나타났다.

즉, 정서인식 명확성이 낮거나 평균인 경우에는 부적응적 완벽주의가 높을수록 불안전감이 높아져 저장행동이 심화되는 것으로 나타났지만, 정서인식 명확성이 높은 경우에는 부적응적 완벽주의가 높아 불안전감이 증가하더라도 저장행동의 수준이 유의하게 높아지지 않았다. 본 연구의 결과를 통해 알 수 있는 바로는 불안전감을 겪는 사람들 가운데 자신의 정서를 명확히 인식하는 능력이 낮은 사람의 경우에는 개인의 불충분하거나 불안전하다는 느낌을 강박적인 행동으로 다루고자 하며, 이때 저장행동을 나타낼 가능성이 높다는 것이다. 이와 같이 정서인식 명확성은 불안전감이 저장행동으로 발전하는 과정에서 핵심적인 기능을 하는 변인으로서, 치료적 개입에서도 중요하게 고려해야 할 필요가 있다. 불안전감을 겪는 것만으로는 반드시 저장행동을 나타내지 않을 수 있기 때문이다. 따라서 추후 저장행동에 대한 치료적 개입을 실시할 때에는 개인이 지닌 정서인식 명확성의 수준을 파악할 필요가 있으며, 더욱이 불안전감을 다룰 때에도, 불충분하다는 자신의 느낌을 명확히 이해하도록 하여 목표 지향적인 행동에 초점을 맞출 수 있도록 돕는 것이 특히 중요할 수 있겠다.

더 나아가, 이러한 결과는 기존의 강박장애에 대한 치료적 방안의 한계점을 극복한 대안적인 치료법으로서 활용될 가능성을 시사한다. 강박증상에 대한 치료는 인지행동치료(CBT)에 기반을 둔 노출 및 반응방지법(exposure and response prevention, ERP)이 가장 흔하게 사용되고 있으나 ERP에서 노출은 고통을 야기하기 때문에 이 치료를 거부하는 환자가 25~30%에 달하며, 20% 정도는 재발한다(Riggs & Foa, 1993). 또한 저장행동의 경우에는 인지행동치료(CBT)가 큰 도움이 되지 않는 것으로 나타

나(Maraix-Cols et al., 2002), 이러한 문제를 조기에 예방하고 치료의 효과를 증가시키기 위한 대안적인 방법이 필요한 실정이었다. 이에 본 연구에서는 정서가 주는 정보를 활용하는 능력에 초점을 둔 치료적 개입의 필요성을 제시하였다. 즉, ERP를 완료하기 전에 정서인식 명확성의 수준을 향상시키면 노출에 대한 참여도를 높이고 저장행동 감소를 촉진할 수 있을 것이다.

이러한 의의에도 불구하고 본 연구가 가진 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 자기보고식 설문지를 사용하였으므로 참여자들의 실제 부적응적 완벽주의 성향 및 불안전감이 저장행동으로 연결되는 과정을 명확하게 파악하는 데 제한이 있다. 아울러 참여자들의 사회적 바람직성이 개입되어 솔직한 응답을 하지 않았을 가능성이 있다. 추후 연구에서는 실험연구나 관찰 연구 등 다양한 방법을 통하여 진행할 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 횡단 연구로 진행되어 부적응적 완벽주의, 불안전감, 정서인식 명확성, 저장행동의 관계에 대한 현상만을 측정하며 그 인과성을 명확하게 설명해 주지 못한다. 따라서 추후에는 종단연구 등으로 연구를 설계하여 변인들 간 인과관계를 보다 명확히 확인할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에 참여한 대상은 대학생 집단이었으므로, 본 연구에서 도출된 결과를 치료가 필요한 정도의 저장행동을 보이는 임상군에 적용하는 데에는 한계가 있다. 따라서 추후 연구에서는 저장행동을 보이는 병리적 집단을 대상으로 본 연구의 결과를 반복 검증할 필요가 있다. 또한 아동과 청소년 등 다양한 연령층을 대상으로 변인들 간 관계를 파악

하면 일반화 가능성을 더욱 높일 수 있을 것이다. 그럼에도 불구하고, 강박증상은 비임상 집단에게도 흔히 나타나고 임상 집단에서 보이는 증상과 유사하다는 점에서 비임상 집단의 저장행동 연구는 임상 집단의 저장행동을 이해하는 데에 기여할 것으로 예상된다.

## 참고문헌

- 건강보험심사평가원 (2023). 보건 의료 빅데이터 개방시스템.  
<http://opendata.hira.or.kr/op/opc/olapMfrnIntrslInInfo.do>.
- 김주연, 박경훈, 이영순 (2015). 정서경험 군집에 따른 정서조절전략 및 갈등해결전략의 차이: 정서인식 명확성, 정서표현양가성의 군집비교. *재활심리연구*, 22(2), 377-391.
- 민병배 (2000). *강박사고와 걱정: 침투사고 대처과정 및 관련 성격특성에서의 유사점과 차이점*. [박사학위논문, 서울대학교 대학원].
- 박지연, 이인혜 (2014). *개관논문: 완벽주의, 반추, 우울의 관계: 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의*. *한국심리학회지: 건강*, 19(1), 371-386.
- 박현주 (1999). *기능적 완벽주의 집단과 역기능적 완벽주의 집단의 구분 및 특성연구* [석사학위논문, 서울대학교 대학원].
- 신연정, 조현주 (2024). *대학생의 불안전감과 강박증상의 관계: 정서조절곤란과 완벽주의 및 불확실성에 대한 인내력 부족 신념의 순차매개효과*. *청소년학연구*, 31(6), 81-103.

- 이상원, 박준호, 이민규 (2020). 위협의 과대평가와 기억신뢰가 강박적 확인행동에 미치는 영향. *청소년학연구*, 27(11), 449-477
- 이서정, 현명호 (2008). 정서인식의 명확성과 인지적 정서조절이 정신건강에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 13(4), 887-905.
- 이수정, 이훈구 (1997). Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구: 정서지능의 하위요인에 대한 탐색. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 11(1), 95-116.
- 이은호 (2005). 불완전감과 강박증상 및 성격요인의 관계 [석사학위논문, 서울대학교 대학원].
- 임전옥, 장성숙 (2003). 정서인식의 명확성, 정서조절양식과 심리적 안녕의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 15(2), 259-275.
- 임준석 (2007). 한국어판 단축형 강박증상목록 (OCI-RK)의 비임상군에서의 신뢰도와 타당도 [석사학위논문, 연세대학교 대학원].
- 정승진 (1999). 완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담 프로그램 개발 [박사학위논문, 연세대학교 대학원].
- 조은주, 임종민, 장문선 (2021). 불완전감과 강박신념이 강박증상에 미치는 영향: 마음챙김의 조절된 매개효과. *한국심리학회지: 임상*, 40(3), 258-268.
- 홍슬기, 박경 (2017). 청소년의 강박적 신념이 강박행동에 미치는 영향: 정서인식 명확성의 조절효과를 중심으로. *재활심리연구*, 24(3), 457-472.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Barrett, L. F., & Gross, J. J. (2001). Emotional intelligence: A process model of emotion representation and regulation. In T. J. Mayne & G.A. Bonanno (Eds.), *Emotions: Current issues and future directions* (pp. 286-310). Guilford Press.
- Belloch, A., Morillo, C., Lucero, M., Cabedo, E., & Carrió, C. (2004). Intrusive thoughts in non clinical subjects: The role of frequency and unpleasantness on appraisal ratings and control strategies. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 11(2), 100-110.
- Chik, H. M., Whittal, M. L., & O'Neill, M. L. (2008). Perfectionism and treatment outcome in obsessive-compulsive disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 32, 676-688.
- Ciarrochi, J., Heaven, P. C., & Supavadeeprasit, S. (2008). The link between emotion identification skills and socio-emotional functioning in early adolescence: A 1-year longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 31(5), 565-582.
- Cloninger, C. R., Zohar, A. H., Hirschmann, S., & Dahan, D. (2012). The psychological costs and benefits of being highly persistent: Personality profiles distinguish mood disorders from anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*, 133(3), 758-766.
- Coles, M. E., Frost, R. O., Heimberg, R. G., & Rhéaume, J. (2003). "Not just right experiences": perfectionism, obsessive-compulsive features and general psychopathology. *Behaviour Research and Therapy*, 41(6), 681-700.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996).

- The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16-29.
- de la Cruz, L. F., Landau, D., Iervolino, A. C., Santo, S., Pertusa, A., Singh, S., & Mataix-Cols, D. (2013). Experiential avoidance and emotion regulation difficulties in hoarding disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 27(2), 204-209.
- do Rosario-Campos, M. C., Leckman, J. F., Mercadante, M. T., Shavitt, R. G., Prado, H. d. S., Sada, P., Zamignani, D., & Miguel, E. C. (2001). Adults with early-onset obsessive-compulsive disorder. *The American Journal of Psychiatry*, 158(11), 1899-1903.
- Fan, Y., Eisen, J. L., Rasmussen, S. A., & Boisseau, C. L. (2023). The relationship between obsessive-compulsive disorder symptom subtypes and social adjustment. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 38, 100826.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. American Psychological Association.
- Foa, E. B., Huppert, J. D., Leiberg, S., Langner, R., Kichic, R., Hajcak, G., & Salkovskis, P. M. (2002). The Obsessive-Compulsive Inventory: development and validation of a short version. *Psychological Assessment*, 14(4), 485-496.
- Foa, E. B., Kozak, M. J., Salkovskis, P. M., Coles, M. E., & Amir, N. (1998). The validation of a new obsessive-compulsive disorder scale: The Obsessive-Compulsive Inventory. *Psychological Assessment*, 10(3), 206-214.
- Frost, R. O., & Gross, R. C. (1993). The hoarding of possessions. *Behaviour Research and Therapy*, 31(4), 367-381.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14(1), 119-126.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Frost, R. O., Novara, C., & Rhéaume, J. (2002). Perfectionism in obsessive compulsive disorder. *In Cognitive approaches to obsessions and compulsions* (pp. 91-105). Pergamon.
- Frost, R. O., Steketee, G., & Tolin, D. F. (2012). Diagnosis and assessment of hoarding disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8(1), 219-242.
- Frost, R. O., Steketee, G., & Williams, L. (2000). Hoarding: a community health problem. *Health & Social Care in the Community*, 8(4), 229-234.
- Gohm, C. L. (2003). Mood regulation and emotional intelligence: individual differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 594-607.
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & Emotion*, 13(5), 551-573.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.
- Hayes, A. F. (2012). *PROCESS: A versatile*

- computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling.*
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: an experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 1*(2), 137-164.
- Khosravani, V., Samimi Ardestani, S. M., Sharifi Bastan, F., & Malayeri, S. (2020). Difficulties in emotion regulation and symptom dimensions in patients with obsessive-compulsive disorder. *Current Psychology, 39*(5), 1578-1588.
- Kim, H. J., Steketee, G., & Frost, R. O. (2001). Hoarding by elderly people. *Health & Social Work, 26*(3), 176-184.
- Lehmann, I. S., & Konstam, V. (2011). Growing up perfect: Perfectionism, problematic internet use, and career indecision in emerging adults. *Journal of Counseling & Development, 89*(2), 155-162.
- Mataix-Cols, D., Marks, I. M., Greist, J. H., Kobak, K. A., & Baer, L. (2002). Obsessive-compulsive symptom dimensions as predictors of compliance with and response to behaviour therapy: results from a controlled trial. *Psychotherapy and Psychosomatics, 71*(5), 255-262.
- Mathews, C. (2021). Obsessive-compulsive disorders. *CONTINUUM: Lifelong Learning in Neurology, 27*(6), 1764-1784.
- McFarland, C., & Buehler, R. (1997). Negative affective states and the motivated retrieval of positive life events: The role of affect acknowledgment. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*(1), 200-214.
- Mertol, S., & Alkin, T. (2012). Temperament and character dimensions of patients with adult separation anxiety disorder. *Journal of Affective Disorders, 139*(2), 199-203.
- Moretz, M. W., & McKay, D. (2009). The role of perfectionism in obsessive-compulsive symptoms: "Not just right" experiences and checking compulsions. *Journal of Anxiety Disorders, 23*(5), 640-644.
- Muris, P., Merckelbach, H., & Clavan, M. (1997). Abnormal and normal compulsions. *Behaviour Research and Therapy, 35*(3), 249-252.
- Neff, K. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity, 2*(2), 85-101.
- Nissen, J. B., & Parner, E. (2018). The importance of insight, avoidance behavior, not-just-right perception and personality traits in pediatric obsessive-compulsive disorder (OCD): a naturalistic clinical study. *Nordic Journal of Psychiatry, 72*(7), 489-496.
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group. (1997). Cognitive assessment of obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy, 35*(7), 667-681.
- Pertusa, A., Frost, R. O., Fullana, M. A., Samuels, J., Steketee, G., Tolin, D., Saxena, S., Leckman, J. F., & Mataix-Cols, D. (2010). Refining the diagnostic boundaries of compulsive hoarding: a critical review. *Clinical Psychology Review, 30*(4), 371-386.

- Ramezani, Z., Rahimi, C., & Mohammadi, N. (2016). Predicting obsessive compulsive disorder subtypes using cognitive factors. *Iranian Journal of Psychiatry, 11*(2), 75-81.
- Rhéaume, 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.
- Riggs, D. S., & Foa, E. B. (1993). Obsessive-compulsive disorder. *Comprehensive Handbook of Personality and Psychopathology*, 169.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health* (pp.125-154). Washington, DC: American Psychological Association.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality, 9*(3), 185-211.
- Salzman, L. (1973). *The obscsive personality: origins, dynamics and therapy*. New York: Jason Aronson.
- Stern, M. R., Nota, J. A., Heimberg, R. G., Holaway, R. M., & Coles, M. E. (2014). An initial examination of emotion regulation and obsessive compulsive symptoms. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders, 3*(2), 109-114.
- Summerfeldt, L. J., Kloosterman, P. H., Antony, M. M., Richter, M. A., & Swinson, R. P. (2004). The relationship between miscellaneous symptoms and major symptom factors in obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy, 42*(12), 1453-1467.
- Summerfeldt, L. J., Kloosterman, P., Parker, J. D. A., Antony, M. M., & Swinson, R. P. (2001). *Assessing and validating the obsessive-compulsive-related construct of incompleteness*. Poster presented at the 62nd annual convention of the Canadian Psychological Association, Ste-Foy, Quebec.
- Taylor, J. K., Moulding, R., & Nedeljkovic, M. (2018). Emotion regulation and hoarding symptoms. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders, 18*, 86-97.
- Timpano, K. R., Exner, C., Glaesmer, H., Rief, W., Keshaviah, A., Brähler, E., & Wilhelm, S. (2011). The epidemiology of the proposed DSM-5 hoarding disorder: exploration of the acquisition specifier, associated features, and distress [CME]. *The Journal of Clinical Psychiatry, 72*(6), 6539.
- 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.
- Tolin, D. F., Levy, H. C., Wootton, B. M., Hallion, L. S., & Stevens, M. C. (2018). Hoarding disorder and difficulties in emotion regulation. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders, 16*, 98-103.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W., & Abraham, W. T. (2004). Maladaptive perfectionism as a mediator and moderator between adult attachment and depressive mood. *Journal of Counseling Psychology, 51*(2),

201-212.

Wetterneck, C. T., Little, T. E., Chasson, G. S., Smith, A. H., Hart, J. M., Stanley, M. A., & Björgvinsson, T. (2011). Obsessive-compulsive personality traits: How are they related to OCD severity? *Journal of Anxiety Disorders*, 25(8), 1024-1031.

논문 투고일 : 2024. 10. 14

1 차 심사일 : 2024. 11. 04

게재 확정일 : 2024. 11. 14

## The Effects of Maladaptive Perfectionism and Incompleteness on Hoarding Behavior: the Moderated Mediating Effect of Emotional Clarity

DongJin Kim      Minkyu Rhee

Department of Psychology, Gyeongsang National University

The purpose of this study is to examine the mediating effect of incompleteness in the relationship between maladaptive perfectionism and hoarding behavior, and to determine whether this mediating effect varies according to the level of emotional clarity. To this end, data were collected from 243 university students aged 18 and older using the Multidimensional Perfectionism Scale, the Korean version of the Obsessive-Compulsive Inventory-Revised, the Obsessive-Compulsive Trait Core Questionnaire, and the Korean version of the Trait Meta-Mood Scale. Based on the collected data, this study verified the mediating effect of incompleteness and the moderated mediating effect of emotional clarity in the relationship between maladaptive perfectionism and hoarding behaviors, and the main findings are as follows. First, the relationship between maladaptive perfectionism and hoarding behaviors was found to be partially mediated by incompleteness. Second, emotional clarity was found to moderate the relationship between incompleteness and hoarding behaviors. Finally, the mediating effect of incompleteness in the relationship between maladaptive perfectionism and hoarding behaviors was found to be moderated by emotional clarity. This suggests that the pathway from maladaptive perfectionism to hoarding behaviors through incompleteness can be alleviated by emotional clarity. Based on these findings, the implications and limitations of this study were discussed.

*Key words* : maladaptive perfectionism, incompleteness, hoarding behaviors, emotional clarity