

자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 영향: 인지적 정서조절과 스트레스 대처의 매개효과[†]

박은혜 이민규[‡]
경상대학교 심리학과

본 연구에서는 자아탄력성을 외상경험 이후 유연한 대처와 인지적 처리의 효율성을 증가시킴으로써 외상 후 성장에 영향을 미치는 변인으로 가정하고 자아탄력성과 외상 후 성장과의 관계에서 인지적 정서조절과 스트레스 대처의 매개효과를 검증하였다. 이를 위해 외상경험이 있는 전국의 20-50대 남녀 439명을 대상으로 자아탄력성 척도, 스트레스 대처척도(The Brief COPE), 인지적 정서조절 척도(CERQ), 외상 후 성장 척도(K-PTGI)를 사용하여 온라인 설문을 실시하였다. 상관 분석을 통해 각 측정변인들 간의 관계를 검토하였으며, 변인들 간의 구조적인 관계와 매개효과 검증을 위해 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 연구결과, 자아탄력성은 외상 후 성장에 유의한 영향을 주는 변인으로 나타났으며, 특히 인지적 정서조절 중에서도 적응적인 인지적 정서조절을 매개로 하여 외상 후 성장에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편 자아탄력성과 외상 후 성장과의 관계에서 스트레스 대처의 매개효과는 유의하지 않았지만 자아탄력성이 스트레스 대처와 적응적인 인지적 정서조절을 매개하여 외상 후 성장에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 두 변인의 이중매개효과를 검증하였다. 이러한 결과는 외상을 경험한 개인이 외상 후 성장을 경험하기 위해서는 자아탄력성과 스트레스 대처방식 이외에 추가적인 인지적 과정이 반드시 필요함을 시사하며 이와 같은 결과를 바탕으로 본 연구의 의의 및 제한점에 대해 논의하였다.

주요어 : 자아탄력성, 외상후 성장, 인지적 정서조절, 스트레스 대처

[†] 이 논문은 박은혜의 석사학위 청구논문을 수정, 정리한 것임.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 이민규, (660-701) 경남 진주시 진주대로501 경상대학교 심리학과, Tel: 055-772-1264, E-mail: rmk92@chol.com

이전까지 외상사건을 경험한 개인과 그 결과에 대한 접근은 주로 외상으로 인한 부정적인 측면에 초점이 맞춰져 왔다. 하지만 이러한 접근은 외상경험 이후 인간반응에 대한 통합적인 시각을 제시하지 못하며, 외상 이후 나타날 수 있는 개인의 긍정적인 변화와 가능성에 대해서는 간과하게 되는 결과를 낳을 수 있다. 최근의 연구(송승훈, 2007; 안현의, 2005)에 의하면 외상의 범위가 자연재난, 전쟁, 테러, 강력범죄 등 예외적이고 강력한 사건 뿐 아니라 누구나 경험할 수 있는 교통사고, 질병, 사망과 같은 상실, 대인관계 갈등과 같은 다양한 사건으로 확장되면서, 소수의 특정 개인만이 외상을 경험하는 것이 아니라, 대부분의 사람들이 살아가면서 한번 이상의 외상을 경험하는 것으로 나타났다. 우리나라의 경우, 중·고·대학생 집단에서 외상경험의 빈도를 조사한 연구(서영석, 조화진, 안하얀, 이정선, 2012)에서 전체 1,247명 중 중학생의 88.6%(178명), 고등학생의 72.9%(463명), 대학생 이상의 54.1%(229명)가 외상을 경험하였다고 보고하였고, 대학생과 일반인 504명을 대상으로 한 연구에서도 외상을 경험한 사람이 전체 중 75%(378명)으로 나타났다(유현경, 2011). 이는 대다수의 사람들이 외상사건을 빈번하게 경험하고 있으며, 외상경험 자체나 외상으로 인한 부정적 측면뿐만 아니라 외상 경험 이후 경험되는 변화와 성장이라는 긍정적인 측면에도 균형 있는 시각을 유지해야 할 필요가 있음을 의미하는 결과이다.

이러한 흐름에 따라 주요한 외상사건 및 위기 사건을 경험한 개인의 긍정적인 변화에 대한 연구들이 점차적으로 이루어지고 있으며, Tedeschi와 Calhoun(1996)은 외상사건을 극복하는 과정에

서 나타나는 긍정적인 변화를 ‘외상 후 성장(Posttraumatic Growth: PTG)’이라 정의하였다. 즉, 외상 후 성장이란 외상으로 인한 극심한 스트레스에 저항하고 외상을 경험하기 이전의 기능수준으로의 회복뿐만 아니라 이전의 적응수준을 뛰어넘는 질적인 변화를 의미하며 자기지각의 변화, 대인관계의 변화 그리고 인생관의 변화에 대한 변화를 포함한다. 첫째, 자기지각의 변화란 외상을 극복하는 과정에서 자신의 강점과 약점을 지각하고 이를 극복할 수 있는 내적인 가능성에 대해 신뢰를 가지며 자신의 인생에 대해 새로운 자신감을 발견하는 것을 의미한다(이수림, 2013). 둘째, 대인관계의 변화는 타인에 대한 친밀감, 신뢰, 연민, 동정, 친사회적 행동과 자기노출 등이 증가하는 것을 의미한다. 이러한 변화는 자기표현을 증가시키고 도움 수용과 사회적 지지를 추구하도록 하며 대인관계에서의 긍정적인 변화를 경험하게 한다. 마지막으로 인생관의 변화는 인생목표의 우선순위가 변화하고 자신의 삶과 주변 사람들에 대한 감사한 마음이 증가하며 종교적·영적 관심이 증가하는 것을 의미한다. 이는 삶과 자신에 대한 도식의 재구조화를 통해 삶에 대한 통찰을 얻게 되는 것을 의미한다(송승훈, 2007).

Tedeschi와 Calhoun(1995, 2004)의 외상 후 성장 모형에서는 성장의 시작이 외상 사건 이전에 존재하는 개인의 특성과 그 삶에서 출발 한다고 보았다. 외상 후 성장에 영향을 미치는 개인적 특성에 대한 선행 연구들을 살펴보면, 성격 5요인, 희망, 자기효능감(Abraido-Lanza, Guier, & Colon, 1998; Calhoun & Tedeschi, 1999; Davis, Nolen-Hoeksema, & Larson, 1998; Evers et al., 2001), 낙관성(류경희, 2013; 유란경, 2012; 전보람,

2012; 정인명, 2009) 심리적 강인성(송현, 2011), 외향성·개방성(김희정, 2008), 자아탄력성(김고은, 2013; 김보라, 2010; 유희정, 2011) 등이 외상 후 성장과 관련 있는 개인의 특성변인으로서 연구되어 왔다.

자아탄력성(Ego-resilience)은 외상 후 성장과 관련된 개인적 특성 중에서도 성장에 직접적으로 영향을 미치는 주요한 변인으로 외상사건 노출시에 비교적 안정되고 건강한 수준의 심리적, 신체적 기능을 유지하게 하는 능력이다(Almedom, 2005; Bonanno, 2004). 또한 스트레스가 되는 사건들에 대해 경직되지 않고 유연하게 반응하는 경향성, 환경적 요구에 따른 긴장, 충동을 적절하게 조절하고 자아통제-수준을 회복할 수 있는 능력으로 정의하고 있다(Block & Kremen, 1996). 자아탄력성과 외상 후 성장간의 관계를 살펴본 연구에서 Hopper, Marotta와 Lanthier(2008)은 어린 시절 부모를 돌본 경험에서 발생하는 고통과 외상 후 성장과의 관계에서 애착, 자아분화, 탄력성의 영향 중 탄력성이 외상 후 성장에 가장 큰 영향을 미친다는 것을 밝혔으며, Woodward와 Joseph(2003)는 발달 초기에 감정적, 신체적, 성적 폭력과 같은 외상을 경험한 개인들 중 자아탄력성이 높은 개인들이 더욱 건강한 성격들을 개발했고 관계를 잘 유지할 수 있었다고 보고하였다. 이 같은 결과는 외상 후 성장에 있어서 탄력성이 강력한 예언변인임을 설명하고 있으며, 이를 토대로 본 연구에서는 자아탄력성이라는 개인적 특성이 심각한 외상과 위기에 긍정적인 대처를 가능하도록 하여 외상 후 성장을 이끌어 낼 수 있을 것이라 가정하였다.

또한 자아탄력적인 개인은 자신의 약점과 취약

성을 인식하고 그것을 부정하지 않을 뿐 아니라 당면한 외상사건을 피해야 할 스트레스 원으로 생각하기보다는 직면해야 할 도전으로 생각한다. 이러한 개인적 특성이 성장을 이루게 하며 자멸적이지 않은 효과적인 대처전략을 사용할 수 있게 하는데(Goldstein & Brooks, 2005/2009), 이를 통해 자아탄력성과 스트레스 대처와의 관계를 유추해 볼 수 있다. 스트레스 대처란 개인이 처리할 수 있는 자원을 초과하는 내적·외적 요구들을 관리하기 위해 부단히 투여되는 인지적, 정서적, 행동적인 노력으로 크게 문제 중심적 대처와 정서 중심적 대처로 분류된다(Lazarus & Folkman, 1984). 문제 중심적 대처는 스트레스를 유발하는 개인의 행동을 변화시키거나 환경 자극 자체를 변화시키려는 노력으로 스트레스 상황을 바꾸고 자하는 직면적 대처요인, 적극적으로 해결하려는 요인, 자신의 능력을 인정하는 책임감 수용 요인 등을 포함하며, 정서 중심적 대처는 스트레스 자극으로 인해 발생된 부정적인 정서 반응을 조절하려는 노력으로 감정 행동을 조절하는 자기통제 요인, 스트레스가 바람직하게 해결될 것이라고 믿고 그 상황을 긍정적으로 바라보는 거리 두기 요인, 주변으로부터 정서적 지지를 구하는 사회적 지지 추구 요인 등을 포함한다. 또한 Block과 Kremen(1996)은 자아탄력성이 부적응을 방지하고 대처의 효율성을 증가시킴으로써 스트레스 상황을 극복할 수 있도록 한다고 보았는데, 자아탄력성과 스트레스 대처방식의 관계에 대한 국내의 연구에 따르면, 자아탄력성이 높은 아동일수록 스트레스를 덜 받으며, 보다 긍정적이고 유연한 대처행동을 보이는 것으로 나타났으며(임상희, 2005), 고등학생과 대학생을 대상으로 한 연구에

서도 자아탄력적인 개인일수록 스트레스 상황에서 문제를 회피하지 않고 문제의 근원을 찾아서 해결하려는 경향이 높고, 적극적 스트레스 대처에 직접적으로 영향을 미치는 변인으로 나타났다(고은미, 2011). 중년여성과 노인을 대상으로 한 연구에서도 대체로 일관된 결과가 나타났는데, 노인에게서 자아탄력성은 스트레스 대처방식과 정적 상관관이 있는 것으로 나타났으며(이경숙, 2012), 자아탄력성이 높은 중년 여성일수록 적극적 대처전략을 높은 빈도로 사용하였다(유선자, 2009). 이와 같은 선행연구들을 종합해볼 때, 자아탄력성과 스트레스 대처는 광범위한 연령대를 포괄하여 서로 영향을 미치는 변인으로 볼 수 있으며, 자아탄력성이 높은 개인일수록 스트레스 상황에 보다 적극적이고 유연하게 대처함으로써 환경에 성공적으로 적응하고 있음을 알 수 있다. 이를 바탕으로 본 연구에서는 자아탄력성과 외상 후 성장간의 관계에서 중요하게 작용하는 요인으로 스트레스 대처를 매개변인으로 설명하고자 하였다.

탄력적인 개인은 외상사건으로 인해 붕괴된 기존의 인지도식의 조각들을 부가적인 것들과 통합하여 새로운 균형 상태를 만들어 내며(Richardson, 2002), 유연한 인지적 재조직화를 통해 개인적 성장을 촉진시키게 되는데(Schaefer & Moos, 1992), 이는 인지적 요인을 매우 중요하게 다루고 있는 외상 후 성장이론과도 밀접한 관련이 있다. 국내 연구에서는 외상 후 성장과 관련한 인지적 특성변인으로 인지적 정서조절전략을 제시하였다(유현진, 2012; 정지양, 2014). Garnefski, Kraaij와 Spinhoven(2001)은 인지적 정서조절에서는 정서조절의 개념을 ‘의식적’이고 ‘인지적’인 것으로 한정하고, 정서적으로 각성된 정보를 인지적으로 다루

며, 스트레스 사건을 경험하는 동안 이미 시작된 정서적 속성 자체를 바꾸거나 정서경험의 강도를 축소, 강화 시킬 수 있는 조절의 개념으로 보았다. 이는 크게 부적응적인 인지적 정서조절과 적응적인 인지적 정서조절로 구분되는데, 부적응적인 인지적 정서조절의 하위차원으로는 자기비난, 타인비난, 반추, 과국화가 이에 포함되며, 적응적 정서조절의 하위차원으로는 긍정적 초점 변경, 수용, 조망확대, 긍정적 재평가, 계획다시 생각하기가 포함된다. Fredrickson 등(2003)은 탄력적인 사람들이 위기상황에서 긍정적인 의미를 더 많이 찾는다라는 사실을 발견했는데 이는 Garnefski 등(2001)이 제안한 인지적 정서조절기제의 ‘긍정적 재평가’의 개념과 유사하다. 즉 탄력적인 개인이 적응적 인지적 정서조절에 해당하는 인지적 평가를 보다 효율적으로 사용한다는 사실을 간접적으로 입증한 결과라 볼 수 있다. 또한 스트레스 상황에서 탄력적 성격과 이들의 심혈관계 반응성, 그리고 이들 간의 매개변인에 대한 연구에서 탄력적인 사람들을 그렇지 못한 사람에 비해 긍정정서를 더 많이 경험하며, 스트레스를 도전으로 보는 인지적 평가를 한다는 사실을 밝혔다(Tugade & Fredrickson, 2004). 이러한 사실을 바탕으로 자아탄력성과 인지적 정서조절 간의 관계를 추론해 볼 수 있으며, 또한 이러한 결과는 자아탄력성과 외상 후 성장간의 관계에서 인지적 정서조절이 주요한 인지적 변인이라는 사실을 의미한다.

이러한 연구결과를 토대로 외상을 경험한 사람들이 이를 극복하고 성장을 이루어 내는 과정에서 스트레스 대처방식과 인지적 정서조절이 영향을 미칠 수 있음을 가정해 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 외상에 대처하는 개인의 대처방식, 인지적 유연

성(Westphal & Bonnano, 2007)의 맥락에서 자아탄력성의 역할을 설정하고, 자아탄력성과 외상 후 성장 간의 관계에서 스트레스 대처와 인지적 정서조절이 매개하는지를 확인하여, 확인된 성장관련 변인들의 구조적 관계를 바탕으로 외상경험자들에게 적용될 수 있는 치료적 모델의 근거를 마련하고자 하였다. 본 연구의 가설은 다음과 같다. 첫째, 자아탄력성과 외상 후 성장과의 관계에서 스트레스 대처와 인지적 정서조절이 매개할 것이다.

방 법

참여자

본 연구는 전국의 20~50대 성인 남녀를 대상으로 온라인 리서치회사에 설문을 의뢰하였으며, 불성실하게 응답한 데이터와 외상이 없거나 외상사건 당시의 주관적 고통의 정도를 보통(4점)이하로 응답한 자료를 제외한 총 439명의 자료가 수집되었다. 수집된 자료 중 이상치를 제외하고 총 411명의 자료가 최종분석에 사용되었으며, 연구에 참여한 사람의 평균연령은 41.4세($SD=11.0$), 남자가 204명(49.6%), 여자가 207명(50.4%)이었다.

연구절차

본 연구는 경상대학교 기관생명윤리위원회(IRB)의 승인(GIRB-A15-Y-0036)을 받아 진행되었으며, 전국의 20~50대 성인 남녀를 대상으로 이루어졌다. 자기보고식 설문으로 제작되었으며 설문 구성작업 및 온라인 설문은 2015년 8-9월에 걸쳐 진행되었다. 온라인 조사의 경우, 응답자와

직접 접촉하여 조사를 진행하는 것이 아니기 때문에 온라인 설문 앞단에 조사 내용에 대한 설명을 넣고 설명문의 내용을 읽고 조사에 응한 사람을 조사대상으로 선정함으로써 연구 참여에 대한 응답자의 동의를 확보하였다.

측정도구

외상경험 질문지. 외상 사건의 종류와 외상경험의 주관적 고통을 측정하기 위해 송승훈(2007)이 사용한 외상 사건 목록 질문지를 신선영(2009)이 보완한 것을 사용하였다. 외상 사건의 종류와 시기, 외상 경험의 주관적 고통을 측정하는 총 5 문항으로 구성된 질문지로 첫 번째 문항에서는 지금까지 살아오면서 경험한 매우 힘들고 비극적이고, 극심하게 충격적인 사건을 모두 응답하도록 한 후, 두 번째 문항에서 그 중 가장 고통스러웠던 사건을 하나만 선택하도록 하여 그 사건을 ‘외상 사건’이라 정의하였다. 이후 문항들에서는 앞서 정의한 외상 사건을 떠올리며 해당 사건이 일어난 후 현재까지의 경과 시간과 사건 당시 및 현재의 주관적 고통감을 1점 “전혀 고통스럽지 않음”에서 7점 척도 “매우 고통스러움”의 7점 척도로 평정하도록 하였다.

자아탄력성. 자아 탄력성을 측정하기 위해 Block와 Kremen(1996)이 개발하고 유성경과 심혜원(2002)이 번안한 뒤 수정, 보완한 것을 사용하였다. 자아탄력성 척도는 전체 14 문항으로 구성되어 있으며 1점 “전혀 그렇지 않다”에서 4점 “매우 그렇다”의 4점 척도로 평정하는 자기보고식 측정 도구이다. 높은 점수는 스트레스 사건 경험 후에

개인이 자기-통제 수준으로 돌아오는 자아탄력성이 높다는 것을 의미한다. Block과 Kermen(1996)의 연구에서 전체 내적 일관성 계수 Cronbach's α 는 .81이었으며, 본 연구에서 전체 내적 일관성 계수 Cronbach's α 는 .80로 나타났다.

스트레스 대처. 스트레스 대처양식을 측정하기 위해 Carver(1997)의 개발한 The Brief COPE 척도를 주성아(2009)가 번안한 것을 사용하였다. 본 척도는 기존에 Carver, Scheier과 Weintraub(1989)가 개발한 COPE 도구 60문항을 간략화 하여 총14개 항목, 28문항으로 재구성한 것으로, 문제중심적 대처 6문항, 정서중심적 대처 10문항, 역기능적 대처 12문항의 3개영역으로 구분할 수 있다(Carver, 1997; Ekwall, Sivberg, & Hallberg, 2007) 본 척도는 각 스트레스 대처양식을 사용하는 정도를 1점 “전혀 사용안함”에서 4점 척도 “많이 사용”의 4점 척도로 평정하고, 각 하위영역 문항 점수를 합산하는 방식으로 점수를 산출하였다. 점수가 높을수록 스트레스 대처를 위한 노력을 많이 하는 것으로 볼 수 있으며 해당 스트레스 대처양식을 많이 사용하는 것으로 볼 수 있다.

본 연구에서는 스트레스 대처 하위척도 중 부정적인 대처전략에 해당하는 역기능적 대처척도를 제외한 문제중심적 대처와 정서중심적 대처의 2가지 하위척도 16문항만을 분석에 사용하였다. 주성아의 연구에서 내적 일관성 계수 Cronbach's α 는 .90이었으며, 본 연구에서 내적 일관성 계수 Cronbach's α 는 .82이다. 각 하위 요인별 Cronbach's α 는 문제 중심적 대처는 .74, 정서중심적 대처 .72로 나타났다.

인지적 정서조절. 인지적 정서조절 질문지 (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: CERQ)는 Garnefski 등(2001)이 개발하고 김소희(2004)가 번안한 것을 사용하였다. CERQ는 부정적인 일이나 불쾌한 일을 경험할 때 떠오르는 9가지 인지적 대처방략을 측정하는 도구로서 크게 적응적, 부적응적 인지적 정서조절 전략으로 나누어진다. 총 9가지의 하위요인들 중 긍정적 초점변경, 긍정적 재평가, 조망확대, 계획 생각하기, 수용은 적응적인 조절전략으로, 반추, 자기비난, 타인비난, 파괴화의 부적응적인 조절전략으로 구분될 수 있으며 각 4문항씩 총 36문항으로 구성된다. 본 연구에서는 자아탄력성이 외상 후 성장을 촉진시키는 인지적 정서조절의 긍정적인 효과에 초점을 맞추어 적응적인 인지적 정서조절 전략인 조망 확대, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점 변경, 긍정적 재평가, 수용의 5가지 하위척도에 해당하는 20문항을 분석에 사용하였다. 각 문항은 1점 “거의 그렇지 않다”에서 5점 “매우 그렇다”의 5점 척도로 평정하도록 되어 있으며 Garnefski 등(2001)의 연구에서 적응적인 인지적 정서조절 전략의 내적 일관성 계수 Cronbach's α 는 .89, 김소희의 연구에서 각 하위척도의 내적 일관성 계수는 조망확대 .66, 계획 생각하기 .80, 긍정적 초점변경 .85, 긍정적 재평가 .80, 수용 .53 이었다. 본 연구에서 적응적인 인지적 정서조절 전략의 전체 내적 일관성 계수 Cronbach's α 는 .89 각 하위 요인별 Cronbach's α 는 .62 .76 .81 .80 .48로 나타났다.

외상 후 성장. Tedeschi와 Calhoun(1996)이 개발하고 송승훈(2007)이 번안하고 타당화한 자기보고식 질문지를 사용하였다. 자기지각의 변화, 대인

관계 깊이가 증가, 새로운 가능성의 발견, 영적·종교적 관심 증가의 4개의 하위 차원으로 제안되었고, 1점 “경험하지 못함”에서 6점 “매우 많이 경험”의 6점 척도(1=경험하지 못함, 6=매우 많이 경험)로 평정하도록 되어 있으며 점수가 높을수록 외상 이후 긍정적 변화가 많은 것을 의미한다. 송승훈의 연구에서 전체문항의 내적 일관성 계수 Cronbach’s α 는 .94 로 나타났으며 본 연구에서 내적 일관성 계수 Cronbach’s α 는 .90로 나타났고 각 하위요인별 Cronbach’s α 는 자기지각의 변화 .88 대인관계 깊이증가 .86 새로운 가능성의 발견 .68 영적·종교적 관심증가 .69로 나타났다.

분석방법

본 연구는 경상대학교 기관생명윤리위원회(IRB)의 승인(GIRB-A15-Y-0036)을 받아 진행되었으며, SPSS Statistics 21.0과 AMOS 21.0을 SPSS Statistics 21.0을 사용하여 자료점검, 기술통계 분석, 상관분석, 척도의 신뢰도 분석을 실시하였고, 구조방정식모형(Structural Equation Modeling: SEM)을 사용하여 측정모형 검증과 구조모형 검증, 매개효과 검증을 하였다. 척도의 신뢰도는 내적일관성계수 Cronbach’s α 로 평가하였고 각 변인들 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 자료의 정상성 검증을 위해 변인들의 왜도와 첨도를 검토하였고, 각 변인들의 구조적 관계를 탐색적으로 알아보기 위해 구조방정식 모형 검증을 사용하였다. 모수추정방법으로는 최대우도법을 사용하였으며, 모형검증은 측정모형을 먼저 추정하고, 다음으로 구조모형을 추정하는 2단계 분석방법을 사용하였다(배병렬, 2011).

변인들 간 간접효과가 통계적으로 유의한지 알아보기 위해 부트스트랩(bootstrap)방식을 사용하였고 이를 통해 매개효과를 검증하였다. 추가적으로 각 매개변인별 간접효과 크기를 비교하기 위해 Estimand 기능을 통해 각 매개경로별 유의도 분석을 실시하였다.

결 과

각 변인별 상관분석 및 기술통계

참여자들 중 가장 많이 경험한 외상사건의 유형은 재정적 어려움(160명, 11.6%)으로 나타났으며 이어서 사랑하는 사람의 사망(150명, 10.9%), 배신충격(144명, 10.5%), 사고 및 상해(140명, 10.1%)가 높은 빈도로 나타났다. 다양한 외상 사건들 중 개인이 경험한 가장 충격적인 사건으로는 사랑하는 사람의 사망(81명, 19.7%)이 가장 높게 나타났으며, 이어서 재정적 어려움(78명, 18.0%), 배신충격(43명, 13.0%), 대인관계 파탄(28명, 9.7%)이 높은 빈도로 나타났다. 참여자들이 경험한 외상사건 당시 고통의 정도는 ‘7점 매우 고통스러웠다’가 234명(56.9%)으로 가장 많았고, ‘6점 고통스러웠다’가 130명(31.7%) ‘5점 약간 고통스러웠다’가 47명(11.4%) 순으로 나타났다.

외상을 경험한 참여자들의 자아탄력성, 스트레스 대처, 인지적 정서조절 그리고 외상 후 성장의 관계를 알아보기 위해 상관분석(Pearson Correlation)을 실시하였다. 그 결과 모든 변인들 간에 유의수준 .01이하에서 유의한 정적 상관이 나타났다. 각 변인 간 상관계수, 유의확률, 평균 및 표준편차를 표 1에 제시하였다.

표 1. 변인 간 상관계수, 평균 및 표준편차(N=411)

	1	2	3	4	M(SD)
1	-				37.70(5.19)
2	.33**	-			68.33(9.92)
3	.46**	.55**	-		114.69(15.63)
4	.44**	.44**	.48**	-	63.09(12.74)

주. 1.자아탄력성, 2. 스트레스 대처, 3. 적응적인 인지적 정서조절, 4. 외상후 성장.

** $p < .01$.

표 2. 측정변인 간 상관계수, 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도(N=411)

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1 ER1	-													
2 ER2	.64**	-												
3 ER3	.63**	.59**	-											
4 문제중심	.25**	.35**	.24**	-										
5 정서중심	.31**	.36**	.32**	.64**	-									
6 조망확대	.29**	.29**	.32**	.38**	.40**	-								
7 계획다시 생각하기	.39**	.45**	.32**	.56**	.46**	.53**	-							
8 긍정적초 점변경	.42**	.47**	.43**	.39**	.44**	.45**	.47**	-						
9 긍정적 재 평가	.36**	.38**	.34**	.44**	.52**	.55**	.60**	.57**	-					
10 수용	.20**	.22**	.21**	.29**	.35**	.47**	.46**	.35**	.42**	-				
11 자기지각 의 변화	.44**	.40**	.33**	.41**	.41**	.39**	.48**	.46**	.58**	.31**	-			
12 대인관계 의 변화	.26**	.29**	.26**	.34**	.39**	.27**	.29**	.37**	.42**	.17**	.61**	-		
13 새로운 가능성	.27**	.31**	.28**	.32**	.34**	.24**	.37**	.37**	.41**	.28**	.56**	.39**	-	
14 영적 종교 적 관심	.19**	.15**	.15**	.18**	.39**	.13**	.17**	.23**	.27**	.20**	.40**	.43**	.34**	-
M	10.40	11.04	7.60	11.68	20.44	11.00	11.37	12.91	13.45	10.74	24.84	18.39	13.17	6.68
SD	1.97	1.57	1.61	2.15	3.75	2.13	1.82	3.00	3.19	1.72	5.60	5.17	2.42	2.84
왜도	-.02	.59	.16	-.02	-.04	-.69	-.19	-.33	-.72	-.09	-.70	-.37	-.56	.08
첨도	.15	.41	.12	-.33	.04	.76	-.08	.01	.43	.12	-.50	-.38	.72	-.97

주. 1, 2, 3은 자아탄력성을 3개의 하위요인으로 묶은 것, 4,5는 스트레스 대처를 2개의 하위요인으로 묶은 것, 6, 7, 8, 9, 10은 적응적인 인지적 정서조절을 5개의 하위요인으로 묶은 것, 11, 12, 13, 14는 외상 후 성장을 4가지 하위요인으로 묶은 것이다.

** $p < .01$.

측정모형검증

본 연구의 분석에서 사용된 모든 측정변인들은 정상분포성 가정을 충족시키는 것으로 나타났으며 분석에 사용된 각 변수의 평균, 표준편차, 왜도와 첨도는 표 2에 제시하였다. 측정변수들이 잠재변수를 적절하게 측정하는지를 확인하기 위하여 측정모형 검증을 실시한 결과, $\chi^2(df=71, N=411)$ 은 228.72($p<.001$)였고, GFI .926, TLI .919, CFI .937, RMSEA=.074(90% 신뢰구간 .063~.084)으로 전반적으로 수용할 만한 것으로 나타났다. 각 잠재변인별 측정변수의 요인 부하량을 살펴보면, 유의수준 .001에서 통계적으로 유의하였으며 .49에서 .88의 범위로 나타났다. 연구에 사용된 잠재변인과 측정변인과의 요인 부하량은 표 6에 제시하였다. 표준 요인 부하량이 .30이상이어야 함을 고려할 때(Hair et al., 1992; 최혜숙, 2012에서 재인용),

모든 측정 변인들은 해당 잠재변인을 적절하게 측정하고 있기 때문에 구조모형에 투입하는데 문제가 없는 것으로 판단할 수 있다.

구조모형검증

구조모형의 경로는 그림 1에 제시하였다. 구조모형검증 결과, 본 연구의 구조모형의 적합도는 $\chi^2(df=71, N=411)$ 은 228.72($p<.001$)였으며, GFI .926, TLI .919, CFI .937, RMSEA=.074(90% 신뢰구간 .063~.084)로 전반적으로 양호하여 수용할 만한 것으로 나타났다. 따라서 각 변인들 간 관계에 대한 경로계수를 검토하였고, 결과는 표 4에 제시하였다. 자아탄력성이 스트레스 대처에 이르는 경로($\beta=.48, p<.001$)와 자아탄력성이 적응적인 인지적 정서조절에 미치는 경로($\beta=.31, p<.001$) 그리고 자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 경

표 3. 잠재변인과 측정변인 간의 모수 추정치(N=411)

잠재변인	측정변인	B	β	SE	CR	R ²
자아탄력성	ER1	1.00	.82	-	-	.67
	ER2	.77	.79	.05	15.76***	.63
	ER3	.76	.75	.05	15.11***	.57
스트레스 대처	문제중심	1.00	.78	-	-	.61
	정서중심	1.83	.82	.13	13.80***	.68
인지적 정서조절	조망확대	1.00	.67	-	-	.45
	계획다시생각하기	.96	.75	.07	13.21***	.57
	긍정적초점변경	1.44	.69	.12	12.24***	.47
	수용	.66	.55	.07	9.99***	.30
외상 후 성장	긍정적재평가	1.80	.81	.13	13.97***	.66
	자기지각의 변화	1.00	.88	-	-	.77
	대인관계의 변화	.72	.68	.05	14.15***	.47
	새로운 가능성	.31	.63	.02	12.96***	.40
	영적 종교적 관심	.28	.49	.03	9.64***	.24

주. *** $p < .001$.

로($\beta=.17, p<.01$)는 유의한 것으로 나타났다. 또한 스트레스 대처가 적응적인 인지적 정서조절에 미치는 경로($\beta=.61, p<.001$)와 적응적인 인지적 정서조절이 외상 후 성장에 미치는 경로($\beta=.52, p<.001$)도 마찬가지로 유의하였으나, 스트레스 대처가 외상 후 성장에 이르는 직접경로($\beta =.13, p>.05$)는 유의하지 않은 것으로 나타났으며 이를

제외한 모든 경로가 유의하였다.

경쟁모형설정

구조방정식 분석을 사용하여 모형 검증을 할 때, 수집된 자료에 한 가지 이상의 모형이 적합할 수 있기 때문에 경쟁적인 모형을 설정하여 서로

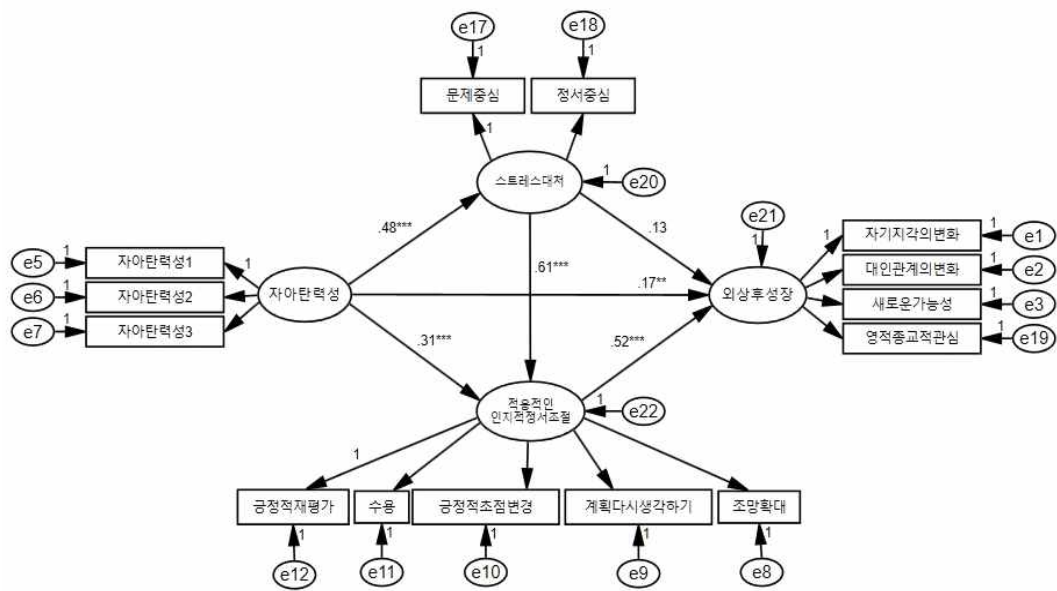


그림 9. 구조모형의 및 경로계수

표 4. 구조모형의 경로계수

경로	B	β	SE	CR
자아탄력성 → 스트레스 대처	.50	.48	.06	7.74 ^{***}
자아탄력성 → 적응적인 인지적 정서조절	.28	.31	.05	5.41 ^{***}
자아탄력성 → 외상 후 성장	.52	.17	.19	2.75 ^{**}
스트레스 대처 → 적응적인 인지적 정서조절	.53	.61	.06	8.79 ^{***}
적응적인 인지적 정서조절 → 외상 후 성장	1.80	.52	.35	5.09 ^{***}
스트레스 대처 → 외상 후 성장	.38	.13	.26	1.44

주. ^{**} $p < .01$, ^{***} $p < .001$.

비교하는 전략이 필요하다(Breckler, 1990). 모형 비교에 대한 결과는 표 5에 제시하였다. 이러한 모형비교는 연구모형과 경쟁모형의 χ^2 의 차이($\Delta\chi^2$), 적합도 지수의 크기 등을 검토하여 최적의 모형을 선택하는 절차를 말한다. 매개분석의 경우, 연구모형을 부분매개 모형으로 설정하였으면 경쟁모형은 완전매개 모형으로 하여 두 모형을 비교한 후에 보다 적합한 모형을 선택하는 과정이 필요하다(박선미, 2014). 따라서 본 연구에서는 완전매개모형을 경쟁모형으로 설정하여 두 모형 간 χ^2 차이를 검증하였다. 연구모형과 경쟁모형은 내

포관계(nested relation)가 성립되므로 χ^2 차이검증($\Delta\chi^2$)을 통해 두 모형을 직접 비교하였다. χ^2 차이검증에서 χ^2 의 값은 작을수록, 자유도는 클수록 좋은 모형이다. 하지만 χ^2 의 차이 값($\Delta\chi^2$)이 자유도의 차이 값(Δdf)을 상쇄시킬 만큼 충분하다면, 자유도가 작은 모형을 최종모형으로 선택할 수 있다. 즉 $\Delta df=1$ 일 때, 본 연구에서 χ^2 의 차이 값($\Delta\chi^2$)은 7.33으로 연구모형이 자유도 차이 값을 상쇄시킬 만큼의 $\Delta\chi^2$ 값을 나타내었으므로 경쟁모형보다 연구모형이 더 적합하다 할 수 있다.

표 5. 연구모형과 경쟁모형 간 비교

	χ^2	$\Delta\chi^2$	df	p	GFI	TLI	CFI	SRMR	RMSEA (90% 신뢰구간)
연구모형	228.72	7.33	71	.000	.926	.919	.937	.046	.074 (.063 ~ .084)
경쟁모형	236.05		72	.000	.924	.917	.934	.048	.075 (.064 ~ .085)

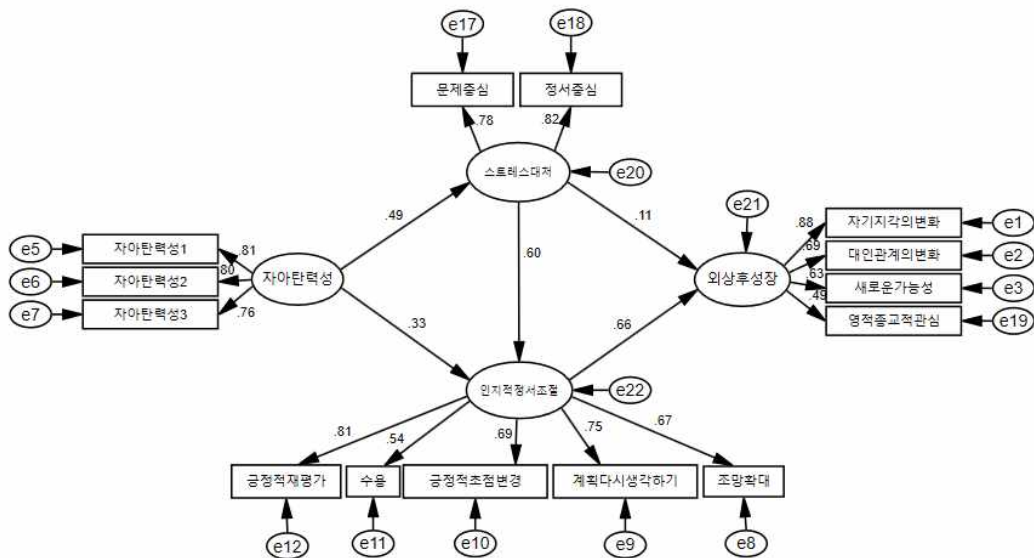


그림 2. 경쟁모형의 표준화 경로계수

매개효과검증

본 연구의 구조모형에서 잠재변인들 간에 간접효과가 통계적으로 유의하게 나타나는지 알아보기 위해 부트스트랩 절차를 사용하였다. 부트스트랩은 매개효과의 표준오차에 대한 정확한 추정치를 얻을 수 있는 방법으로, 부트스트랩 실행을 위해 원자료(N=411)에서 무선 표집으로 생성된 1000개의 자료가 모수추정에 사용되었고, 신뢰구간은 95%으로 설정하였다. 부트스트랩 방법을 통해 얻은 변인들 간의 직접효과, 간접효과, 총효과와 유의 수준은 표 6에 제시하였다. 자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 영향에 있어서 직접효과($\beta=.17, p<.01$) 및 간접효과($\beta=.38, p<.001$)는 유의하였다. 자아탄력성이 적응적인 인지적 정서 조절에 미치는 직접효과($\beta=.31, p<.001$) 및 간접

효과($\beta=.30, p<.001$)가 유의하여 스트레스 대처의 부분 매개효과가 검증되었고, 스트레스 대처에서 외상 후 성장에 미치는 간접효과($\beta=.32, p<.001$)만이 유의하여 스트레스 대처가 외상 후 성장에 미치는 영향에 있어 적응적인 인지적 정서조절의 완전 매개효과가 검증되었다.

자아탄력성과 외상 후 성장에 이르는 간접효과는 스트레스 대처가 매개하는 경로와 적응적인 인지적 정서조절이 매개하는 경로가 모두 포함되어 있을 뿐 아니라 스트레스 대처와 적응적인 인지적 정서조절 모두를 매개하는 이중 매개경로가 합쳐진 다중매개 모형이다. 이러한 다중매개 모형의 경우, 각 경로별 간접효과의 크기를 비교하기 위해서 특정간접효과에 대한 분석을 실시하여야 한다. 특정간접효과 분석에 대한 결과는 표 7에 제시하였다. 특정간접효과에 대한 검증 결과, 자아

표 6. 외상 후 성장에 대한 각 변인들의 직접효과, 간접효과, 총효과(N=411)

경로	직접효과	간접효과(95%신뢰구간)	총효과
자아탄력성 → 스트레스대처	.48**		.48**
자아탄력성 → 적응적인 인지적 정서조절	.31**	.30** (.22~.38)	.61**
자아탄력성 → 외상 후 성장	.17*	.38** (.29~.47)	.55**
스트레스대처 → 적응적인 인지적 정서조절	.61**		.61**
스트레스대처 → 외상 후 성장	.13	.32** (.20~.48)	.45**
적응적인 인지적 정서조절 → 외상 후 성장	.52**		.52**

주. 직접, 간접, 총효과는 표준화 수치.

** $p < .01$.

표 7. 구조모형의 경로계수

경로	B	β	p
자아탄력성 → 적응적인 인지적 정서조절 → 외상 후 성장	.50	.16	.001**
자아탄력성 → 스트레스 대처 → 외상 후 성장	.19	.06	.21
자아탄력성 → 스트레스 대처 → 적응적인 인지적 정서조절 → 외상 후 성장	.48	.15	.001**

주. ** $p < .01$.

탄력성이 외상 후 성장에 미치는 영향에 있어서 적응적인 인지적 정서조절의 매개효과는 유의하였으나($\beta=.16, p<.001$), 스트레스 대처의 매개효과는 유의하지 않았다($\beta=.06, p>.05$). 그러나 자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 영향에 있어서 스트레스 대처, 적응적인 인지적 정서조절의 이중 매개 효과는 유의한 것으로 나타났다($\beta=.15, p<.001$).

논 의

본 연구에서는 외상 후 성장 이론(Tedeschi & Calhoun, 2004)을 바탕으로 외상을 경험한 개인에 있어서 자아탄력성과 스트레스 대처, 적응적인 인지적 정서조절이 외상 후 성장에 미치는 영향과 이들 변인 간의 구조적 관계를 살펴보고자 하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 자아탄력성과 외상 후 성장과의 관계에서 스트레스 대처와 인지적 정서조절이 매개할 것이라고 가정하였다. 연구결과, 연구모형의 적합도가 만족할 만한 수준으로 검증되었기에 연구 모형을 통해 추정된 경로계수를 통하여 연구의 가설을 검증하였다. 자아탄력성은 외상 후 성장과 통계적으로 유의한 정적관계를 나타내었으며 자아탄력성이 높을수록 외상 후 성장을 더 많이 경험한다는 것을 확인하였다. 이는 자아탄력성이 위기상황에서 긍정적인 대처자원이며 외상 후 성장을 이루는데 주요한 역할을 하는 개인적 특성임을 의미한다. 또한 자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 직접경로도 유의하였으며, 이러한 결과는 자아탄력성이 외상 후 성장을 예측하는 강력한 예언변인으로 심각한 외상사건과 위기에 효율적인 대

처를 가능하게 함으로써 개인의 성장을 이끌어 낸다는 이전의 연구와도 일치하는 결과라 볼 수 있다(DiCaccavo, 2006; Hopper et al., 2008; Tedeschi & Calhoun, 1995). 또한 모형검증 결과, 자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 영향에서 인지적 정서조절이 매개하는 경로는 유의한 것으로 나타났으나, 자아탄력성과 외상 후 성장의 관계에서 스트레스 대처의 매개경로는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 외상을 극복하고 성장을 이루는 과정에서 인지적 기제를 융통성 있게 활용하는 능력이 상당히 중요한 한편, 자아탄력적인 개인이 효율적인 스트레스 대처를 사용한다 할지라도 반드시 외상 후 성장을 경험하는 것이 아님을 의미한다. 즉 개인의 노력으로 바꾸거나 통제할 수 없는 외상과 같은 극심한 스트레스 상황에서는 스트레스 대처전략만으로 외상 후 성장을 예측하기 어려우며, 외상 후 성장을 이끌어 내는 추가적인 변인의 존재 가능성을 예상해 볼 수 있다. 둘째, 자아탄력성과 외상 후 성장과의 관계에서 스트레스 대처와 적응적인 인지적 정서조절의 이중 매개효과를 검증하였다. 검증 결과, 자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 영향에서 스트레스 대처전략과 적응적인 인지적 정서조절의 이중 매개경로가 유의한 것으로 나타났다. 이는 자아탄력성이 외상이나 위기상황에서 유연하게 대처할 수 있도록 스트레스 대처의 효율성을 증가시키고, 인지적 정서조절전략을 효과적으로 활용하도록 함으로써 인지적 처리과정을 촉진시켜 외상 후 성장을 이끌어 내는 과정으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 첫 번째 가설검증 결과에서 제안했던 스트레스 대처 이외 추가적인 성장 관련 변인의 가능성을 검증한 결과이며, 인지적

처리과정이 외상 후 성장을 이끌어 내는 추가적인 변인임을 밝혔다. 결론적으로 외상 후 성장이라는 긍정적인 변화를 경험하기 위해서는 자아탄력성이라는 개인의 특성과 효율적인 스트레스 대처전략뿐만 아니라 인지적 처리과정이 반드시 필요함을 시사하는 결과이다.

본 연구의 의의와 시사점은 다음과 같다. 첫째, 자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 영향에서 인지적 정서조절의 매개효과와 인지적 정서조절 중에서도 적응적인 인지적 정서조절 전략이 외상 후 성장을 예측하는 유의한 변인임을 밝힘으로서 외상 후 성장에 주요한 영향을 미치는 인지적 과정을 구체적으로 확인하였다. 이는 선행연구(Carver et al., 1989)에서 긍정적 재평가(Positive reappraisal)를 대처전략으로 사용하였을 때 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인인 낙관주의, 자기 존중감과도 정적으로 상관을 나타냈다는 와도 내용과도 밀접한 연관이 있으며, 적응적인 인지적 정서조절전략인 ‘긍정적 초점변경’, ‘긍정적 재평가’가 외상 후 성장과 정적 관계가 있었다는 유헌진(2012)의 연구와도 부분적으로 일치하는 결과이다. 이를 바탕으로 외상을 경험한 개인이 외상으로 인해 붕괴된 인지 도식을 새롭게 재건하고 또 다른 삶의 서사를 시작할 수 있도록 인지적 접근 모델의 개발과 치료에 추가적인 이론적 배경을 제공 할 수 있을 것이다. 둘째, 자아탄력성과 외상 후 성장과의 관계에서 스트레스 대처의 매개효과는 유의하지 않았지만 자아탄력성이 스트레스 대처와 적응적인 인지적 정서조절을 매개하여 외상 후 성장에 영향을 미치는 경로는 유의한 것으로 나타나 외상 후 성장에 있어서 인지적 처리과정이 반드시 필요함을 밝혔다. 특히 본 연구에서 사

용한 인지적 정서조절의 개념은 기존의 스트레스 대처전략에서 인지적인 요소를 분리하여 인지적 과정을 좀 더 순수하고 세부적으로 개념화(Garnefski et al., 2001)한 것으로 이러한 인지적 정서조절 전략을 통해 인지적인 대처의 효과를 보다 명확하게 확인했다고 볼 수 있다. 따라서 외상을 경험한 개인의 적응과 회복을 위해서 성장에 초점을 맞춘 개인의 특성과 스트레스 대처의 효율성을 증대시키려는 개입뿐만 아니라 외상경험에 대한 이해와 내적 처리과정을 촉진시킬 수 있는 인지 치료적 개입이 추가적으로 필요하다는 것을 시사한다. 하지만 지금까지의 정신치료 및 집단치료의 대부분은 외상 후 성장을 증진시키려는 목적으로 계획되지는 않았으며, 다만 치료의 부수적인 결과로 외상 후 성장이 증가되었음을 확인하는 정도의 연구가 대부분이었다. 이는 아마도 외상 후 성장을 촉진시키는 치료적 조건들을 밝히는 기존의 연구가 미비하여 외상 경험자들의 성장을 촉진시키는 치료를 고안하기 어려웠기 때문이다. 따라서 본 연구결과에서 밝혀진 성장관련 변인의 구조적 관계를 바탕으로 외상경험자들에게 적용될 수 있는 치료적 모델을 개발하고 이에 대한 효과검증이 추가적으로 이루어져야 할 것이다.

본 연구는 다양한 외상경험이 있는 전국 20대에서 50대 성인남녀를 대상으로 외상 후 성장을 예측할 수 있는 변인들 간의 구조적인 관계를 검증하였다. 따라서 광범위한 종류의 외상을 경험한 개인에게 폭넓게 적용 가능한 치료적 모델의 틀을 제시했다고 볼 수 있다. 하지만 이러한 연구결과를 체계적으로 적용하기 위해서는 후속연구에서 추가적으로 검증되어야 할 부분과 몇 가지

제한점이 있다. 첫째, 외상의 유형이나 외상사건의 발생 시점, 그리고 외상으로 인한 주관적 고통의 심각도의 정도 등에 따라 어떠한 변화가 있는지에 대한 체계적인 접근을 시도하지 못했다. 따라서 외상의 수준 및 유형에 따른 외상 후 성장관련 변인들 간의 관계를 밝히는 추가적인 연구가 필요할 것이다. 또한 외상을 겪은 시점과 외상경험 이후 시간의 흐름에 따라 개인의 대처방식 및 성장 변인들 간의 관계를 밝히기 위한 추가적인 종단연구가 필요할 것으로 보인다. 둘째, 본 연구에서의 수집된 자료는 모두 자기보고식 측정을 통해 수집되었기 때문에 이러한 양적 연구방법만으로 개인의 성장이라는 긍정적인 변화를 충분히 기술하기 어려우며 심층면접이나 행동관찰, 주변 사람의 증언 및 평가 등의 객관적이고 질적인 방법을 동원하여 개인의 긍정적인 변화 및 성장의 과정을 종합적으로 분석할 필요가 있다. 마지막으로 외상 후 성장이라는 현상이 치료적 장면에서 임상적인 가치를 가지기 위해서는 경험적으로 입증될 수 있는 성장의 시점을 밝히는 연구가 추가적으로 필요할 것이다.

참고 문헌

- 고은미 (2011). 고등학생의 자아탄력성과 스트레스 대처 방식이 학교생활적응에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김고은 (2013). 대학생의 자아탄력성과 외상 후 성장의 관계: 삶의 의미와 적극적 스트레스 대처의 매개효과. 경상대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김보라 (2010). 자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김소희 (2004). 스트레스사건, 인지적 정서조절전략과 심리적 안녕감 간의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김희정 (2008). 유방암 생존자의 외상후성장 관련 요인 탐색. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 류경희 (2013). 지각된 위협사건의 통제가능성 여부에 따른 북한 이탈주민의 낙관성과 외상 후 성장과의 관계: 적극적 대처, 수용, 긍정적 재평가의 매개효과를 중심으로. 전남대학교 대학원 석사학위 논문.
- 박선미, 박병기 (2014). 매개효과 연구의 동향분석과 새로운 방향 탐색. 교육심리학회: 교육심리연구, 28(1), 41-70.
- 배병렬 (2011). Amos 19 구조방정식 모델링 원리와 실제. 서울: 청람.
- 서영석, 조화진, 안하얀, 이정선 (2012). 청소년들의 외상사건 경험. 교육심리연구, 26(3), 787-816.
- 송승훈 (2007). 한국판 외상 후 성장 척도(K-PTGI)의 신뢰도와 타당도. 충남대학교 대학원 석사학위 논문.
- 송현 (2011). 심리적 강인성과 정서지능이 외상 후 성장에 미치는 영향: 적극적 대처를 매개로. 전북대학교 대학원 석사학위 논문.
- 신선영 (2009). 삶의 의미와 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 성장적 반추를 매개변인으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 안현의 (2005). 청소년의 심리적 외상에 관한 탐색적 연구: 외상후 스트레스 증상과 성격특성을 중심으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(1), 217-231.
- 유란경 (2012). 낙관성이 외상 후 성장에 미치는 영향: 사건-관련 반추 및 대처의 조절효과를 중심으로. 아주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 유선자 (2009). 중년여성의 자아탄력성에 따른 스트레스와 대처전략에 관한 연구. 아주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 유성경, 심혜원 (2002). 적응 유연한 청소년들의 심리적 보호요소 탐색. 한국교육심리학회: 교육심리연구, 16(4), 189-206.
- 유현경 (2011). 외상 경험자의 자기노출과 소외감에 관한 연구: 우울 집단과의 비교를 중심으로. 석사학위 논문, 이화여자대학교.

- 유현진 (2012). 외상경험과 외상후 성장의 관계에서 인지적 정서조절전략의 효과. 아주대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 유희경 (2011). 외상 후 성장에 영향을 미치는 변인들 간의 구조적 관계. 부산대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이경숙 (2012). 노인의 자아탄력성과 자아통합감 간의 관계에 미치는 스트레스대처방식의 매개효과. 단국대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이수림 (2013). 외상 유형이 외상후성장 및 지혜에 미치는 영향: 사회적 지지와 대처의 매개효과. 한국심리학회: 문화 및 사회문제, 19(3), 319-341.
- 임상희 (2005). 아동의 자아탄력성이 스트레스와 대처행동에 미치는 영향. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 전보람 (2012). 위협지각, 낙관성 및 삶의 의미가 암 환자의 외상 후 성장에 미치는 영향. 계명대학교 대학원 석사학위 논문.
- 정인명 (2009). 의도적 반추와 낙관성이 외상 후 성장에 미치는 영향. 계명대학교 대학원 석사학위 논문.
- 정지양 (2014). 대인관계 외상 경험 대학생의 성인애착이 외상 후 성장에 미치는 영향: 인지적 정서조절의 매개효과. 부산대학교 대학원 석사학위 논문.
- 주성아 (2009). 직무수행 중 사상사고를 경험한 지하철승무원의 외상 후 스트레스 장애(PTSD)연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 최혜숙 (2012). 통제소재와 자아탄력성 그리고 스트레스가 긍정 및 부정 정서에 미치는 영향. 경상대학교 대학원 석사학위 논문.
- Abraido-Lanza, A. F., Guier, C., & Colon, R. M. (1998). Psychological thriving among Latinas with Chronic illness. *Journal of Social Issues*, 54, 405-424.
- Almedom, M. A. (2005). Resilience, hardness, sense of coherence, and posttraumatic growth : All paths leading to "light at the end of the end of the tunnel?". *Journal of Loss and Trauma*, 10, 253-265.
- Block, J. H., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency : Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 158-167.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience. Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Breckler, S. J. (1990). Applications of covariance structure modeling in psychology: Cause for concern? *Psychological Bulletin*, 107(2), 260-273.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1999). Facilitating posttraumatic growth. MahWah, NJ : Lawrence Erlbaum Associates.
- Carver, C.S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*. 4(1), pp.92-100.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Davis, C. G., Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (1998). Making sense of loss and benefiting from the experience: two construals of meaning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 561-574.
- DiCaccavo, A. (2006). Working with parentification: implications for clients and counseling psychologist. *Psychology and Psychotherapy: Theory Research and Practice*, 79, 469-478
- Ekwall, A. K., Sivberg, B., & Hallberg, I. R. (2007). Older caregivers' coping strategies and sense of coherence in relation to quality of life. *Journal of Advanced Nursing*. 57(6), pp. 584-596.
- Evers, A. W. M., Kraaimaat, F. W., Van Lankveld, W., Jongen, P. J. H., Jacobs, J. W. G., & Bijlsma, J. W. J (2001). Beyond unfavourable thinking: The illness cognition questionnaire for chronic

- diseases. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 69*(6), 1026-1036.
- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. R. (2003). What good are positive emotions in crises? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 365-376.
- Gamefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences, 30*, 1311-1327.
- Goldstein, S., & Brooks, R. B. (2009). 아동 청소년 적응유연성 핸드북. (신현숙 역). 서울: 학지사. (원전은 2005년에 출판)
- Hopper, L. M., Marotta, S. A., & Lanthier, R. P. (2008). Predictor growth and distress following childhood parentification: A retrospective exploratory study. *Journal of Child and Family Studies, 17*, 693-705.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York : Springer
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of clinical psychology, 58*(3), 307-321.
- Schaefer, J. A., & Moos, R. H. (1992). Life crisis and personal growth. In B. N. Carpenter (Eds.). *Personal coping: Theory, research, and application*. New York: Praeger.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation : growing in the after math of suffering*. Thousand Oak, CA : SAGE Publications.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress, 9*, 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth : Conceptual foundation and empirical evidence. *Psychological Inquiry, 15*, 1-18.
- Tugade, M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology, 86*(2), 320-333.
- Westphal, M., & Bonnano, G. A. (2007). Posttraumatic growth and resilience to trauma: Different sides of the same coin or different coins? *Applied psychology: An international review, 56*(3), 417-427.
- Woodward, C., & Joseph, S. (2003). Positive change processes and post-traumatic growth in people who have experienced childhood abuse: Understanding vehicles of change. *Psychology and Psychotherapy, 76*, 267-283.

원고접수일: 2016년 4월 25일

논문심사일: 2016년 5월 3일

게재결정일: 2016년 6월 15일

The Effect of Ego-Resiliency on Posttraumatic Growth: The Mediating Effects of Stress Coping and Cognitive Emotion Regulation

Eun-Hye Park Min-Kyu Rhee
Department of Psychology,
Gyeongsang National University

This study aimed to examine the effect of Ego-Resiliency on Posttraumatic Growth based on considering Stress Coping Strategy, and Cognitive Emotion Regulation as a mediating variable. For this purpose, a sample of 411 adults were asked to complete the Ego Resilience scale, The Brief COPE, Cognitive Emotion Regulation Questionnaire(CERQ), Korea Posttraumatic Growth Inventory(K-PTGI), and Traumatic Experience Schedule. Data analysis included reliability analysis, descriptive statistics analysis, correlation analysis, factor analysis, measurement model analysis, and structural model analysis SPSS 21.0 and AMOS 21.0. were used for all statistical analyses. Structural Equation Modeling(SEM) was used to verify the research model. In addition, Bootstrapping method was used to examine the mediating effect. The results of the study were as follows. First, Posttraumatic Growth was positively correlated with Ego Resilience, Cognitive Emotion Regulation and Stress Coping Strategy. Second, Adaptive Cognitive Emotion Regulation partially mediated between Ego Resilience and Posttraumatic Growth. However, the partial mediating effect of Stress Coping Strategy was not significant. Third, sequential mediating effect of Stress Coping Strategy and Adaptive Cognitive Emotion Regulation between Ego Resilience and Posttraumatic Growth was significant. Finally, the implications and limitations of the study were discussed.

Keywords: posttraumatic growth, ego-resiliency, stress coping strategy, cognitive emotion regulation