한국심리학회지 : 임상
The Korean Journal of Clinical Psychology
2011, Vol. 30, No. 4, 889-906

한국판 사고억제 척도(Thought Suppression Inventory: TSI)의 타당화 연구 - 일반 성인을 대상으로*

이 선 영†

SUNY-Albany

본 연구는 사고억제와 침입적 사고를 독립적으로 평가하며, 성공적인 억제정도를 측정하는 한국판 사고 억제척도(TSI)의 신뢰도와 타당도를 평가하기 위하여 실시되었다. 대학생 및 대학원생 등 일반성인을 대상으로 한국판 사고 억제척도의 요인구조를 분석한 결과, 이 척도는 사고 억제, 침입적 사고, 그리고 성공적인 사고 억제의 3요인으로 구성되어 있으며, 각 요인의 신뢰도는 만족할 만한 수준을 보여주었다. 정적, 부적 정서 및 심리적 증상과의 타당도를 검토한 결과, 사고 억제척도는 간이 정신진단검사로 측정한 불안, 우울, 신경증, 강박 및 적대감등과 적절한 상관을 나타내었으며, 정적, 부적 정서와도 적절한 상관을 보여주었다. 또한 사고억제와 관련되는 심리적 과정 및 특성으로서 반추적 경향성과 자기 개념과의 관계를 검토한 결과, 사고 억제 중 침입적 사고가 반추적 경향성과 유의한 상관을 나타내었으며, 자기 개념과는 침입적 사고가 부적 상관을 성공적 억제가 정적 상관을 나타내었다. 이 결과는 한국판 사고 억제 척도가 적절한 심리측정적 지표를 나타내고, 사고억제의 빈도 뿐 아니라 효율성등 다양한 측면에서 잘 구성하고 있다는 것을 보여주고 있다. 이러한 결과의 시사점과 향후 연구에 대한 제안점을 논의하였다.

주요어 : 사고 억제 척도, 성공적 억제, 침입적 사고, 억제 시도.

---

* 이 논문의 일부는 이선영(2010)의 한국임상심리학회 동계학술대회 포스터발표 일부를 재정리하여 인용하였음.
본 연구는 원척도를 개발한 Rassin의 승인 하에 이루어졌음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 이선영 / Department of Psychology, State University of New York-Albany. 1400 Washington Ave, Albany, NY, 12222.
E-mail : seonyoung99@gmail.com

1987년 Wegner 등이 수행했던 흰곰효과 실험의 결과를 시작으로 현재까지 사고억제의 역설적 효과에 대한 연구가 반복되어 왔다. 실제 위의 실험에서 피검자에게 5분간 흰 곰에 대해서 생각하지 않도록 지시한 이후 흰 곰에 대한 생각의 빈도를 측정한 결과, 억제 노력에도 불구하고 실험군의 피검자들은 통제 집단에 비해 평균 7 배 이상 흰 곰을 더욱 빈번히 생각하였다(Wegner et al, 1987).

이처럼 원치 않는 사고가 의식에 접근하는 것을 막고자 하는 사고 억제는 우리가 빈번히 사용하는 통제전략 중 하나이다. 이러한 사고 억제는 하나의 자극으로부터 다른 자극으로의 세심한 주의전환을 요구한다. 즉, 사고 억제는 크게 두 과정으로 나뉘는데, 하나는 작동(operation)과정으로서 억제하는 생각과 관련 없는 자극을 탐색하는 과정이며, 다른 하나는 감시(monitoring)과정으로서 억제하고자 하는 표적 사고가 의식 수준에 떠오르는 지를 감독하는 과정이다. 문제는 대개 작동과정에는 상당한 인지적 노력이 필요하여 정신적 용량이 과부하 되기 쉬어 작동과정에 몰두할수록 감시과정에 사용할 수 있는 정신적 용량이 감소되며, 오히려 표적 사고에 대한 과민감성을 초래하게 되는 것이다(이선영, 2010 재인용).

결과적으로 사고억제는 종종 원치 않는 사고의 경험을 줄이는 데 효과가 없을 뿐 아니라 원치 않는 사고를 더 빈번하게 경험하게 하는 역설적인 결과를 초래한다. 즉, 사고 억제 당시의 즉시적으로 표적사고의 빈도를 증가시키는 '즉시적 상승효과'를 나타내거나, 일시적으로 사고 억제가 효과를 보인 후에 다시 표적 사고의 빈도가 증대되는 '반동효과(rebound effect)'를 보인다고 하였다(Lavy & Van den Hout, 1990; Wegner, 1989).

현재까지 우울 및 불안 등 정신병리에 대한 인지-행동적 모형에서 사고억제의 역설적 효과와 관련된 연구가 반복되어왔으나(Wegner, 1994; Becker, Rink, & Margraf, 1998), 실제 이와 관련된 실험실 연구는 다소 비일관적인 결과를 보여 왔다(Abramowitz, Tolin, & Stresst, 2001).

실제로 정신병리와 이러한 사고 억제의 즉시적인 상승효과 및 반동효과 사이의 실질적인 관련성이 증명되지 않은 연구 결과가 늘면서 이러한 사고억제의 역설적 효과는 여전히 논쟁이 지속되고 있다(Rutledge, Hancock, & Rutledge, 1996). 특히 메타분석 결과, 침입적 사고 빈도에 미치는 억제시도의 영향이 미비하며, 임상 집단과 비임상 집단간 차이가 없다는 연구 결과 또한 있다(Abramowitz, Tolin, & Streest, 2001).

이로 인해 현재까지 사고억제에 대한 연구가 주로는 원치 않는 생각을 억제하는 경향성만을 측정하여 왔는데, 실제로는 억제정도 및 경향성에만 개인차가 있는 것이 아니라 억제 효율성에도 개인차가 있으며 이를 측정할 필요가 있다는 요구가 생겨났다(Brewin & Beaton, 2002), 실제 Myers 등에 의하면 높은 방어성과 낮은 불안 정도를 나타내 억제자로 분류할 수 있는 특정 개인들의 경우, 원치 않는 생각을 성공적으로 억제하는 것으로 나타나기도 하였다(Myers, Brewin, & Power, 1998).

즉, 현재까지의 사고 억제에 대한 연구와 더불어 실제 부정적인 사고가 어떻게 효율적으로 억제될 수 있는 지, 즉 성공적 억제 정도를 심리적으로 측정하는 것이 이와 관련된 심리적 특성 및 증상과의 관련성을 탐색할 수 있도록 돕는 등 임상적 함의를 가질 것으로 보인다(Koster st al, 2008).

1994년 흰곰 효과에 기초해 Wegner와

Zanakos는 사고 통제 전략으로서 사고 억제를 많이 사용하는 개인을 변별하고자 15문항으로 구성된 자기 보고식 질문지를 개발하였다. 이 'White Bear Suppression Inventory(이후 WBSI)'로 측정된 사고 억제 정도는 시간에 따른 안정성을 나타내 Wegner 와 Zanakos(1994)는 이를 특질적인 경향성으로 볼 수 있다고 하였다.

한편 WBSI의 타당화 및 신뢰도와 관련하여, 이후 연구에서 WBSI의 신뢰도는 Wegner와 Zanakos의 연구 결과와 마찬가지로 안정적으로 나타났으나, 구성타당도와 관련해서는 비일관적인 결과를 나타내었다.

즉, 단일요인으로 구성된 결과를 나타낸 Muris등의 연구(Muris, Meckelbach, and Horselenberg, 1996)와 달리 Blumberg(2000)는 WBSI가 억제 시도와 침입적 사고 그리고 자기 주의 분산 등 3개의 다른 척도로 구성된다고 하였으며, 확인적 요인분석을 통해 이러한 3요인 구조가 1요인 보다 더 좋은 모형 적합도를 보였다고 하였다. 또한 Rassin(2003) 및 Schmidt 등의 연구(2009) 등에 따르면, 대학생을 대상으로 WBSI의 요인구조를 검증한 결과, '사고 억제'와 '침입적 사고'의 두 가지 요인으로 구성된 이요인 구조를 나타내었다(Rassin, 2003; Schmidt et al, 2009).

이처럼 사고억제 척도가 적어도 두 개 이상의 하위 척도로 구성된다는 타당화 연구 결과가 축적됨에 따라 WBSI가 오로지 사고억제 즉, 개인의 대처 전략만을 측정하는 것이 아니라 대처하고자 하는 대상 즉, 원치 않는 사고 자체를 경험하는 정도 즉 침입적 사고를 경험하는 정도 또한 측정한다는 비판이 반복되었다(Blumberg, 2000; Hőping & De Jong-Meyer, 2003; Rassin, 2003),

정리하자면, WBSI에 대한 주요 비판 중 하나는 WBSI 척도가 단일요인이 아닌 다요인으로 구성된다는 주장으로, 이와 더불어 WBSI가 사고억제 시도와 침입적 사고 정도를 측정하는 문항이 혼입되어 있음으로써 전체 점수를 지나치게 부정적으로 해석하게 한다는 비판 또한 있어 왔다. 실제로 WBSI에 대한 몇몇 타당화 연구 결과에 따르면, 하위 요인 중 '사고억제'는 우울 및 불안을 유의하게 예측하지 못했으며, '침입적 사고'하위 요인만이 우울과 불안을 유의하게 예측하였다(Rassin, 2003; Schmidt et al, 2009). Blumberg(2000)는 이에 더해 '전체 점수가 낮은 경우 더욱 해석이 어렵다. 낮은 점수를 나타낸 사람들의 경우 사고억제를 성공적으로 한다는 것인가? 아니면 그들이 억제하고자 하는 침입적 사고를 덜 경험한다는 것으로 해석해야 하는가?' 라고 하기도 하였다.

WBSI에 대한 주요 비판점 중 다른 하나는 앞에서 언급한 성공적 억제와 관련되는 부분으로, 기존의 사고억제 척도가 사고 억제정도 및 경향성의 개인차를 측정하고는 있으나, 억제 효율성에 있어 개인차를 측정하지는 못한다는 것이다(Brewin & Beaton, 2002),

앞에서 언급한 기존의 WBSI의 제한점에 대한 반복된 연구 결과에 따라, Rassin(2003)은 총 15문항으로 구성된 척도로서 억제시도와 침입적 사고 경험 정도를 각각 독립적으로 측정할 수 있으며, 이에 더해 성공적인 억제 정도를 추가적으로 측정할 수 있는 사고억제 척도(Thought Suppression Inventory:이하 TSI)를 개발하였다.

초기 17문항 중 요인분석 이후 수정된 최종 15문항의 사고 억제 척도는 '전혀 아니다(1)'에서 '매우 그렇다(5)'까지의 5점 척도로 측정된다. Rassin(2003)에 의하면 사고억제 척도는 '침

입적 사고', '억제시도'와 '성공적 억제'의 서로 관련되지만 독립적인 세 하위 요인으로 구성된다고 하였다. Rassin(2003)은 사고 억제척도가 독립된 세 척도로 구성되므로 전체 총점으로 해석하기보다 각각의 척도별로 해석하도록 하였다. 이 중 '억제 시도'는 "나는 불쾌한 일은 되도록 빨리 잊으려 늘 노력 한다"와 같이 원치 않는 생각을 억제하려는 시도 경향성을 평가하는 것이다. '억제 시도'는 5문항으로서 .64의 내적 일치도를 나타내었다. '침입적 사고'는 "나는 내 자신이나 지금 자리에 있지 않은 누군가의 목소리처럼 내 머릿속의 생각이 말처럼 들린다"와 같이 침입적으로 떠오르는 생각을 경험하는 정도를 평가한다. '침입적 사고'는 5문항으로서 .71의 내적 일치도를 보이는 것으로 나타나 높은 신뢰도를 보여주고 있다. 마지막으로 '성공적 억제'는 "나는 문제가 있어도 해결할 준비가 될 때까지 그 문제를 생각하지 않을 수 있다"와 같이 원치 않는 생각이 떠오르는 것을 성공적으로 억제하는 정도를 평가한다. '성공적 억제'는 .67의 내적 일치도를 나타내었다.

세 요인의 검사-재검사 신뢰도는 침입적 사고 .80, 억제 시도 .43, 성공적 억제 .83으로 나타났으며, 억제 시도와 침입적 사고 요인에서는 남여 차이가 나타나지 않았으나, 성공적 억제 요인의 경우 남성이 여성보다 유의하게 높은 점수를 나타내어 남성이 여성에 비해 성공적으로 원치 않는 생각을 더 잘 억제한다고 스스로 보고하였다.

또한 각각의 세 하위 요인이 SCL-90로 측정한 우울, 불안, 강박, 수면 문제 등의 증상을 예측하는 지 여부를 위계적 분석을 통해 검증한 결과, '침입적 사고'의 경우, '우울'을 제외한 대부분의 증상을 예측하였으나, '억제시도'는 '우울'증상만을 예측할 뿐 다른 증상을 예측하지 못하였다(Rassin, 2003).

또한 사고 억제와 관계되는 정신활동으로 반추적 반응 경향성을 들 수 있는데, 부정적 사고 등 원치 않는 사고가 의식수준에 떠오르는 것을 억제할수록 부정적 사고를 감시하는 과정에서 오히려 이에 대한 과민감성을 초래하게 되며, 결과적으로 부정적 사고 등의 원치 않는 사고의 강도나 빈도가 증가된다고 하였다(Wegner & Wenzlaff, 1966; Posner & Snyder, 1975). 즉, 사고억제 과정과 반추적 사고 경험은 동전의 영면처럼 서로 관련되나 양립할 수 없는 과정으로, 실제 사고억제가 반추적 반응 경향성과 유의한 상관을 보이며, 역설적으로 반추적 반응 경향성을 높여 우울에 기인한다는 연구 결과 또한 있다(Wenzladd & Luxiton, 2003).

Koster 등(2008)의 TSI에 대한 최근 연구에 따르면, 낮은 특성 불안정도가 성공적 억제 정도를 예언한다고 하였으며, 특성 불안 수준이 높을수록 더 빈번히 침입적 사고를 경험하였다고 하였다(Koster et al, 2008). 성공적인 억제 능력과 관련하여 Koster (Koster et al, 2008) 등은 3단계의 표준화된 사고억제 실험 절차를 사용하여 실질적인 사고억제 능력을 컴퓨터상으로 측정함으로써, 실질적인 억제능력과 자기 지각된 성공적 억제 능력 간 차이를 검증하였다. 각각 3분간 지속되는 세 단계로 이루어진 이 실험에서 피검자들은 부정적 사고 경험 시 이를 컴퓨터상에서 즉시적으로 표시하였다. 첫 번째 '자유롭게 생각하기'단계와 두 번째 사고억제의 즉시적인 효율성을 측정하기 위한 '사고 억제' 단계 및 반동효과를 측정하기 위한 '자유롭게 생각하기' 단계로 구성된 실험결과, 자기-보고식으로 측정된 성공적 억

제 정도와 실제 사고 억제 단계 이후 침입적 사고 빈도는 유의한 관련이 없었다. 즉, 실제로는 사고억제 시도에서 유의하게 높은 침입적 사고 빈도를 보이지 않음에도 불구하고, 우울과 불안 점수가 높은 사람일수록 실제보다 자신의 억제능력이 성공적이지 못하다고 보고하였다.

이러한 사고억제 능력에 영향을 미치는 인지적 변인과 관련해 강박 장애 환자를 대상으로 시행한 연구 결과, 사고억제 능력에 영향을 미치는 인지적 변인이 주의 통제 및 분산 능력이라기보다는 자기-처벌 및 자기-수용이라고 하였다(Rassin & Diepstraten, 2000). 이처럼 특정한 생각을 하고 있는 것에 대해 자신을 처벌하는 정도가 사고억제와 관련된다는 기존 연구(Amir, Cashman, & Foa,1997)에 더해 최근 들어서는 특정한 생각 및 감정을 경험하는 것에 대해 스스로를 비판하거나 판단하지 않고 스스로에게 자비롭게 대하는 정도를 나타내는 자기-자비와 사고억제가 서로 관련된다고 하기도 하였다(김경의 외, 2008). 따라서, 성공적인 억제 정도와 자기 개념과의 관계를 살펴보는 것이 의의가 있을 것으로 보인다.

국내에서도 이용승, 원호택(1999)이 WBSI를 번안해 타당화화여, 불안, 우울 등 정신병리와의 관련성을 탐색하였으나, 앞에서 언급하였던 '침입적 사고'와 '억제 시도'가 정신병리에 미치는 각각의 영향에 대한 탐색은 이후 활발히 이루어지지 못했다. 특히 긍정 심리학을 비롯해 최근 들어 정신 병리 뿐 아니라 삶의 질에 기여하는 심리적 특성을 파악하고자 하는 요구 또한 높아지고 있어 성공적인 억제를 타당하게 측정하는 도구를 개발해 이와 다른 심리적 속성 및 긍정적인 정서와의 관련성을 연구하는 것이 의미가 있을 것으로 보인다.

정리하자면, 사고억제 척도는 첫째, 개인의 억제 경향성 정도와 실제 침입적 사고를 경험하는 정도를 독립적으로 측정할 수 있다는 점, 둘째, 억제 경향성 뿐 아니라 억제 효율성의 개인차 또한 측정할 수 있다는 점, 셋째, 이를 통해 불안 및 우울 등 임상 증상에 영향을 미치는 사고억제 과정을 구체화할 수 있으며, 성공적인 억제 정도와 관련되는 심리적 특성을 탐색할 수 있는 활용 가능성이 있다는 점이 장점으로 간주된다.

따라서 본 연구에서는 사고 억제 척도(Rassin, 2003)의 구성요인의 신뢰도와 타당도를 검증하여, 국내에서 사고억제의 심리적 기제 및 임상 증상과의 관련성을 연구하기 위한 측정도구로서 적합한 지를 평가하고자 한다. 또한 그 과정에서 성공적인 억제 정도가 자기-수용 정도와 관련된다는 기존 국외 연구 결과에 따라 자기 개념과 사고 억제 정도 및 성공적인 억제와의 관련성 또한 살펴보고자 한다.

방 법

연구대상 및 절차

서울 소재 S 여자 대학, 경기도 소재 C 대학 대학원, 충청도 소재 대학에서 대학생 및 대학원생을 대상으로 척도의 요인분석과 타당도(N=200) 및 재검사 신뢰도(N=40) 검증을 위해 총 240명을 대상으로 실시하였다. 참가 학생들은 수업시간에 연구 목적에 관한 설명을 듣고 자율적으로 설문조사에 참여하였다. 전체 학생의 평균 연령(표준편차)은 31.7(8.28)이었으며, 남녀의 비율은 13대 87로 나타났다. 사고억제 정도에 있어 유의한 남여 차이는 없

었다(표 3 참고)

척도의 요인구조와 타당도 및 재검사 신뢰도를 분석하기 위하여 대학 및 대학원 심리학과에 개설된 수업에 참여하는 대상자를 2집단으로 구성하였다. 집단 구성은 수업 진행을 고려하여 재검사 실시가 용이한 수업을 재검사 집단으로 설정하였고, 다른 수업은 요인분석과 타당도를 분석하기 위한 집단으로 설정하였다. 검사는 수업시간에 이루어졌으며, 재검사는 8주 후에 수업시간에 실시되었다. 설문에 참여한 240명 중 요인 분석 및 타당도 분석을 위한 설문에서 개인정보가 확인되지 않은 3명을 제외한 237명의 자료가 최종 분석에서 사용되었다. 통계분석에는 SPSS 12.0과 AMOS 7.0을 사용하여 분석하였다.

도구

사고 억제 척도(Thought Suppression Inventory: TSI)

사고 억제 척도(Rassin, 2003)의 15문항을 연구자가 한국어로 번안한 다음, 심리학 석사학위 이상 3인과의 토의를 거쳐 문항의 표현을 자연스럽게 수정하였다. 문항은 원 문항과 같은 순서로 배열하였으며, “전혀 아니다”에서 “매우 그렇다”의 5점 척도로 평가되었다.

자기 자비 척도(Self-Compassion Scale).

자기 자비는 Neff(2003)가 개발한 26개 문항의 자기 보고식 질문지를 김경의, 이금단, 조용래, 채숙희, 이우경(2008)이 번안한 척도를 사용하여 측정하였다. 척도는 자기-친절, 자기-판단, 보편적 인간성, 고립, 마음챙김 그리고 과잉 동일시의 6개 하위 척도로 구성된다. 전체 점수 범위는 26점에서 130점이며, 본 연구에서의 내적 일치도(Chronbach's alpha)는 .78이었다.

자기 존중감 척도(Self-Esteem Scale)

자기-존중감은 Rosenberg(1965)가 개발한 10문항의 자기 보고식 질문지로 국내에서는 이영호(1993)가 번안한 척도를 사용하여 측정하였다. 총 10문항의 4점 척도이며, 본 연구에서의 내적 일치도 (Cronbach's alpha)는 .87이었다.

반추적 반응 척도(Ruminative Response Scale)

반추적 반응 양식을 평가하기 위해 Nolen-Hoeksama와 Morrow(1991)가 개발하였고, 김은정(1993)이 번안하여 사용하였다. 이 척도는 총 22문항의 4점 척도이며, 본 연구에서의 내적 일치도는 .92로 나타났다.

한국판 정적 정서 및 부적 정서 척도 (Positive and Negative Affect Schedule; PANAS)

긍정정서는 Waston(1988)이 개발한 20문항의 자기 보고식 질문지로 이현희, 김은정, 이민규(2003)가 번안한 척도를 사용하여 측정하였다. 총 20문항으로 구성되며, 정적, 부적 정서 척도 및 전체 척도는 .84～.87의 내적 일치도를 보여주고 있다(이현희, 김은정, 이민규, 2003).

개정판 간이정신진단 검사(Symptom Checklist-90-Revision; SCL-90-R)

Derogatis(1977)이 개발하였으며, 이를 김광일, 김재환, 원호택(1984)이 번안하여 표준화한 SCL-90-R을 사용하였다. 각 문항에 대해서 지난 7일 동안 경험한 증상의 정도에 따라 “전혀 없다”부터 “아주 심하다”까지 5점 척도로 평정하였으며, 표준화 당시의 내적 일치도 계수(Cronbach's alpha)는 .67～.89였다. 본 연구

에서는 Rassin(2003)의 연구에서와 마찬가지로 전체 척도 중 우울, 불안, 강박, 신경증 및 적대감 하위 척도만을 선택하여 살펴보았으며, 각 척도의 원 점수를 사용하여 분석하였다.

결 과

탐색적 요인분석

분석 방법으로는 우선, 탐색적 요인분석은 변수들이 공통적으로 포함하고 있는 요인을 추출하고 있는 것이 목적이므로 요인분석에 있어 무분별하게 주성분 분석방법을 사용하는 것은 바람직하지 않다는 연구에 따라(홍세희, 2008; 이순묵, 1994; Wooden et al, 2010), 사고억제 척도의 탐색적 요인분석을 위하여 15문항을 주축분해법을 통하여 요인분석 하였다. 또한 사고 억제 척도 요인간 상관이 존재함을 감안하여, 요인간 상관이 존재하는 사회과학에서의 가설적 구성 개념 측정 시, 발생하게 되는 측정 오차 즉, 하나의 측정 변수가 한

표 1. 사고 억제 척도의 요인구조

문 항	요인 1	요인 2	요인3
01. 나는 불쾌한 생각이 많이 든다.	.745	.036	-.247
04. 나는 통제하기 힘든 감정을 자주 경험한다.	.614	.014	-.140
07. 나는 떠올리고 싶지 않은 생각이 들 때가 있다.	.496	-.126	.193
11. 가끔 나는 어떤 생각이 떠오르는 걸 막으려, 계속해서 바쁘게 지내려 한다.	.438	.050	.268
13. 나는 집중하기가 어렵다.	.630	-.101	.014
14. 어떤 생각들이 떠오르는 것을 피하려 노력한다.	.542	.058	.255
03. 나는 문제가 있어도 해결할 준비가 될 때까지 그 문제를 생각하지 않을 수 있다.	-.007	.634	-.179
06. 나는 불쾌한 생각을 억누를 수 있다.	-.045	.530	.192
09. 나는 걱정이나 고민을 미뤄놓을 수 있다.	-.006	.587	.007
12. 나는 불쾌한 일이 거의 기억이 나지 않을 때까지 그 생각을 억누를 수 있다.	.080	.530	.249
15. 나는 지금 하는 일에 방해되는 감정을 무시하고 지울 수 있다.	-.052	.636	.067
02. 나는 불쾌한 일은 되도록 빨리 잊으려 늘 노력한다.	-.093	.096	.521
05. 나는 문제가 생기면 그 생각을 하지 않으려 늘 노력한다.	.260	.181	.409
08. 불쾌한 생각이 들 때, 나는 다른 생각을 하려 노력한다.	.026	.017	.626
고유치	2.74	1.26	3.26
설명분산	19.55	9.01	23.27
Cronbach's Alpha	.76	.74	.65

요인만을 잘 측정하는 것이 아니라 다른 요인도 측정하게 됨으로써 발생하는 변수 복잡도 문제를 해결하기 위해 Jennirich와 Sampson (1996)에 의해 소개된 사각회전(Direct oblimin) 방식을 사용하였다.

이 때 문항분석을 위해, 요인분석 실시 이전에 전체 문항에 대한 신뢰도 분석 및 오차항 분석 또한 실시하였다. 그 결과 TSI 척도의 신뢰도 값은 0.739로 각각의 문항이 삭제된 경우의 신뢰도 값보다 높아 별무리 없이 수용되었다(부록 1 참조), 또한 오차항 분석 시 잠재변수와 측정변수의 분산 추정치 결과 마이너스 값을 보이는 문항은 없었다(부록 2 참조).

이에 주축 요인분석을 실시한 결과, 고유치가 1보다 큰 4개의 요인(고유치는 각각 3.26, 2.74, 1.26, 1.05)이 추출되었으나, Scree 검사 결과 3요인부터는 고유치간의 차이가 상대적으로 적고, 원 척도가 3요인의 이론적인 내용을 구성하고 있기 때문에, 요인의 수를 3개로 지정하였다

이후 요인의 공통분산이 적어 어느 요인에도 속하지 않은 문항(10)을 제외하였다. 최종 단계에서는 14문항을 대상으로 구성 요인사이에 서로 관련이 있음을 고려하여 사각회전(Direct Oblimin Delta=0)을 통한 주축분해 요인분석을 실시하였다.

요인분석 결과 3요인의 전체 설명변량은 51.8%였으며, 각 문항의 요인 부하량은 모두 .40 이상을 보여주었다(표 1). 표 1에 따르면, 원척도에서 '억제 시도'에 속하였던 11번 문항과 14번 문항이 본 연구에서는 '침입적 사고' 요인에 속하였으며, 나머지 문항은 원척도의 요인분석 결과와 일치하였다(표 1 참고).

즉, 요인 1은 원치 않는 사고를 경험하는 정도를 나타내는 6문항으로 '침입적 사고'를 경험하는 정도를 나타내고, 요인 2는 '성공적 억제'요인으로 원치 않는 사고가 떠오르는 것을 효율적으로 억제하는 정도를 나타내는 5문항으로 구성되며, 요인 3은 3문항으로 구성된 '억제시도' 요인으로서 원치 않는 사고를 억제하려는 시도의 빈도를 나타내는 것으로 나타났다.

신뢰도

사고억제 척도의 신뢰도를 알아보기 위하여 내적일치도 계수와 8주 간격의 재검사 신뢰도를 살펴보았다(표 2). 표 2에 의하면 내적 일치도와 관련해서 침입은 .76, 성공적 억제 요인은 .74, 그리고 억제시도 요인은 .65를 나타내었다.

또한 8주 간격의 재검사 신뢰도의 경우, 침입적사고 요인은 .78, 성공적 억제 요인은 .81, 억제시도 요인은 .81을 나타내, 각 요인의 동질성과 안정성이 만족할 만한 수준임을 보여주고 있다. 결과는 표 2에 제시하였다.

표 2. 사고 억제 척도의 3요인의 내적 일치도와 재검사 신뢰도

요인	내적 일치도 (n=197)	재검사 신뢰도 (n=40)
침입	.76	.78
성공	.74	.81
억제시도	.65	.81

* 8주 재검사 신뢰도

타당도

사고 억제척도의 타당도를 살펴보기 위하여 각 요인의 남여 차이(표 3)와 요인 간 상관(표 4 참고), 사고 억제와 관련되는 이전 척도로서 유사 정신과정인 반추적 사고와의 상관(표 5 참고) 그리고 정적 정서 및 부적 정서 척도와 개정판 간이정신진단 검사와의 상관(표 6)을 분석하였다. 또한 사고억제와 관련되는 심리적 특성으로서 자기 개념과의 상관을 알아보았다(표 7 참고).

사고 억제척도의 남여 차이

사고 억제척도의 남여 집단간 평균 점수가 표 3에 제시되어 있다. 표 3에 따르면 사고억제 척도의 3요인은 남여의 집단간 유의미한 차이를 나타내지 않았다.

표 3. 사고 억제척도의 남여 차이(N=197)

요인	남 평균 (표준편차)	여 평균 (표준편차)	전체 평균 (표준편차)	*t*
침입	2.31(0.74)	2.27(0.66)	2.27(0.67)	0.263
성공	2.58(0.62)	2.34(0.70)	2.37(0.69)	1.582
억제시도	2.83(0.71)	2.92(0.75)	2.91(0.74)	-0.587

사고 억제척도의 3요인간 상관

표 4에서 사고 억제척도 하위 3요인간의 상관을 보자면 침입적 사고와 억제시도는 유의한 상관을 보이고 있으며, r=.242, p<0.01, 성공적인 사고억제 정도는 억제시도와 유의한 상관을 나타내었다, r=.353, p<0.001. 반면 성공적인 억제 정도는 침입적 사고 빈도와 유의한 상관을 나타내지는 않았다.

표 4. 사고 억제척도의 요인간 상관(N=197)

요인	침입	성공	억제시도
침입	1		
성공	-.002	1	
억제시도	.242**	.353**	

** p< 0.01, *** p< 0.001

이는 사고 억제 척도의 각 하위 요인이 서로 관련되면서도 또한 독립되어 있다고 한 Rassin(2003)의 연구와 어느 정도 일치하며, 침입적 사고와 성공적인 억제간 유의한 상관을 나타낸 점은 기존의 연구와 동일하다(Koster et al, 2008). 한편 기존의 연구와 상이하게, 본 연구에서는 억제시도와 침입적 사고간 유의한 상관을 나타내었다.

사고억제 척도와 반추 반응성과의 상관

사고억제 척도의 3요인과 반추적 반응과의 상관을 보자면, 반복적으로 부정적인 사고를 경험하는 정도를 나타내는 반추적 반응은 침입적 사고 요인과 유의한 상관을 나타냈다, r=.63, p<.001. 반면 성공적 억제 정도 및 억제 시도 자체와는 유의한 상관을 나타내지 않았다. 결과는 표 5에 제시하였다.

이는 사고 억제의 역설적인 과정 중 부정적 사고 등 원치 않는 생각이 감시 과정을 넘어서 떠오르게 되는 경우, 오히려 부정적 사고에 대한 과민감성을 초래하게 되는데, 이것이 자신의 내적상태에 대해 반복적으로 주의를

표 5. 사고 억제척도와 반추적 반응척도간 상관

	침입	성공	억제시도
반추	.63***	-.07	.02

***p<.001

기울이는 반추적 반응과 관련된다고 한 기존 연구와 일치하는 결과이다(Wenzlaff & Wegner, 2000).

사고 억제 척도와 정적, 부적 정서 및 간이정신 진단 검사의 상관

사고억제와 정적, 부적 정서 및 간이정신진단 검사와의 상관을 표 6에 제시하였다.

표 6에 따르면, 원치 않는 사고를 경험하는 정도를 나타내는 침입적 사고 요인은 경멸, 죄의식 등 혐오적인 정서 상태인 부적정서와 유의미한 상관을 나타내었으며, 정신적으로 민첩하며, 완전한 집중상태를 나타내는 정적 정서 정도와 스스로 원치 않는 사고를 잘 억제한다고 느끼는 정도인 성공적인 억제 요인은 유의한 정적 상관을 나타내었다, 각각 r=.479, p<.001, r=410, p<.001. 반면 원치 않는 생각을 억제하려고 시도하는 정도를 나타내는 억제요인은 정적, 부적 정서와 유의미한 상관을 나타내지 않았다.

또한 간이정신 진단검사와의 상관을 보자면, 침입적 사고와 강박을 제외한 불안, r=.478, p<.001, 우울, r=.649, p<.001, 신경증, r=-.178, p<.05, 적대감, r=.486, p<.001, 하위척도는 유의미한 상관을 나타내었으나, 억제시도 요인은 강박, r=.193, p<.01,을 제외하고는 다른 정신 병리와 유의미한 상관을 나타내지 않았다. 이는 Rassin(2003)의 연구 결과와 일치하는 바로, 사고억제 척도에서 억제시도 자체와 침입적 사고를 따로 측정할 필요가 있다는 주장에 일관되는 결과로 볼 수 있겠다. 한편 성공적 억제는 적대감을 제외한 신경증, 강박, 우울, 불안 등 정신병리와 유의미한 상관을 나타내지 않았으며, 단지 정적 정서와 유의한 상관을 나타내었다, r=.188, p<.01.

사고 억제척도와 자기 개념과의 상관

사고 억제와 자기 개념과의 관계를 보자면, 자기 존중감과 자기 자비 모두 침입적 사고 요인과는 부적 상관을, 각각 r=-.51, p<.001, r=-.48, p< .01, 성공적 억제 정도와는 유의한 정적 상관을 나타내었다, 각각 r=.17, p<.05, r=.41, p<.001.

특히 성공적 억제와 관련해서는 자기 자비, r=.41, p<.001,가 자기-존중감, r=.17, p<.05, 에 비해 더 강한 상관 관계를 나타내었다. 결과는 표 6에 제시하였다.

표 7. 사고 억제척도와 자기 개념과의 상관

	침입	성공	억제시도
자기 존중감	-.51***	.17*	-.03
자기 -자비	-.48**	.41***	.13

* p< 0.05, ** p< 0.01, *** p< 0.001

표 6. 사고 억제척도와 정적, 부적 정서 및 간이정신 진단 검사의 상관

	부적정서	정적정서	신경증	강박	우울	불안	적대감
성공	-.01	.19**	.08	-.01	-.09	-.011	-.163*
침입	.48***	-.11	-.19*	.63***	.65***	.48***	.494**
억제시도	.07	.08	.10	.19**	.11	.12	.04

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

논 의

본 연구는 사고억제와 침입적 사고 및 성공적 억제 정도를 측정하는 Rassin(2003)의 사고억제척도의 타당도 및 신뢰도를 검증할 목적으로 실시되었다.

우선 탐색적 요인분석 결과, 사고 억제척도는 침입적 사고 및 억제 시도와 성공적 억제의 3요인으로 구성되어 있는 것으로 나타났다. 각 요인의 내적 일치도 또한 Rassin(2003)의 연구와 마찬가지로 만족할 만한 수준을 보여주었다.

또한 8주간의 시간간격을 두고 시간 안정성을 측정한 검사-재검사 신뢰도 결과 .78~.81로 나타나 Rassin(2003)의 연구와 마찬가지로 만족할 만한 수준을 보여주었으며, 남여 차이는 유의미하지 않았다.

Rassin(2003)의 연구에서는 남성의 경우, 여성에 비해 자신을 성공적인 억제자로 보고하였으며, 여성이 남성에 비해 억제시도가 더욱 빈번하였던 점을 고려할 때, 사고 억제의 성차에 있어 문화적인 차이가 있을 수 있음을 시사하며, 이후 대단위 표본 및 임상 집단을 대상으로 한 반복 검증이 필요할 것으로 보인다. 실제 사고억제 등 염려와 관계되는 인지-행동적 변인에 있어 성차에 대한 연구 결과는 다소 비일관적으로, 청소년을 대상으로 한 Barahmand(2008)의 연구에서는 성차가 나타나지 않았으나, Robichaud 등(2003)의 연구에서는 여성이 남성에 비해 사고억제 경향성이 높은 것으로 나타나기도 하였다. 따라서, 이후 사고억제 및 부정적인 문제 해결 경향성 등 염려에 기인하는 인지 행동적 변인의 성차와 관련해, 발달수준에 따른 다양한 연령층을 대상으로 한 연구 또한 필요할 것으로 보인다

사고억제 척도 하위 3요인간의 상관을 보자면 침입적 사고와 억제시도는 유의한 상관을 보이고 있으며, 성공적인 사고 억제정도는 억제시도와 유의한 상관을 나타내었다. 반면 성공적인 억제 정도는 침입적 사고 빈도와 유의한 상관을 나타내지는 않았다. 이는 사고 억제척도의 하위 요인이 서로 관련되면서도 독립된다는 Rassin(2003)의 연구와 일관되는 결과로 볼 수 있겠다. 즉, 원치않는 사고를 억제하려고 하는 시도가 많을수록 침입적 사고를 경험하는 정도도 높았으며, 성공적으로 이를 억제한다고 지각하는 정도도 높았다. 반면 침입적 사고를 경험하는 빈도는 스스로 사고 억제를 성공적으로 한다고 지각하는 정도와 유의미한 관련이 없었다. Koster 등의 연구를 보자면, 실제 침입적 사고를 경험하는 정도와 스스로 이를 성공적으로 억제한다고 지각하는 정도는 일치하지 않았으며, 우울한 사람의 경우, 실제보다 자신의 성공억제 능력을 낮게 지각하는 경향성이 있다고 하였는데(Koster st al, 2008). 이를 통해서 볼 때, 성공적인 억제 정도는 자기 유능감 등 자기 개념과 더욱 관련이 있을 수 있겠다.

실제로 본 연구에서 자기-개념과의 상관을 살펴 본 결과, 침입적 사고 빈도는 자기 개념 및 자기 자비와 부적 상관을 성공적인 억제 정도는 정적 상관을 나타내었다. 특히 성공적인 억제 정도는 상대적으로 자기 자비와 더 강한 상관을 나타내었다. 이는 사고 억제 능력에 영향을 미치는 요인이 특정한 생각을 하는 것에 대해 스스로 자기-처벌하지 않는 정도와 관련된다는 이전 연구와 일치하는 결과이다(Amir, Cashman, & Foa, 1997; Rassin & Diepstraten, 2000). 이는 터키와 캐나다 문화권을 비교한 연구 등 (Yorulmaz et al, 2010) 다양

한 문화권에서 발견되는 결과로 볼 수 있겠으며, 국내에서도 사고억제 정도가 자기 자비 정도와 상관을 보인다는 기존의 연구(김경의 등, 2008)와 더불어 본 연구에서는 사고억제 정도 뿐 아니라 실제 성공적으로 사고를 억제할 수 있는 억제 효율성 또한 이러한 자기 자비와 관련된다는 것을 보여주고 있다고 할 수 있겠다.

본 연구에서, 사고 억제척도와 정신병리와의 상관을 살펴본 결과, 불안, 우울, 신경증적대감 하위 척도와 침입적 사고 요인은 유의미한 상관을 나타내었으나, 억제 시도 요인은 강박을 제외한 다른 임상증상과 유의미한 상관을 나타내지 않았다. 이는 Rassin(2003)의 연구 결과와 일치하며, 기존 WBSI 척도 중 '억제시도'와 달리 '침입적 사고' 척도만이 우울과 불안을 유의하게 예측한 결과를 나타낸 다른 연구와도 일치하는 결과이다(Schmit et al, 2009).

한편 Rassin(2003)의 연구에서는 강박과 관련해서도 '억제시도'는 유의한 관련을 보이지 않고 '침입적 사고'만이 상관을 보인 반면 본 연구에서는 '억제시도'와 '침입적 사고'모두 강박 증상과 유의미한 상관을 나타내었다. 다른 임상 증상과 달리 강박 증상은 실제 '침입적 사고'를 경험하는 정도 뿐 아니라 이를 억제하고자 하는 시도를 지나치게 많이 하는 것과도 관련을 나타내었는데, 이는 강박증의 경우 원치 않는 사고에 대한 억제시도가 일반인 집단에 비해 유의하게 높으며, 이러한 억제시도가 오히려 침입적 사고 빈도를 높인다는 기존 연구와 일치하는 결과이다(Salkovskis, 1996). 초기 사고억제 연구가 주로 강박 장애 환자를 중심으로 진행되었던 것을 고려할 때, 이는 강박증의 경우 보다 특징적인 경향일 가능성 또한 있어 이후 강박 임상 집단 연구를 통해 검증할 필요가 있을 것으로 보인다.

더불어 본 연구에서는 주로 정신 병리 증상과 사고억제와의 관련성을 탐색하였으나, 이후 후속 연구에서는 정신병리 뿐 아니라 성격장애 및 다른 증상과의 관련성 또한 탐색할 필요가 있을 것으로 보인다. 이와 관련해 국외에서도 주로는 사고억제의 빈도가 부정적인 정서와 경계선적 성격 증상을 매개한다는 연구(Rosenthal et al, 2005) 등 주로 사고억제의 경향성과 성격장애와의 관련성을 다룬 연구가 이루어졌을 뿐 성공적 억제 등 억제 효율성과 성격 장애와의 관계에 대한 연구는 거의 이루어지지 못하고 있어, 이에 대한 후속 연구가 앞으로 필요할 것으로 보인다.

또한 사고억제와 관련되는 정신과정으로서 반추적 반응 경향성과의 관계를 살펴본 결과, 억제 시도 요인은 반추적 반응 경향성과 유의미한 상관을 보이지 않은 반면, 침입적 사고 요인은 반추적 경향성과 정적인 상관을 나타내었다. 이는 부정적 사고 등 원치않는 사고를 억제하려는 노력 즉, 억제 시도가 감시 과정을 넘어설 때 오히려 부정적 사고에 대한 과민감성이 높아져 부정적 사고 등 자신의 내적 상태에 반복적으로 주의를 기울이는 반추적 반응이 증가되며, 그 결과 원치 않는 사고의 빈도 및 강도가 높아진다고 한 기존의 연구 결과와 일치한다(Wenzlaff, 1993; Wenzlaff & Wegner, 2000). 반면 지금까지는 WBSI를 통한 사고억제와 반추적 반응과의 관계를 탐색한 연구가 주를 이루고 있는바(Wenzlaff & Luxtion, 2003). 이후에는 사고 억제 과정을 침입적 사고와 억제 시도 과정으로 세분화하여 반추적 반응과의 관계를 탐색하는 반복적인 연구가 필요할 것으로 보인다. 또한 본 연구 결과에

따르면, 반추적 반응 경향성과 유의한 상관을 보이는 발화요인이 사고억제 자체가 아닌 침입적 사고 경험으로 나타나고 있으며, 반추 경향성과 밀접한 우울 정도 또한 침입적 사고와의 관련성만이 유의하게 나타나고 있는바, 이후 우울 임상 집단을 대상으로 한 인과관계 후속 연구가 필요할 것으로 보인다.

한편 정적, 부적 정서와 사고 억제 척도와의 관련을 살펴본 결과, 앞서 언급한 정신 병리와의 상관과 마찬가지로, 억제 시도는 정적, 부적 정서와 유의한 관련을 나타나지 않은 반면 침입적 사고는 부적 정서와 유의미한 상관을 나타내었다. 또한 성공적 억제는 부적 정서와 유의한 관련을 나타내지 않았으나, 긍정적 정서와는 유의한 상관을 나타내었다. Rassin (2003)이 성공적 억제 척도를 사고 억제 척도에 첨가한 이유 중 하나로 향후 정신 병리 등 부적 정서 뿐 아니라 삶에 대한 에너지 및 즐거움 등 긍정 정서와 사고 억제와의 관련성을 연구하기 위한 것이라고 하였는데, 본 연구 결과로 볼 때, 실제 스스로 사고 억제를 성공적으로 하고 있다고 느낄수록 높은 에너지와 집중상태 그리고 즐거움을 느끼는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 증상을 제거하는 것만이 아닌 전반적인 삶의 질을 향상시키는 것을 치료의 목표로 할 때, 성공적인 억제 정도가 유의미한 변인으로 작용할 가능성을 제시한다고 볼 수 있겠다.

종합적으로 요약하면, 한국판 사고 억제 척도의 다차원적 구성은 심리 측정적 측면에서는 물론, 사고 억제의 심리적 과정을 초점으로 하는 심리치료의 임상적인 내용적 측면에서도 타당하다는 것을 보여주고 있다. 특히 이러한 사고억제 특히 성공적인 억제 정도는 불안, 우울 등 정신 병리 뿐 아니라 삶의 질과 관련되는 에너지 및 집중 수준과 즐거움을 느끼는 정도 등 긍정적인 정서와도 관련되는 것으로 나타나고 있어, 최근 증상 완화 뿐 아니라 삶의 질의 증진을 목적으로 하는 다양한 치료의 효율적인 평가 도구로서 본 연구의 사고억제 척도가 활용될 수 있다는 것을 시사하고 있다.

한편 본 연구는 대학생 및 대학원생 등 일반성인을 대상으로 사고억제 척도의 요인을 탐색한 의의가 있으나, 추후 연구에서는 대규모 집단과 임상 집단 등을 대상으로 확증적 요인분석 등을 통해 여러 가지 모델을 제시하고 검증하는 단계가 이루어진다면 구성 타당도를 더욱 높일 수 있을 것으로 보여 진다.

마지막으로, 앞에서도 언급했듯이 본 연구는 대학생 및 대학원생 등 일반성인을 대상으로 시행한 탐색적 연구로서 다양한 정신과적 장애를 가진 임상 집단과의 비교가 이루어지지 못한 한계점이 있는데, 앞으로 다양한 환자군을 대상으로 하는 보다 포괄적인 연구를 통해 이를 비교 검증할 필요가 있을 것으로 보인다.

참고문헌

김광일, 원호택, 이정호, 김광윤 (1978). 간이정신 진단검사(SCL-90-R)의 한국판 표준화 연구 I: 정상인의 반응특성. 신경정신의학, 17, 449-458.

김경의, 이금단, 조용래, 채숙희, 이우경(2008). 한국판 자기-자비 척도의 타당화 연구: 대학생을 중심으로, 한국심리학회지: 건강, 13(4), 1023-1044.

김은정 (1993) 우울증상 지속에 영향을 주는 인

지 및 행동 변인들. 연세대학교 박사학위 청구 논문

이선영 (2010). 수용-전념 치료에서 과정변인이 불안에 미치는 매개효과. 고려대학교 박사학위 청구 논문

이순묵 (1994). 요인분석의 관행과 문제점. 한국 심리학회지: 산업 및 조직, 7(1), 1-27.

원호택, 이용승 (1999). 사고 억제(Thought Suppression)와 통제 방략에서의 개인차에 관한 연구. 한국심리학회지: 임상, 18(1), 37-58.

이영호 (1993). 귀인양식, 생활사건, 사건 귀인 및 무망감과 우울의 관계: 공변량 구조모형을 통한 분석, 서울대학교 박사학위 청구 논문.

이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적정서 및 부적정서 척도(Positive Affect and Negative Affect Schedule; PANAS)의 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 22(4), 935-946.

Abramowitz, J. S., Tolin, D. F., Stresst, G. D. (2001). Paradoxical effects of thought suppression: A Meta-Analysis of Controlled studies

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

Becker, E. S., Rink, M., Roth, W. T., & Margraf, J. (1998). Don't worry and beware of white bears: thought suppression in anxiety patients. *Journal of Anxiety Disorder, 12,* 39-55.

Blumberg, S. J.(2000). The White Bear Suppression Inventory: Revisiting its factor structure. *Personality and Individual differences, 29,* 943-950.

Barahmand, U. (2008). Age and gender differences in adolescent worry. *Personality and Individual Differences*, 45, 778-783.

Brewin, C. R., & Beaton, A. (2002). Thought suppression, intelligence, and working memory capacity. *Behavior Research and Therapy, 40,* 923-930.

Derogatis, L. R., Rickels, K., & Rock, A. F. (1976). The SCL-90 and the MMPI: A step in the validation of a new self-report scale. *British Journal od Psychiatry, 128,* 280-289.

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

Höping W., De Jong Meyer, R. (2003). Differentiating unwanted intrusive thoughts from thought suppression: What does the White Bear Suppression Inventory Measure? *Personality and Individual differences, 34*, 1049-1055.

Lavy, E. H, & van den Hout, M. (1990). Thought suppression induces intrusions. *Behavioral Psychotherapy, 18*, 251-258.

Muris, P., Merckelbach, H., & Horsenberg, R.(1996). Individual differences in thought suppression. The white Bear Suppression Inventory: factor structure, reliability, validity and correlates. *Behaviour Research and Therapy, 34,* 501-513.

Melisa, R., Dugas, M. J., Conway, M. (2003). Gender differences in worry and associated cognitive-behavioral variables. *Anxiety Disorder*, 17. 501-516.

Meyers, L. B., Brewin, C. R. & Power, M. J.

(1998). Repressive coping and the directed forgetting of emotional material. *Journal of Abnormal Psychology, 107*, 141-148.

Posner, M. I., & Snyder, C. R. R. (1975). Attention and cognitive control in R. L. Solso (Ed), *Information processing and cognition: The Loyola symposium* (pp.55-85). Hillsdale, NJ: Erlbaum..

Koster, E. H. W. (2008). How to control a white bear? Individual differences involved in self-perceived and actual thought-suppression ability. *Cognition and Emotion*, 22(6), 1068-1080.

Rassin, E. (2003). The white Bear Suppression Inventory(WBSI) focuses on failing suppression attempts. *European Journal of Personality, 17,* 285-298.

Rassin. E., & Diepstraten, P. (2003). How to suppress obsessive thoughts. *Behavior Resarch and Therapy, 41,* 97-103.

Rosenthal, M. Z., Cheavens, J. S., Lejuez, C. W. & Lynch, T. R. (2005). Thought suppression mediates the relationship between negative affect and borderline personality disorder symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 1173-1185.

Salkovskis, P. M. (1996). Cognitive-behavioral approaches to the understanding of obsessional problems. In: R. Rapee(Ed), *Current controversies in the anxiety disorders(*pp.103-133). New York: Guilford Press.

Schmit, R. E., Gay, P., Courvoisier, D., Jermann, F., Ceschi, G., David, M., Kerstin, B., & Linden, V. D. (2009). Anatomy of the White Bear Suppression Inventory(WBSI): A Review of Previous Findings and a New Approach, *Journal of Personality Assessment*, 9(14), 323-330.

Thrope, S. J., & Salkovskis, P. M. (1997). Animal Phobias. In: G. G. L. Davey(Ed.), Phobias: a handbook of theory, research and treatment (pp.81-105). New York: Wiley.

Watson, D. (1988). Intrindividual and Interindividual analyses of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 44*, 644-651.

Wegner, D. M. (1989). *White bears and the other unwanted thoughts: suppression, obsession, and the psychology of mental control*. London: The Guilford Press.

Wegner, D. M. (1994). *White bears and other unwanted thoughts: suppression, obsession, and the psychology of mental control.* New York: Guilford Press.

Wegner, D. M., & Zanakos, S. (1994). Chronic thought suppression. *Journal of Personality, 62*, 615-640.

Wegner, D. M., Wenzlaff, R. M. (1996). Mental control. In E. T. Higgins & A.. W. Kruglanski(Eds). *Social psycology: Handbook of basic principles(pp,462-492).* New York: Guilford Press.

Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S. R., & White, T. L. (1987). Paradoxical effects of thought suppression. *Journal of Personality and Social Psychoogy,* 53, 5-13.

Wenzlaff, R. M., & Luxton, D. D (2003). The role of thought suppression in depressive rumination. *Cognitive Therapy and Research, 27* (3), 293-308.

Wooten, N. R., Fakunmoju, S. B., Kim, H. &

LeFerve, A. L. (2010). Factor strucutre of the Job-Related Tension Index Among Social Workers. *Research on Social Work Practice, 20*(1), 74-86.

Yorulmaz, D., Gencoz, T., & Woody, S. (2010). Vulnerability factors in OCD symptoms: Cross-cultural comparisons between Turkish and Canadian Samples. Clinical *Psychology and Psychotherapy, 17,* 110-121.

원고접수일 : 2011. 7. 28.
1차 수정 원고접수일 : 2011. 9. 26.
게재결정일 : 2011. 9. 30.

한국심리학회지 : 임상
The Korean Journal of Clinical Psychology
2011, Vol. 30, No. 4, 889-906

A Validation Study of the Korean Version of Thought Suppression Inventory - A Study of General adult

Lee, Seonyoung

State University of New York -Albany

This study was conducted to examine the validity and reliability of a thought suppression inventory that assesses thought suppression and intrusion separately and evaluates successive suppression as well. Factor analysis from general adults has shown that the inventory consists of three factors: suppression attempts, intrusion and successful thought suppression. The reliabilities of the 3 factors were acceptable. The thought suppression inventory was significantly associated with positive and negative affects (PANAS) and psychopathology including anxiety, depression, and obsession(SCL-(90-R). Thought suppression was also associated with a ruminative response tendency and self-concepts such as self-esteem and self-compassion. These results showed that the Korean version of the TSI has adequate psychometric characteristics and multi-facets of thought suppression. The implications of this study are discussed along with future suggestions.

Key words : thought suppression inventory, successful suppression, suppression attempts, intrusion.

부록 1. 사고 억제 척도 문항의 신뢰도 분석

문항	항목이 삭제된 경우 Crobach's α
Tsi1	0.733
Tsi2	0.731
Tsi3	0.738
Tsi4	0.732
Tsi5	0.709
Tsi6	0.726
Tsi7	0.727
Tsi8	0.721
Tsi9	0.729
Tsi10	0.733
Tsi11	0.713
Tsi12	0.713
Tsi13	0.730
Tsi14	0.709
Tsi15	0.728
Crobach's α	0.739

부록 2. 사고 억제 척도의 오차항 변량 확인표

측정변인	오차항	추정치(Estimate)	표준오차(S.E.)	검정통계량(C.R.)
Tsi1	e1	0.763	0.081	9.366***
Tsi2	e2	0.878	0.092	9.587***
Tsi3	e3	1.040	0.105	9.864***
Tsi4	e4	0.779	0.083	9.394***
Tsi5	e5	0.618	0.072	8.581***
Tsi6	e6	0.792	0.082	9.617***
Tsi7	e7	0.675	0.075	9.062***
Tsi8	e8	0.761	0.082	9.230***
Tsi9	e9	1.012	0.104	9.754***
Tsi11	e10	0.815	0.097	8.372***
Tsi12	e11	0.819	0.088	9.273***
Tsi13	e12	0.743	0.081	9.120***
Tsi14	e13	0.580	0.075	7.682***
Tsi15	e14	0.794	0.082	9.714***

* $p<$ 0.05, ** $p<$ 0.01, *** $p<$ 0.001