

감사성향이 외상 후 성장에 미치는 영향: 사회적 지지와 자아탄력성의 매개효과[†]

김 에스더[‡]

김 정 규

계슈탈트 하일렌 원장

본 연구는 사람들이 충격적인 사건을 겪은 뒤 외상 후 성장을 할 때, 감사성향, 사회적 지지와 자아탄력성이 외상 후 성장과 어떤 관계가 있고, 어떤 구조로 영향을 미치는 지 알아보는 데 그 목적이 있다. 이를 위해 감사성향을 예측변인으로 설정하고, 사회적 지지와 자아탄력성을 각각 매개변인으로 설정하였다. 이러한 가설을 검증하기 위해 본 연구는 다음과 같은 절차를 따랐다. 전국의 20-30대 408명을 대상으로 감사성향척도, 사회적지지 척도, 자아탄력성 척도, 외상관련 질문지, 외상 후 성장 척도를 완성하게 하였고, 총 333명의 자료를 분석에 사용하였다. SPSS를 사용하여 기초통계분석과 상관분석을 하였고, Mplus를 사용하여 구조방정식 모형을 검증하였다. 연구모형의 적합도 및 두 매개변인의 매개효과를 검증하고, Bootstrapping 검증을 통해 매개효과 유의성을 확인하였다. 연구 결과를 살펴보면, 첫째, 감사성향, 사회적지지, 자아탄력성, 외상 후 성장은 모두 유의한 정적 상관관계가 있었다. 둘째, 감사성향과 외상 후 성장의 관계를 사회적 지지가 매개하는지를 검증한 결과 부분 매개효과가 확인되었다. 또한, 감사성향과 외상 후 성장의 관계에서 자아탄력성의 매개효과를 검증한 결과 부분 매개효과가 확인되었다. 이러한 결과는 감사성향, 사회적지지, 자아탄력성을 변인으로 선택하여 외상 후 성장을 설명한 본 연구의 모형이 적절함을 시사한다. 또한, 감사성향이 외상 후 성장에 미치는 영향에서 사회적 지지와 자아탄력성이 매개변인의 역할을 한다는 것을 밝힘으로써 외상 후 성장을 이끄는 치료적 개입에 있어서 시사점을 제공한다. 마지막으로 본 연구의 제한점 및 추후연구를 위한 제언과 의의에 대하여 논의하였다.

주요어: 감사성향, 사회적 지지, 자아탄력성, 외상 후 성장

[†] 이 논문은 김에스더의 석사학위 청구논문(2015)을 수정 정리한 것임. IRB=sswuirb2014-059

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 김에스더, (33410) 충남 보령시 주교면 토경로 795, Tel: 041-931-3917, E-mail: kosdkgs@hanmail.net

현대사회의 급격한 변화와 치열한 경쟁으로 많은 사람들이 스트레스를 겪으며 살고 있다. 또한 지진이나 태풍과 같은 자연재해 뿐 아니라 과학기술의 발달로 인한 사회적, 문화적 재해도 생기고 있다. 최근에도 강릉 펜션 가스 중독 사고, 세월호 사건, 메르스 사태를 비롯해 자살이나 범죄와 같은 충격적인 사건, 사고가 빈번해짐에 따라 심각한 외상으로 인한 정신질환인 외상 후 스트레스장애(posttraumatic stress disorder: PTSD)에 대한 관심이 증가하고 있다. 더불어 개인이 평생에 걸쳐 하나 이상의 외상사건을 경험할 확률은 78.8%로 알려져 있는데(은현정, 이선미, 김태형, 2001), 개인주의가 심해지고 전통적인 가치가 변화하는 현대사회에서는 외상을 겪을 가능성이 이보다 더 높고 지지체계가 부족해 작은 충격에도 쉽게 PTSD를 겪을 수 있을 것으로 보인다. 외상은 한 개인의 삶에 강하게 영향을 준만한 극심한 스트레스 사건을 뜻하는데(Calhoun & Tedeschi, 2004), 과거의 외상에 대한 연구는 주로 외상으로 인한 부정적 반응인 우울, 불안, 회피 등에 대한 것이었고, 이를 감소시킴으로써 개인을 외상사건 경험 이전의 기능으로 회복시키는 것이 목적이었다(최승미, 2008). 그러나 긍정심리학의 등장에 따라 외상 경험 이후에 나타나는 긍정적인 변화에도 관심을 보이기 시작했고, 이에 대해 Tedeschi와 Calhoun(1995)은 외상 후 성장(posttraumatic growth: PTG)이라는 개념을 처음 사용하였다. 외상 후 성장이란 외상사건을 겪은 개인이 경험하는 긍정적 측면으로, 외상사건을 겪기 전보다 기능적, 적응적 면에서 더 나은 변화를 보이는 것을 의미한다. Zoellner와 Maercker(2006)는 외상 후 성장에서의 성장은 기존에 개인이 지녔던 적응 및 심

리적 기능 수준을 넘어서는 변화라고 하였다.

외상 후 성장을 여러 연구자들이 이득의 발견(Benefit finding; Affleck & Tennen, 1996), 스트레스관련성장(Stress-related growth; Park, Cohen, & Murch, 1996), 역경을 통한 성장(Adversarial growth; Linley & Joseph, 2004) 등 다양한 이름으로 불려왔다. 그러나 대부분의 연구자들이 외상 후 성장이라는 용어를 사용하고 있는데, 그 이유는 다음과 같다. 첫째, 외상 후 성장은 개인의 삶에 큰 변화를 일으키는 위협적 사건을 경험하는 것이 전제이기 때문이다. 둘째, 변화에 대한 보고가 실제로 삶에서 나타나는 변화를 의미하기 때문이다. 셋째, 외상 후 성장은 외상에 대한 대처방식이 아니라 지속적인 과정이고 대처의 결과로 나타나는 것이기 때문이다(Calhoun & Tedeschi, 2004). 따라서, 본 연구에서도 개인에게 위협이 되는 사건을 겪은 뒤 일어나는 실제적인 변화에 대해 외상 후 성장이라는 용어를 사용하고자 한다. Tedeschi와 Calhoun(1996)의 외상 후 성장 이론을 살펴보면, 외상 후 성장은 3가지 영역에서의 변화로 이루어져 있다. 첫째, 자기자각의 변화이다. 외상을 극복하는 과정을 통해 자신이 더 강해졌다고 느끼고 이전보다 자신을 더 긍정적으로 평가하며 삶의 새로운 가능성을 발견하는 것이다. 둘째, 대인관계의 변화이다. 외상경험 이후 도움을 받으면서 자기노출을 하고 감정적인 해소와 타인으로부터 수용 받는 경험을 하게 되어 이전에 비해 사람들과의 관계에서 자신을 더 드러내고 표현하며 사람들에 대한 고마움을 느끼게 된다. 이러한 경험을 통해 새로운 대인관계 양상을 보이게 되는 것이다. 셋째, 인생관의 변화이다. 삶을 되짚어보는 외상 경험을 극복함으로써 인

생목표의 우선순위가 바뀌고 자신의 삶과 주변 사람들에 대해 감사하는 마음이 증가하는 것이다. 나아가 외상 후 성장을 경험하는 것은 이후에 또 다른 스트레스 경험에 대한 외상 후 스트레스 장애의 발병이나 유지를 차단하고 완화하는 완충제의 기능을 할 수 있으며(Zoellner & Maercker, 2006), 앞으로 또 겪을 수 있는 스트레스나 역경에 좀 더 건강하게 대처할 수 있는 역량을 키우는 작업이라고 할 수 있다(최승미, 2008). 따라서 외상 후 성장경험은 이전의 스트레스를 극복했다는 경험 그 자체에서 끝나는 것이 아니라, 이후에도 겪을 수 있는 스트레스에 대한 대처를 가능하게 하고, 개인의 정신건강을 지속적으로 지키는데에도 도움이 될 수 있다. 또한 최근에는 외상 사건 이후 나타난 긍정적인 의미를 주관적으로 개념화하는 방식으로 보기도 한다(하진의, 2013). 이에 외상 후 성장에 이르는 과정에 대해 살펴보는 것은 외상을 경험한 사람들을 위한 치료적 개입에 꼭 필요한 측면이라 할 수 있다.

긍정적인 측면에 초점을 맞춰 외상 후 성장이라는 개념이 나온 것처럼 긍정심리의 등장에 따라 인간의 강점에 대한 연구를 했던 Park, Peterson와 Seligman(2004)은 감사가 삶의 만족도와 가장 관련성이 높은 변인이며, 가장 주목받고 있다고 했다. 또한 감사는 심리적 안녕에 중요한 기여를 하는 것으로 여겨져서 감사에 대한 연구가 심리학이나 상담분야에서 중요하게 여겨지고 있다(임경희, 2010a). 감사성향은 자신의 삶에서 다른 사람에게 받은 도움을 인식하고 이에 대해 고마움을 느끼고 표현하는 특성으로 감사성향이 높은 사람은 긍정적인 방향의 사고를 하여 삶에 대한 만족감, 안녕감이 높고 우울감, 불안, 고독, 스트레스

등은 낮다(McCullough, Tsang, & Emmons, 2002). Tedeschi와 Calhoun (2004)은 연구를 통해 감사성향이 높은 사람들은 부정적인 상황에서도 긍정적인 측면을 찾아서 그 사건을 재해석하는 능력이 있다는 결론을 내렸다. Wood, Joseph와 Linley(2007)는 감사하는 사람은 스트레스에 직면했을 때 그렇지 않은 사람보다 긍정적인 대처전략을 사용함으로써 스트레스를 덜 느낀다고 하였다. 이러한 연구결과를 토대로 감사성향이 스트레스로 인한 심리적 증상이나 정신장애의 발병과정에서 보호요인으로 작용할 것임을 예상할 수 있다(심은진, 2013). 또한 극심한 외상을 겪은 사람들에게 감사가 긍정적 효과가 있었다는 연구들이 있다. Kashdan, Uswatte와 Julian(2006)의 연구에서는 베트남 전쟁 참전용사들이 PTSD 경험에 상관없이 감사의 마음을 표현할 때 즐거움을 더 크게 느끼고 자기존중감을 되찾았으며 친사회적 행동도 많이 하는 것으로 시사되었다. 미국의 학령기 아이들을 대상으로 한 Gorden, Musher-Eizenman, Holub와 Dalrymple(2004)의 연구에서는 9.11테러를 겪은 후에 감사의 마음을 많이 표현 할수록 더 회복하는 것으로 나타났다. 이렇듯 감사가 스트레스에 긍정적인 반응을 할 수 있도록 도우며, 실제 외상 후 스트레스를 겪은 사람들이 회복하는 데에도 효과적인 것으로 밝혀졌다. 따라서 감사하는 마음이 외상으로 인한 상처의 회복을 넘어서 외상 후 성장을 일으킬 것으로 예상할 수 있는데, 그 과정이 어떠한 방식으로 이루어지는지에 대한 연구는 부족하다. 이에 감사 성향 및 외상 후 성장과 밀접한 상관관계가 있는 것으로 밝혀진 변인들에 대한 선행 연구를 토대로 그 연결성에 대해 구체적으로 살펴보려고 한다.

우선, 사회적 지지는 다른 사람과의 관계에서 얻는 정신적, 물질적 등 긍정적 자원의 실체를 의미하는 것으로(곽영희, 정현희, 2014; 김미원, 2014) 외상 후 성장에 영향을 주는 중요한 요소로 여겨지며 다양한 변인들과의 관계를 중심으로 연구되어 왔다(안지혜, 2019; Rogerher, Hill, Knott, & Sault, 2003). 고통스러운 상황에서 사회적 지지가 완충효과를 가져와 고통을 견디도록 돕고 스트레스에 대한 긍정적 대처에 영향을 주는 것으로 나타났다(이수립, 2013; Weiss, 2002). 또한 삶의 의미와 사회적 지지를 더 크게 지각하는 사람일수록 성장에 도움이 되는 반추를 통해 외상 후 성장을 일으킬 수 있으므로(신선영, 2009), 사회적 지지를 높게 지각할수록 외상 후 성장에 도움이 되는 것을 알 수 있다. 감사하는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 자신이 받은 사회적 지지에 대해 특별하게 생각하여 다른 사람들에게 사랑받고 돌봄을 받고 있다는 느낌을 더 강하게 받는다(McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001). 또한 감사하는 사람들은 어떤 일에 대해 긍정적 결과가 나왔을 때, 그에 대한 자신의 노력을 인정하면서 그 결과에 기여한 주위의 사람들을 인지한다(McCullough et al, 2002). 이렇게 감사를 통해 사회적 지지를 더 크게 지각하는 이유는 두 가지로 설명될 수 있는데, 우선 주변 사람들에게 받은 도움을 인식하는 과정이므로 지각된 사회적 지지를 증가시켜 준다(노혜숙, 2008). 또한 감사는 실제적인 사회적 관계를 통한 이득을 증가시킨다(McCullough et al, 2001). 이에 더해 감사는 주변 사람들에게 받은 도움에 초점을 두게 하여 가까운 사람과 상호관계를 맺고 친사회적으로 행동하고자 하는 동기를 증가시키기도 한다.

따라서 새로운 정서적 유대를 형성하게 함으로써 실제적인 사회적 이득을 증가시킬 수 있는 것이다. 이러한 이유로 인해 McCullough 등(2002)은 감사를 지각된 사회적 지지를 증가시키는데 효과적인 것으로 보고 있다. 더불어 감사증진 프로그램은 중학생의 지각된 사회적 지지를 유의하게 높여주었고(김미정, 2009), 간접감사경험을 한 사람들이 높은 사회적 지지를 지각했다(김미현, 2014). 노지혜와 이민규(2011)는 타인의 긍정적인 의도를 더 많이 인식하면 사회적 지지를 더 많이 지각하며, 감사를 표현함으로써 더 많은 사회적 관계를 이룰 수 있다고 하였다. 즉, 감사는 기존의 관계를 강화하며 새로운 관계를 맺는데 도움을 준다는 것을 알 수 있다. 따라서 감사성향이 높을수록 사회적 지지를 높게 지각할 것으로 예상할 수 있다.

또 다른 중요한 변인인 자아탄력성이란 개인이 충격적 사건을 겪은 뒤 회복하고 긍정적으로 적응하도록 하는 능력을 의미하는 것으로(Germezy & Rutter, 1983) 자아탄력성이 높을수록 스트레스 지각이 낮다고 하였고(박현진, 1996; 이후승, 2003; 한상화, 2012; Tellegen, 1985), 자아탄력성이 높을수록 삶의 의미를 더 발견하게 되어 외상 후 성장에 이를 수 있다고 하였다(김보라, 2010; 단두리, 2013; Janoff-Bulman, 2004; Nishi, Matsuoka, & Kim, 2010). 즉, 외상 후 성장과 긍정적 상관관계가 있어 외상을 겪은 후에도 자신의 강점과 새로운 가능성을 찾아 감사하게 하고 영적으로 변화하게 하며, 다른 사람과 관계를 맺는 데 도움을 주어 외상 후 성장을 일으키는 것이다(Janoff-Bulman, 2004). 감사성향과 자아탄력성이 유의한 관련이 있다는 연구들을 비롯해(노혜숙, 2008; 임아람,

2011; Adler & Fagley, 2005) 영성지향 감사프로그램을 통해 유아의 자아탄력성이 향상되었고(이다경; 2012), 감사교육프로그램이 아동의 자아탄력성을 높여주어 감정 통제, 활력성 및 호기심 향상과 원활한 대인관계에 도움을 주었다고 하는 등 감사성향의 증가가 자아탄력성의 향상을 이끈다는 연구들이 존재한다(김선희, 2013; 배수현, 2012). 이는 감사하는 마음이 긍정정서와 부정정서의 균형을 유지하게 하여 스트레스 상황에서 보다 탄력적으로 행동할 수 있게 하기 때문으로 보인다(임경희, 2010a). 또한 외상 후 성장을 이루고 있는 요소인 개인의 강점을 지각하는 것, 다른 사람과 관계가 변화하는 것, 새로운 가능성을 찾는 것이 탄력성의 하위 변인과 긍정적 관련이 있다(Nishi et al, 2010). 즉, 스트레스상황에서 느끼는 감사가 긍정정서로 작용하여 개인의 탄력성을 증가시킨다고 볼 수 있다.

이러한 점들을 토대로 외상을 경험한 사람들 가운데 감사성향이 높은 사람이 사회적 지지를 높게 지각하고, 감사를 많이 할수록 자아탄력성이 향상될 것을 가정해 볼 수 있으며 이를 통해 외상 후 성장에 이를 수 있을 것으로 기대해볼 수 있다. 사회적 지지와 자아탄력성이 정적 상관성이 있으며(강희경, 2006; 정지영, 2011; Markstrom, Marchall, & Tryon, 2000), 사회적 지지가 높을수록 자아탄력성이 높아진다는 선행 연구가 있으므로(권지혜, 2006; 유하영, 2011), 사회적 지지와 자아탄력성의 이중매개를 고려해 볼 수도 있겠으나 본 연구에서는 감사 성향이 외상 후 성장에 이르는 과정에서 중요한 역할을 하는 변인들을 탐색하는 데 목적이 있으므로 감사 성향과 사회적 지지, 감사 성향과 자아 탄력성 각각의 관계에 초점

을 맞추었다.

한편 심리치료는 내담자의 증상을 감소시키는 것 뿐 아니라 내담자의 성장을 돕는 데에도 목적성을 가지고 있어서(Lent, 2004), 외상 후 성장 과정이나 관련 변인들에 대한 연구는 상담 장면에서 개인의 성장과 기능 향상을 돕는 데 매우 유용할 것이다. 이에 본 연구는 외상사건으로 인해 나타날 수 있는 부정적 결과를 예방하고, 외상 경험자들에게 적용할 수 있는 치료모델의 근거를 마련하는 데 밑바탕이 될 것이다. 지금까지 설명한 내용을 토대로 연구가설을 정리하면 다음과 같다. 첫째, 감사성향은 사회적 지지를 매개로 외상 후 성장에 정적으로 영향을 미칠 것이다. 둘째, 감사성향은 자아탄력성을 매개로 외상 후 성장에 정적으로 영향을 미칠 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 외상사건을 경험한 사람을 대상으로 선정하였다. 예측변인인 감사성향은 성격적인 특성을 지닌 변인이므로 성격형성의 안정성과 다양한 외상 사건의 수집을 위해 성인을 대상으로 하였다. 자료 수집 이후 분석대상을 설정하는 기준은 다음과 같이 설정하였다. 첫째, 외상경험의 고통에 대한 주관적 평가 시 고통의 정도를 보통이하로 응답한 사람을 제외하였다. 따라서 외상사건 관련 질문지를 사용하여 외상경험에 대한 고통이 7점 만점 중 4점 이상인 경우만 선택하여 대상으로 삼았다. 둘째, 오래전에 일어난 사건과 최근의

사건의 의미가 다를 수 있으므로 최근 5년 이내에 외상을 겪은 사람으로 대상을 제한하였다. 또한 모집의 용이성을 위해 20-30대 성인으로 제한하였다. 셋째, PTSD에 대한 DSM-5의 진단 기준에 관련 증상이 4주 이상 지속되는지의 여부가 있기 때문에(DSM-5, 2013), 외상을 경험하고 적어도 1개월이 넘는 사람들을 분석대상으로 삼았다.

본 연구를 위해 2014년 9, 10월 두 달 간 서울, 경기, 충청도의 대학생, 직장인 등 20-30대 성인 남녀를 대상으로 설문조사를 실시하였다. 총 408명에게 자기보고식 설문지를 실시하였다. 이 중 외상경험이 없거나 성실도가 떨어지는 경우, 앞에서 언급한 기준에 해당되지 않는 경우를 제외하여 총 333명의 자료가 분석에 사용되었다.

연구대상의 인구학적 특성을 살펴보면, 성별은 남자가 132명(39.6%), 여자가 201명(60.4%)이었으며, 연령은 평균 25.66세($SD=4.57$)이었다. 직업은 대학생이 121명(36.3%), 대학원생이 63명(18.9%), 직장인이 93명(27.9%), 기타가 56명(16.8%)였다. 종교는 기독교가 190명(57.1%), 천주교가 39명(11.7%), 불교가 12명(3.6%), 무교가 86명(25.8%), 기타가 6명(1.8%)이었다.

측정 도구

외상사건관련 질문지. 외상사건 종류 및 외상 경험에 대한 주관적 고통을 측정하고자 송승훈(2007)이 사용한 척도를 신선영(2009)이 보완한 외상 사건 관련 질문지를 사용하였다. 이 질문지는 총 5문항으로 이루어져있다. 참가자들에게 지금까지 살아오면서 경험한 힘들고 비극적이고 충격적이었던 사건을 여러 가지 떠올리게 하였다.

그리고 응답한 사건들 중에서 고통이 가장 심한 사건을 하나 선택해 외상사건으로 정의하여 이를 떠올리며 설문에 응답하도록 했다. 이에 대해 그 사건을 겪은 지 얼마나 시간이 지났고, 외상경험 당시와 최근에 고통스러운 정도가 어느 정도였는지를 7점 척도로 응답하도록 하였다.

감사성향 척도. 감사성향을 측정하기 위해 McCullough, Emmons 및 Tsang(2002)이 개발한 감사성향척도(Gratitude Questionnaire-6: CQ-6)를 권선중, 김교현, 이홍석(2006)이 수정, 보완해 한국어로 번안한 한국판 감사성향척도(K-CQ-6)를 사용하였다. K-CQ-6은 총 6문항으로 구성되어 있다. 각 질문에 대해 “전혀 그렇지 않다(1점)”, “그렇지 않다(2점)”, “약간 그렇지 않다(3점)”, “보통 정도로 그렇다(4점)”, “약간 그렇다(5점)”, “그렇다(6점)”, “매우 많이 그렇다(7점)”의 7점 Likert 척도로 되어 있다. 부정적 문항(3,6번)에 대한 응답은 역채점하고, 점수범위는 최저 6점, 최고 42점이며 높은 점수일수록 감사성향이 높은 것으로 볼 수 있다. McCullough 등(2002)이 개발한 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .82였으며, 권선중 등(2006)의 한국판 척도 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .85로 나타났다. 본 연구의 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .89로 나타났다.

사회적 지지 척도. 외상 경험 시 받은 사회적 지지를 측정하고자 박지원(1985)이 개발한 사회적 지지척도를 사용하였다. 이는 총 25개 문항으로 구성되어있다. 각 질문에 대해 “거의 아니다(1점)”, “약간 그렇다(2점)”, “보통이다(3점)”, “많이 그렇다(4점)”, “아주 많이 그렇다(5점)”의 5점

Likert척도로 되어 있다. 점수범위는 최저 25점에서 최고 125점이며, 총점이 높을수록 사회적 지지를 많이 경험하는 것을 의미한다. 정서적 지지(7문항), 평가적 지지(8문항), 정보적 지지(8문항), 물질적 지지(8문항)의 4가지 하위영역으로 구성되어 있다. 박지원(1985)의 연구에서 전체척도의 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .95로 나타났다. 본 연구의 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .97로 나타났다.

자아탄력성 척도. 자아탄력성 측정을 위해 Block과 Kremen(1996)이 개발한 자아탄력성 척도(Ego-Resiliency Scale: ER)를 유성경과 심혜원(2002)이 수정, 보완해 한국어로 변안한 척도를 사용하였다. 자아탄력성 척도는 총 14개의 문항으로 구성되어 있다. 각 질문에 대해 “전혀 그렇지 않다(1점)”, “그렇지 않다(2점)”, “그렇다(3점)”, “매우 그렇다(4점)”의 4점 Likert척도로 되어 있다. 점수범위는 최저 14점에서 최고 56점이며, 점수가 높을수록 개인이 스트레스 사건 경험 후에 자신이 통제할 수 있는 수준으로 되돌아오는 능력이 더 뛰어난 것을 의미한다. 대인관계(3문항), 활력성(2문항), 감정통제(2문항), 호기심(5문항), 낙관성(2문항)의 5가지 하위요인으로 구성되어 있다. Block과 Kremen(1996) 연구에서의 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .76이었다. 유성경과 심혜원(2002)이 수정, 보완해 한국어로 변안한 척도의 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .67로 나타났다. 본 연구의 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .72이었다.

외상 후 성장 척도. 외상 후 성장을 측정하고자 Tedeschi와 Calhoun(1996)이 개발한 21문항의 외상 후 성장척도(Posttraumatic Growth

Inventory: PTGI)를 송승훈(2007)이 수정, 보완, 변안하여 16문항으로 구성된 한국판 외상 후 성장척도(K-PTGI)를 사용했다. 각 질문에 대해 “변화를 경험하지 못하였다(1점)”, “변화를 매우 적게 경험하였다(2점)”, “변화를 조금 경험하였다(3점)”, “변화를 보통 경험하였다(4점)”, “변화를 많이 경험하였다(5점)”, “변화를 매우 많이 경험하였다(6점)”의 6점 Likert척도로 되어 있다. 점수범위는 최저 16점에서 최고 96점이며, 점수가 높을수록 외상사건 이후에 긍정적인 변화를 더 많이 경험한 것으로 볼 수 있다. K-PTGI는 자기지각의 변화(6문항), 대인관계의 깊이 증가(5문항), 새로운 가능성 발견(3문항), 영적 종교적 관심 증가(2문항)의 4가지 하위영역을 포함하고 있다. Tedeschi와 Calhoun이 개발한 원척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .90, 송승훈(2007)이 타당화한 한국판 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .83이다. 본 연구의 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .92로 나타났다.

절차

본 연구의 자료 분석을 위한 단계를 다음과 같다.

첫 번째 단계, SPSS PASW statistics 18.0을 사용하여 연구대상자의 일반적인 특성을 파악하기 위한 기초통계와 빈도분석을 하고, 측정도구의 신뢰도 계수와 주요변인의 기술통계를 얻고, 상관분석을 실시하였다.

두 번째 단계, 측정모형의 타당성을 검증하기 위해 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis; CFA)을 실시하고 적합도 및 요인부하량을

확인하였다.

세 번째 단계, 연구모형의 적합도를 평가하고 매개효과를 확인하기 위해 Mplus 6.0을 사용하였다. 모형 적합도 평가에는 χ^2 , CFI, TLI, RMSEA를 사용하였다. CFI와 TLI가 1에 가까울수록 우수한 모형이고, CFI, TLI가 .90이상이면 그 모형의 적합도가 좋은 것을 의미한다(홍세희, 2000). RMSEA는 .05보다 작으면 좋은 적합도, .08보다 작으면 괜찮은 적합도, .10이하이면 보통 적합도, .10보다 크면 나쁜 적합도로 여겨진다(Browne & Cudeck, 1993; 홍세희, 2000에서 재인용). 분석한 적합도 지수들을 토대로 연구모형1과 연구모형2에서 보다 합당한 모형을 선정하였다.

네 번째 단계, 채택한 모형의 매개효과를 검증하였고, 매개효과 유의성을 검토하기 위해

Shrout와 Bolger(2002)가 Sobel 검증의 대안으로 제시한 Bootstrap방법을 이용하였다. Bootstrap 방법은 신뢰구간을 제시하는데, 그 구간이 0을 포함하지 않는 경우 간접효과가 통계적으로 유의미한 것으로 보는 것이다.

결 과

외상사건 유형

외상사건 유형에 대해서는 복수응답이 가능했으며 결과는 표1에 제시했다. 외상사건 유형에서 학업이나 과업 문제를 제외하고는 대부분 사회적 관계와 관련된 유형이 높은 빈도로 나타났다.

표 1. 외상사건 유형

외상사건 유형	빈도	백분율(%)
사고 및 상해 (교통사고, 산업재해, 화재, 폭발)	49	7
자연 재해 (홍수, 지진, 폭설 등)	7	1
구타, 폭행, 강도 등의 범죄 피해	11	2
성추행 및 성폭력	9	1
본인의 심각한 신체 질병	28	4
사랑하는 사람의 질병	43	6
사랑하는 사람의 사망	85	12
대인관계 파탄 (이별, 실연, 절교 등)	88	12
적응의 어려움 (학교, 사회, 군대에서 소외, 따돌림)	70	10
이혼 및 별거 (본인 및 부모)	46	7
학업, 과업 문제 (낙방, 실패, 좌절 등)	84	12
배신 충격 (거짓말, 외도, 속임, 사기 등)	78	11
재정적 어려움 (부도, 파산, 신용불량 등)	45	7
실직, 구직의 실패	16	2
어린 시절의 학대	12	2
기타	28	4
합계	699	100

표 2. 주요 변인들 간 상관관계 및 평균과 표준편차

변인	1	2	3	4	5	6
1. 감사성향	-					
2. 사회적지지	.47***	-				
3. 자아탄력성	.38***	.32***	-			
4. 외상 후 성장	.52***	.61***	.42***	-		
5. 외상 경험 당시 고통	.01	-.07	-.11	-.10	-	
6. 외상으로 인한 최근 고통	.03	.11	-.00	.10	.02	-
<i>M</i>	5.66	3.32	2.73	4.15	6.04	3.25
<i>SD</i>	.97	.82	.31	.85	0.79	1.57

주. $N=333$, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$.

주요 변인들 간 상관관계 및 평균과 표준편차 측정모형 검증

감사성향, 사회적지지, 자아탄력성 및 외상 후 성장의 관계를 알아보기 위해 변인들 간의 상관관계를 알아본 결과 모든 변인들 간에 유의한 정적 상관이 나타났다.

본 연구의 측정변수들이 해당 잠재변수를 적절하게 측정하는지 확인하기 위해 측정모형검증을 실시하였다. 측정모형의 확인적 요인분석 결과 χ^2 ($df=146$, $N=333$)=399.11, TLI=.918, CFI=.930,

표 3. 측정모형의 요인계수

잠재변수	측정변수	β	<i>S.E.</i>	<i>C.R.</i>
감사성향	감사성향1	.88	.02	49.83
	감사성향2	.83	.02	40.22
	감사성향3	.68	.03	20.56
	감사성향4	.76	.03	28.71
	감사성향5	.72	.03	23.97
	감사성향6	.66	.03	19.57
사회적 지지	정서적 지지	.87	.02	55.34
	정보적 지지	.91	.01	78.12
	물질적 지지	.90	.01	71.03
	평가적 지지	.93	.01	88.87
자아 탄력성	대인관계	.50	.05	9.59
	활력성	.68	.05	14.96
	감정통제	.36	.06	6.21
	호기심	.44	.06	7.92
외상 후 성장	낙관성	.59	.05	12.28
	자기자각의 변화	.91	.02	46.46
	대인관계 깊이 증가	.80	.03	30.46
	새로운 가능성의 발전	.70	.03	21.70
	영적/종교적 관심 증가	.51	.04	11.74

주. $N=333$, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$.

RMSEA=.072로 TLI, CFI가 .90이상으로 좋은 적합도를 보였으며, RMSEA도 .08이하로 보통의 적합도를 보여 측정모형이 자료에 적합함이 확인되었다. 측정모형의 요인부하량은 모두 유의수준 .001에서 유의하였고, 측정모형의 적합도지수와 요인계수는 표 3에 제시하였다.

모형비교

가장 적합한 모형을 찾기 위해서 완전매개모형을 연구모형1로, 부분매개모형을 연구모형2로 설정하였다. 본 연구모형의 적합도를 분석한 결과, 연구모형1인 완전매개 모형의 적합도 지수는 $\chi^2=412.703(df=148, N=333, p<.001)$, CFI=.927, TLI=.916, RMSEA=.073 (90% confidence interval[CI]: .065, .082)으로 전반적으로 적합한 모형으로 볼 수 있다. 또한, 연구모형2인 부분매개 모형의 적합도 지수도 $\chi^2=(df=147, N=333, p<.001)$, CFI=.928,

TLI=.917, RMSEA=.073(90% confidence interval[CI]: .064, 0.81)로 전반적으로 적합한 모형으로 평가할 수 있다. 연구모형들의 적합도는 표4에 제시하였다.

내재적 관계에 있는 두 모형 중 우수한 모형을 좀 더 정확하게 선정하기 위해 χ^2 차이검증을 실시하였다. 그 결과 연구모형 1과 연구모형2의 χ^2 차이는 6.311로 자유도(df) 차이가 1인 상태에서 유의확률 .05수준의 χ^2 분포 임계치인 3.84보다 큰 값을 나타내어 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 따라서 연구모형2는 모형의 간명성과 적합도 모두에서 연구모형1보다 우수하다고 볼 수 있으므로 본 연구에서는 연구모형2를 채택하였다. 연구모형1과 2는 그림1과 2에 제시하였다.

연구모형2의 부분매개모형을 바탕으로 각 변인 간의 경로를 분석하였다. 그 결과, 감사성향이 사회적 지지에 영향을 미치는 경로, $\beta=.50, p<.001$, 와 사회적 지지가 외상 후 성장에 영향을 미치는

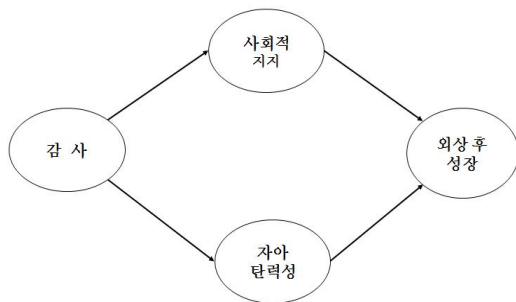


그림 1. 연구모형1(완전매개)

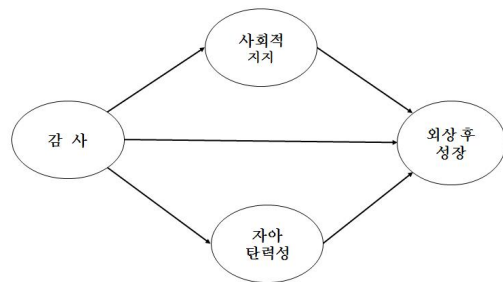


그림 2. 연구모형2(부분매개)

표 4. 연구모형의 적합도

모형	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
연구모형1(완전매개)	412.703***	148	.927	.916	.073
연구모형2(부분매개)	406.392***	147	.928	.917	.073

주. N=333, *p<.05, **p<.01, ***p<.001.

경로, $\beta=.47, p<.001$, 감사성향이 자아탄력성에 영향을 미치는 경로, $\beta=.58, p<.001$, 자아탄력성이 외상 후 성장에 영향을 미치는 경로, $\beta=.30, p<.001$, 감사성향이 외상 후 성장에 영향을 미치는 경로, $\beta=.18, p<.001$ 모두 정적으로 유의미하게 나타났다. 최종모형의 검증결과를 그림3에 제시하였다.

매개효과 검증

감사성향이 외상 후 성장에 미치는 영향에서

사회적 지지와 자아탄력성의 매개효과가 유의미한지 확인하기 위해 Bootstrapping 방식을 사용했다. 이 방법은 기존의 매개효과 검증 시 간접효과와 표준오차를 Bootstrap을 통해 추정하는 것으로, 신뢰구간을 제시하고 그 사이에 0이 포함되지 않으면 간접효과가 통계적으로 유의미하다고 보는 방법이다. 본 연구의 매개효과 검증 결과를 표 5에 제시하였다.

감사성향과 외상 후 성장의 관계에서 사회적 지지의 간접효과는 .24($p<.001$)로 나타났고, 감사

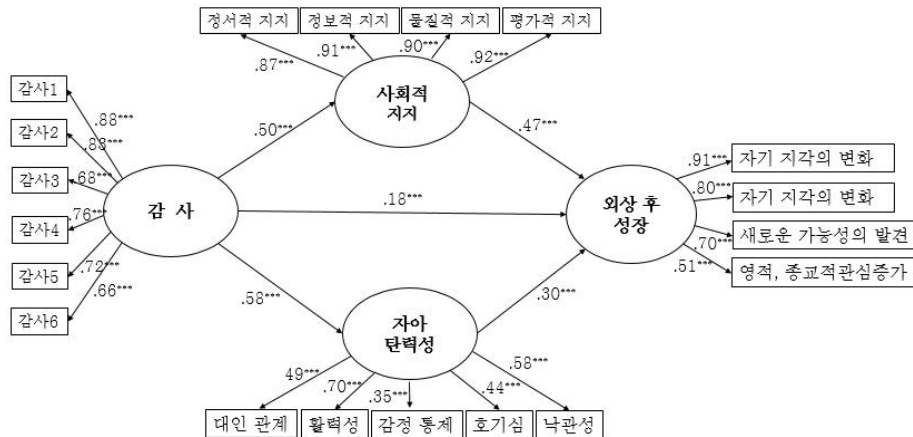


그림 3. 최종모형의 모수 추정치

표 5. Bootstrapping 절차를 통한 매개효과 검증

경로	직접효과	간접효과
감사성향→사회적 지지	.50***	
사회적 지지→외상 후 성장	.47***	.24***
감사성향→외상 후 성장	.18***	(.07, .28)
감사성향→자아탄력성	.58***	
자아탄력성→외상 후 성장	.30***	.17***
감사성향→외상 후 성장	.18***	(.16, .32)
총 간접효과		.41***
		(.29, .54)

주. N=333, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$.

Bootstrap Samples=10,000

성향과 외상 후 성장의 관계에서 자아탄력성의 간접효과는 .17($p < .001$)로 유의하게 나타났다. 또한, 자아탄력성보다 사회적 지지의 매개효과가 더 큰 것으로 나타났다. Bootstrapping의 95% 신뢰구간에서도 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 최종 연구모형 설계대로 감사성향과 외상 후 성장의 관계에서 사회적 지지와 자아탄력성이 정적으로 부분 매개하는 것으로 검증되었다.

논 의

본 연구는 극심한 충격을 주는 사건을 겪은 사람들이 외상 후 성장을 하는 데 영향을 주는 변인들을 알아보고자 하였다. 선행 연구를 바탕으로 감사성향, 사회적지지 및 자아탄력성을 중요 변인으로 제안하였고, 이들과 외상 후 성장의 관련성 및 구조를 살펴보았다.

본 연구의 결과를 요약하고 중요 내용을 논의하면 다음과 같다. 감사성향과 사회적지지, 자아탄력성이 외상 후 성장에 이르는 경로와 구조를 살펴본 결과, 감사성향은 외상 후 성장에 직접적으로 영향을 줄 뿐만 아니라 사회적 지지와 자아탄력성을 매개하여 영향을 주는 것으로 나타났다. 이를 구체적으로 살펴보면, 사회적 지지가 감사성향과 외상 후 성장의 관계를 정적으로 부분 매개하는 것으로 나타났다. 사회적 지지가 외상 후 성장에 영향을 줄 때 유념해야 할 것은 지각된 사회적 지지이다. 즉, 똑같은 수준의 사회적 지지를 받더라도 더 크게 느끼는 개인이 적응을 잘하고 더 많은 도움을 이끌어내어 외상 후 성장에 이를 수 있는 것이다. 이 때, 감사성향이 개인이 얻은 것에 가치를 부여하고 긍정적 의미를 찾게 하여

지각된 사회적 지지를 높이는데 효과적인 것으로 보인다.

또한 자아탄력성 역시 감사성향과 외상 후 성장의 관계를 정적으로 부분 매개하는 것으로 나타났다. 자아탄력성은 스트레스에 건강하게 대처하는 능력으로 자아탄력성이 높은 사람은 외상에 대해 적응적으로 기능하게 된다. 이 때, 감사성향은 스트레스 상황에서 긍정적인 부분도 바라볼 수 있게 하여 보다 건강하게 대처할 수 있도록 한다. 외상 후 성장은 강한 스트레스사건을 겪은 뒤 긍정적인 방향으로의 변화를 의미하는 것으로 스트레스에 대해 생산적으로 반응하는 것이 필수적인데, Hobfoll(1989)가 긍정정서를 많이 느끼는 사람들이 보다 탄력적이고 스트레스 유발 사건을 잘 견딘다고 한 것을 고려하면 감사성향이 외상에 대한 긍정적 해석을 증가시켜 보다 탄력적으로 기능할 수 있도록 돕는 것으로 보인다. 그런데, Janoff-Bulman(2004)의 연구에 따르면 자아탄력성이 외상을 겪은 후에도 개인적 강점과 새로운 가능성에 감사하게 하여 외상에 대한 고통을 견디는 힘으로 작용한다고 하였다. 즉, 본 연구에서 설정한 예측변인과 매개변인의 경로와는 다르게 자아탄력성과 외상 후 성장의 관계에서 감사성향이 매개변인의 역할을 한다는 것이다. 따라서 추후연구를 통해 어떠한 방향성이 더 의미 있고, 더 크게 작용하는 지에 대해 알아보는 것이 필요하다.

한편, 본 연구에서 살펴본 감사의 개념은 자신이 받은 도움에 대해 감사를 느끼는 개인의 성격적 특징인 감사성향이었다. 그러나 훈련을 통해 감사를 증가시킬 수 있다는 선행연구들(김문열, 2009; 이지현, 2009; 홍재윤, 2014)이 있으므로 본

연구의 결과는 감사훈련을 통한 외상 후 성장의 심리치료적 개입을 세우는 기초가 될 수 있을 것이다. 감사훈련 자체만으로 외상 후 성장에 직접 영향을 주는 것은 어려울 수 있다. 그러나 본 연구에서 밝혀진 매개효과와 감사훈련을 통해 지각된 사회적 지지와 자아탄력성이 증가될 수 있다(김미정, 2009; 이다경, 2012)는 연구결과를 기반으로 감사훈련 프로그램을 통해 사회적 지지와 자아탄력성을 증가시켜 외상에 대한 부정적 반응에 대처하도록 할 수 있다.

이상의 내용을 바탕으로 본 연구의 제한점과 그에 따른 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 양적인 연구방법을 사용하여 결과를 도출하여 극심한 스트레스 사건을 겪은 개인이 외상 후 성장을 경험하는 과정을 자세하게 기술하는 데는 한계가 있다. 따라서 외상 후 성장에 대한 질적인 연구가 추가적으로 이루어질 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 자기보고식 설문으로 실시되었으므로 참여자가 타인에게 바람직한 모습으로 보이고 싶어 하는 경향이 결과에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 즉, 설문하기에 앞서 참여자들에게 연구 목적에 대해 설명하며 참여 동의서에 서명을 하게 하였는데, 이로 인해 자신의 외상에 대해 솔직하게 응답하지 않거나, 외상에 대한 본인의 반응을 보다 긍정적으로 나타내려는 응답을 했을 가능성이 있다. 셋째, 본 연구는 20-30대 성인들을 대상으로 진행되었기 때문에 연구결과를 일반화 하는데 어려움이 있다. 즉, 본 연구의 결과를 전 연령대에서 보편적으로 일어날 수 있는 것으로 보기에는 어려움이 있다. 선행연구에 따르면, 젊은 연령대의 응답자들이 외상 후 성장을 더 많이 경험한다는 연구가 있는 반면(Milam, Ritt-Olson, &

Unger, 2004), 높은 연령대의 응답자들이 외상 후 성장을 더 많이 경험한다는 연구도 있다(Evers et al, 2001). 따라서 외상 후 성장과 관련하여 연령에 대한 연구가 더 필요해 보인다. 넷째, 본 연구는 다양한 외상 유형에 대해 자신이 경험한 모든 사건을 보고하도록 하였다. 이는 개인에게 큰 충격을 줄 수 있는 사건들을 제시하고 그 사건의 대한 경험의 유무에 따라 대상자를 선별하기 위한 과정이었다. 그러나 외상사건의 종류에 따라 개인에게 미치는 영향이 다를 수 있으므로 외상 유형에 따라 결과가 어떻게 달라질 수 있는지 검증해 보아야 할 필요가 있다. 다섯째, 본 연구에서 사용된 자아탄력성 척도에서 각각 하위요인들의 신뢰도 계수에 차이가 커서 하위요인들의 해석에 어려움이 있으며, 추후에는 하위요인들의 신뢰도 계수가 높은 도구를 사용하는 것이 필요하다.

한편, 위와 같은 제한점에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 의의를 가진다. 첫째, 외상경험이 반드시 부정적인 결과만을 가져오는 것이 아니라 긍정적인 변화를 가져올 수 있다는 최신 연구 동향을 반영한 연구 결과이다. 또한 외상 후 성장에 영향을 줄 수 있는 변인들에 대해 연구하였다는 점에서 의의가 있다. 둘째, 최근 감사에 대한 연구가 많이 진행되고 있으며 외상 후 성장과의 관계에 대해 이론적 연관성이 더해지고 있는 추세이나 감사가 외상 후 성장까지 이르는 과정을 외상 후 성장과 관련된 다양한 변인을 활용하여 살펴봤다는 점에서 의의가 있다. 특히 사회적 지지 지각과 자아탄력성을 촉진하는 감사성향이 외상 후 성장에 미치는 영향을 검증함으로써 감사성향을 외상에 대한 심리치료에 고려되어야 할 변인으로 제시하였고, 이를 토대로 치료적 방향을

제시하였다. 셋째, 외상의 정의가 사건 자체보다는 개인이 겪는 심리적 고통을 기준으로 하고 있기 때문에 외상에 대한 개인의 고통정도가 중요하다. 이에 따라 본 연구에서는 외상 경험에 대한 심리적 고통을 측정하여 표본을 설정하였다. 기존의 연구들은 외상에 대한 주관적 고통을 측정하기 위해 5점 척도의 단일문항을 사용하였지만, 본 연구에서는 사건-충격척도를 사용하여 보다 신뢰할 수 있는 연구를 진행하였다.

참 고 문 헌

- 강희경. (2006). 사회적 지지와 아동의 자아탄력성. 대한 가정학회지, 44(11), 149-159.
- 곽영희, 정현희. (2014). 초기 청소년의 불안정 애착, 역기능적 태도, 사회적 지지와 우울 간의 구조적 관계. 상담학연구, 15(5), 1887-1909.
- 권성중, 김교현, 이홍석 (2006). 한국판 감사 척도 (K-GQ-6)의 신뢰도 및 타당도. 한국심리학회지: 건강, 11(1), 177-190.
- 권지혜 (2006). 아동의 자아탄력성의 설명 요인에 관한 연구. 서울여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김문열 (2009). 외향성과 감사훈련 방법이 주관적 안녕감에 미치는 영향. 영남대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김미원 (2014). 결혼 이주여성의 문화적응스트레스가 결혼적응에 미치는 영향에 관한 연구 : 사회적 지지와 가족의례의 매개효과를 중심으로. 대구가톨릭대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 김미정 (2009). 감사 증진 프로그램이 중학생의 주관적 안녕감, 지각된 사회적 지지, 심리적 적응에 미치는 효과. 전남대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 김미현 (2014). 간접감사경험이 삶의 만족도와 사회적 지지 및 친사회적 행동에 미치는 영향. 중앙대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김보라 (2010). 자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 영향: 삶의 의미의 매개효과. 아주대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.
- 김선희 (2013). 고등학생의 감사성향이 문제해결력에 미치는 영향: 자아탄력성 매개효과. 경성대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 노지혜, 이민규(2011). 나는 왜 감사해야 하는가?: 스트레스 상황에서 감사가 안녕감에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 30(1), 159-183.
- 노혜숙 (2008). 고등학생의 감사성향과 심리적 안녕감에 관계: 사회적 지지의 매개효과. 전남대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 단두리 (2013). 자아탄력성 및 자기노출이 외상 후 성장에 미치는 영향: 의도적 반추의 매개효과를 중심으로. 성신여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박지원 (1985). 사회적 지지 척도 개발을 위한 일 연구. 연세대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 박현진 (1996). 자아탄력성에 따른 지각된 스트레스, 대처 및 우울. 고려대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 배수현 (2012). 감사교육프로그램이 초등학생의 자아탄력성과 학습태도에 미치는 효과. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 송승훈 (2007). 한국판 외상 후 성장 척도의 신뢰도와 타당도. 충남대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 신선영 (2009). 삶의 의미와 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 성장적 반추를 매개 변인으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 심은진 (2013). 대학생의 생활스트레스와 심리적 안녕감과의 관계에서 감사성향의 효과. 영남대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 안지혜 (2019). 외상 경험자의 자기노출이 외상후 성장에 미치는 영향 : 지각된 사회적 지지와 의도적 반추의 매개효과. 서울여자대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.
- 유성경, 심혜원 (2002). 적응 유연한 청소년들의 심리적 보호요소 탐색. 교육심리연구 16(4). 189-206
- 유하영 (2011). 아동이 지각한 사회적지지 및 자아탄력성과 스트레스 대처행동과의 관계. 한남대학교 대

- 학원 석사학위 청구논문.
- 은헌정, 이선미, 김태형 (2001). 일 도시 지역의 외상 후 스트레스 장애 역학 조사. *神經精神醫學*, 40(4), 581-591.
- 이다경 (2012). 영성지향 감사프로그램이 유아의 우울과 자아탄력성에 미치는 효과. 울산대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 이수림. (2013). 외상 유형이 외상 후 성장 및 지혜에 미치는 영향: 사회적 지지와 대처의 매개효과. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 19(3), 319-341.
- 이지현 (2009). 중학생에게서 감사 훈련이 미치는 긍정적인 효과. 서강대학교 석사학위논문.
- 이후승 (2003). 고등학생이 지각한 사회적 지지와 지각한 자아탄력성이 스트레스 지각에 미치는 영향. 연세대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 임경희 (2010a). 감사성향 척도개발 및 타당화. *상담학연구*, 11(1), 1-17
- 임경희 (2010b). 아동의 스트레스 경험과 감사성향이 학교적응에 미치는 영향. *초등교육연구*, 23(3), 215-238.
- 임아람 (2011). 청소년의 탄력성과 성격강점 간의 관계. 충북대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 정지영 (2011). 청소년의 기질, 가족건강성, 사회적 지지가 자아탄력성에 미치는 영향. 고려대학교 교육대학원 박사학위 청구논문.
- 최승미 (2008). 외상 후 성장 관련 변인의 탐색. 고려대학교 박사학위논문.
- 하진의 (2013). 성인 애착 불안이 외상 후 스트레스와 성장에 미치는 영향: 자기자비와 반추의 매개효과. 숙명여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 한상화 (2012). 자아탄력성이 스트레스지각에 미치는 영향에 대한 연구: 삶의 의미를 매개변인으로. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위 청구논문.
- 홍세희 (2000). 특별기고: 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 161-177.
- 홍재윤 (2014). 긍정적 정서 함양을 위한 감사 명상 프로그램 개발. 동국대학교 불교대학원 석사학위 청구논문.
- Adler, M. G., & Fagley, N. S. (2005). Appreciation: Individual Differences in Finding Value and Meaning as a Unique Predictor of Subjective Well Being. *Journal of Personality*, 73(1), 79-114.
- Affleck, G., & Tennen, H. (1996). Construing benefits from adversity: Adaptational significance and dispositional underpinnings. *Journal of Personality*, 64(4), 899-922.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and social psychology*, 70(2), 349.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. *Sage Focus Editions*, 15(4), 136-136.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2004). "AUTHORS' RESPONSE:" The Foundations of Posttraumatic Growth: New Considerations". *Psychological inquiry*, 15(1), 93-102.
- Evers, A. W., Kraaimaat, F. W., van Lankveld, W., Jongen, P. J., Jacobs, J. W., & Bijlsma, J. W. (2001). Beyond unfavorable thinking: the illness cognition questionnaire for chronic diseases. *Journal of Consulting and clinical psychology*, 69(6), 1026.
- Garnezy, N. E., & Rutter, M. E. (1983). Stress, coping, and development in children. In *Seminar on Stress and Coping in Children, 1979, Ctr for Advanced Study in the Behavioral Sciences, Stanford, CA, US*. Johns Hopkins University Press.
- Gordon, A. K., Musher-Eizenman, D. R., Holub, S. C., & Dalrymple, J. (2004). What are children thankful for? An archival analysis of gratitude before and after the attacks of September 11. *Journal of Applied Developmental Psychology*,

- 235), 541-553.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44, 513-524.
- Janoff-Bulman, R. (2004). Posttraumatic growth: Three explanatory models. *Psychological Inquiry*, 15(1), 30-34.
- Kashdan, T. B., Uswatte, G., & Julian, T. (2006). Gratitude and hedonic and eudaimonic well-being in Vietnam war veterans. *Behaviour Research and Therapy*, 44(2), 177-199.
- Lent, R. W. (2004). Toward unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychological adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51(4), 482-509.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 17(1), 11-21.
- Markstrom, C. A., Marshall, S. K., & Tryon, R. J. (2000). Resiliency, social support, and coping in rural low-income Appalachian adolescents from two racial groups. *Journal of Adolescence*, 23(6), 693-703.
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral affect?. *Psychological bulletin*, 127(2), 249.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127.
- Milam, J. E., Ritt-Olson, A., & Unger, J. B. (2004). Posttraumatic growth among adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 19(2), 192-204.
- Nishi, D., Matsuoka, Y., & Kim, Y. (2010). Research Posttraumatic growth, posttraumatic stress disorder and resilience of motor vehicle accident survivors. *Biopsychosocial Medicine*, 4(1), 7.
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1996). Assessment and prediction of stress related growth. *Journal of Personality*, 64(1), 71-105.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 603-619.
- Rogerher, C., Hill, J., Knott, T., & Sault, B. (2003). Social support, self efficacy and trauma in new recruits and experienced firefighters. *Stress and Health*, 19(4), 189-193.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological methods*, 7(4), 422.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma & transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Sage Publications, Inc.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic stress*, 9(3), 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). " Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence". *Psychological inquiry*, 15(1), 1-18.
- Tellegen, A. (1985). Structures of mood and personality and their relevance of assessing anxiety with an emphasis on self-report. In A. H. Tuma & J. D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Weiss, T. (2002). Posttraumatic growth in women with breast cancer and their husbands: An intersubjective validation study. *Journal of Psychosocial Oncology*, 20(2), 65-80.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Linley, P. A. (2007). Coping style as a psychological resource of grateful people. *Journal of Social and Clinical*

Psychology, 28(9), 1076-1093.

Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology—A critical review and introduction of a two component model. *Clinical psychology review*, 28(5), 626-653.

원고접수일: 2018년 10월 28일

논문심사일: 2018년 11월 2일

게재결정일: 2019년 3월 31일

The Effect of Grateful Disposition on The Posttraumatic Growth: The Mediating Effect of Social Support and Ego resilience

E S Ther Kim

Jung Kyu Kim

Gestalttheilen Director

The objective of this study was to investigate the structure relationships among grateful disposition, posttraumatic growth(PTG) and mediating variables such as social support and ego resilience. The subjects were 408 participants from all over the country. Most of them in their twenties and thirties in Korean age. The self-reported questionnaires such as demographic information, Questions about traumatic events, Gratitude Questionnaire-6(K-CQ-6), Ego-Resiliency Scale(ER), Social support Scale and Posttraumatic Growth Inventory(K-PTGI) were administered to the subjects. Only 333 cases were chosen for data analysis. SPSS and Mplus programs were used for the statistical analysis. Additionally, Bootstrapping analysis was used to verify significance. The result were as follows. First, correlations among grateful disposition, social support, ego resilience and PTG were positively significant. Second, mediating effects of social support between grateful disposition and PTG was observed. In addition mediating effects of ego resilience between grateful disposition and PTG was observed. These result suggest that the model of study was appropriate. Also, the results offer the suggestion about remedial intervention by revealing that grateful disposition affect PTG directly and indirectly through social support and ego resilience. Finally, limitations and implications, and suggestions of the results in this study were discussed.

Keywords: grateful disposition, social support, ego resilience, posttraumatic growth