

## 집단따돌림 외상 경험 및 극복 과정 연구\*

서 영 석<sup>†</sup>      안 하 안      이 채 리      최 정 윤

연세대학교

본 연구에서는 집단따돌림 피해자들이 따돌림으로 인한 외상을 극복하는데 있어서 실질적인 도움이 될 수 있는 대처 및 개입 방안을 탐색하기 위해, 피해자들이 어떤 관계외상을 경험했고, 어떤 과정을 거쳐 외상을 극복했는지, 그리고 외상 경험 및 극복 과정에 영향을 미친 요인들이 무엇인지를 확인하였다. 이를 위해, 선행연구 및 관련 이론을 토대로 집단따돌림을 조작적으로 정의하고 극복에 대한 기준을 마련한 다음, 따돌림을 당하면서 외상과 같은 고통을 경험했지만 이를 극복한 중고등학생 및 대학생 36명을 선발해서 심층면접을 실시하였다. 근거이론 방법을 사용해서 자료를 분석한 결과, 106개의 개념, 32개의 하위범주, 11개의 범주가 나타났고, 집단따돌림 외상 경험 및 극복 과정을 반영하는 이론 모형이 도출되었다. 참여자들은 집단따돌림을 당하면서 '바닥을 치는' 것과 같은 심리·정서·신체적 외상을 경험했고, 홀로 견디기, 개방하기, 확장하기, 돌아보기 단계를 거치면서 집단따돌림으로 인한 외상을 극복한 것으로 나타났다. 참여자들이 외상을 극복해 나간 데에는 참여자 스스로의 부단한 노력 뿐 아니라 주변 사람들의 적극적인 지지와 개입, 환경의 변화 등이 긍정적인 영향을 미친 것으로 나타났다. 연구결과를 바탕으로 상담에 대한 시사점과 후속 연구에 대한 제언을 논하였다.

주요어 : 집단따돌림, 외상, 극복 과정, 근거이론 접근

\* 이 논문은 2012년도 한국연구재단(중견연구자지원사업)의 지원을 받아 연구되었음 (NRF-2012S1A5A2A01020940).

<sup>†</sup> 교신저자 : 서영석, 연세대학교 교육학부, 서울시 서대문구 연세로 50

Tel : 02-2123-6171, E-mail : seox0004@yonsei.ac.kr

우리나라에서는 1990년대 중반 이후 집단따돌림 문제와 이에 대한 사회적 관심이 증가하면서 집단따돌림에 대한 연구 또한 활발히 진행되어 왔다. 지금까지 수행된 집단따돌림 관련 국내 연구 동향을 살펴보면, 실태나 현황 파악, 개인 및 환경 요인 분석 등 집단따돌림에 대한 전반적인 이해를 증진시키기 위한 연구들이 전체 연구의 84.2%를 차지한다(정옥분, 정순화, 김경은, 박연정, 2008). 특히, 연구자들은 집단따돌림 발생에 영향을 미치는 개인 및 환경적 특성과 원인, 그에 따른 결과를 밝히는데 많은 노력을 기울여왔다(예, 권이중, 2000; 김수정, 2005; 김원중, 2004; 김혜원, 이해경, 2000; 박진, 2003; 이경희, 고재홍, 2006; 이규미, 구자경, 김은정, 이시형, 2001; 이봉건 등, 2001; 주은선, 박은란, 2003; 한종철, 김인경, 2000). 이처럼 발생 원인을 규명해서 집단따돌림 피해를 근절·예방하려는 노력도 중요하지만, 앞으로도 지속될 집단따돌림 현상에 대응하기 위한 실질적인 대처방안을 모색하는 일 또한 중요하다. 본 연구에서는 집단따돌림으로 인해 심리정서적으로 어려움을 겪었으나 이를 극복한 사람들의 경험을 탐색해 봄으로써, 집단따돌림 피해자들이 실제적으로 활용할 수 있는 방안을 도출하고자 하였다.

앞서 기술한 것처럼, 지금까지 선행연구들은 주로 집단따돌림의 유발 요인과 그 결과 및 영향을 밝히는데 초점을 맞춰 왔다. 예를 들어, 집단따돌림을 유발하는 피해자의 특성으로 비현실적 사고, 자기패배적 사고, 대인관계기술 부족, 자기표현능력 부족, 회피적이거나 상황에 맞지 않는 행동 등이 있는 것으로 나타났다(김선애, 2004; 이규미, 문형춘, 홍혜영, 1998). 또한 가족 간의 친밀감 부족, 부모의 비민주적 양육태도, 집단주의 문화, 입시위

주의 교육과 경쟁적인 학교 분위기 등이 집단따돌림을 유발하는 환경 요인으로 주목받아 왔다(김선애, 2004; 박진, 2003; 박진규, 2000). 집단따돌림 원인에 초점을 맞춘 연구들은 집단따돌림의 원인을 제거할 경우 집단따돌림은 사라질 것이고, 집단따돌림으로 인한 부정적 결과 또한 발생하지 않을 것이라는 가정을 내포하고 있다. 그러나 집단따돌림은 복잡하고 광범위한 신체적, 심리적, 관계적 행위를 포함하고 있기 때문에(권준모, 1999), 집단따돌림의 발생 원인 또한 매우 다양하고 복잡할 수밖에 없다. 즉, 발생 원인을 찾고 피해를 확인하는 방식만으로는 집단따돌림에 효과적으로 대응하는 데 한계가 있다.

지난 40여 년간 수행된 집단따돌림 관련 국내외 연구들을 종합하면, 집단따돌림은 제도권 학교가 있는 곳이라면 어디서든 발생하는 현상이다. 1970년대 유럽을 중심으로 집단따돌림 연구가 시작된 이래 집단따돌림에 대한 학술적 관심이 높아졌지만, 집단따돌림 현상은 여전히 지속되고 있다. 우리보다 먼저 집단따돌림에 관심을 갖기 시작한 일본 역시 학계의 부단한 노력과 정부의 대대적인 근절대책에도 불구하고, 2010년 실태조사에서 집단따돌림이 전년도에 비해 6.7% 증가한 것으로 나타났다(경향신문, 2012. 2. 7). 우리나라에서도 90년대 중반 이후 집단따돌림에 대한 연구와 정부차원의 예방 및 근절대책이 마련되고 실시되어 왔지만, 집단따돌림 현상은 줄어들지 않고 오히려 증가한 것으로 나타났다(청소년폭력예방재단, 2014). 결국, 집단따돌림은 세계 어디에나 존재하는 현상이고 집단이 존재하는 한 앞으로도 지속될 가능성이 매우 높다. 집단따돌림의 원인과 그 피해를 규명하는 노력은 집단따돌림 현상을 이해하고 이에 대처하기 위해

분명 필요한 작업이다. 그러나 앞으로도 지속될 집단따돌림으로 인해 극심한 심리정서적 고통을 경험할 피해자들이 효과적으로 활용할 수 있는 대처 및 극복방안을 확인하고 제공하려는 노력 또한 필요하다.

한편, 아동·청소년기의 집단따돌림 피해 경험은 성인기의 낮은 자기존중감과 낮은 성취동기, 우울·고독·사회적 위축 등 내면화 장애, 이성관계를 포함한 친밀관계 형성 및 유지의 어려움과 관련이 있는 것으로 나타났다(박경숙, 손희권, 손혜정, 1998; Gilmartin, 1987; Kupersmidt, Coie, & Dodge, 1990; Olweus, 1992; Schafer et al., 2004; Wentzel & Asher, 1995). 이처럼 한 개인에게 오랜 기간 영향을 미치는 집단따돌림은 천재지변 및 재난, 교통사고 등과 같이 우발적이고 일회적인 사건이 아니라 의도적이고 반복적이며 지속적인 대인관계 내 폭력행위이기 때문에 단순외상을 넘어 복합외상으로 간주할 수 있다(정지선, 안현의, 2008). 복합외상(complex PTSD)은 반복적으로 지속된 외상 경험에서 비롯되며, 정서 조절 기능 변화, 주의력과 의식 기능 변화, 신체화 증상, 자신과 가해자에 대한 인식 변화, 타인과의 관계 변화, 삶에 대한 의미와 신념의 변화 등을 수반한다(Herman, 1992; Pelcovitz et al., 1997). 집단따돌림 피해자 역시 단순 불안 증상 이외에도 자살사고, 충동성, 주의집중문제, 신체화, 무력감 등의 증상을 나타내며(보건복지부, 2001), 자기인식, 타인과의 관계, 삶에 대한 의미에까지 변화를 경험한다. 집단따돌림 피해로 인해 발생하는 문제를 복합외상으로 간주할 수 있음을 고려할 때, 피해자들에게 필요한 것은 집단따돌림을 중단시키려는 노력뿐만 아니라 집단따돌림으로 인한 외상에 더 이상 압도당하지 않고 이를 극복할 수 있

는 실질적인 대처방안이라 할 수 있다.

비록 몇몇 연구에서 집단따돌림에 대한 대처방안을 제시하고는 있지만 현장의 필요와 요구를 실질적으로 반영했다고 보기 어렵다. 특히, 집단따돌림으로 인한 심리정서적 외상을 어떻게 극복할 것인지에 대해서는 구체적인 시사점을 제시하지 못하고 있다. 구체적으로, 선행연구에서는 집단따돌림 당사자 상담, 가해학생 제재와 피해학생 보호, 가해자·피해자 교육, 학교풍토와 여건 개선, 지역사회 개입을 대처방안으로 제시하고 있는데(권이중, 2000; 김원중, 2004; 박진, 2003; 이봉건 등, 2001), 이 방안들은 대부분 문헌연구나 인식조사 및 실태조사 등을 기반으로 도출된 것들이다. 집단따돌림 피해자 대부분은 자신이 소위 왕따라는 사실과 기존 연구에서 제안하고 있는 극복 방안 또한 인지하고 있었으나, 이를 실천할 수 없었다고 응답하였다(주은선, 박은란, 2003). 이는 피해자들의 개인적 특성이 반영된 것일 수도 있지만, 기존에 알려진 또는 교육을 통해 전달된 대처방안들이 실제로 옮길 만큼 실질적이지 못하다는 반증으로 해석될 수 있다. 따라서 집단따돌림에 대처하고 그 피해를 극복하기 위해서는, 어떤 대처방식이 실제로 유용하고, 어떤 도움이 필요하며, 그리고 어떻게 도와주는 것이 효과적 인지를 확인할 필요가 있다. 이런 방법 중 하나는 집단따돌림을 경험하고 이를 극복한 사람들의 생생한 목소리를 확인하는 것이다. 실제로, 집단따돌림처럼 관계외상에 버금가는 심리정서적 피해를 경험한 희생자들을 대상으로 이들의 대처 및 극복 과정을 탐색함으로써, 현재 또는 미래의 피해자들을 조력하기 위한 시사점을 도출한 연구들이 다수 존재한다. 예를 들어, 이혼가정 자녀들의 적응 과정(박한샘,

2004), 가정폭력 피해 여성이 폭력에서 벗어나는 과정(김주현, 2006), 외상적인 관계상실로부터 성장에 이르는 과정(임선영, 2013), 이별·학대·무시·폭력 등 관계외상을 경험한 북한이탈여성들의 회복 과정(이숙영, 2014), 수치심 경험 이후 자아 회복 과정(Vliet, 2008)을 탐색한 연구들이 이에 해당된다.

몇몇 연구에서는 집단따돌림 피해자의 극복 과정 또는 극복 실패 과정을 탐색하였다(김순구, 김영혜, 김명희, 2004; 김순구, 김옥숙, 2004; 손향숙, 2005). 이 연구들은 집단따돌림 극복을 일련의 과정으로 개념화하였고, 따돌림을 당하는 아동과 따돌림에서 벗어난 아동의 대처방식을 구분해서 도출해냈지만, 다음과 같은 측면에서 중요한 제한점이 있다. 첫째, 이 연구들에서는 집단따돌림을 조작적으로 정의하지 않았거나(손향숙, 2005), 비록 Karstadt와 Woods(1999), 구본용(1997)의 정의를 인용하여 집단따돌림을 정의하고는 있지만 극복에 대한 구체적인 정의와 대상자 선발기준 없이 연구참여자들을 모집하였다(김순구 등, 2004; 김순구, 김옥숙, 2004). 이는 연구참여자와 연구자가 서로 상이한 주관적 인식과 정의에 따라 경험을 보고하고 자료를 분석했을 가능성이 높음을 의미한다. 둘째, 선행연구에서는 각각 5명의 중고등학생들을 대상으로 근거이론을 적용하여 집단따돌림 극복 경험을 분석했는데(김순구 등, 2004; 김순구, 김옥숙, 2004), 5명의 참여자를 기반으로 집단따돌림 외상 경험 및 극복 과정을 충분히 그리고 포괄적으로 도출해냈다고 보기 어렵다. 근거이론을 활용해서 관계외상 극복 기제를 이끌어낸 국내 연구들이 최소 64개에서 189개의 개념을 도출해낸 점을 고려한다면(김주현, 2006; 박한샘, 2004; 임선영, 2013), 김순구 등(2004)

의 연구에서 31개의 개념이 도출된 것은 매우 적은 것이라 할 수 있다. 즉, 선행연구에서 제시하고 있는 범주분석의 내용이 집단따돌림 피해자들의 외상 경험과 극복 과정을 충분히 담아내지 못하고 있을 것으로 추측되며, 결국 많은 집단따돌림 피해자들에게 적용할 수 있는 실체적 이론을 제시하는 것에는 한계가 있을 것으로 판단된다. 셋째, 선행연구에서는 연구참여자들이 고립, 위축, 대응 및 적응 등 세 단계를 거치면서 집단따돌림으로부터 벗어난 것으로 기술하고 있다(김순구 등, 2004). 비록 과정분석을 통해 단계의 명칭과 그 의미를 간략히 설명하고 있지만, 각 단계에서 참여자들이 구체적으로 어떤 경험을 했는지를 생생하고 구체적으로 기술하고 있지 않다. 더욱이, 참여자들이 어떤 과정을 통해 각 단계를 거치는지, 즉 어떻게 고립과 위축의 과정을 겪게 되고, 이후 대응 및 적응 과정으로 나아가게 되는지, 그 과정에서 어떤 요인들이 영향을 미치는지를 구체적으로 밝히고 있지 않다. 따라서 집단따돌림 피해자들이 활용할 수 있는 극복 방안이나 대처 과정을 위한 실제적인 시사점을 도출해내기에는 분명 한계가 있다고 판단된다.

집단따돌림은 신체적, 심리적, 관계적 행위를 포괄하는 복합적인 현상이어서 하나의 합의된 정의를 내리기가 쉽지 않다. 집단따돌림 연구 분야에서 선구적인 역할을 한 Olweus (1973, 1999)는 불링(bullying)을 ‘한 명 또는 그 이상의 학생들이 행하는 부정적인 행위(예, 신체적 접촉, 언어나 표정 또는 몸짓으로 행하는 의도적 침해)에 지속적이고 반복적으로 노출되는 것’으로 정의하였다. 일본 문부성은 이 지메(いじめ)를 ‘자기보다 약한 자에게 일방적으로 신체적, 심리적 공격을 지속적으로 가하

여 상대가 심각한 고통을 느끼게 하는 것'으로 간주하였다. 한편, 권준모(1999)는 한국에서의 집단따돌림은 그 시작이나 과정에서 '왕따'(또는 '전따', '은따')와 같은 부정적인 명명이 집단 내에서 공개적으로 이루어지고, 이러한 명칭들이 따돌림에 대한 암묵적인 합리화를 제공하며, 시간이 지나도 그 명명이 유지된다는 점에서 서구의 불링이나 일본의 이지메와는 차이가 있다고 주장하였다. 또한 그는 거의 모든 경우 학교나 학급 전체 또는 일부 정기적으로 대면하는 학생들이 집단따돌림을 행사하며, 집단따돌림은 결국 인간관계에서의 소외를 의미한다고 주장하였다. 본 연구에서는 우리나라 집단따돌림의 특성을 반영하고 있는 권준모(1999)의 정의를 참고하여, '집단따돌림 외상 경험자'를 '정기적으로 대면하는 집단으로부터 부정적인 의미를 지닌 명칭을 공개적으로 부여받고, 힘의 불균형 상태에서 가해지는 고의적인 신체·언어·심리적 괴롭힘을 반복적으로 경험하며, 소속 집단 내에서 지속적으로 소외당한 사람'으로 정의하였다.

한편, 극복(克復)의 사전적 의미는 '이기어 도로 회복하는 것 또는 본디의 형편으로 돌아가는 것'을 의미하는데(표준국어대사전, 2015) 이는 심리학에서의 회복(回復), 즉 '스트레스원(stressor)이나 외상에도 불구하고 손상되고 변형되었던 심리적 기능이 점차 정상 기능으로 복원되는 것'(Erikson, 1963)과 의미가 유사하다. 따라서 본 연구에서는 극복과 회복, 두 용어를 함께 사용하였다. 또한 본 연구에서는 Harvey(1996)가 제안한 외상 회복 기준을 토대로 집단따돌림 외상 극복 기준을 정하고 참여자를 선별하였는데, 구체적인 기준은 다음과 같다: 외상사건에 더 이상 압도되지 않고 방

어적인 무감각이나 분리 없이, 외상사건과 관련된 감정을 느끼고 설명할 수 있는가? 외상 증상이 현저히 줄어들었거나 현재 그 증상을 잘 다룰 수 있는가? 자기존중감 및 자기통합감이 회복되었는가? 관계 능력이 복구되었는가? 집단따돌림 외상 경험에 새로운 의미를 부여할 수 있는가? Harvey(1996)의 기준을 토대로, 본 연구에서는 집단따돌림을 극복한 사람을 '외상과 같은 집단따돌림을 경험한 이후 관련 경험 및 증상들에 압도되지 않을 만큼 심리정서적으로 스스로를 조절할 수 있고, 자신의 경험을 객관적으로 설명하고 의미를 부여할 수 있는 사람'으로 정의하였다.

본 연구에서는 실제 집단따돌림으로 인한 외상을 경험하고 이를 극복한 중고등학생 및 대학생을 대상으로 심층면접을 실시하였다. 우선, 집단따돌림의 저연령화가 심화되고 있음을 고려하여(청소년폭력예방재단, 2014), 보다 최근에 경험한 집단따돌림과 그 극복 과정을 생생히 보고해 줄 수 있는 중학생을 연구 참여자로 포함시켰다. 또한 자신의 경험을 관조적으로 바라볼 수 있는 대학생으로까지 연구참여자의 범위를 넓혔다. 청소년기가 가치관 및 자기정체감 등 자신의 특성을 형성해 나가는 시기라면, 청년기는 자기중심성에서 벗어나 자신과 타인의 견해를 통합해가는 시기라 할 수 있다. 특히, 청년기는 과거 자신의 경험을 반추하고 이를 현재의 자신과 연결해서 이해할 수 있으며(Erikson, 1968), 다른 사람들에게 동조하기보다는 자신만의 내적인 판단을 할 수 있는 시기이다(Gilligan, 1982). 따라서 대학생들을 연구참여자로 포함시킬 경우 집단따돌림 외상 경험 및 극복 과정에 대한 상보적이고 성찰적인 자료들을 수집할 수 있을 것으로 기대하였다.

마지막으로, 본 연구에서는 근거이론 방법을 적용하여 자료를 분석하였다. 근거이론 방법은 경험적인 자료로부터 이론을 도출해 내는 귀납적인 방법으로서 이론적 기반이 미흡한 분야에서 유용하게 활용될 수 있는데 (Strauss & Corbin, 1998/2001), 특히 참여자가 자신의 경험에 대해 어떻게 대처하고 반응하는지에 초점을 둔다(Morse, 2003). 집단따돌림 현상에 대한 체계적인 이론이 부재한 상황에서 본 연구가 피해자들의 외상 경험 및 극복 과정을 확인하는데 초점을 두고 있기 때문에, 근거이론 방법이 본 연구에 적합하다고 판단하였다. 특히, 근거이론 방법을 적용할 경우 현상의 ‘인과적 조건, 중심 현상, 맥락적 조건, 중재적 조건, 작용/상호작용, 결과’ 등을 도출하고 개념 간 관계를 확인할 수 있기 때문에, 외상 경험 및 극복 과정에 영향을 미치는 다양한 요인 및 이들 간의 상호작용을 이해할 수 있을 것으로 판단하였다. 본 연구에서의 연구문제는 다음과 같다: “집단따돌림으로 인해 외상을 경험한 사람들은 어떤 과정을 거쳐 극복하였는가?”

## 방 법

### 연구참여자 특성 및 선발 절차

본 연구에서는 집단따돌림으로 인해 외상을 경험한 후 이를 극복한 중고등학생 19명(여자 중학생 1명, 남자 중학생 1명, 여자 고등학생 10명, 남자 고등학생 7명)과 대학생 17명(여자 11명, 남자 6명) 등 총 36명의 자료를 분석하였다. 연구참여자들의 평균 연령은 18.5세였고 (range = 14 - 26), 거주 지역은 서울 19명, 경

기 8명, 인천 2명, 강원 2명, 충청 2명, 대전 1명, 무응답 2명, 종교는 기독교 14명, 가톨릭 2명, 무교 6명, 무응답 14명이었다.

본 연구에서는 집단따돌림의 조작적 정의에 부합하는 사람들을 선발하였다. 본 연구에서는 집단따돌림 외상 경험자를 ‘학교 안팎이나 온라인에서 한 명 이상의 사람들로부터 일정 기간 반복적으로 소외나 배제를 당한 자로서, 이 과정에서 신체적 물리적 공격(예, 때리기, 발로차기, 밀기 또는 위협하는 행동, 돈이나 물건을 빼앗거나 망가뜨림), 언어적 공격(예, 욕하거나 심하게 집적거리거나 놀림) 또는 심리적 공격(예, 일부러 어떤 일에 끼워 주지 않거나 완전히 무시함)을 당한 사람’으로 정의하였다. 또한 앞서 언급했던 것처럼, Harvey (1996)의 회복 기준을 토대로 마련한 집단따돌림 극복의 정의에 부합하는 사람들을 선별하여 면접을 진행하였다.

연구자들은 집단따돌림 외상경험 및 극복과 관련된 다양한 속성과 차원을 발견하기 위해 개방적 표본 추출 방식(Strauss & Corbin, 1998/2001)으로 연구참여자들을 모집하였다. 우선, 중고등학생들의 경우 네 가지 경로로 참여자를 모집하였다. 첫째, 서울·경기 지역 교육대학원에서 상담교육을 전공하는 중등교사와 상담 교사들에게 연구의 목적과 취지를 설명하고, 집단따돌림을 겪은 후 이를 극복한 학생들을 추천받았다. 둘째, 서울·경기·충남·강원·경북·전북 지역 소재 10개 중고등학교에 연구의 취지를 알리는 공문을 보내고, 협조 의사를 밝힌 학교에 연구 홍보를 위한 자료와 포스터를 보내 교사 뿐 아니라 학생들에게도 연구 참여 관련 내용을 공지하도록 요청하였다. 셋째, 청소년상담센터, 복지시설, Wee 센터 등 71개 기관에 공문을 보내, 집단따돌림

으로 인한 문제로 내방했으나 이를 극복한 내담자가 있을 경우 연구 참여를 독려하도록 요청하였다. 넷째, 집단따돌림 웹 카페 및 클럽 게시판에 본 연구의 취지를 알리는 게시물을 탑재하였다. 대학생들의 경우엔 두 가지 방식으로 참여자를 모집하였다. 우선, 20대가 많이 찾는 인터넷 커뮤니티, 지역 정신건강센터 홈페이지, 교육 관련 정부 부처 홈페이지, 서울 소재 대학 홈페이지 등 약 250여 곳의 인터넷 게시판에 모집 광고문과 홍보 포스터를 탑재하였다. 또한 연구자들의 지인에게 연구의 목적과 취지를 설명한 후, 연구참여자로 적절하다고 판단되는 사람을 소개해 줄 것을 요청하였으며, 이메일이나 전화로 연구 참여 의사를 밝힌 참여자에게 연구자들이 전화를 걸어 연구의 목적 및 절차 등을 설명하였다.

연구참여 의사를 밝힌 사람들을 대상으로 간단한 전화면접을 실시하였는데, 집단따돌림 경험이 본 연구에서의 조작적 정의에 부합하는지, 심리정서적으로 더 이상 외상경험에 압도당하지 않고 스스로를 조절할 수 있다고 인식하는지를 확인하였다. 연구참여자로 적절하다고 판단될 경우 면접 시간과 장소를 협의하여 결정하고, 미성년자들에게는 면접 이전에 연구 참여에 대한 학부모 동의를 구하도록 요청하였다.

#### 연구자

연구자들은 모두 상담심리 전공자들로서, 청소년을 대상으로 외상사건 및 차별 관련 외상 경험에 관한 질적 연구를 수행한 적이 있는 상담교수 이외에 박사과정생 1명, 석사학위자 3명, 석사과정생 3명으로 구성되었고(남자 1명, 여자 7명), 연령은 27-47세까지 분포하

였다. 네 명의 연구자들(박사과정생 1명, 석사학위자 3명)이 연구참여자를 선별한 후 심층면접을 진행하였고, 이들 네 명을 포함한 연구자들이 축어록 제작과 자료코딩(개방코딩, 축코딩, 선택코딩) 등 자료 분석을 실시하였다.

#### 질문지 제작 및 면접

##### 면접 질문지 구성

본 연구에서는 선별면접과 심층면접을 위한 질문지를 별도로 구성하여 사용하였다. 선별면접은 심층면접을 실시하기에 앞서 연구참여자로 적절한지를 확인하기 위해 실시하였는데, 총 세 개의 질문지를 사용하였다. 첫째, 집단따돌림 관련 개인정보를 묻는 질문지를 제작하여 참여자들의 인구통계학적 정보를 수집하였다(예, 성별, 연령, 가족관계, 초·중·고등학교가 속한 지역, 전학 경험 유무). 둘째, 참여자의 복합외상 후 스트레스장애 정도를 확인하기 위해, Pelcovitz 등(1997)이 제작한 극단적 스트레스에 관한 구조화된 면접(Structured Interview for Disorders of Extreme Stress: SIDES)을 정지선과 안현의(2008)가 자기보고식으로 수정하여 번안한 척도(Self-report Inventory for Disorders of Extreme Stress: SIDES-SR)를 사용하였다. SIDES-SR은 총 45문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 빈도(0 = 전혀 없음, 4 = 거의 매일)와 강도(0 = 전혀 없음, 4 = 아주 심함)를 함께 평정한다. 본 연구에서는 중고등학생들을 대상으로 SIDES-SR을 실시할 경우 성(性)과 관련된 문항들을 제외한 후 사용하였다. SIDES-SR을 통해 참여자가 현재 복합외상 후 스트레스 장애 증상을 지닌 것으로 확인된 경우, 심층면접에 참여하는 것이 오히려 연구참여자의 심리 내적인 어려움을 가중시킬 수

있다고 판단하여 심층면접에 참여시키지 않았다. 셋째, 참여자가 집단따돌림으로 인한 외상을 극복했는지를 판단하기 위해 Harvey(1996)가 제안한 외상 회복 기준을 고려했을 뿐 아니라, Harvey 등(1994)이 개발한 다면적 외상 회복 및 탄력성 척도(Multidimensional Trauma Recovery and Resiliency: Interview and scale)를 집단따돌림 현상에 맞게 수정, 보완하여 사용하였다. MTRR은 크게 면접 질문지와 임상 평정지로 구성되어 있다. 우선, 면접 질문지는 외상 피해자들의 8가지 심리적 기능(예, 외상사건에 대한 온전한 기억, 정서조절, 자기존중감 및 자기통합감의 회복, 관계 능력 복구 등)을 확인하는 반구조화된 면접질문으로 구성되어 있다. 임상 평정지는 총 99개의 평정 문항(예, '이 사람은 경험한 외상 사건을 구체적이고 분명하게 회상할 수 있다')으로 구성되어 있는데, 면접 내용을 토대로 참여자들의 외상 회복 정도를 5점 리커트 척도(1 = 전혀 아님, 5 = 매우 그러함)로 평정한다.

심층면접을 위해 집단따돌림 관련 선행연구(e.g., Kanetsuna, Smith, & Morita, 2006; Smith, Talamelli, Cowie, Nalyor, & Chauhan, 2004)와 외상 회복 관련 선행연구(e.g., Harvey et al., 2003)를 참고하여 반구조화된 질문지를 제작하였다. 심층면접 질문지는 집단따돌림을 당했을 때 경험한 어려움, 어려웠던 부분이 지금은 얼마나 회복되었는지, 어떤 과정을 거쳐 극복했는지, 여전히 극복되지 않은 채 남아있는 어려움이 무엇인지를 묻는 질문들로 구성하였다. 제작한 면접 질문의 내용과 표현 및 구성이 적절한지를 확인하기 위해, 집단따돌림 및 외상 관련 전문가 세 명에게 심층면접 질문지에 관한 의견을 구하였다. 전문가 세 명 중 두 명(40대 여성)은 현직 교수로서 학교

폭력 및 집단따돌림, 외상 후 성장 관련 연구를 수행한 바 있으며, 나머지 한 명(30대 남성)은 현장 활동가 및 연구자로서 학교 폭력 피해자와 가해자를 위한 대화 모임을 주관하거나 외상과 관련된 연구를 수행한 바 있다. 전문가들의 피드백을 바탕으로 심층면접 질문지를 수정한 후, 집단따돌림을 경험하고 극복한 고등학생 두 명(18세 남자 1, 여자 1)과 대학생 두 명(26세 남자 1, 여자 1)에게 예비면접을 실시하였다. 예비면접 후 질문 내용에 대한 전반적인 이해도와 면접 흐름에 대한 의견을 구했으며, 이들의 의견을 반영하여 심층면접 질문지를 확정하였다.

#### 참여자 선별 및 심층 면접

참여자 선별 및 심층 면접은 참여자의 학교, 상담실, 선호하는 장소 또는 연구원들의 연구실에서 진행되었다. 우선, 면접을 진행하기에 앞서 참여자가 경험한 집단따돌림이 본 연구에서의 조작적 정의와 일치하는지를 재차 확인하였다. 그런 다음, 극단적 스트레스에 관한 자기보고식 척도(SIDES-SR)를 실시하여 참여자가 면접에 참여하기 힘들 정도의 극심한 심리정서적 어려움을 겪고 있는지를 확인하였다. SIDES-SR의 6개 진단 준거(정서적 각성 조절의 기능의 변화, 주의력과 의식 기능의 변화, 자기 인식의 변화, 타인과의 관계 변화, 신체화 증상, 삶에 대한 의미와 신념의 변화) 중 3개 이상에 해당되면 복합외상 증상이 있는 것으로 간주한다. 연구 참여 의사를 밝힌 39명 중 3명의 참여자가 다소 심각한 복합외상 증상을 보여, 이들에게는 심층면접을 진행하지 않았다. 또한 다면적 외상 회복 및 탄력성 척도(MTRR)를 실시하여 참여자가 집단따돌림 외상으로부터 극복한 정도를 확인하였다.



MTRR은 각 회복 영역 또는 전체 평균 점수가 높을수록 기능을 잘 하고 있음을 의미한다. Harvey 등(2003)의 연구에서는 외상 회복 수준을 ‘전반적으로/완전 회복, 부분적으로 회복, 대체로 미회복’ 3단계로 구분하였는데, 부분 회복 이상의 회복 수준을 나타낸 참여자들의 전체 평균점수가 2.86점 이상인 것으로 나타났다. 또한 Daigneault, Cyr와 Tourigny(2007)는 전체평균이 2.5점 미만인 경우 미회복 단계로, 2.5점 이상인 경우에는 부분 회복 이상의 단계로 판정하였다. 일본인을 대상으로 한 Muramoto(2007)의 연구에서는 부분 회복 단계로 판정받은 참여자들의 평균 점수가 2.45점에서 3.56점, 전반적/완전 회복 단계로 판정받은 참여자들은 3.60점에서 4.24점 사이로 나타났다. 본 연구에서 심각한 복합외상 증상을 보인 3명을 제외한 나머지 36명의 MTRR 전체 평균 점수는 3점에서 5점 사이에 분포하여( $M = 4.24, SD = .61$ ), 36명의 참여자들이 상당한 정도로 외상을 극복한 것으로 판단하였다. 한편, 이들 36명 중 12명은 경미한 복합외상 증상을 보였는데, 참여자들은 자신의 증상이 과거 집단따돌림 경험 때문이 아니라 현재 다른 일로 인한 스트레스이며 집단따돌림 경험을 충분히 이야기할 수 있다고 보고하여 심층면접까지 모두 진행하였다. 연구자들은 면접 내용을 녹음한다는 사실과 면접 내용의 비밀 보장, 수집한 자료를 연구 이외의 목적으로 사용하지 않을 것임을 참여자들에게 설명하였고, 이러한 내용이 기술되어 있는 연구참여동의서에 참여자들은 자발적으로 서명하였다. 심층면접은 참여자에 따라 2-3시간 정도 소요되었고, 면접자는 면접이 종료되는 시점에서 참여자에게 면접에 대한 느낌과 소감을 묻고, 추가 자료 수집 및 자료 확인을 위해 추후 다시 연

락할 수 있음을 설명하고 이에 대한 동의를 구하였다. 연구자들과 상담 대학원생 5명이 녹음된 면접 자료를 완전 축어록으로 제작하였다.

#### 자료 분석

근거이론 방법에서는 자료에 의미를 부여하고 개념화할 수 있는 연구자의 이론적 통찰 능력을 중시한다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 따라서 본 연구에서 연구자들은 이론적 민감성을 키우기 위해 집단따돌림 관련 문헌연구를 수행하였고, 집단따돌림 관련 세미나 및 학회 행사에 참석하였으며, 집단따돌림 피해자 및 지지자들로 구성된 인터넷카페모임에 가입하여 활동함으로써 집단따돌림으로 인한 외상 경험과 이를 극복하는 과정에 대한 이해의 폭을 넓히고자 하였다.

연구자들은 Strauss와 Corbin(1998/2001)이 제시한 세 가지 절차(개방코딩, 축코딩, 선택코딩)에 따라 자료를 분석하였다. 우선, 5명의 연구자들(상담교육전공 박사과정 1명, 석사 3명, 석사과정 1명)이 중고등학생 4개 사례를 함께 분석하였는데, 개념 명명과 범주화 수준이 유사한지를 확인하였다. 나머지 자료에 대해서는 연구자가 각각 5-6사례씩 전담하여 분석하였는데, 주 1-2회(2년 동안 총 140여 회) 분석회의를 개최하여 각자 분석한 사례의 개념 명명과 범주를 합의하여 범주화표를 제작하였다. 또한 월 1-2회(2년 동안 총 40여 회) 검토회의를 개최하였는데, 이때 연구책임자가 원자료의 의미가 개념과 범주에 적절히 명명되고 분류되었는지를 검토하고 피드백을 제공하였다. 이러한 과정을 통해 개념, 하위범주, 범주를 도출하였고, 범주 간 관계를 나타내는 모형을 제시하였다. 또한 참여자 36명의 사례

에서 작용/상호작용으로 표현되는 범주와 하위범주들 간의 연속적 연결을 탐색함으로써 시간의 흐름에 따른 상황의 변화를 추적하는 과정분석을 실시하였다.

### 연구의 타당성 검증

질적 연구에서 중립성을 확보하기 위해서는 사실적 가치, 적용가능성, 일관성이 확립되어야 한다(Guba & Lincoln, 1981). 우선, 사실적 가치 기준을 충족시키기 위해 양적 척도를 활용하였고, 심층면접을 실시하여 연구참여자들로부터 자료를 수집하였다. 또한 연구참여자 5명(여자 청소년 2명, 남자 청소년 2명, 남자 대학생 1명)을 대상으로 개념과 범주명 등이 적절한지를 확인하였다. 적용가능성 기준을 충족시키기 위해, 본 연구에 참여하지 않았지만 집단따돌림 피해를 경험하고 이후 어려움을 극복한 청소년 및 대학생 6명(여자 청소년 1명, 남자 청소년 1명, 여자 대학생 2명, 남자 대학생 2명)에게 자료 분석 결과를 제시하고 자신의 극복 경험을 적절히 반영하고 있는지를 확인하였다. 일관성 기준을 충족시키기 위해, 근거이론으로 연구를 수행한 적이 있는 교육학 박사 2인(교육인류학전공 30대 남성 1인, 상담교육전공 40대 여성 1인)에게 자문을 구하고 논의하는 과정을 거쳤다. 자문은 주로 개방코딩, 축코딩, 선택코딩 단계 이후 자료 분석의 적절성에 초점을 두고 이루어졌다. 한편, 연구를 준비하는 단계부터 면접을 실시하고 자료를 분석하는 과정에 이르기까지 연구자들은 개인적 편견이 개입되지 않도록 노력하였다. 우선, 연구자들은 각자 집단따돌림 현상을 어떻게 바라보는지, 피해자나 가해자에 대한 생각은 어떠한지 등을 이야기 하면서 선

입견이 있는지를 확인하였다. 면접을 진행하는 과정에서는, 특정 관점이 들어간 질문이나 폐쇄형 질문을 하지 않음으로써 참여자들의 경험 실체가 있는 그대로 드러날 수 있도록 노력하였다. 이후 자료 분석 과정에서는 연구자들의 치우친 견해에 의해 결론이 도출되지 않도록 근거이론에서 활용하는 분석절차를 충실히 따르며 객관성을 유지하고자 하였다.

## 결 과

### 범주분석

연구자들은 원자료에 개념을 명명하고, 유사하거나 의미상 관련이 있는 개념들을 하위 범주로 응축시켰으며, 이를 다시 속성과 차원에 따라 상위 범주로 통합시켰다. 그 결과 106개의 개념, 32개의 하위범주, 11개의 범주도출되었다. 연구자들은 36명의 참여자들이 집단따돌림으로 인해 학교생활, 신체, 정서, 대인관계 측면에서 고통을 겪으며 ‘나’라는 존재가 바닥을 치는 경험을 했지만, 이러한 어려움으로부터 벗어나고 극복했음을 확인하였다. 참여자들이 바닥을 치는 경험(중심현상)을 하는 데 영향을 미친 원인(인과적 조건)과 맥락(맥락적 조건) 뿐 아니라 참여자들이 어려움을 극복하기 위해 어떻게 몸부림쳤으며(작용/상호작용), 이때 제공된 주변의 도움과 환경적 중재는 무엇인지(중재적 조건), 그리고 그 결과 무엇을 얻고, 남아 있는 어려움은 무엇인지(결과) 등을 생생히 기술하고자 하였다. 근거이론의 패러다임에 따라 도출된 범주분석 결과는 표 1과 같고, 그 내용을 설명하면 다음과 같다.

표 1. 집단따돌림 외상 경험 및 극복에 대한 범주분석 결과

개념	하위범주	범주	패러다임
- 구타당함 - 몸에 상처가 남 - 오물로 인해 더러워짐(예: 얼굴에 침을 뱉음)	신체적으로 폭력을 당함		
- 소지품 훼손(예: 자전거 타이어 펑크 났, 책을 찢음, 가방을 던짐, 책상에 낙서함), 공들인 성과물 훼손(예: 봉사활동 확인서, 수행평가를 위해 완성한 미술작품, 직접 쓴 소실) - 돈이나 물건을 빼앗김	내 물건이 함부로 취급당함		
- 단체 활동에 끼지 못함(예: 점심식사, 조별활동, 학교행사) - 또래 간 대화에 끼지 못함 - 친구 옆에 앉지 못함 - 주변 친구들과 어울리지 못함(예: 참여자의 친구들을 괴롭혀서 함께 놀지 못하게 함) - 친구들의 태도가 부정적으로 변함(예: 친구들이 참여자를 괴롭, 갑작스러운 단절, 참여자만 빼고 새로운 무리를 만들, 참여자의 의견에 대해 무조건 비판/반대함, 이중적인 태도로 대함)	없는 사람 취급당함	또래집단으로 부터 배제되고 공격당함	인과적 조건
- 욕설이나 모욕적인 말을 들음 - 협박을 당함(예: 괴롭힌 사실을 말하지 말라고 협박함) - 안 좋은 소문이 퍼짐 - 누명을 씌움	말로 공격당함		
- 꺼려지는 일을 떠맡음(예: 숙제를 대신 함, 담배 구매하기) - 수치심을 일으키는 일을 당함(예: 머리에 물을 뿌림, 다리 사이로 기어가라고 함, 탈의실에서 옷을 벗김)	싫은 것을 억지로 함		
- 학교 가는 것이 지옥과 같이 느껴짐 - 공부가 잘 안됨	학교생활이 고통스러움		
- 슬픔에 잠김 - 외로움 - 수치심 - 죽고 싶음 - 분노가 치밀어 오름	감정의 폭풍이 휘몰아침		
- 불면증 - 두통 - 복통 - 구토 - 숨을 쉬기 힘들	마음의 고통이 몸으로 나타남	바닥을 침	중심현상
- 모든 것이 내 탓처럼 느껴짐 - 나를 깎아 내림 - 내가 아닌 느낌	내가 싫음		
- 관계에 대한 믿음이 깨짐 - 관계 맺기 어려워짐 - 가해자나 피해 상황이 연상되는 사람이나 무리를 피함 - 타인의 시선에 예민해짐 - 있어도 없는 것처럼 나를 드러내지 못함	관계가 두려워짐		
- 미래에 대해 희망을 잃음(예: 진로포기, 삶의 목적 상실) - 미래를 계획하거나 준비할 여력이 없음	앞날이 막막함		

한국심리학회지: 상담 및 심리치료

- 주변사람들이 참여자가 당할 만 하다고 여김 - 왕따로 낙인찍음(예: 재는 놀림 받는 애, 따돌림 당했던 애)	주변사람들의 편견		
- 피해사실을 기관에 알렸으나 아무런 반응이 없음 - 학교상담실 부재 - 교사가 부적절하게 대응함 - 애들 또한 따돌림 당할까봐 두려워 참여자로부터 멀어짐 - 애들이 가해자에게 잘 보이기 위해 참여자를 따돌림 - 평소 부모의 양육태도가 폭력적이고 방인적인 - 부모가 개입하여 오히려 상황을 악화시킴 - 부모가 오히려 참여자 탓을 함	무관심과 방관	적대적 환경	맥락적 조건
- (학기 초) 친구들과 관계 맺을 시기를 놓침 - 집단따돌림에 대한 대응이 뒤늦음		결정적 순간을 놓침	
- 주변에서 집단따돌림 해결을 위해 주도적으로 개입해 줌 - 필요를 먼저 헤아리고 함께 해줌 - 친구들과 함께 어울릴 수 있도록 장을 마련해 줌 - 구체적인 대처/극복 방법을 조언해줌(전문상담 포함)	주변에서 적극적으로 개입함	튼튼한 내 편이 생김	중재적 조건
- 장점을 인정하고 칭찬해줌 - 잘못이 아니라는 것을 믿어줌	인정하고 믿어줌		
- 힘들었던 이야기를 들어주고 공감해줌 - 있는 그대로 받아들여 줌	들어주고 공감해줌 수용해줌		
- 가해자와 공간적으로 멀어짐(예: 전학, 진학) - 시간이 흐름		환경의 변화	
- 본래 가지고 있던 강점(예: 사교성, 섬세함, 집중력, 긍정성, 적극성, 도전 정신, 학업 능력) - 자신에 대한 긍정적인 신념		내면의 힘	
- 집단따돌림 경험과 어려움을 친구에게 털어놓음 - 피해사실을 외부에 알리고 도움을 청함	털어놓기		
- 대인관계 대응 전략을 고민, 모델링, 연습 - 진솔한 모습으로 친구들에게 먼저 다가감 - 단짝 친구 한 명을 만들 - 새로운 친구를 사귀려고 노력함	관계의 벽 허물기	관계에 뛰어들기	
- 부정적인 감정 해소하기 - 괴롭힘에 신경 쓰지 않고 버텨 - 한 가지 일에 몰두함 - 신앙에 의지함	혼자 버텨내기		작용/ 상호작용
- 약점을 보완하고 나만의 장점을 개발함 - 어려운 상황을 이겨낸 사람을 모델링 함	힘 기르기		
- 스스로를 응원함	스스로를 북돋워주기	스스로 이겨내기	
- 다양한 교외활동을 함	더 넓은 세상을 경험하기		
- 집단따돌림이 자신에게 미친 영향을 생각함 - 자신의 잘못도 있었다는 것을 인정하게 됨 - 집단따돌림을 당한 원인, 상황에 대해 객관적으로 돌이켜봄 - 집단따돌림 경험에 긍정적인 의미를 부여함	성찰하기		

- 학교 가기가 싫지 않음 - 학업에 대한 흥미, 의지가 생김 - 단체 활동에 적극적으로 참여함(예: 조별활동, 체육시간)	학교생활이 안정됨	
- 웃음을 되찾음 - 혼자서도 잘 지냄 - 자살 생각을 하지 않게 됨 - 분노가 수그러듦	마음이 평온해짐	
- 잠을 잘 자게 됨 - 통증이 줄어들음 - 신체적 긴장이 거의 사라짐	몸이 건강해짐	안정됨
- 나 자신을 괜찮다고 생각하게 됨 - 나를 돌보게 됨(예: 규칙적인 생활, 챙겨먹음, 외모에 신경 씬)	내가 나를 받아들임	
- 내 생각과 감정을 솔직하게 말할 수 있게 됨 - 타인의 시선에 무뎠해짐 - 친구들과 어울릴 수 있게 됨 - 어려움을 겪을 때 다른 사람에게 의지할 수 있다는 것을 알게 됨	관계가 편안해짐	결과
- 학교 가는 것이 꺼려질 때가 있음 - 학업에 대한 흥미가 줄어들음	학교생활이 완전히 편해진 않음	
- 타인에 대한 신뢰를 완전히 회복하지 못함 - 관계를 맺는 방법이 아직은 서투름 - 가해자나 피해 상황이 연상되는 사람이나 무리를 두려워함 - 자신에 대한 남들의 평가가 신경쓰임 - 자신의 생각과 감정을 표현하는 것이 망설여짐	아직은 대인관계가 두려움	남아있는 어려움
- 외로움에 민감함 - 화, 원망, 억울함이 올라올 때가 있음 - 아직은 자신감이 부족함	이따금 부정적인 감정이 떠오름	

**인과적 조건**

인과적 조건은 어떤 현상이 발생하거나 발전하게 하는 사건이나 일로서(Strauss & Corbin, 1998/2001), 본 연구에서는 ‘또래집단으로부터 배제되고 공격당함’을 중심현상의 인과적 조건으로 간주하였다.

**또래집단으로부터 배제되고 공격당함.** 참여자들은 종류와 정도가 다른 배제와 폭력을 경험하였다. 또래집단으로부터 신체적인 폭력을 당하거나 소지품을 빼기고 훼손당했으며, 단체 활동 및 또래 간 대화에 끼지 못하고, 가해자가 참여자의 친구들을 괴롭혀 함께 어

울리지 못하였다. 욕설이나 모욕적인 말을 듣고, 안 좋은 소문이 퍼지거나 누명을 쓰는 경우도 있었으며, 꺼려지는 일을 가해자가 시켜 억지로 하거나 괴롭힘을 당해 수치심을 느끼기도 하였다. 본 연구에서는 이를 ‘신체적으로 폭력을 당함’, ‘내 물건이 함부로 취급당함’, ‘없는 사람 취급당함’, ‘말로 공격당함’, ‘싫은 것을 억지로 함’으로 하위범주화 하였고, ‘또래집단으로부터 배제되고 공격당함’이라는 상위범주로 통합하였다.

책상 같은 거 막 얹어 놓거나, 교과서를 찢기도 하고, 약간 뽕 뜯는 식으로 계

속 돈을 많이 뜯기기도 하고, 신체적으로 뭔가 피구 같은 거 하면 일부러 계속 던지고 그런 게 좀 심했어요. (내 물건이 합부로 취급당함, 참여자 AF2)

뭐 놀 때 안 꺼주는 건 당연히 있었고. 그러니까 개네가 있을 때는 만 애들도 그냥 저를 투명인간 취급을 하는 거죠. (없는 사람 취급당함, 참여자 BM4)

### 중심현상

중심현상은 ‘여기에서 무엇을 경험하고 있는가?’를 의미하는데(Strauss & Corbin, 1998/2001), 본 연구에서는 참여자들이 ‘바닥을 친’ 경험을 중심현상으로 간주하였다.

**바닥을 침.** 참여자들은 집단따돌림 때문에 학교 가는 것이 지옥 같고 학업에 집중할 수가 없었으며, 감정적으로도 불안정한 상태가 반복되고 슬픔에 잠기거나 분노가 치밀어 오르면서 죽고 싶다는 생각을 하기도 하였다. 집단따돌림을 당하는 고통이 불면증, 두통, 복통, 구토 등 신체적인 증상으로도 나타났다. 모든 것이 자신의 잘못처럼 느껴져 스스로를 깎아 내리기도 하였고, 관계에 대한 믿음이 깨져 관계 맺는 것에 어려움을 느끼고 타인의 시선에 예민해지거나 자기 자신을 잘 드러내지 못하는 등의 어려움을 겪기도 하였다. 집단따돌림을 경험하면서 미래에 대한 희망을 잃고, 미래를 계획하거나 준비할 겨를이 없어 진로를 포기한다거나 삶의 목적 자체를 상실하기도 하였다. 본 연구에서는 이를 ‘학교생활이 고통스러움’, ‘감정의 폭풍이 휘몰아침’, ‘마음의 고통이 몸으로 나타남’, ‘내가 싫음’, ‘관계가 두려워짐’, ‘앞날이 막막함’으로 하위

범주화 하였고, 상위범주인 ‘바닥을 침’으로 통합하였다.

학교를 가야되는데 거기는 감옥이에요. 내발로 걸어서 가야되는데 이게 안 움직이는 거예요. (학교생활이 고통스러움, 참여자 AF1)

혼자 있다 보니까 우울해지고 계속 안 좋은 생각하고 부정적인 생각을 하고.. 더 나쁘게는 막 어떻게 하면 한 번에 죽을 수 있을까, 이런 생각도 하고, 죽는 생각을 진짜 끝도 없이 했어요. 매 수업 시간.. 뛰쳐나가서 떨어져버릴까... (중략) 좀 생각적으로 저에 대한 비판을 너무 많이 했어요. 막 당하는 게 꼭 다 내 탓인 거 같았어요. 다 내 탓인 거 같아서... (감정의 폭풍이 휘몰아침, 참여자 AF6)

몸이 특별히 어디가 병이 있는 게 아닌데, 머리가 심하게... 두통이 되게 심하거나... 배가 갑자기 아파서 막 토를... 그리고 학교에 있는 내내 긴장을 되게 많이 하고 있었던 것 같아요. 그냥 막... 그냥 가만히 있는데도 막 몸이 부들부들 떨린다든가.. 되게 심장이 불규칙하게 뛰는 것처럼 그런 느낌도 있고.. (마음의 고통이 몸으로 나타남, 참여자 AF2)

또 그 사람이 또 뒤에서 제 이야기를 하지 않을까 그런 막 조바심도 나고 조별 활동 같은 거, 동아리 활동 그런 거 할 때 되게 힘들었어요. 마음 여는 거. 다른 사람, 타인들한테 어떻게 마음을 열어야 되는지 또 친해지면 또 떠날까봐

사람들이 그래서 되게 불안했던 것 같아요. (관계가 두려워짐, 참여자 AM4)

**맥락적 조건**

맥락적 조건은 중심현상에 영향을 미치는 조건이나 현상이 나타나는 구체적인 상황으로서(Strauss & Corbin, 1998/2001), 본 연구에서는 ‘적대적 환경’, ‘결정적 순간을 놓침’을 ‘바닥을 치는’ 현상에 영향을 미치는 맥락적 조건으로 간주하였다.

**적대적 환경.** 참여자들에게 ‘따돌림 당했던 애’라고 낙인을 찍거나 따돌림을 당할 만하다고 보는 주변사람들의 편견, 학교 기관과 교사의 방관, 친구들의 방관 등 적대적 환경이 참여자들의 ‘바닥을 치는’ 현상에 영향을 미친 것으로 나타났다. 또한 평상 시 부모의 양육태도가 폭력적이고 방임적이거나 부모가 오히려 참여자를 닦할 때 참여자들의 ‘바닥을 치는’ 현상은 더욱 심화되는 경향이 있었다. 이를 ‘주변사람들의 편견’, ‘무관심과 방관’으로 하위범주화 하였고, ‘적대적 환경’의 상위범주로 통합하였다.

저희 중학교 1학년 선생님한테 제가 1학기 때부터 계속 말씀 드렸거든요? 근데 못 알아들으시고 그냥 “애들과 이야기 해봐, 이야기 해봐” 하는 식으로 그 선생님도 여느 선생님과 다를 바 없이 그냥 되게 싫었던 거예요. 그래서 그냥 침묵으로 일관하다가 “대화해봐”, 말도 안 되잖아요? 나를 괴롭히는 애들한테 대화를 해보라니 무슨 그런 바보가 있어? (무관심과 방관, 참여자 AF1)

**결정적 순간을 놓침.** 학기 초에 참여자들이 친구관계 맺는 시기를 놓치거나, 집단따돌림이 발생했을 때 대응을 늦게 한 것도 참여자들이 ‘바닥을 치는’ 현상에 영향을 미친 것으로 나타났다.

초등학교 때도 그 뭐지? 눈병이 자주 심하게 걸려서 방과 후 활동을 못하고 집에 가고 막 그랬어요. 근데 그 사이에 애들이랑 친해지기 시작했나 봐요. 어느 순간부터 그게 왕따가... (결정적 순간을 놓침: 친구들과 관계 맺을 시기를 놓침, 참여자 AF5)

4학년 때 타이밍을 못 잡았어서... 처음에 했을 때 다 잡았어야 했는데 이제 뒤에 가서 뒤늦게 처리를 하다보니까... 이미 저한테는 그 습관이 들어버린 거예요. (결정적 순간을 놓침: 집단따돌림에 대한 대응이 뒤늦음, 참여자 AF1)

**중재적 조건**

중재적 조건은 작용/상호작용 전략을 촉진하거나 방해하는 것으로서(Strauss & Corbin, 1998/2001), 본 연구에서는 ‘튼튼한 내 편이 생김’, ‘환경의 변화’, ‘내면의 힘’을 중재적 조건으로 간주하였다.

**튼튼한 내 편이 생김.** 참여자들은 집단따돌림으로 인해 고통을 받는 상황 속에서도 주변 사람들의 도움이 어려움을 극복할 수 있었던 큰 힘이었다고 보고하였다. 주변에서의 도움은 다양한 형태로 나타났는데, 예를 들어 교사가 집단따돌림 해결을 위해 주도적으로 개입하거나 참여자의 필요를 먼저 헤아려주고,

친구들과 함께 어울릴 수 있는 장을 마련해주며, 구체적인 대처/극복 방법 등의 조언을 제공해 주었다. 또한 부모가 참여자의 장점을 인정하고 칭찬해주었으며, 참여자의 잘못이 아니라는 것을 믿어주고, 힘들었던 이야기를 듣거나 공감해주었다. 이를 ‘주변에서 적극적으로 개입함’, ‘인정하고 믿어줌’, ‘들어주고 공감해줌’, ‘수용해줌’으로 하위범주화 하였고, ‘든든한 내 편이 생김’의 상위범주로 통합하였다.

선생님이 더 좋았던 부분이 제가 잘하는 거를 애들한테 보여주고 인정받을 수 있는 자리를 많이 만들어주셨어요. 같이 대화 나누고, 스킨십 하면서 놀 수 있는 자리를 되게 많이 만들어주셨어요. (주변에서 적극적으로 개입함, 참여자 AF1)

밤에 잠을 못자면 엄마가 제 옆에 누워서.. 제가 잘 때까지 엄마가 안 주무셨어요. 되게 많이... 신경을 되게 많이 써 주셨어요. 하고 싶은 거나 뭐.. 제가 문득 뭘 하고 싶다 그러면 그냥 다 해주고, 뭘 먹고 싶다 그래도 다 그 자리에서 다 해주시고.. (수용해줌, 참여자 AF2)

**환경의 변화.** 참여자들 가운데 일부는 진학을 가거나 상급학교로 진학을 하면서 가해자와 공간적으로 멀어지고, 시간이 흐르면서 어려움이 완화되는 측면이 있다고 보고하였다. 이러한 시공간적 변화를 ‘환경의 변화’로 범주화하였다.

고등학교 올라오니까 친구들이 다 바뀌니까 그때부터 친해진 것 같아요. 별

다른 건 없는 것 같고 환경이 바뀌어서 그런 것 같아요. 일단 중학교 친구들이 같이 올라온 애들도 있는데 저를 괴롭히던 친구들이 많이 없어지니까 (환경의 변화: 가해자와 공간적으로 멀어짐, 참여자 AM4)

솔직히 그때 되게 힘들었는데 시간이 지나니까 괜찮아 지더라고요. 시간이 지날수록 제가 그때 잘못된 게 뭐가 있었는지 점점 더 생각해 보게 되요. (환경의 변화: 시간이 흐름, 참여자 AF10)

**내면의 힘.** 참여자가 본래 지니고 있던 강점, 즉 사교성, 섬세함, 집중력, 긍정성, 적극적인 태도 등, 그리고 자신에 대한 긍정적인 신념이 집단따돌림으로 인한 어려움을 버티고 이겨낼 수 있는 힘이 되기도 하였다.

마인드 컨트롤을 좀 했어요. 그러니까 막.. ‘오늘 내가 이게 안 좋았으면 내일은 이럴 거야’ 이런 거. 그리고 가끔 되게 미신 같은 것도 믿는데. 제가 아직도 믿는 게.. 제가 수요일을 제일 좋아해요. ‘오늘 수요일이니까 좋은 일이 생길거야. 난 오늘 되게 행복 할 거야’라고. (내면의 힘: 긍정성, 참여자 AF2)

제 성격이 원래 막 쫄하고 이렇게 있는 성격이 아니고, 드러내고 하거든요. 그러니까 제 상처를 드러내고, 누군가와 관계가 있을 때 얽힌 게 있으면 풀려고 하고.. 제 안에 문제되는 것들이 있다면 적극적으로 풀려고 노력했던 것 같아요. (내면의 힘: 적극적인 태도, 참여자 BF9)



‘나는 잘못 없고 분명히 괜찮은 사람인데, 그냥 남이 그렇게 볼 뿐이다’ 그렇게 생각했어요. 단지 상황이 안 좋아서 이렇게 된 것이지, 제 모습을 부정적으로 보지 않았어요. 그런 믿음 때문에 제가 버틸 수 있었던 것 같아요. (내면의 힘: 자신에 대한 긍정적인 신념, 참여자 AM6)

### 작용/상호작용 전략

작용/상호작용 전략은 현상에 대응하기 위해 참여자가 선택한 행위로서(Strauss & Corbin, 1998/2001), 본 연구에서는 참여자들이 ‘바닥을 치는’ 고통에 대응하기 위해 ‘관계에 뛰어들기’, ‘스스로 이겨내기’ 전략을 사용한 것으로 보았다.

**관계에 뛰어들기.** 참여자들은 가해자로부터 받은 피해와 그로 인한 어려움을 혼자 감당하지 않고 부모, 교사, 친구들에게 털어놓거나 해결하기 위해 도움을 요청하였다. 뿐만 아니라 참여자가 스스로 부족하다고 여긴 대인관계기술을 개선하기 위해 대인관계를 능숙하게 맺는 친구로부터 사회적 기술을 배워 또래에게 적극적으로 다가가는 등 새로운 친구를 사귀기 위해 노력하였다. 이를 ‘털어놓기’와 ‘관계의 벽 허물기’로 하위범주화 하였고, ‘관계에 뛰어들기’의 상위범주로 통합하였다.

친구한테 다 얘기했던 것 같아요. 제가 들어 줄 사람을 모색했던 것 같아요. ‘이거 해주세요, 제 얘기 좀 들어주세요, 내 얘기 좀 들어줘, 나 너무 힘들어’, 이런 거? 계속 찾아다녔던 거 같아요. (털어놓기, 참여자 AF7)

개랑 만나고 나서부터, 개가 저를 끌고 나오기 시작하면서 여러 군데를 가보면서 사람들이랑 많이 이야기도 해보고, 개가 옆에서 사람들과 대화하는 모습도 보고 ‘사람들이 무섭지 않구나, 나도 저렇게 됐으면 좋겠다, 나도 저렇게 될 수 있어’라는 생각이, 희망이 보였어요. (관계의 벽 허물기: 대인관계 대응 전략을 고민, 모델링, 연습, 참여자 AF1)

일단 먼저 친구들한테 인정을 받지 못하더라도 다가가려고 좀 노력을 하는 게 확실히 그래도 효과는 있거든요. 그러다 보면 저를 싫어하는 애가 있더라도 제가 먼저 다가가서 친하게 대해주고 그러면 친구도 ‘아, 애가 참 좋은 앤데 저렇게 휩쓸려서 그렇게 당하는 거구나’ 그렇게 알고 도와주는 경우도 있거든요. (관계의 벽 허물기: 진솔한 모습으로 친구들에게 먼저 다가감, 참여자 AM2)

**스스로 이겨내기.** 참여자들은 집단따돌림으로 인한 어려움을 극복하기 위해 혼자 할 수 있는 방법들을 실천하였다. 자신만의 돌파구를 찾아 몰입함으로써 가해자의 괴롭힘 또는 그로 인한 심리적 어려움을 견뎌 내거나, 집단따돌림을 통해 알게 된 자신의 약점을 극복하기 위해 노력하였다. 또한 스스로를 응원하며 힘을 불어넣고, 다양한 외부활동을 함으로써 관심사를 전환하였다. 마지막으로, 집단따돌림 당했던 상황을 객관적으로 돌이켜 보면서 집단따돌림을 통해 얻은 교훈과 의미를 되새기기도 하였다. 이를 ‘혼자 버티내기’, ‘힘 기르기’, ‘스스로를 북돋워주기’, ‘더 넓은 세상을 경험하기’, ‘성찰하기’로 하위범주화 하

였고, ‘스스로 이겨내기’의 상위범주로 통합하였다.

다른 시간에는 너무 힘들니까 좋아하는 걸로 스트레스를 조금씩 풀었던 것 같아요. 저는 산을 타거나 악기를 다루면 그나마 기분이 풀려서 그렇게 하는데 제가 좋아서 그런지 그런 거 하고나면 왠지 기분이 풀려서 우울했던 마음도 없어지고 더 좋았던 것 같아요. (혼자 버티내기, 참여자 AF5)

애들이랑 친하게 지내는 애들은 어떠한 행동을 하는지 보니까 뭔가 공통점이 있는 것 같았고.. 그거를 좀 따라하면서 부터, 모르는 사람하고 지내면서 위축되어 있는 것이 조금 줄었어요. 좀 친하게 지내려면, 결국 그 애들에게 내비칠 수 있는 나만의 장점, 이런 것이 한 가지씩 있어야 하고 그런 것을 찾아내는 과정을 거쳤고 찾아냈고.. 그러면서 위축성이 좀 없어졌고, ‘나 자신도 쓸 만한 구석이 있네’라고 생각도 하게 되었어요. (힘 기르기, 참여자 BM1)

제가 아침마다 거울을 보면서 혼자 말을 해요. 오늘도 힘내자고... (스스로를 북돋워주기, 참여자 AF2)

사람을 만나고 부딪치는 거에 대해서 무조건 뛰어들었어요. 객원 기자 이런 거도 신청해가지고 거기 OT도 가고 워크숍도 가고 무조건 새로운 사람을 만나고.. (더 넓은 세상을 경험하기, 참여자 AF6)

처음에는 저를 따돌린 애들 때문에 성적이 떨어지고 재수까지 했다고 생각했죠. 그런데 그런 생각을 오히려 대학을 내가 한 번 더 도전할 수 있는 기회를 가지게 되었다고 생각이 바뀌니까.. 어려움을 한 차례 겪고 나니까 내가 원하는 어떤 것이면 이룰 수 있다는 동기부여를 하게 되고, 더 꿈을 갈망하고 열정을 갖는 계기를 줬다고 생각했어요. (성찰하기, 참여자 AF6)

### 결과

결과는 작용/상호작용 전략에 따라 나타나는 것으로서(Strauss & Corbin, 1998/2001), 본 연구에서는 위에서 기술한 작용/상호작용 전략을 사용하면서 참여자들이 ‘안정’되어 가기도 하지만 여전히 ‘남아있는 어려움’이 존재하는 것으로 바라보았다.

**안정됨.** 참여자들은 학교에 가기 싫은 마음이 점점 줄어들고, 학업에도 다시 흥미와 의지가 생기게 되었으며, 조별활동이나 체육 시간 등 단체 활동에도 적극적으로 참여하게 되었다. 분노가 점점 줄어들고, 자살생각을 하지 않는 등 심리적으로도 안정을 되찾게 되었다. 또한 잠을 편안히 잘 수 있게 되었고, 신체적으로 통증이나 긴장이 많이 줄어들었다. 참여자들은 스스로를 돌보고 수용하게 되면서 자신의 생각과 감정을 솔직히 말할 수 있게 되었고, 친구들과도 자연스럽게 어울릴 수 있게 되었다. 이를 ‘학교생활이 안정됨’, ‘마음이 평온해짐’, ‘몸이 건강해짐’, ‘내가 나를 받아들임’, ‘관계가 편안해짐’으로 하위범주화하였고, ‘안정됨’의 상위범주로 통합하였다.

지금은 어떻게든 제가 뭐든 나서서 하고, 애들이 ‘나대지마’ 이렇게 할 정도로 적극적이어진 것 같아요. 동아리도 만들고.. 막 합창대회 일 년마다 하거든요. (학교생활이 안정됨, 참여자 AM4)

학원에서도 그렇고 가족 사이에서도 그렇고, ‘맞아! 내가 존중받는구나, 나는 소중한 사람이야. 나는 내가 그렇게 내가 생각한 만큼 잘못된 사람이 아니고 부정적인 사람이 아니구나, 나도 좋은 면이 있어. 나도 좋은 사람이구나’라는 생각을 많이 하면서 ‘내가 죽을 이유가 뭐 있지?’라는 생각을 하고 예전처럼 불안하지 않았어요. (마음이 평온해짐, 참여자 AF1)

몸으로 나타나는 게 많이 줄어들었어요, 이제는 말로 할 수 있으니깐.. 잠도 잘 자게 되고... (몸이 건강해짐, 참여자 BF3)

전에는 입술이 뜯어져도 상관도 안하고, 피가 흐르고 있어도 전혀 상관도 안했는데.. 이제 피가 흐르면 피를 닦고서 연고를 바르게 되고, 로션도 발라서 얼굴 관리도 하게 됐어요. (내가 나를 받아들임, 참여자 AF1)

교회에서 애들이랑 오래 있기도 하고 막 이야기도 하고, 속마음을 털어놓을 친구들이 생기니까, 그때부터는 제 안에 있는 걸 꺼내놓으니 정리가 되는 기분이었어요. 지금은 애들이랑 생일파티도 하고, 닭갈비도 만들어 먹고, 또 노래방도 가고... (관계가 편안해짐, 참여자, AM4)

**남아있는 어려움.** 참여자 중 일부는 학업에 흥미가 줄어들었고 학교 가는 것이 꺼려질 때가 있다고 보고하였다. 또한 가해자나 피해 상황을 연상시키는 사람이나 무리를 두려워하는 경향이 남아있었고, 타인에 대한 신뢰를 완전히 회복하지 못하고 남들이 자신을 어떻게 평가할지 신경 쓰고 있었다. 더욱이, 가끔씩 과거의 부정적 감정이 떠올라 어려움을 겪기도 하였다. 이를 ‘학교생활이 완전히 편하진 않음’, ‘아직은 대인관계가 두려움’, ‘이따금 부정적인 감정이 떠오름’으로 하위범주화하였고, ‘남아있는 어려움’의 상위범주로 통합하였다.

너무 많이 뒤쳐진 것 같고, 어떻게 해야 할지 힘들어요. 쉽지가 않은 게, 저도 모르게 집중이 안 되는 것 같아요. (학교생활이 완전히 편하진 않음, 참여자 AM3)

사람을 못 믿는 거죠. 의심을 하게 돼요. 예를 들면, 누가 나를 좋아 한다 그러면.. 그것도 의심해요. ‘뭔가 있겠지..’ 하고.. ‘괜히 좋아 할 수는 없다..’ 그냥 못 믿어요, 사람을. ‘공공이가 있다’ 그런 식으로 생각해요. 그냥 겉으로만 친한 척하는 거지.. 그 이상은 안 될 것 같아요. (아직은 대인관계가 두려움, 참여자 BM2)

비가 많이 오고 천둥 번개 치는 날에 방에서 혼자 울었던 적이 있었어요, 중학교 시절에... 그러다 보니까 비 오는 날에 방에 혼자 있거나 그러면 혼자서 울고 그래요. 쪼그려 앉아서... 비가 오면 다시 생각나니까. (이따금 부정적인 감정이 떠오름, 참여자 AF2)

과정분석

연구자들은 범주분석에서 도출된 작용/상호 작용 전략(관계에 뛰어들기, 스스로 이겨내기)에 초점을 두고 이 전략들이 시간의 흐름에 따라 어떻게 나타나는지를 분석하였다. 그 결과, 연구자들은 참여자들이 네 단계를 거치면서 집단따돌림으로 인한 외상 경험을 극복하는 것으로 바라보았고, 각각의 단계를 홀로 견디기 단계, 개방하기 단계, 확장하기 단계, 돌아보기 단계로 명명하였다(그림 1 참조). 그림 1을 살펴보면, 우선 집단따돌림 외상 극복은 홀로 견디기 단계에서 돌아보기 단계로 진행되는 ‘과정’으로 묘사되어 있다. 이때 이후 단계는 이전 단계와 중첩되어 있는데, 이는 각각의 단계가 서로 분절되어 있는 것이 아니라 이전 단계에서 나타나는 회복의 양상이 이후 단계와 어느 정도 겹칠 뿐 아니라 영향을 미친다는 것을 의미한다. 또한 이후 단계들은 이전 단계보다 더 큰 원으로 묘사되어 있는데, 이는 집단따돌림 외상으로 인해 위축되었던

자신의 모습이 각각의 단계를 거치면서 점점 더 원래의 모습으로 회복되어 가는 것을 형상화한 것이다. 한편, 중재적 조건들이 극복 과정 전반에 영향을 미친다는 점에 착안하여 모든 단계의 바탕을 에두르는 큰 타원으로 묘사하였다. 이때, 극복 과정의 주체인 자기(self)와 가까운 정도에 따라 가장 안쪽에 ‘내면의 힘’을 위치시키고, 그 다음에 주변의 영향을 의미하는 ‘튼튼한 내 편이 생김’을, 가장 바깥에는 ‘환경의 변화’를 위치시켰다. 각 단계에 대해 상술하면 다음과 같다.

홀로 견디기 단계

이 단계는 참여자들이 집단따돌림으로 인해 극심한 고통을 겪으면서도 교사나 부모에게는 알리지 않고 주로 혼자 버텨내는 시기이다. 초기에 참여자들은 괴롭힘을 당하면 ‘하지 마’라는 식으로 대응하기도 했으나, 가해자가 더 심하게 괴롭힐 뿐만 아니라 따돌림에 동참하지 않았던 다른 친구들까지 참여자를 무시하기 시작하였다. 이로 인해 참여자는 더 이상

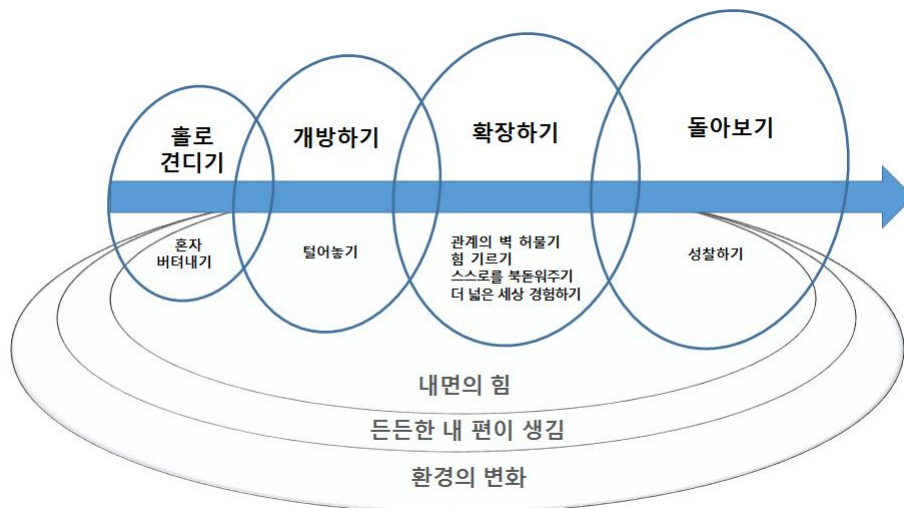


그림 1. 집단따돌림 외상 극복 과정분석

따돌림에 반응하지 않고 상황을 버티내는 쪽을 선택하였다. 예를 들어, 학교에서 힘든 시간을 보낸 후 집에 돌아와 방 안에서 혼자 울거나, 현실의 괴로움을 잠시라도 잊기 위해 애니메이션이나 소설책, 그림 그리기, 악기 연주에 과도하게 열중하기도 하였다. 평소에 종교를 갖고 있었던 참여자들은 기도하면서 힘든 마음을 풀어내기도 하였다.

너무 뭐가 안 될 때는 완전 큰 소리를 내면서 울거나 영영 울거나 잠을 자거나 그랬지만... (참여자 AF7)

그냥 참았죠.. 그냥.. 그러면 그런가보다 하고, 저 혼자 그냥, ‘아.. 그러면 그런가보다.’ 그냥 그때는 생각이 없었으니까. 그러면 그런가보다 하는 거지. (참여자 AM1)

책을 읽으면서.. 그냥 거기 완전히.. 빠지게 된 거예요. 그 전까지는 모든 것에 관심도 별로.. 근데, 사실 생각보다 그게 효과가 되게 좋았어요.. 뭐가 하나에 푹 빠지다 보면.. 그 안에서 만큼은 마음대로 상상도 해볼 수 있고 그러다보니까요.. 심리적으로 안정이 되기 시작을 했어요. (참여자 AF2)

### 개방하기 단계

참여자들은 집단따돌림으로 인한 고통을 더 이상 혼자 견딜 수 없을 때 자신의 상황을 주변에 개방하였다. 이전까지 참여자들은 주변에 대한 신뢰가 부족하고 타인의 시선을 걱정해서 피해 사실을 개방하기 힘들어 했지만, 집단따돌림으로 인한 고통을 부모나 교사, 친

구들에게 어렵게 털어놓았을 때 상대방이 이를 공감해주고 수용해주는 것을 경험하게 된다. 이를 통해 그동안 힘들었던 마음이 조금씩 나아지게 되고 주변 사람들의 조언과 도움을 얻어 집단따돌림 피해사실을 공식적으로 신고하게 되는데, 이는 집단따돌림을 해결하기 위한 실제적인 개입이 시작되는 계기가 되었다. 요약하면, 참여자들이 자신의 상황을 주변에 ‘털어놓았을 때’(작용/상호작용 전략) 주변 사람들이 ‘적극적으로 도와주고 들어주고 공감해주며 수용해주는’(중재적 조건) 경험을 하였다.

가장 먼저 도움이 된 거는 선생님. 보면, 따돌림 당한 애들이 선생님한테 알리지를 않아요. 선생님이 가장 먼저 해결해 줄 수 있는 지름길인데.. 선생님한테 말 안하면 부모님한테도 말을 안 할 게 뻔한데.. 선생님한테 말하는 게 가장 현명하다고 생각했어요. 나 혼자 하는 게 제일 힘들니까.. 그래서 처음부터 도움을 받는 건 선생님. 그리고 나서 부모님이랑 선생님이랑 연합하고.. (웃음) 자주 만나셨어요, 두 분이.. (참여자 AM5)

“\*\*야, 오늘 학교 어땠어? 많이 힘들었어?” 이러면서 궁금해서 물어보지 않는 이상은 이야기하기가 굉장히 어려워요. 그리고 물어본다고 해도 가족이 대한 신뢰감이 없으면 이야기하기가 어려워요. 꺼려져요. ‘이야기하면 상처받고 내가 혼날까? 나를 이상한 눈으로 쳐다볼까?’ 그래서 이야기 꺼내기도 어렵고 그래서 자살하는 사람들 굉장히 많은 것 같아요. (중략) 한참동안 “엄마, 엄마!” 하면서 부

르기만 하니깐 엄마가 기다려 주더라구요. “어, \*\*야 왜?” 이래서 결국엔 한마디 했어요. “엄마, 엄마, 나 왕따야” 이렇게 이야기를 했는데, 엄마가 하는 말이 아무렇지 않게 저한테 이야기를 하더라구요. “많이 힘들었어?” 아무도 저한테 그런 말을 안 해줬는데, 엄마가 딱 한 마디 하더라구요. “많이 힘들었어? 괜찮아?” 그 말 듣고서 뭐라 해야 되지? 멍해졌어요. ‘아, 나한테 관심을 가져주는 사람이 있었구나.’ (참여자 AF1)

#### 확장하기 단계

참여자들이 자신의 문제를 개방하고 주변 사람들로 부터 수용과 지지를 받게 되면서, 참여자들은 점점 더 스스로를 발전시키기 위해 노력했을 뿐 아니라(내적 확장) 활동반경을 외부로 확장시켜 나갔다(외적 확장). 구체적으로, 거울을 보면서 ‘\*\*이는 좋은 애야’라고 말하면서 긍정적인 자기암시를 하거나, 주변 사람들의 조언을 듣고 살을 빼거나 목소리를 키우는 등 자신의 약점을 보완하기 위해 노력하였으며, 비슷한 상황을 극복한 주변 사람들을 모델링하였다. 또한 참여자들은 다른 사람들에게 다가가기 위해 부단히 노력했는데, 다른 반이나 학교 밖에서 의지할 수 있는 단짝 친구를 만들려고 노력하거나, 자신의 관심분야에 맞는 교외활동에 참석하면서 새로운 친구들을 사귀었다. 이 과정에서 교사들은 참여자가 같은 반 친구들과 어울릴 수 있도록 자리를 마련해줌으로써 친구들에게 쉽게 다가갈 수 있도록 도와주었고, 참여자의 부모는 친구들에게 어떻게 행동해야할지 등을 알려주었다. 요약하면, 중재적 조건의 영향으로 참여자들은 스스로를 복돋워주고, 자기계발을 통해 더

나은 모습을 만들어 나갔으며, 관계의 벽을 허물고, 더 넓은 세상을 경험하게 되었다.

이런 어려움 겪고 있는 애들을 몇 명 알고 있었어요. 그래서 같이 만나서 서로 힘들었던 거를 이야기하고 그랬거든요.. 심하게 힘들었던 이야기가 나올 때는 개네들한테 이걸 어떻게 생각하고 이겨냈는지 물어봐요. 그래서 개네들이 하는 것처럼 저도 비슷하게 따라 하기도 하고 그랬어요. (참여자 AF5)

제가 이제 친구들한테 다가가서, 영화나 그런 거 나왔을 때 같이 이야기도 하구요. 그런 이야기 꺼리를 제가 찾아서, 먼저 가서 말을 걸면 싫더라도 듣게는 돼 있거든요. 친구한테 먼저 다가가서 이제 자기가 이런 사람인 거를 딱 알리면, 적어도 조금은 상대방이 생각하게 되거든요. 먼저 다가가서 자신을 알리는 게 가장 중요한 것 같아요. (참여자 AM6)

#### 돌아보기 단계

이 단계에서 참여자들은 집단따돌림을 당한 원인이나 상황을 객관적으로 살펴보고 집단따돌림이 자신에게 미친 영향과 집단따돌림 경험의 긍정적인 의미를 성찰하게 된다. 구체적으로, 참여자들은 상담전문가와 상담을 하거나 친구와의 대화를 통해 집단따돌림을 당한 원인이나 상황을 한결음 떨어져서 생각해볼 수 있었고, 더 나아가 집단따돌림으로 인해 오히려 자신이 변화하는 계기가 되었다고 생각하게 된다. 이런 성찰은 확장하기 단계에서도 일부 참여자들에게 나타나기도 했지만, 주로 집단따돌림이 발생한 후 어느 정도의 시간

이 흐르거나, 전학이나 상급학교 진학으로 인해 가해자와 물리적으로 멀어지면서 나타났다.

그때는 그게 당연한줄 알았는데... 그때 제가 당한 게 내가 너무 부족하고 못나서 그런다고 생각을 했는데, 여러 사람들이 말하는 걸 들어보면서 지금은 내가 얼마나 부당한 일을 당했었는지 알게 되었어요. ‘맞아, 내가 잘못된 게 아니야. 그 애들의 행동이 확실히 잘못된 거야. 내가 먼저 다가가지 않고 마음을 닫은 거는 문제가 있겠지만, 개네들이 나한테 했던 거는 정말 부당한 일이고 잘못한 거야’를 확실히 알게 됐어요. (참여자 AF1)

더 자기 절제 못하고 막 돌아다녔을 수도 있는데... 나를 좀 절제하는 시간을 가지면서 중고등학생 초창기에 겸손해지는 법도 배우고, 남들이랑 어떻게 어울리며 살아가야 되는지 이해나 화해 이런 거에서도 도움 받고. (중략) 좀 더 새로운 마음으로, 좀 더 겸손하게 시작하게 되더라구요. 욕먹는 게 힘들지만, 욕먹을 때 배우는 게 있구나... (참여자 BF11)

## 논 의

집단따돌림 외상 경험과 극복 과정을 경험적으로 살펴본 연구들이 매우 적은 상황에서, 본 연구는 집단따돌림을 조작적으로 정의하고 극복 기준을 마련하여 중고등학생과 대학생 피해자들이 바닥을 치고 다시 일어나 극복해간 과정을 생생히 기술하고자 하였다. 본 연

구를 통해 드러난 참여자들의 집단따돌림 외상 경험, 극복 과정에 영향을 미친 요인, 극복 단계를 요약하고 상담에 대한 시사점을 논하면 다음과 같다.

본 연구결과, 참여자들은 집단따돌림을 당하면서 다양한 외상 관련 증상들을 경험했는데(예, 심리정서적 어려움, 신체화 증상, 자기비하, 관계에 대한 두려움, 삶의 희망 상실 등), 본 연구에서는 이를 ‘바닥을 침’으로 명명하였다. 이는 집단따돌림 피해자들이 우울, 불안 및 외로움(김은정, 김인경, 정태연, 2001; 이귀숙, 정현희, 2005; Suzanne, Wendy, Debra, & Jennifer, 2003), 속상함, 괴로움, 원망스러움 등(김순구, 이미련, 2006)을 경험한다고 보고한 선행연구와 유사하다. 또한 본 연구결과는 지속적으로 학교폭력을 경험한 청소년들이 정서조절의 어려움, 신체화 증상 뿐 아니라 자기 및 타인과의 관계에 대한 인식의 변화, 삶에 대한 의미 변화와 같은 복합외상 증상을 나타낸다고 보고한 정지선과 안현의(2008)의 연구와도 맥을 같이 하는 것이다. 한편, 주변의 무관심과 방관, 따돌림 피해자에 대한 사람들의 편견, 폭력적이고 방임적인 부모의 양육태도가 ‘바닥을 치는’ 현상을 심화시키는 적대적인 환경으로 나타났다. 더욱이, 참여자들이 집단따돌림 피해 사실을 외부에 알려도 사태의 심각성이 간과되는 경우가 많았고 오히려 사건을 키우지 않기 위해 조용히 넘어가려는 경우도 종종 있었다. 이는 학교, 교사, 친구 등 주변의 무관심이 집단따돌림 피해를 심화시키고(김순구, 2003; 김순구, 이미련, 2006; 박진, 2003), 부모의 비지지적인 양육태도가 자녀의 폭력 노출 가능성을 높인다는 선행연구(김순구, 2003; 한윤희, 2001; Gofin, Palti, & Mandel, 2000)와 일치하는 것이다.

한편, 주변의 도움과 지지, 참여자가 지닌 내면의 힘, 그리고 환경의 변화가 따돌림 극복에 중요한 영향을 미친 것으로 나타났다. 우선, 주변사람들의 도움과 지지가 집단따돌림으로 인한 고통과 어려움을 극복하는데 도움이 되었는데, 집단따돌림 문제해결을 위해 교사나 학부모가 적극적으로 개입하거나, 피해자의 잘못이 아니라고 믿어주고, 참여자의 아픔을 들어주고 공감해주며 참여자를 있는 그대로 수용해주는 형태로 도움이 제공되었다. 이는 집단따돌림 피해 청소년들이 가족, 교사 및 친구들로부터 도움을 받으면서 집단따돌림을 벗어나기 위해 노력한다는 김순구(2003)의 연구결과와 유사하고, 주변의 관심과 지지가 외상 회복 및 성장에 결정적으로 도움이 된다는 선행연구 결과와 맥을 같이 하는 것이다(예, 김수정, 2005; 윤명숙, 박은아 2011; 이숙영, 2014; 임선영, 2013; 정연균, 최응렬, 2014). 또한 연구결과, 참여자들의 내적 특성이 외상을 극복하는데 영향을 미친 것으로 나타났다. 본 연구에서 드러난 참여자들의 강점으로는 사교성, 섬세함, 집중력, 긍정성, 적극성, 도전 정신 등이 있었고, 자신에 대한 긍정적인 신념 또한 어려움을 버티고 이겨낼 수 있는 자원이 되었다. 이는 개인의 성격적 특성과 긍정적 자기관을 외상 극복의 주요 요인으로 간주한 선행연구를 지지하는 것이다(박은아, 2014; 양귀화, 2014; 이숙영, 2014; 임정란, 강영신, 문정순, 이재우, 2014). 한편, 특유의 긍정성과 적극적 태도는 '낙관성'으로 개념화할 수 있는데, 선행연구에서는 외상을 극복하고 성장을 자극하는 주요 개인특성으로 낙관성에 주목하였다. 예를 들어, 박은아(2014)의 연구에서는 낙관적 성향이 강한 사람들이 대인관계에서 외상을 경험한 후 경험 자체를 이해하고

극복하기 위해 더 적극적으로 노력하고, 결국 외상 후 성장에 이를 가능성이 높은 것으로 나타났다. 마지막으로, 환경의 변화가 집단따돌림 외상 극복에 중요한 영향을 미친 것으로 나타났다. 특히, 몇몇 참여자들은 가해자와 물리적으로 멀어지거나 시간이 흐르면서 자연스럽게 외상경험으로부터 자유로워져 고통이 완화되었다고 보고하였다. 이는 직장 내에서 집단따돌림을 당한 직장인 중 2/3에 해당되는 사람들이 원래 직장을 떠나 새로운 직장으로 옮김으로써 집단따돌림으로 인한 외상경험에 효과적으로 대처할 수 있었다고 보고한 van Heugten(2012)의 연구결과와 유사하다. 본 연구 결과는 상처와 고통스러운 기억이 시간이 흐르면서 차츰 없어진다는 사회적 통념과도 일치하는 것이며, 시간의 자연스러운 치유 능력이 관계외상인 집단따돌림에도 어느 정도 유효함을 의미하는 것이다.

연구참여자들은 남아있는 어려움에 대해서도 보고하였다. 즉, 참여자들은 학교생활의 안정, 몸과 마음의 건강, 교우관계 증진, 자신과 미래에 대한 긍정적 인식 등 많은 측면에서 집단따돌림을 경험하기 이전 수준으로 회복되었다고 보고하면서도, 친구들에게 당한 배신과 이로 인한 소외를 완전히 잊는 것은 사실상 어렵고, 타인에 대한 신뢰를 회복하는 것 또한 한계를 느낀다고 보고하였다. 집단따돌림 당시 극심하게 떨어진 성적을 만회하지 못하거나 학업에 대한 흥미가 감소되어 학교라는 공간이 재미없고 힘들게 느껴진다고도 하였다. 또한 학교생활에 비교적 잘 적응하고 있기는 하지만, 집단따돌림이 반복되지 않을까 두려워 학교에 가는 것이 마냥 편치만은 않다고 보고하는 참여자들도 있었다. 이렇듯, 참여자들이 회복된 측면(예, 학교생활이 안정



됨)과 남아 있는 어려움(예, 학교생활이 완전히 편하진 않음)을 동시에 보고한 이유는, 집단따돌림으로부터 완전히 회복된 참여자들 뿐 아니라 부분적으로 회복되어 여전히 회복 중에 있는 참여자들 또한 본 연구에 포함되어 있기 때문일 수 있다. 그러나 한편으론, 회복된 측면과 여전히 남아있는 어려움을 동시에 지니고 있는 것이 집단따돌림을 경험한 참여자들의 실상을 드러낸 것으로 이해할 수도 있다. 실제로, 관계 외상을 경험한 사람들은 어려움을 극복한 이후에도 연장된 폭력피해, 반복되는 심리정서적 어려움, 앞으로의 삶에 대한 걱정 등 여전히 자신에게 남겨진 몫이 존재한다고 보고하였다(예, 김주현, 2006).

참여자들은 주변에서 힘이 되어주고, 환경이 변하며, 자신이 갖고 있던 내면의 힘을 바탕으로 네 단계(홀로 견디기, 개방하기, 확장하기, 돌아보기)를 거치면서 집단따돌림으로 인한 외상을 극복해나갔다. 집단따돌림 발생 초기에 참여자들은 극심한 고통을 겪으면서도 이를 외부에 알리지 않고 혼자서 움켜쥐고 버텨내고자 했다. 따돌리는 친구들에게 반응하지 않으려고 애쓰거나, 혼자 울면서 부정적인 감정을 해소하고, 신앙에 의지하거나, 집중할 수 있는 일을 찾아 몰입하는 방식으로 고통을 견뎌내려고 하였다. 홀로 견디기 단계에의 이러한 대처방식은 집단따돌림 외상 경험에 수반되는 부정적인 생각과 정서, 기억 및 관련 경험들을 피하려는 노력으로 이해할 수 있다. 이는 관련 연구들에서도 확인되었는데, 예를 들어 부모의 이혼을 접하면서 자녀들은 현실을 수용하기 전에 우선 회피하거나 혼자 버텨내려고 시도한 것으로 나타났다(박한샘, 2004). 이렇듯 혼자 버텨내려고 한 이유에 대해 참여자들은, 집단따돌림을 당한 사실을 부모나 교

사가 알게 되면 ‘나를 이상한 눈으로 쳐다볼까봐’, ‘내가 되레 혼나고 상처만 받을 것 같아서’, ‘일만 더 커지고 제대로 해결은 안 될 것 같아서’ 선뜻 알리지 못했다고 보고하였다. 이는 직장 내 따돌림을 경험한 피해자들 역시 주변의 시선 때문에 피해 사실을 드러내는 것을 두려워하고 오히려 스스로를 비난하여 죄책감, 수치심 및 부적절감을 느낀 선행연구와 유사하다(Hallberg & Strandmark, 2006).

피해자들이 취하는 회피적인 대처방식은 단기적으로는 고통스러운 상황을 피할 수 있게 해주기 때문에 부적강화를 제공하지만, 지속될 경우 문제해결을 방해할 뿐 아니라 오히려 피해자들의 심리적 어려움을 가중시킬 수 있다(Haves, Wilson, Gifford, Follette, & Strosahl, 1996; Shallcross, Frazier, & Anders, 2014). 본 연구에서도 처음에는 참여자들이 혼자 버텨내려고 노력하지만 효과적이지 않았고 오히려 심리적 고통이 가중되어 더 이상 견딜 수 없는 지경에 이르게 되었는데, 이때 참여자들은 집단따돌림을 당한 사실과 그 고통을 주변 사람들에게 개방하였다. 사람들은 주변에 자신을 도와줄 만한 힘과 전문성 및 능력을 지닌 것으로 판단되는 사람에게 마음을 터놓고 이야기할 가능성이 높는데, 그 자체가 치유의 시작이자 주요 요소이다(Frank & Frank, 1991). 참여자들이 어렵게 이야기를 꺼냈을 때 주변 사람들은 의외로 참여자의 아픔을 공감적으로 수용해 주었고, 이로 인해 참여자들은 자신의 이야기를 더 많이 개방하게 되었다. 이때 참여자들은 자신의 안녕과 복지에 관심을 기울이면서 있는 그대로 자신을 수용해준 주변 사람들과 심리내적 동맹을 맺음으로써, 저하되었던 사기가 진작되고 변화와 극복에 대한 긍정적인 기대를 하게 되었을 가능성이 높다.

또래들로부터 배제되고 소외된 참여자들에게 필요한 것은 지지적인 타인과의 연계, 소속감이었을 것이다. 관심과 사랑을 표현하는 사람의 손을 잡는 것만으로도, 그 사람과 같은 공간에 함께 있는 것만으로도 고통을 감내하는 능력이 향상된다는 연구결과처럼(Benedetti, 2011), 예상치 못한 주변 사람들의 관심과 지지는 잃었던 참여자의 자신감을 회복하게 하고, 외상 극복을 위한 이후 단계로 나아가게 만든 원동력이었을 것이다. 특히, 자신처럼 집단따돌림을 당하고 있는 친구들과 온오프라인에서 만나 서로의 어려움을 토로하고 효과적인 대처방법을 공유한 참여자들이 있었는데, 이를 통해 참여자들은 진심으로 자신을 이해해 주는 사람이 있다는 사실과 본인만이 관계에서 어려움을 경험하는 것이 아님을 깨닫게 된다. 본 연구결과는 자신과 유사한 어려움을 겪은 사람들에게 터놓고 말하는 것이 문제해결에 효과적이고 치료적이라는 선행연구결과와 유사하고(Cortina & Magley, 2003), 외상에 대한 용기 있는 노출이 타인의 위로와 격려를 유발하고 이러한 사회적 지지가 다시 피해자의 내적인 힘을 북돋아 자기노출을 더욱 활성화시킨다는 정민선(2014)의 연구결과와 일치한다. 또한 본 연구결과는 자기개방과 사회적 지지가 서로 상호작용하면서 외상으로 인한 고통이 경감된다는 Calhoun, Cann과 Tedeschi (2010)의 모델과도 부합한다.

이후 참여자들은 보다 더 적극적으로 상황을 변화시키려고 노력하였다(확장하기 단계). 우선, 참여자들은 자신을 세우고 힘을 기르기 위한 노력을 기울였는데, 스스로를 칭찬하는 등 긍정적인 자기암시를 하거나 약점을 보완하려고 노력하였다. 이로 인해 집단따돌림으로 인해 낮아졌던 참여자의 자기효능감과 자

기존중감 등 내면의 힘이 회복되고, 이는 결국 참여자들이 대인관계 등 외연을 확장하는데 중요한 원동력으로 작용했을 가능성이 높다. 정여주와 김윤희(2013)의 연구에서도 자기효능감, 자아존중감, 정서조절 등 자기강도(self strength) 변인들이 집단따돌림 회복집단과 지속집단을 구분하는 주요 요인인 것으로 나타났다. 한편, 이 단계에서 참여자들은 더 이상 홀로 고립되어 있지 않고 적극적으로 다른 사람들에게 다가가려고 노력하였다. 즉, 의지할 수 있는 단짝 친구를 사귀거나 새로운 환경에서 친구를 사귀려고 시도하였다. 이는 친구를 사귀려고 노력하는 것이 집단따돌림 대응 및 극복에 도움이 된다는 선행연구결과와 맥을 같이 하는 것이다(김순구 등, 2004; 김순구, 김옥숙, 2004). 관계형성에 대한 참여자 스스로의 노력 뿐 아니라 주변사람들의 적극적인 도움이 이 단계에서 중요한 역할을 하였다. 특히, 옆에서 지지해주고 칭찬하는 부모와, 반 친구들과 어울릴 수 있는 자리를 마련해 준 교사가 참여자들의 활동반경을 넓히는데 큰 도움이 되었다. 즉, 개방하기 단계에서 뿐만 아니라 확장하기 단계에서도 주변의 도움과 지지가 중요한 역할을 한 것으로 나타났다. 한편, 다양한 요인들이 현재 상황에서 벗어나려는 참여자의 동기를 자극했는데, 바닥을 친 시간에 대한 보상심리, 역경에도 좌절하지 않고 일어난 주변사람들의 모습, 자신을 믿고 지지해준 사람들의 기대에 부응하고 싶은 참여자의 소망이 여기에 해당된다.

시간이 흐르고 가해자와 물리적으로 떨어진 후, 참여자들은 집단따돌림을 당한 원인이나 상황을 객관적으로 살펴보고, 자신의 생각, 감정, 행동 등을 반성적으로 성찰하면서 집단따돌림 경험에 대해 의미를 부여하는 등 새로운

시각으로 자신의 경험을 바라보게 된다. 특히, 참여자들은 자신이 제공한 요인도 있었음을 인정함과 동시에 스스로를 탓하는 것을 멈추고, 어떤 이유에서도 누군가를 공격하고 배제하는 것은 정당화될 수 없다고 인식하게 된다. 이는 외상사건 피해자들이 사건 발생 이후 침습적, 자동적 반추로 인한 고통에서 벗어나기 위해 기존의 신념과 목표를 재평가하는 등 문제해결에 도움이 되는 건설적·의도적 반추를 한다는 주장과 맥을 같이 하는 것이다(Calhoun et al., 2010; Calhoun & Tedeschi, 2006). 이렇듯, 집단따돌림 외상을 극복함에 있어서 참여자들이 과거 경험을 성찰하는 것이 매우 중요한 것으로 나타났는데, 이는 구체적인 기제를 드러내지 않은 채 집단따돌림 피해자들이 고립, 위축, 대응 및 적응 과정을 거친다고 보고한 김순구 등(2004)의 결과와 구분되는 것이다. 반면, 본 연구결과는 부모 이혼 이후 자녀들이 갈등단계를 거쳐 자각과 수용의 단계로 나아가간 박한샘(2004)의 연구 결과와 유사하다. 즉, 자녀들은 자각과 수용의 단계에서 부모의 이혼이 분명 고통을 가져다 준 사건이지만 자신의 잘못으로 발생했거나 숨겨야 할 오점이 아니라는 것을 깨닫게 되고, 부모에 대한 양가감정을 통합하면서 부모를 한 인간으로 이해하고, 더 나아가 자신의 경험에 긍정적인 의미를 부여하기도 하였다. 또한 본 연구결과는 인생에서 큰 수치심을 경험한 사람들을 연구한 Vliet(2008)의 연구결과와도 유사한데, 연구에서 참여자들은 수치심을 느낀 스스로를 비난하는 것을 멈추고, 이면의 욕구, 감정, 추동을 분석하면서 수치심을 느낀 이유를 이해하고자 했으며, 나아가 수치심을 경험한 사건에 긍정적인 가치와 의미를 부여하기도 하였다. 한편, 본 연구에서 몇몇 참여자들은 집단

따돌림을 경험하는 과정에서 무언가를 배우고 의미를 찾기 위해, 그리고 앞으로의 대인관계에서 어떻게 행동하고 대처할 것인지를 예측하고 준비하기 위해 자신이 경험한 것들을 되돌아보았다고 보고하였다. 이 단계에서도 주변에서의 적극적인 개입과 지지가 중요한 역할을 한 것으로 나타났는데, 이는 피해자를 중요하고 가치 있는 존재로 인정하고 수용해주는 사람이 있을 경우 피해자의 성찰적 반추가 증가하고, 이는 결국 역경을 극복하는데 긍정적인 영향을 미친다는 선행연구와 유사하다(김태사, 안명희, 2013; 박한샘, 2004).

집단따돌림을 경험한 후 이를 극복한 참여자들의 생생한 목소리를 통해 상담에 대한 시사점을 도출할 수 있다. 본 연구를 통해 확인된 주요 사실 중 하나는, 참여자들이 자신의 고통을 주변 사람들에게 개방하면서부터 외상 극복 과정이 시작되었고, 이때 주변에서의 공감적 지지와 수용이 매우 중요한 역할을 했다는 것이다. 이는 집단따돌림을 경험한 내담자가 외상과 같은 고통을 개방할 수 있도록 격려하고, 개방 시 진정성 있는 지지와 수용을 제공하는 것이 무엇보다 필요함을 시사한다. 이때 상담자는 혼자 버텨내려고 선택할 수밖에 없었던 내담자를 공감적으로 지지하고 수용하는 것이 필요하다. 비록 그것만 장기적으로는 문제해결에 도움이 되지 않겠지만, 내담자의 관점에서 보면 바닥을 치는 고통스러운 따돌림 현상을 왜곡하고 회피하는 것은 어찌면 자연스럽고 적응적인 대처라고 볼 수 있다. 인지행동이론에 기반한 외상치료에서도 피해자가 겪은 사건이 누가 겪어도 고통스러울 수밖에 없는 사건임을 내담자에게 인식시키는 것이 중요하다고 가정한다(Lambert & Alhassoon, 2015). 이렇듯, 개입 초기에 상담자가 비판단

적인 태도를 견지하면서 내담자의 고통을 공감하고 내담자의 대처방식을 수용한다면, 상담자의 이런 태도는 내담자에게 전이되어 내담자 또한 자신을 수용하고 상황을 직면할 수 있는 힘을 갖게 될 것이다. 이를 통해 따돌림 발생과 고통의 원인을 스스로에게 돌리고 자신을 비난하면서 상황을 회피하기 보다는, 지금까지의 대응방식이 고통스러운 상황에서 누구나 할 수 있는 자연스러운 대처임을 수용하여, 고통에 압도되는 대신 상황과 자신의 반응을 객관적으로 바라볼 수 있게 될 것이다 (Neff, Kirkpatrick, & Rude, 2007). 한편, 내담자가 자신의 경험과 고통을 개방하고 탐색할 때, 상담자는 누군가에게 자신의 고통을 알리는 일에는 큰 두려움이 수반되고 따라서 용기가 필요한 것임을 공감해주는 것이 중요하다. 본 연구참여자들 역시 집단따돌림 경험 초기에 두려움과 무력함 때문에 의사표현을 잘 하지 못하고 대인관계에서도 점차 위축되는 경향이 있었다고 보고하였다. 따라서 내담자가 집단따돌림으로 인해 겪은 고통을 주변에 알리는 것 자체가 두려움과 무력함을 극복하는 출발점이자 문제해결을 위한 중요한 변화임을 인식할 수 있도록 조력하는 것이 필요하다.

다음으로, 내담자가 집단따돌림을 극복하기 위해 적극적으로 노력할 준비가 되어 있다면, 본 연구참여자들이 확장하기 단계에서 사용한 전략들이 도움이 될 수가 있다. 우선, 내담자가 자신을 향상시키는 일에 집중하도록 조력할 필요가 있다. 예를 들어, 내담자가 자신의 약점을 보완하고 자신만의 특성을 발휘할 수 있는 분야를 찾아 강점을 개발하도록 도와준다면, 내담자의 자기효능감은 높아지고 주변 또래들로부터도 인정받게 될 것이다. 또한 내담자가 사회적 지지망을 형성하도록 돕는 것

이 중요하다. 본 연구에서 많은 참여자들은 자신과 유사한 경험을 한 사람들을 만나 경험과 대처방법을 공유한 것이 치유적이었다고 보고하였다. 따라서 집단따돌림을 극복한 멘토를 소개해주거나, 자조모임의 형태로 운영되는 또래지지집단을 조직하여 운영한다면 내담자의 외상극복에 도움이 될 것이다. 이를 통해 내담자는 타인과 유대감을 형성함으로써 심리적인 고립감이 감소되고, 고통과 실패는 누구에게나 해당되는 보편적인 일임을 깨달을 수 있으며, 나아가 문제를 극복하는데 필요한 실질적인 방법을 공유하고 학습함으로써 현재 당면한 관계에서의 문제가 극복 가능하다는 희망을 갖게 될 것이다. 한편, 내담자의 시야를 학교 밖으로 확장하여 다양한 교외활동을 하도록 격려하는 것이 도움이 될 수가 있는데, 이를 통해 내담자가 제한된 공간 내에서 무력하게 고통스러워하는 수동적인 존재가 아니라 생산적인 관계와 활동을 선택할 수 있는 힘 있는 주체임을 자각하는데 도움이 될 것이다.

또한 상담자는 내담자로 하여금 집단따돌림 경험을 반추하면서 그 의미와 교훈을 성찰하도록 조력하는 것이 필요하다. 과거에 발생한 외상 경험을 되돌리거나 변경할 수는 없지만 사건에 대한 내담자의 지각과 현재의 감정 및 반응은 조절할 수 있다. 집단따돌림으로 인해 초래된 내담자의 부정적인 생각과 감정을 조절하고 통제 가능한 것으로 전환할 수 있다면, 내담자의 위축된 자기통제감과 존중감이 향상될 뿐 아니라 이후에도 발생할 수 있는 관계에서의 역경에 압도되지 않으면서 이전보다 더 효과적으로 대처할 수 있을 것이다. 구체적으로, 집단따돌림을 경험한 내담자가 외상과 같은 고통을 버텨내고 극복한 과정을 되돌아보면서, 집단따돌림 발생 원인과 전개 과정,

관련 당사자 및 내담자 자신의 반응을 객관적으로 바라볼 필요가 있다. 특히, 가해자를 포함한 이해당사자들의 행동 및 이면의 욕구, 내담자 자신의 욕구·감정·추동 및 반응, 그리고 집단따돌림 경험 및 극복 과정에서 본인이 취한 대처방식의 장단점을 통합적으로 바라볼 필요가 있다. 이를 통해, 내담자는 타인 및 인간관계에 대한 현실적이고 균형감 있는 관점을 획득할 수 있고, 역경을 극복한 자신의 모습은 긍정적인 자아상을 형성하는 토대가 되며, 떠올리고 싶지 않은 집단따돌림 경험은 오히려 현실적인 그래서 더 적응적인 관계도식을 수립하는데 도움이 될 것이다. 필요할 경우, 상담자는 내담자가 지나치게 현상을 왜곡해서 바라보는 것은 아닌지, 예를 들어 집단따돌림이 발생한 원인을 타인 또는 자신에게만 귀인한 것은 아닌지, 주변사람들의 의도와 행동을 지나치게 일반화하여 부정적으로만 바라본 것은 아닌지를 확인하고, 그 타당성을 평가해서 합리적인 사고로 바꾸도록 노력해야 할 것이다.

마지막으로, 본 연구결과는 집단따돌림 현상을 둘러싼 환경의 영향과 그 중요성에 주목할 필요가 있음을 시사한다. 본 연구에서 환경은 집단따돌림을 발생시키고 심화시키는 부적응적인 측면과 함께, 피해자들이 자신의 경험을 수용하고 극복하게 하며 나아가 이 과정에 새로운 의미를 부여하도록 자극하는 적응적인 측면을 동시에 지닌 것으로 나타났다. 직접적으로 폭력과 배제를 행사한 가해자 뿐 아니라 폭력적인 양육태도와 따돌림 현상에 부적절하게 개입한 부모, 그리고 무관심과 방관으로 일관한 교사, 학교, 또래 친구들은 분명 참여자의 고통을 초래하고 심화시킨 적대적인 환경이었다. 반면, 외상과 같은 고통을

경험한 참여자의 이야기를 비판단적으로 들어준 부모, 참여자가 또래들로부터 인정받을 수 있도록 장을 마련해준 교사는 분명 참여자에게 지지적인 환경이었다. 따라서 상담자는 내담자가 집단따돌림 현상을 이해하고 이를 극복하도록 조력하는 과정에서, 내담자 주변에 존재하는 적대적 환경과 그 영향력을 간과하지 않으면서도, 지지적이고 수용적인 환경의 존재를 인식하고 그 영향에 노출될 수 있도록 도와줄 필요가 있다. 사람들은 자신의 문제와 고통에 민감하게 반응하고 수용해주는 사람, 즉 공감적으로 지지해주는 사람에게 자신의 고통을 개방하고 정서적으로 의지하는 경향이 강하다(Wampold & Budge, 2012). 이는 집단따돌림 피해자들을 지지하고 수용해 줄 수 있는 지지 세력이 피해자 주변에 존재해야 함을 의미하고, 피해자가 이를 인식할 수 있도록 환경을 조성할 필요가 있음을 시사한다. 본 연구에서 참여자들은 상담실처럼 어려움을 털어놓을 수 있는 안전한 공간이 학교 안에 절대적으로 부족하다고 보고하였는데, 학교마다 상담실을 설치하고 전문상담교사를 배치함으로써 집단따돌림 피해자들이 자신의 어려움을 자유롭게 터놓을 수 있는 지지적 환경이 마련되어야 할 것이다. 또한 상담자는 집단따돌림 피해 자녀를 둔 부모와의 개인상담 뿐 아니라, 부모를 대상으로 하는 심리교육 프로그램을 구안하여 집단따돌림의 현황, 피해 유형 및 정도, 따돌림 피해 자녀와의 적절한 의사소통 방식, 부모의 역할 등을 교육함으로써, 부모가 집단따돌림 자녀의 외상 극복을 조력하는 주요 지지원으로 기능할 수 있도록 조력할 필요가 있다.

본 연구의 제한점과 후속연구에 대한 제언을 논하면 다음과 같다. 첫째, 남성 참여자들

의 따돌림 경험과 극복 과정이 본 연구결과에 충분히 반영되지 않았을 가능성이 있다. 왜냐하면, 남성참여자들에게는 고통스럽고 수치스러운 따돌림 경험을 여성 면접자와의 면대면 면접을 통해 솔직하고 충분히 개방하는 것이 쉽지 않았을 수 있기 때문이다. 추후 연구에서는 다른 자료수집 방법(예, 남성 면접자, 남성으로 구성된 포커스 그룹 면접)을 사용해서 남성 참여자들의 집단따돌림 경험과 외상 극복 과정에 관한 자료를 수집할 뿐 아니라 성특수적인 측면이 있는지를 확인할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 많은 참여자들의 목소리를 통합하여 집단따돌림 외상 경험 및 극복 과정에 대한 이론 모형을 구성하였는데, 개인차를 드러내거나 유형별로 분류하지 않은 한계가 있다. 본 연구를 시작하면서 외상 극복 기준에 부합하는 참여자들을 선별하여 비교적 동질적인 집단으로부터 자료를 수집하였지만, 면접을 진행하면서 참여자에 따라 집단따돌림 외상 극복의 정도나 방식에 개인차가 존재함을 인식할 수 있었다. 추후 연구를 통해 비슷한 과정 및 방식을 사용한 사람들을 유형화하거나, 집단따돌림을 극복한 개인의 특성을 심층적으로 확인하는 사례 연구, 생애사 연구 등을 수행할 수 있을 것이다. 셋째, 본 연구를 통해 주변의 관심과 지지가 집단따돌림 피해자의 외상 극복 과정에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 구체적으로 어떤 상황에서 영향을 미치는지, 그리고 왜 긍정적인 영향을 미치는지를 추후 연구를 통해 확인할 필요가 있다. 한편, 김순구 등(2004)의 연구에서는 타인의 개입이 오히려 중고등학생들의 집단따돌림 문제를 악화시키는 것으로 나타났는데, 이 연구에서도 주변의 개입이 왜 그리고 언제 부정적인 결과를 가져오는지를

구체적으로 밝히고 있지 않다. 추후 연구에서는 어떤 시점 및 상황에서, 누구의 개입이, 그리고 어떤 심리내적 기제를 통해 피해자의 극복 과정에 긍정적 또는 부정적인 영향을 미치는지를 확인할 필요가 있다.

## 참고문헌

- 경향신문 (2012. 2. 7). 일본 '이지매' 다시 증가. [http://news.khan.co.kr/kh\\_news/khan\\_art\\_view.html?artid=201202072153105&code=970](http://news.khan.co.kr/kh_news/khan_art_view.html?artid=201202072153105&code=970) 203에서 2015, 1, 6 자료 얻음.
- 구본용 (1997). 따돌리는 아이들, 따돌림 당하는 아이들: 청소년의 집단따돌림의 원인과 지도 방안 (청소년상담문제 연구보고서 29). 서울: 청소년대화의 광장.
- 권이중 (2000). 학교 내에서의 집단따돌림의 발생원인과 해결방안에 관한 연구: 학교 내의 폭력을 중심으로. 청소년학연구, 7(2), 1-37.
- 권준모 (1999). 한국의 왕따 현상의 개념화와 왕따연구의 방법론적 고찰. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 5(2), 59-72.
- 김선애 (2004). 집단따돌림 연구경향 분석. 한국청소년연구, 15(1), 73-107.
- 김수정 (2005). 집단따돌림의 가해·피해 경향에 영향을 미치는 심리적·사회적 요인. 상담학연구, 6(2), 359-371.
- 김순구 (2003). 청소년의 집단따돌림 피해 경험. 부산대학교 박사학위논문.
- 김순구, 김영혜, 김명희 (2004). 중, 고등학생의 집단따돌림 극복 과정. 대한간호학회지, 34(3), 458-466.
- 김순구, 김옥숙 (2004). 집단따돌림 극복 실패

- 과정. 아동과 권리, 8(1), 1-17.
- 김순구, 이미련 (2006). 청소년의 집단따돌림 피해경험에 관한 현상학적 연구. 아동간호학회지, 12(3), 377-385.
- 김은정, 김인경, 정태연 (2001). 집단 괴롭힘을 당하는 집단의 심리적 취약성. 한국심리학회지: 임상, 20(2), 245-257.
- 김원중 (2004). 왕따: 의미, 실태, 원인에 관한 종합적 고찰. 상담학연구, 5(2), 451-472.
- 김주현 (2006). 가정폭력피해여성이 폭력에서 벗어나는 과정에 관한 근거이론 연구. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 김태사, 안명희 (2013). 불안정 성인애착이 심리적 역경 후 성장에 미치는 영향: 자기대상과 정신화의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 25(4), 853-871.
- 김혜원, 이해경 (2000). 집단괴롭힘의 가해와 피해행동에 영향을 미치는 사회적, 심리적 변인들. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 14(1), 45-64.
- 박경숙, 손희권, 송혜정 (1998). 학생의 왕따(집단따돌림 및 괴롭힘) 현상에 관한 연구 (연구보고 RR 98-19). 서울: 한국교육개발원.
- 박은아 (2014). 성인의 대인외상경험과 외상 후 성장의 관계: 낙관성과 관계의 질의 다중매개효과. 전북대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 박진 (2003). 청소년 집단따돌림의 원인과 대처방안. 인문사회학연구소, 10, 355-369.
- 박진규 (2000). 청소년 집단따돌림(왕따) 현상에 대한 사회 문화적 일 고찰. 청소년학연구, 7(2), 39-71.
- 박한샘 (2004). 이혼가족 자녀의 적응과정에 관한 연구. 연세대학교 박사학위논문.
- 보건복지부 (2001). 중학생의 집단따돌림 현상의 정신병리학적 연구 (GOVP1200132752). 국회전자도서관 웹사이트에서 검색: <http://dlps.nanet.go.kr/SearchDetailView.do?cn=MONO1200132752&sysid=nhn>
- 손향숙 (2005). 집단따돌림 지속의 결정요인: 피해 아동의 대처 방식, 사회적 지지 및 자아개념을 중심으로. 청소년학연구, 12(3), 223-244.
- 양귀화 (2014). 외상 후 성장 과정에 대한 분석. 서울여자대학교 대학원 박사논문.
- 윤명숙, 박은아 (2011). 정신보건사회복지사의 외상 후 성장관련 요인 연구. 정신보건과 사회사업, 39, 61-89.
- 이경희, 고재홍 (2006). 유형별 초등학교 집단따돌림 발생원인의 비교: 사회관계모형 분석. 한국심리학회지: 일반, 25(1), 23-45.
- 이규미, 구자경, 김은정, 이시형 (2001). 외톨이 청소년의 심리사회적 특성에 관한 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(1), 147-162.
- 이규미, 문형춘, 홍혜영 (1998). 왕따현상에 대한 이해와 상담접근: 상담사례를 통해서 본 왕따현상. 개원 1주년 기념 심포지엄, 서울특별시 청소년 종합상담실.
- 이귀숙, 정현희 (2005). 여자 중학생의 집단따돌림과 심리사회적 적응: 2년 추적연구. 한국심리학회지: 학교, 2(1), 1-17.
- 이봉건, 남재봉, 이종연, 이상익, 황순택, 김수현, 이재신 (2001). 또래아동의 비행 행동이 피해아동의 삶의 질에 미치는 영향 및 그 개선방안: 집단괴롭힘 소위 “왕따”(bullying)를 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 20(3), 413-441.
- 이숙영 (2014). 북한이탈여성의 외상후성장에 관한 질적 연구: 중국 체류 시 결혼경험이 있

- 는 사례를 중심으로. 건국대학교 박사학위 논문.
- 임선영 (2013). 외상적 관계상실로부터 성장에 이르는 과정에 대한 질적 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 25(4), 745-772.
- 임정란, 강영신, 문정순, 이재우 (2014). 상담교사의 대리외상과 대리외상 후 성장간의 관계에서 마음챙김과 자기조절능력의 이중 매개효과. *한국심리학회지: 학교*, 11(1), 89-107.
- 정민선 (2014). 대학생의 자기노출, 사회적 지지와 외상후 성장과의 관계에서 의도적 반추의 매개효과. *상담학연구*, 15(1), 415-430.
- 정여주, 김윤희 (2013). 집단따돌림 극복집단과 지속집단 구분 요인에 대한 구조 분석. *가족 상담*, 3(1), 15-32.
- 정연균, 최응렬 (2014). 경찰공무원의 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인: 수도권 지역 내 경찰공무원을 중심으로, *한국경찰학회보*, 48, 243-276.
- 정옥분, 정순화, 김경은, 박연정 (2008). 국내 집단따돌림 관련 연구의 경향분석. *인간발달연구*, 15(1), 115-137.
- 정지선, 안현의 (2008). 청소년 학교폭력의 복합 외상(Complex Trauma)적 접근. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(1), 145-160.
- 주은선, 박은란 (2003). 집단따돌림 피해자 특성에 관한 연구: 초등학교를 중심으로. *덕성여대논문집*, 32, 143-166.
- 청소년폭력예방재단 (2014). 2013년도 전국 학교폭력 실태조사 결과발표. [https://www.edujikim.com/customercenter/board/default/view\\_b.asp?intBbsSeq=8&Page=1&intArticleSeq=975](https://www.edujikim.com/customercenter/board/default/view_b.asp?intBbsSeq=8&Page=1&intArticleSeq=975) 51 에서 2015, 1, 6 자료 얻음.
- 표준국어대사전 (2015). <http://stdweb2.korean.go.kr/main.jsp>에서 2015, 1, 8 자료 얻음.
- 한윤희 (2001). 집단따돌림의 가해-피해에 따른 각 집단과 성격성향의 관련성. 고려대학교 석사학위논문.
- 한종철, 김인경 (2000). 또래 따돌림과 심리사회적 부적응. *한국심리학회지: 사회문제*, 6(2), 103-114.
- Benedetti, F. (2011). *The patient's brain: The neuroscience behind the doctor-patient relationship*. New York: Oxford University Press.
- Calhoun, L. G., Cann, A., & Tedeschi, R. G. (2010). Posttraumatic growth and culturally competent practice. In T. Weiss & R. Berger (Eds.), *The posttraumatic growth model: Sociocultural considerations* (1st ed. pp.1-14). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006). The foundations of posttraumatic growth: An expanded framework. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth* (pp.3-23). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Cortina, L. M., & Magley, V. J. (2003). Raising voice, risking retaliation: Events following interpersonal mistreatment in the workplace. *Journal of Occupational Health Psychology*, 8, 247-265.
- Daigneault, I., Cyr, M., Tourigny, M. (2007). Exploration of recovery trajectories in sexually abused adolescents. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 14(1/2), 165-184.
- Erikson, E. (1963). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New



- York: Norton.
- Frank, J. D., & Frank, J. B. (1991). *Persuasion and healing: A comparative study of psychotherapy* (3rd ed.). Baltimore, MD: Johns Hopkins University.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: psychological theory and women's development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Gilmartin, B. G. (1987). Peer group antecedents of severe love-shyness in male. *Journal of Personality, 55*, 467-489.
- Gofin, R., Palti, H., & Mandel, M. (2000). Fighting among Jerusalem adolescents: personal and school-related factors. *Journal of Adolescent Health, 27*(3), 218-223.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1981). *Effective evaluation: Improving the usefulness of evaluation results through responsive and naturalistic approaches*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Hallberg, L. R-M., & Strandmark, K. M. (2006). Health consequences of workplace bullying: experiences from the perspective of employees in the public service sector. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being, 1*, 109-119.
- Harvey, M. R. (1996). An ecological view of psychological trauma and trauma recovery. *Journal of Traumatic Stress, 9*(1), 3-23.
- Harvey, M. R., Liang, B., Harney, P. A., Koenen, K., Tummala-Narra, P., & Lebowitz, L. (2003). A multidimensional approach to the assessment of trauma impact, recovery and resiliency: Initial psychometric findings. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 6*(2), 87-109.
- Harvey, M. R., Westen, D., Lebowitz, L., Saunders, E., Avi-Yonah, O., & Harney, P. A. (1994). *Multidimensional trauma recovery and resiliency interview*. Cambridge, MA: The Cambridge Hospital Victims of Violence Program.
- Haves, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*(6), 1152-1168.
- Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of Traumatic Stress, 5*, 377-391.
- Kanetsuna, T., Smith, P. K., & Morita, Y. (2006). Coping with bullying at school: Children's recommended strategies and attitudes to school-based interventions in England and Japan. *Aggressive Behavior, 32*, 570-580.
- Karstadt, L., & Woods, S. (1999). The school bullying problem. *Nursing Standard, 14*(11), 32-35.
- Kupersmidt, J. B., Coie, J. D., & Dodge, K. A. (1990). The role of poor peer relationship in the development of disorder. In S. R. Asher, & J. D. Coie, (Eds.), *Peer rejection in childhood*. New York: Cambridge, Cambridge University.
- Lambert, J. E., & Alhassoon, O. M. (2015). Trauma-focused therapy for refugees: Meta-analytic findings. *Journal of counseling psychology, 62*(1), 28-37.
- Morse, J. M. (2003). A Review Committee's Guide to Evaluating Qualitative Proposal. *Qualitative*

- Health Research*, 13(6), 833-851.
- Muramoto, K. (2007). Multidimensional assessment of trauma impact, recovery, and resilience. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 14(3), 107-118.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 139-154.
- Olweus, D. (1973). Personality and aggression. In J. K. Cole, & D. D. Jensen (Eds.), *Nebraska Symposium on Motivation 1972* (pp.261-321). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Olweus, D. (1992). Peer victimization: antecedents and long-term outcomes. In K. H. Rubin, & J. B. Asendorf, *Social withdrawal inhibition, and shyness in childhood*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Olweus, D. (1999). Sweden. In P. K. Smith, Y. Morita, J. Junger-Tas, D. Olweus, R. Catalano, & P. Slee (Eds.), *The nature of school bullying: A cross-national perspective* (pp.2-27). Routledge.
- Pelcovitz, D., van der Kolk, B., Roth, S., Mandel, F., Kaplan, S., & Resick, P. (1997). Development of a criteria set and a structured interview for disorders of extreme stress (SIDES). *Journal of Traumatic Stress*, 10, 3-16.
- Schafer, M., Korn, S., Smith, P. K., Hunter, S. C., Mora-Merchan, J. A., Singer, M. M., & Meulen, K. (2004). Lonely in the crowd: Recollections of bullying. *British Journal of Developmental Psychology*, 22, 379-394.
- Shallcross, S. L., Frazier, P. A., & Anders, S. L. (2014). Social resources mediate the relations between attachment dimensions and distress following potentially traumatic events. *Journal of Counseling Psychology*, 61(3), 352-362.
- Smith, P. K., Talamelli, L., Cowie, H., Naylor, P., & Chauhan, P. (2004). Profiles of non-victims, escaped victims, continuing victims and new victims of school bullying. *British Journal of Educational Psychology*, 74, 565-581.
- Strauss, A., & Corbin, J. (2001). 근거이론의 단계 [*Basis of Qualitative Research*]. (신경림 역). 서울: 현문사. (원전은 1998년에 출판).
- Suzanne, G., Wendy, M. C., Debra, P., & Jennifer, C. (2003). Developmental Trajectories of Victimization: Identifying Risk and Projective Factors. *Journal of Applied School Psychology*, 19(2), 139-156.
- van Heugten, K. (2012). Resilience as an underexplored outcome of workplace bullying. *Qualitative Health Research*, 23(3), 291-301.
- Vliet, K. J. V. (2008). Shame and resilience in adulthood: A grounded theory study. *Journal of Counseling Psychology*, 55(2), 233-245.
- Wampold, B. E., & Budge, S. L. (2012). The 2011 Leona Tyler Award Address: The relationship-and its relationship to the common factor and specific factors of psychotherapy. *The Counseling Psychologist*, 40(4), 601-623.
- Wentzel, K. R., & Asher, S. R. (1995). The academic lives of neglected, rejected, popular and controversial children. *Child Development*, 66, 754-763.

원고접수일 : 2015. 3. 9  
수정원고접수일 : 2015. 6. 2  
게재결정일 : 2015. 6. 15

## Research on Traumatic Bullying Experience and Its Recovery Process

Young Seok Seo

Ha Yan An

Chae Ree Lee

Jeong Yoon Choi

Yonsei University

The present study aimed to identify realistic coping strategies for the bullied by exploring bullied victims' experience, their recovery process, and factors affecting their recovery. We operationally defined bullying for the study and applied previous criteria for recovery from trauma in selecting participants. Interviews were conducted with 36 participants who reported having recovered from bullying. A grounded theory approach was applied in analyzing data, which resulted in 106 concepts, 32 subcategories, and 11 categories, as well as a paradigm model. Results indicated that the participants 'hit rock bottom' as they were experiencing bullying and that they went through four distinct phases (i.e., enduring alone, opening up, expanding, and reflecting) in recovering from traumatic bullying. Constant effort of the victims themselves, change in environment, and active support and intervention from others positively affected participants in overcoming the trauma of bullying. Implications for counseling practice and future research are discussed.

*Key words* : *bullying, trauma, recovery process, grounded theory approach*