

북한이탈여성의 외상후성장에 관한 질적 연구: 중국 체류 시 결혼경험이 있는 사례를 중심으로*

이 숙 영 이 동 혁† 조 해 연 김 경 미 김 효 정
건국대학교

본 연구는 중국 체류 시 결혼경험이 있는 북한이탈여성의 외상경험, 외상후성장 요인, 외상후성장 경험에 대해 질적으로 살펴보았다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 연구목적에 부합하는 12명의 북한이탈여성에게 대해 심층면담을 실시하여 그 결과를 합의적 질적연구방법(Consensual Qualitative Research: 이하 CQR)으로 분석하였다. 연구결과, 외상경험은 건강문제를 포함하여 11개의 범주로 나타났으며, 외상후성장요인은 내적인 요인(스트레스 대처, 성격, 인지과정 등)과 외적인 요인(타인의 도움과 지지 등)의 10개 범주로 나타났다. 앞서 언급한 요인들로 인해 연구대상자들은 자기에 대한 인식변화, 대인관계의 변화, 정서의 변화, 가치관 변화를 경험하는 것으로 나타났다. 이와 같은 연구결과를 토대로 북한이탈여성을 대상으로 일하는 상담자들은 북한이탈여성의 외적인 지지체계를 지원하는 심리적 안전기지로서의 역할을 하는 한편, 내적인 요인을 강화시키도록 돕는 것이 효과적이라는 것에 대해 논의했다. 본 연구는 북한이탈여성의 외상후성장요인을 밝힘으로써 심리적 외상 회복을 위한 이론적 근거를 마련하고 상담적 개입의 시사점을 제안한 점에서 의미가 있다. 연구의 한계점을 기술하고 후속연구에 대해 제안했다.

주요어 : 북한이탈여성, 외상경험, 외상후성장(Posttraumatic Growth: PTG), 합의적 질적연구방법(CQR)

* 이 논문은 이숙영(2014)의 박사학위논문을 일부 수정한 것임.

† 교신저자 : 이동혁, 건국대학교 사범대학 교직과, 서울시 광진구 능동로 120

Tel : 02-450-3298, E-mail : dhlee@konkuk.ac.kr

지난 1990년부터 계속된 북한의 마이너스 경제성장과 95년부터 97년까지의 수해와 가뭄은 식량난을 초래함과 동시에 북한 주민들의 국경이동을 증가시켰으며(이금순, 김규륜, 김영운, 안혜영, 윤여상, 2005), 북한이탈주민의 남한사회로의 유입을 폭발적으로 증가시켰다(Jeon et al., 2005). 그런데 2000년 이후에는 북한 식량난이 일정수준 호전되고 중국의 단속과 송환이 대대적으로 실시되면서, 생존을 위한 탈북보다는 더 나은 삶의 질을 추구하는 탈북으로 전환되어 꾸준히 탈북자를 양산하고 있다(윤여상, 2004). 탈북초기에는 남성 탈북자가 대부분을 차지했으나, 2000년도 이후에는 식량난과 같은 위기적 상황에서 극도의 스트레스를 느끼던 북한여성들이 탈북이라는 대처 전략을 사용하여 위기관리체계에 돌입함에 따라(김태현, 노치영, 2003), 여성과 가족단위의 탈북이 증가하였다(이영선, 구혜완, 한인영, 2011). 그리고 2004년부터는 매해 남성보다 3-4배 정도 더 많은 수의 탈북여성들이 입국함에 따라 북한이탈여성의 수는 20,557명(전체 대비 71%)을 넘어섰다(통일부, 2016).

일반적으로 북한이탈주민들은 북한에 거주할 때 이미 심각한 외상경험을 하는 것으로 보여진다(이금순, 전현준, 2010). 또한, 엄격한 통제 사회에서 북한이탈주민이 탈출을 준비하고 탈출과정을 겪는 것은 매우 어려운 경험으로 남아있으며, 그것이 그 후 그들의 정신건강에 많은 문제를 일으키게 된다(전우택, 2000: 강성록, 2000에서 재인용). 최근에는 남한에 입국하는 북한이탈여성의 수가 증가함에 따라 북한이탈여성의 외상경험에 대한 연구도 차츰 증가되었다. 북한주민의 인권의식을 파악하기 위해 2010년 3월부터 10월까지 실시된 국내 입국 탈북자(1,083명)에 대한 기초설문

조사에 따르면, 국제사회에서 가장 심각한 인권침해 사안으로 제기해 온 공개처형을 목격한 경우가 조사 대상자의 62.2%로 나타났으며, 23.0%가 탈북으로 인한 강제 송환의 경험을 보고하였다. 그 외에 본인이나 가족이 북한에서 노동단련대에 수감된 경험(47.1%), 본인이나 가족이 정치범 수용소에 수용된 경우(9.5%), 고문이나 구타를 당한 경험(28.9%) 등을 보고했다(이금순 전현준, 2010). 박철욱, 안현의(2009)의 연구에서도 북한이탈주민 모두 한 개 이상의 외상경험이 있었고, 약 93.9%가 두 개 이상의 대인관계적 외상경험을 보고하였다. 탈북과정에서 체류하게 되는 제3국에서도 여성들은 상대적으로 취약성에 노출되기 쉬워서(김현경, 전우택, 2009), 신분을 위협받는 어려움에 처하거나(이영선 등, 2011), 이로 인해 안전감과 가치감을 잃는 상실의 경험을 하게 되면서, '못 사는 나라에서 온 조선 여성'이라는 정체감을 형성한다고 한다(김태현, 노치영, 2003; 이민영, 김현경, 2007). 또한, 북한이탈여성들은 대부분 경제난을 해결하기 위해 가족을 남기고 이탈하였기에, 북에 남아있는 가족들에 대한 죄책감이나 그리움 등 정신적 어려움을 겪을 가능성이 큰 것으로 나타났다(장혜경, 김영란, 2001: 이명순, 박경, 2011에서 재인용).

특히 북한이탈여성들의 남한 입국 시 해외 체류 경험은 전체 응답자의 94.1%로 나타났으며, 해외체류 기간 동안 신변 보장이나 경제적 어려움을 해결하기 위해 조선족이나 한족과 결혼을 하는 과정에서 인권 침해 및 만성 질병을 얻는 경우가 발생하는 것으로 드러났다. 입국 전에 체류했던 국가는 '중국'이 90.3%로 가장 많았고, 그 다음은 '몽골' 9.0%, '베트남' 4.2% 순으로 나타났다(장명선,

이애란, 2009). 탈북과정에서 경험한 이러한 위험요소와 외상경험들은 외상후스트레스장애(Posttraumatic Stress Disorder:이하 PTSD)로 이어지기도 한다. 연구결과에 따르면, 북한이탈여성들의 경우 PTSD 유병율이 높았으며, 심리적으로도 다양한 문제를 경험하는 것으로 나타났다(강숙정, 이상호, 2009; 김희경, 신현균, 2010; Jeon et al., 2005).

이러한 심리적 어려움을 돕기 위하여 그동안 개발된 치료방법들은 대부분 부정적 외상 후 경험을 질환으로 정의하는 의학적 모델, 또는 병리적 모델이 중심이 되어 왔다. 그 결과, 외상을 경험한 이들의 심적 고통을 완화·감소시키거나 병리적 증상을 제거하는데 초점이 맞추어져 왔으며, 이들을 외상 이전의 기능수준으로 회복시키는데 주력하였다(최승미, 2008). 다시 말해서, 치료자는 외상으로 인한 부정적 결과(예컨대 PTSD 증상)에 대해 노출이나 둔감법과 같은 경험적으로 증명된 PTSD 치료법을 통해 증상을 제거하고자 하였다(Rosen et al., 2004).

그러나 이러한 치료모델은 그동안 많은 비판을 받아 왔다. 예를 들면, 증상제거에 초점을 맞추는 모델은 외상에 대한 인간의 반응을 잘못 이해할 수 있게 한다고 지적되어 왔다. 다시 말해서, 증상을 제거하기 위하여 증상의 원인과 치료법을 발견하는데 급급하게 되면 외상을 통해서 경험될 수 있는 인간의 내재된 지향성, 즉 '성장'과 '외상의 긍정적인 측면'을 간과하게 된다는 것이다(최승미, 2008). 또한 외상 경험은 그것을 경험하는 사람의 주관적 느낌에 의해 정의되며(한노을, 2008), 정신장애의 진단 분류 및 통계편람 제4판(DSM-IV)에서도 외상후스트레스장애와 관련하여 사건에 대한 환자의 주관적 평가를 강조하고 있다(West

& Coburn, 1984; Gabbard, 2002에서 재인용). 즉, 동일한 외상경험을 했다 할지라도 경험하는 사람의 주관적 평가에 따라 외상 후 증상이 달라질 수 있기 때문에 외상경험을 반드시 부적응이나 정신병리 측면에서 이해해서는 안됨을 시사해주는 것이다(Brewin, Andrew & Valentine, 2000).

한편, 외상은 장애의 원인이라기보다는 개인과 사회적 관계에 변화를 가져오는 촉매제로 간주되기도 한다(Calhoun & Tedeschi, 1999). 이러한 관점에서 Bonanno(2004)는 심리적 외상을 경험한 사람들도 적응 유연성을 가지고 있다고 지적하면서, 외상으로 인한 병리적 증상보다는 외상을 경험한 사람들의 내재된 역량에 관해 연구할 필요성이 있음을 강조하였다(박혜원, 2006). 또한 외상에 대한 경험적 연구도 외상경험 이후에 오히려 성장을 경험하고 있음을 보여줌으로써 외상이 반드시 부정적 결과를 가져오는 것이 아님을 지적하고 있다(Calhoun & Tedeschi, 1999; Tedeschi & Calhoun, 2004). 결국 인간을 온전히 이해하고 싶다면, 외상 이후 부정적 변화 뿐 아니라 잠재적인 긍정적 변화도 고려해야 하며, 인간을 외상의 희생자로 보는 것이 아니라, 내담자가 지금 성장의 진통을 경험하고 있는 것으로 볼 수도 있어야 한다는 것이다(이양자, 정남운, 2008). 북한이탈여성의 경우에도 단지 생존만을 위하여 남한사회에 적응하려는 것이 아니라, 탈북과 남한사회로의 이주를 통하여 자아실현을 하고자 하는 욕구가 강한 만큼(이재민, 황선영, 2008), 북한이탈여성이 경험하는 어려움을 단순히 제거하려고 하기보다, 자신의 삶을 의미 있게 만들어가기 위한 과정이자(김영은, 2011) 긍정적 측면을 지향하는 과정으로 활용할 수 있도록 도와줄 필요가 있다.

심리적 어려움의 긍정적 측면에 대한 연구는 2000년대에 들어서면서 더 활발하게 나타나고 있다. Seligman과 Csikszentmihalyi(2000)는 지금까지 인간의 부정적 측면에 초점을 두던 심리학의 방향을 틀어 그동안 소홀하게 다루어왔던 인간의 긍정적인 측면에 시선을 돌림으로써, 균형 있는 심리학 발전을 주장하였다. 그 이후 역경과 어려움에도 무너지지 않는 인간의 내적인 능력과, 적응과 성장을 향한 힘에 대한 탐구가 지속되고 있다(이정호, 2011). 외상에 대한 연구에서도 최근 10년 동안 긍정 심리적 접근을 채택하는 연구가 급증하고 있다(Shakespeare-Finch & Copping, 2006). 이러한 노력의 일환으로 최근에는 공포스러운 사건으로부터의 생존자들이 심리적 투쟁의 결과로써 오히려 긍정적 변화와 성장을 경험한다는 연구 결과들이 많이 나타나고 있다(Bonanno, 2005; Calhoun & Tedeschi, 2006; McMillen, 1999). 예를 들면, 98명의 보스니아(Bosnian)와 크로아티아(Croatian) 난민 청소년들 중 외상후 스트레스장애 그룹으로 분류된 연구대상자들은 외상이 없는 대상자들보다 더 높은 자아 효능감을 나타낸 것으로 보고되었다(Ferren, 1999). 또한 Rousseau, Drapeau와 Rahimi(2003)의 연구에서도 이주(migration) 전에 정치적 폭력에 더 많이 노출된 가족의 청소년들이 그렇지 않은 청소년들에 비하여 정착 후에 오히려 사회적 적응이 더 좋고, 정신 건강 증상이 적었다고 한다.

이러한 연구들에 따르면, 주요한 삶의 위기를 경험한 사람들은 위기 후에 결단력 있는 변화, 다른 사람과 세계에 대한 관점의 변화, 삶에 대한 감사의 증가, 우선순위의 변화, 대인관계의 깊이 증가, 개인 내적인 힘의 발견, 그리고 실존적이며 영적으로 풍요로워지는 경

험을 하게 된다고 한다. 그리고 이러한 변화를 외상후성장(Posttraumatic Growth)이라고 정의하고 있다(Tedeschi & Calhoun, 2004). 외상후 성장은 기존의 의학적, 병리적 모델과는 차별화된 개념으로, 70년대 들어 의료, 보건관련 영역에서 새로운 패러다임으로 등장한 건강생성이론(salutogenic model; Andrykowski, Brady & Hunt, 1993)에 그 뿌리를 두고 있으며, 20세기 후반 심리학 및 정신 의학계에서 주목을 받기 시작한 긍정심리학(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)과 맥을 같이 한다. 이것은 단순히 '외상 이전의 기능 수준으로의 회복'을 넘어서 '긍정적인 방향으로의 변화'를 상징하므로, 외상 사건 후의 부정적 변화, 즉 PTSD의 치료에 대해서도 새로운 임상적 함의를 제공한다(최승미, 2008).

비슷한 맥락에서 북한이탈여성을 대상으로 한 선행연구에서도 외상후성장이 일어나고 있음을 보여주고 있다(김현경, 2011, 2012; 김현경, 엄진섭, 전우택, 2008; 김현경, 전우택, 2009; 이민영, 김현경, 2007). 북한이탈여성들은 남한 입국 이전부터 누적된 외상경험이 있음에도 불구하고, 시간경과에 따라서 외상증상이 호전되며(홍창형, 2005), 수동적인 존재로서 과거에 머물지 않고 도움을 구하는 적극적인 태도를 나타내며(김현경, 2007), 탈북 자체를 삶의 비전과 가능성을 여는 기회로 사용하고(김현경, 2011), 북한에서부터 지니고 있는 강화된 여성성과 같은 모국요인(母國要因)을 남한사회에서 살아가는 원동력으로 사용하는 것으로 나타났다(박영자, 2006). 이와 같은 연구결과는 북한이탈여성들의 외상경험을 기존의 병리적이고 결핍된 모델이 아닌 새로운 시각으로 접근할 필요가 있음을 보여주는 것이다.

한편, Tedeschi와 Calhoun(1999)은 외상을 경험한 개인들에게서 고통을 다루는 기간 동안에 사용되었던 특정한 경험과 대처기제들이 회복과 성장을 생산하는 것이라고 했다. 따라서 북한이탈주민들이 역경 경험 이후 심리적 성장을 이루는데 기여한 '요인'들을 밝혀내는 것은 그들의 심리적 건강을 위한 연구에서 상당히 중요한 부분이라 할 수 있겠다(김현경, 전우택, 2009). 북한이탈주민들을 대상으로 수행된 연구들(김현경, 2007, 2012; 김현경 등, 2008; 김현경, 전우택, 2009; 김태국, 2009; 손정아, 2012)은 외상후성장의 '과정'을 탐색한 연구와 외상후성장 '요인'에 접근한 연구로 나뉘어진다.

김현경(2007)은 북한이탈주민들이 한국에서 하향비교나 종교적 대처, 살아야 하는 의미를 구축하고 홀로 삭임 등의 긍정적 회복요인을 통해 외상후성장이 가능하다고 보았다. 이후에 진행된 양적연구에서 김현경 등(2008)은 과거에 경험했던 누적된 외상으로 인한 스트레스보다 현재 경험하고 있는 문화적응스트레스가 외상후성장에 방해요인이 되므로, 문화적응스트레스 감소방안이 모색되어야 한다고 제안했다. 이어서 진행된 연구에서 김현경과 전우택(2009)은 북한이탈주민의 외상후성장요인 중의 하나를 '삶의 질'로 보았다. 이에 따라 김현경과 전우택(2009)은 북한이탈주민의 외상은 남한 사회에서 제공되는 다양한 사회적 지지와 의료 혜택 등을 포함한 치료적 요인들의 접촉으로 해소가 되었을 것으로 분석했다. 몇 년 후에 김현경(2011)은 북한이탈여성 작가의 글을 근거이론방법을 적용하여 분석하는 생애 연구를 진행하였다. 즉, 역경을 견디어내며 생존을 가능하게 해주었던 강점으로서 탄력성(resilience)의 의미를 탐색하였는데, 이러한 탄

력성을 개인 기질에 의한 결과가 아니라, 개인을 둘러싼 환경의 영향이 중요하게 반영된다고 보았다(Tedeschi & Calhoun, 1996, 1999; Kim, 2012에서 재인용). 이어서 Kim(2012)은 북한이탈여성들이 북한·중국·남한의 시공간적 이주과정에 따라 역경을 겪은 후 '어떠한 과정을 거쳐' 심리사회적 성장을 나타내는지 살펴보았다. 북한이탈여성의 외상은 그 외상 자체가 성장의 원천이 아니라, '역경과 투쟁하는 과정 중에' 정서적·인지적·사회적·영적으로 힘을 발견하기 시작하며(Bryant - Davis, 2005; Kim, 2012에서 재인용), '치료적 요소의 중재를 통해' 역경을 통한 성장을 보고했다고 밝혔다. 이런 면에서 Kim(2012)의 연구는 외상후성장의 과정을 살펴본 연구라고 할 수 있다. 한편, 이민영과 김현경(2007)은 남한으로 이주하여 남한 남성과 결혼한 북한이탈여성이 이주로 인한 상실을 어떻게 극복하는지를 밝혔다. 자기 정체성을 주는 모국과의 단절과 분리가 우울감을 강화시키고 극심한 신체적 고통을 주었지만, 시간이 흐르면서 현재 상황을 수용하고 미래 자신의 모습을 새롭게 만들어가는 극복의 '과정'을 보인다고 보고했다.

이상, 북한이탈주민의 외상후성장에 관한 선행연구를 검토해봄으로써 본 연구의 방향성을 구체화하고자 한다. 앞에서 살펴보았듯이, Tedeschi와 Calhoun(1996)은 외상후성장이 가장 잘 일어나는 조건의 명료화를 시도해왔으나, 그들에 의해 완성된 것이 있음에도 불구하고 아직까지는 많은 질문들이 남아있다(Camille B. Wortman, 2004). 또한, 북한이탈주민 또는 북한이탈여성들을 대상으로 한 외상후성장 연구들을 살펴볼 때, 외상후성장에 대한 명료한 정의가 내려지지 않은 것으로 보여진다. 또한, 북한이탈여성의 외상후성장요인에 대한 개념

화도 되어있지 않음으로써, 연구자에 따라 서로 다른 시각을 지니고 있음을 알 수 있다. 따라서 북한이탈여성의 외상후성장 요인에 초점을 맞추어 연구를 진행하고자 하였다. 외상후성장은 '외상경험'을 전제로 하기 때문에, 앞서 참여자들의 외상경험에 대한 탐색을 하고자 한다.

한편, Calhoun과 Tedeschi(2006)는 외상후성장과 관련된 중요한 요인으로 의도적 반추, 자기개방, 사회적 지지 등을 상징하고 성장과정 에 대한 이론적 측면을 제공하고 있으며, 이 분야에서 독보적인 위치를 차지하고 있다(최승미, 2008). 하지만 아직 외상후성장의 구체적 과정에 대한 명확한 설명과 경험적 결과들이 부족하여 보다 정교한 모델 검증이 요구되고 있다(Park & Hegelson, 2006). 특히, 여전히 연구되어야 할 중요한 영역은 '어떤 요인들이' 외상후성장을 일으키는 지 탐색하는 것이다(김지애, 이동귀, 2012). 북한이탈여성들을 대상으로 진행된 연구에서 북한이탈여성의 심리적 건강과 적응에 기여하는 요인은 탐색하였으나, 외상후성장을 일으키는 요인이 무엇인지에 대한 통합적인 탐구는 아직 이루어지지 않았다. 동일한 외상을 경험한다고 하더라도 개인적 특성에 따라 어떤 사람들은 보다 높은 수준의 성장을 경험하는가 하면, 어떤 사람들은 아무런 변화도 경험하지 못하기 때문에 외상후성장을 일으키는 특정 요인이 무엇인지 명확하게 탐색해 볼 필요가 있다.

한편, 북한이탈여성들 중 대부분은 중국을 비롯하여, 베트남, 캄보디아, 태국 등의 제 3국을 경유하여 한국에 입국하게 되는데, 이들은 평균 약 2년 이상 중국이나 제 3국에 체류하게 된다. 특히 중국을 경유할 경우, 북한이탈여성들은 중국 공안에 체포되어 북한으로

재북송되는 것에 대한 두려움과 불안감에 시달리며 숨어서 지낸다(정태연, 김영만, 2004; 제성호, 2007). 이러한 경험은 조선족 남성과 사실혼 관계를 유지하고 있는 북한이탈여성들에게 특히 고통스러운 외상으로 작용하고 있다고 한다(조영아, 전우택, 유정자, 엄진섭, 2005). 따라서 본 연구에서는 탈북과정에서 중국에 체류하는 동안 한족 남성 또는 조선족 남성과 결혼한 후 남한으로 이주를 선택한 북한이탈여성들이 지니고 있는 외상후성장 요인을 탐색하고자 한다. 연구참여자를 북한이탈주민 중 '여성'으로 제한한 이유는 탈북과정에서 북한이탈남성에 비해 여성이 경험하는 인권유린의 실태가 심각하며, 입상적으로도 남한 입국 이후의 심리적 적응에 관하여 성별에 근거한 연구의 다양성과 세분화를 요구하고 있기 때문이다(조영아 등, 2005). 또한 북한이탈여성의 경우, 생존전략으로서 중국에서 결혼관계를 맺게 될 뿐 아니라, 중국에서 한족이나 조선족과의 사실혼을 유지하기 이전에 북한에서 이미 결혼했던 배우자와의 관계 상실을 경험하게 되고, 가족 해체나 자녀와의 헤어짐과 같은 외상경험을 하기 때문이다(Jeon et al., 2005; 이민영, 김현경, 2007).

이를 통해 북한이탈여성의 심리적 외상회복을 위한 근거 자료 및 상담적 개입에 대한 시사점을 제공하고자 한다. 이러한 연구목적 달성을 위하여 본 연구에서는 질적연구를 수행하고자 하였다. 개인마다 외상의 유형과 외상후성장에 이르는 과정은 각자 다르게 나타나며(송현, 2011), 난민의 외상경험에 따른 회복경험은 시공간상을 넘나드는 개인의 심층적 이해를 전제로 해야 하기 때문이다(김현경, 2007). 이를 위해 본 연구에서는 합의적 질적 연구(Consensual Qualitative Research: CQR) 방법

으로 자료를 분석하고자 하였다. COR은 개인의 내적 경험을 심층적으로 분석하는 데에 이상적이며(Hill, Thomson, & Williams, 1997; Hill et al., 2005), 질적연구방법론이 비판받는 '주관적 기술(description)과 해석'의 한계를 보완할 수 있는 방법으로 알려져 있다(박승민, 2012). 본 연구의 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 중국 체류 시 결혼경험이 있는 북한이탈여성들의 외상경험은 어떠한 것인가? 둘째, 중국 체류 시 결혼경험이 있는 북한이탈여성들의 외상후성장 요인은 무엇인가? 셋째, 중국 체류 시 결혼경험이 있는 북한이탈여성들에게서는 외상후성장으로 인해 어떤 변화가 나타

났는가?

방 법

연구대상

본 연구에서는 북한에서 출생하고 성장하였으며, 탈북과정에서 중국 체류 시에 중국 출생 배우자(조선족, 한족)와의 사실혼 관계를 유지한 경험이 있는 북한이탈여성 12명을 연구 대상으로 참여시켰다. 참여자의 인구통계학적 특성은 표 1에 제시되어 있다.

표 1. 연구대상자의 인구통계학적 특성

사례 번호	연령 (만/세)	성별	중국 체류 기간 (년)	중국 배우자 동거 기간 (년)	남편의 학대· 폭력 경험	남편 혹은 동거인의 정서적 지지	출생지						
							북한 결혼 경험	중국 출생 남성과 결혼 경험	중국 출생 남성과 동거	남한 출생 남성과 동거	북한 출생 남성과 동거	동거인 없음	
1	45	여	8.3	8	무	유	유	○(조선족)	○				
2	41	여	13.2	10	유	무	무	○(조선족)	○				
3	37	여	10	10	유	무	무	○(조선족)			○		
4	43	여	5	1.8	유	무	무	○(한 족)			○		
5	44	여	3.7	3	무	유	유	○(한 족)			○		
6	46	여	6	6	무	유	무	○(조선족)	○				
7	51	여	8	8	유	유	유	○(한 족)				○	
8	44	여	8	7	유	유	무	○(조선족)			○		
10	41	여	4	4	무	무	무	○(조선족)	○				
11	42	여	8	3	무	유	무	○(조선족)	○				
12	43	여	8	8	무	유	무	○(한 족)					○
13	51	여	9	9	무	유	유	○(한 족)	○				

주. 사례 9는 제외됨(공정편향)

우선, 연구대상자를 선정하기 위해 눈덩이 표집으로 추천을 받은 32명의 북한이탈여성에게 일반적 사항에 대한 질문지(이숙영, 2005)와 외상경험질문지(윤여상, 김현아, 한선영, 2007), 그리고 한국판 외상후성장척도(Korean-Posttraumatic Growth Inventory:K-PTGI, 송승훈, 2007)를 사전설문으로 실시하였다. 설문조사는 본 연구자와 사전 설문조사 실시교육을 받은 연구보조인력(상담심리전공 대학생, 북한이탈여성)을 통해 이루어졌다. 설문에 응답한 32명의 북한이탈여성 중에서 불성실한 응답으로 반응한 3사례와 중국에서 결혼경험이 없는 11사례를 제외하고, 나머지 18사례의 설문조사 결과를 분석하였다. 그 결과, 응답자들은 북한에 체류할 당시, 탈북과정, 그리고 남한에 체류하는 기간 동안 4~23번의 외상(외상을 직접 경험하였거나 목격한 경우)을 경험한 것으로 나타났으며, 평균 외상경험 빈도는 9.8번이었다. 외상후성장척도 점수는 5~73점까지로 분포되었으며, 평균은 57점이었다. 이 가운데, 외상을 평균 이상 경험하고, 외상후성장척도 점수 역시 평균 이상을 보고한 참여자를 선별하여 심층면담을 실시하였다. 이밖에도 외상경험빈도는 평균보다 적지만 외상후스트레스 증상을 자주 경험하고 있고, 외상경험을 주관적으로 힘들다고 보고한 응답자의 경우에는 초기면담 및 행동관찰, 주변인의 평가를 참고하여 외상의 질적수준을 평가하였다(윤여상 외, 2007; 최승미, 2008). 그 결과 외상의 빈도는 적지만 충분히 심각한 수준의 외상을 경험하였다고 판단될 경우에는 연구대상자로 포함시켰다. 반면, 외상후성장 점수는 높게 보고하면서도, 심층면담 시에 실제로 외상후성장이 보고되지 않은 1명의 사례가 제외됨으로써 총 12명의 사례가 분석되었다.

연구도구

연구대상으로부터 심층면담을 통한 자료수집을 하기 위해 반구조화 된 개방형 질문을 구성하였다. 이를 위하여 선행연구를 고찰하고 다음과 같은 과정을 통하여 질문을 구성하였다. 먼저, 예비 질문지의 문항 영역에 대한 초안을 구성한 후, 상담심리학 전공 교수인 내부감수자의 피드백을 받아서 예비 질문 문항을 개발하였다. 개발된 예비 질문 문항을 활용하여 2명의 북한이탈여성에게 예비면담을 실시한 후에, 면담참여자의 피드백과 면담에 대한 연구자의 관찰결과, 그리고 내부감수자의 조언을 반영하여 수정된 질문 문항을 구성하였다. 이렇게 수정된 질문 문항으로 3회에 걸쳐 예비면담을 수행한 후 합의팀의 피드백과 내부 감수자의 최종 피드백을 기초로 최종 질문 문항을 구성하였다. 이렇게 구성된 질문 문항은 표 2에 제시하였다.

자료수집

심층면담 실시 전에 연구참여동의서를 작성하여 연구자와 참여자가 각각 1부씩 나누어 가졌다. 연구참여동의서에는 연구의 목적과 연구방법에 대한 설명, 연구 참여시의 불편함과 위험요소, 연구참여자 권리, 연구참여자 혜택, 수집된 자료에 대한 비밀 보장, 연구결과의 공개방식 등 8가지의 필수항목(Seidman, 2009)을 포함시켰다. 면담시간은 1회기 당 1시간 30분에서 2시간 20분가량 소요되었으며, 참여자에 따라 2-3회기에 걸쳐 심층면담이 이루어졌다. 모든 면담 내용은 축어록 형태로 만들었고, 전사된 자료의 정확성을 평가하기 위해 본 연구자가 다시 확인하는 과정을 거쳤다.

표 2. 반구조화 된 개방형 질문지

연구문제	질문 문항
1. 중국 체류 시 결혼경험이 있는 북한이탈 여성들이 경험하는 외상은 어떠한 것인가?	1. 북한, 또는 탈북과정에서 어떤 생명을 위협하는 협박이나 쫓김을 경험하였습니까? 2. 중국에서 가장 힘들었던 경험은 무엇입니까? 3. 중국 출생 남편과 살면서 중국에서 가장 어렵고 힘든 점은 어떤 부분이었습니까? 4. 남한에서 경험한 가장 큰 어려움들은 어떤 것입니까? 5. 남한에서 중국 배우자와 동거하는 경우, 가장 어렵고 힘든 점은 무엇입니까? (또는 남한출생 배우자와 동거하는 경우)
2. 중국 체류 시 결혼경험이 있는 북한이탈 여성들의 외상후성장 요인은 무엇인가?	6. 북한, 또는 탈북과정에서 위기의 순간을 '어떻게' 극복하셨습니까(how)? 7. 북한과 탈북과정에서의 위기를 넘기는데 도움이 된 것은 '무엇'입니까(what)? 8. 남한에서 경험한 어려움을 극복하는데 도움이 된 것은 무엇입니까? 9. 위기극복경험 중에서 남한 적응에 도움되는 부분은 어떠한 것이요?
3. 중국 체류 시 결혼경험이 있는 북한이탈 여성의 외상후성장은 어떻게 나타나는가?	10. 외상경험으로 인해 어떠한(감정, 생각, 행동, 관계, 가치관, 영적) 변화를 경험하셨습니까? 11. 고통과 위기를 극복하면서 나에 대한 자각의 변화가 있었습니까? (나의 몸과 마음의 변화, 그것에 대한 내 느낌·생각 등이 있었다면 설명해주세요.)

먼저 자료에 익숙해지기 위해 2명의 연구대상자의 면담 녹음 파일을 연구자가 직접 정리하였다. 나머지 녹음 파일은 합의팀 이외의 사람에게 의뢰하여 축어록으로 만들었다. 전사자에게는 비밀보장원리 등의 지침을 전달하고, 말의 의미를 변화시키지 않도록 했으며, 모든 사례의 축어록이 만들어진 후에는 연구대상자를 확인할 수 있는 개인정보를 삭제하고 사례 번호를 붙였다.

자료분석

본 연구에서는 CQR로 자료를 분석했다. CQR은 반구조화 된 개방형질문을 사용하여 자료를 수집하며, 표집의 대표성을 보여주기

위해 빈도를 사용한다. 소수의 사례를 집약적으로 연구하는 귀납적 방법으로서, 3-5명의 합의팀이 개방적으로 느낌과 불일치를 토의하는 합의과정을 거치고, 감수자는 합의팀이 중요한 자료를 간과하지 않도록 합의내용에 대한 감수를 실시한다(Hill et al., 1997; Hill et al., 2005). 이처럼 CQR은 면담자료에 개인적인 정보가 드러나도록 연구대상자를 격려하며, 합의팀은 각자의 의견을 존중하고 격려하는 분위기에서 자료에 대한 공통된 이해를 찾아낸다(Hill, 2016). 질적연구방법 중에서 근거이론적 방법(Grounded Theory)이 문제의 진행과정, 해결 및 치료과정, 적응과정 등의 주로 '과정'의 상세한 내용 및 그 변화에 영향을 미치는 요소들을 밝히고자 하였다면, 현상학적 방법

은 '사물 그 자체로 되돌아가서 보고 경험의 본질을 찾아내는 것'으로서, 해석(interpretation) 이전에 그 전에 '바로 거기에 있는 것을 먼저 보자'는 입장이다. 한편, CQR은 이러한 다양한 질적연구방법론의 장점을 활용하여 연구대상이 보고하는 주관적 경험 내용을 최대한 살리면서도, 언어반응의 빈도를 표기하고, 다수의 연구자가 인터뷰부터 결과분석까지 팀으로 함께 연구를 수행함으로써 '주관적 기술과 해석'의 한계를 보완하는 장점이 있다(박승민, 2012). 따라서, 이러한 열린 방식의 자료수집은 '북한 이탈여성의 외상후성장'이라는 깊은 수준의 생생한 개인내적 경험을 탐색하는 데에 유용하며, 기존의 북한이탈여성의 외상후성장 변인에 대한 양적 연구(김현경 외, 2008)와 현상학적 연구(김현경, 2007)에서 담아내지 못한 참여자들의 외상후성장 요인에 대한 깊은 탐색이 가능할 것으로 여겨졌다. 즉, 내담자의 경험을 범주화 할 수 있다는 장점(이수림, 양미진, 2009)과 합의과정을 통해 질적 연구의 객관성 결여를 보완할 수 있는 측면이 본 연구에 적합하다고 판단하였다.

우선, 분석팀은 합의팀 4명과 감수자 2명으로 구성되었다. 합의팀은 상담경력 10년 이상 된 상담심리사로서 CQR로 연구수행 경험이 있는 박사과정 수료자 1명, 청소년상담사이면서 상담심리전공 박사과정 수료자 1명, 상담심리전공 석사과정생 1명과 상담심리전문가인 본 연구자를 포함하여 총 4명으로 구성되었다. 감수자 1은 심리학과 교수이면서 상담경력 10년 이상 된 박사학위소지자로서 CQR로 다수의 논문을 썼고, CQR분석팀(primary team members)으로 수차례 참여한 풍부한 경험을 지녔다. 감수자 2는 사회복지학과 교수이면서 박사학위소지자이며, 북한이탈주민의 외상후

성장에 관련된 질적연구를 다년간 수행한 경험이 있는 연구자로서, 핵심개념의 단어가 원 자료를 간명하게 표현했는지의 여부를 검토하였다.

합의팀은 축어록에 있는 자료를 분석하기 전에 가장 먼저 각자가 지니고 있는 편견에 대해 논의했다. 편견이 자료 분석에 어떤 영향을 미칠 수 있을 지를 의식하고 다루기 위해(지승희, 2013), 합의팀은 합의 시작 전에 북한이탈여성의 삶과 결혼에 대한 편견, 사례에 대한 느낌에 대해 토론했다. 합의팀 전원이 여성이므로, 여성으로서 지닐 수 있는 비판적 시각이 작용하고 있음을 자각하였고, 북한이탈여성이 생존전략으로서 다수의 남성들과 결혼관계를 맺는 것에 대한 거부감, 그들의 삶의 여정을 동정하는 마음, 한족과 조선족 남성들에 대한 혐오감, 합의팀의 가치관과 신념들이 합의과정에 영향을 줄 수 있음에 대해 논의했다.

그 다음 단계로, 영역(domain)을 만들었다. 합의팀은 각자 축어록을 읽으면서 자료를 적절한 영역에 분류했다. 그리고 토의를 거쳐 자료에 가장 적합한 영역을 결정하는 과정을 거쳤다. 다음에는 각 사례들의 영역 내용을 요약하여 핵심개념(core ideas)을 구성했다. 핵심개념 구성의 목적은 참가자가 어떤 영역에 대해 말한 것의 핵심을 몇 마디 말로 명료화하는 것으로써, 연구자의 추론이 아니라 경험을 한 참여자의 관점을 유지해야 한다는 점을 염두에 두고, 사례의 전체 맥락과 영역의 초점을 고려했다. 합의팀은 각자 핵심개념을 구성한 후, 합의팀 전원이 모여 합의에 도달할 때까지 논의하는 과정을 거쳤다. 영역과 핵심개념에 대해서 감수자는 원자료가 적절한 영역으로 들어갔는지, 영역의 중요한 내용이 모두

요약되었는지, 그리고 핵심개념이 원자료를 잘 반영하는지를 검토하고 지적했다. 감수에서 지적된 내용은 합의팀이 토의하여 감수자의 의견에 따라 영역이나 핵심개념을 수정하거나 합의팀의 결정을 그대로 유지하였다. 예를 들어, 북한이탈여성의 외상경험이나 외상후성장애에 관해 영역을 만들고 핵심개념을 구성하는 단계에서 합의팀은 북한, 탈북과정, 남한입국 이후로 시점을 나누어서 보았는데, 감수자는 연구대상의 삶을 '통으로(전체적으로)' 보고 분석하도록 피드백을 제공했으며, 분석팀은 감수자의 피드백을 수용하여 분석의 관점을 수정하였다. 한편, 외상경험의 영역을 만드는 과정에서 '남편의 무시와 폭력'과 '남편이 괴로움의 근원이 됨'의 개념적 유사성을 들어 감수자는 통합하여 정리하도록 지적하였으나, 분석팀에서는 두 가지로 영역을 나누는 것이 원자료를 명확하게 반영하는 것으로 합의함으로써 합의팀의 결정을 그대로 유지하였다. 서술적인 제목으로 영역을 만든 이후에는 영역 내의 핵심개념들을 하나의 주제어처럼 범주화하였다. 그리고 합의과정을 거쳐서 각 사례들 간에 유사한 핵심개념이 포함되었는지를 확인하였으며, 이 과정에서 합의팀의 제안을 반영하는 교차분석(cross analysis) 합의판을 완성했다. 그리고 범주(category)를 확정하고, 각 사례별로 빈도를 표시하였다. 영역 및 핵심개념 감수, 교차분석 감수는 총 3회에 걸쳐서 이루어졌으며, 감수자들은 축어록 전체를 읽고 피드백을 제공했다. 마지막으로 CQR에서는 표집의 대표성을 보여주기 위해 빈도를 사용하므로, '각 영역마다 12개의 모든 사례에 나타나는 경우 '모든'(general), 6사례~11사례에 나타나는 경우 '대부분의'(typical), 2사례~5사례 사이에 나타나는 것은 '드문'(variant)으로 표시하

였으며, 각 영역과 범주에서 1사례인 경우는 제외하였다(Hill et al., 1997).

결 과

합의적 질적연구방법을 통하여 자료를 분석한 결과, 최종적으로 북한이탈여성의 외상경험, 외상후성장요인, 외상후 변화의 3가지 영역이 도출되었다. 북한이탈여성의 외상경험은 건강문제, 이별, 경제적 어려움, 타인들의 학대와 무시를 포함하여 11개의 범주로 도출되었다. 외상후성장요인은 내적인 요인과 외적인 요인의 2개 범주에서 10개의 하위범주가 도출되었다. 외상후성장요인으로 인한 변화는 4개의 범주에서 9개의 하위범주가 도출되었다.

북한이탈여성의 외상경험

모든 북한이탈여성에게서 보고된 외상경험은 건강문제와 가족과의 이별이었다. 모두 자신 또는 가족의 사고나 질병, 건강 문제로 인한 위기를 경험하였으며, 탈북과정을 통해 가족과의 생이별로 인한 단절을 경험하였다. 참여자 중 몇 명은 가족을 북한에서 데려오고 싶지만 실현이 어려운 형편을 생각하며 마음이 아프다고 호소하였다. 이러한 결과는 탈북과정에서 경험하게 된 가족과의 이별과 위험한 상황 속에서 경험하게 된 다양한 건강의 문제가 북한이탈여성에게 큰 고통으로 작용하였음을 보여주고 있다.

"공사 현장에서 널빤지가 떨어지면서 애가 머리가 깨져서 반편 마비됐는데..."
(사례 1)

“내가 북한에 있을 때 룡막 걸렸는데 병 치료 못하게 되니까, 병을 고칠라고 탈출하게 된 거죠!”(사례 4)

“그 사람들이 아빠를 잡으러 간 거예요. 과연 아빠는 어떻게 될 것인가, 막을면서 가슴앓이 했는데, 친정엄마가 나를 찾겠다고 북한에서부터 온 거예요. 아빠는 붙들어 가고, 그러니까 어긋났지.”(사례 2)

“국경이 가로놓여서, 줄 수 있는 돈은 있는데 판로가 없는 거예요. 사람을 시켜서 청진까지 갔다 왔는데 그 할머니가 일주일전에 고독사 하셨다고…”(사례 6)

이밖에도 대부분의 북한이탈여성들이 탈북 과정이나 남한정착과정에서 경제적 어려움, 타인들의 학대와 무시, 관계와 소통의 어려움, 쫓김과 신분 위협, 남편의 무시와 폭력, 인신매매, 죽음목격의 외상을 경험하는 것으로 나타났다. 그리고 남한생활에 적응하는 것 자체가 외상이 되고 있음을 보고하였다. 이는 북한이탈여성들이 북한에서의 배고픔을 면하려고 탈북을 하지만 경제적인 어려움에서 벗어나지 못하고 있음을 보여주는 것이며, 북한에서 왔다는 것만으로 부당한 대우를 당할 뿐 아니라 결혼을 해서도 시집으로부터 무시를 당하고 있음을 보여주는 것이다.

“중국 사는 사람이 제 고장에서 너무 바탕이 없다는 생각이 들기도 했어요. 남한에서는 아파서 좀 쉬고 싶어도 신용불량자 될까봐 그게 신경 쓰이거든요. 스트레스 받고.”(사례 1)

“저는 ‘북한에서 먹지 못해서 와 가지

고서리 배부른 투정을 한다, 그런 말 많이 들었어요…잘 살아보려고 온 건데 거지취급 당하는 거? 그게 제일 고통스럽더라고.”(사례 7)

북한이탈여성들은 언어의 차이로 인해서 의사소통을 하는데 어려움을 겪기도 하였으며, 남한에서도 억양의 차이로 인해 어려움을 경험하였다고 보고하였다. 또한 중국에서 결혼하게 된 남편과의 관계에서 소통의 어려움을 많이 느낀 것으로 나타났다.

“우리가 억양이 다르구, 또 여기서는 외국말을 많이 쓰기 때문에 이해하기 힘들죠. 내가 말하게 되면 남들이 알아들어요. 아, 어데서 오셨냐고. 그래서 창피해요.”(사례 7)

“적응이 안됐다는 것이 아직 그 사람 진심을 잘 모르겠어요. 저 사람 하는 말이 저게 진심일까? 나랑 같이 사니까 껏 맛 좋게 던지는 말이 아닐까? 답을 못 찾겠어요.”(사례 4)

북한이탈여성들은 중국에서 결혼을 하게 되지만 인신매매라는 과정을 통하여 원하지 않는 결혼을 하게 되어 결혼자체가 외상경험이 되기도 하였다. 그리고 원하지 않는 결혼을 통해서 함께 살게 된 남편으로부터의 무시와 폭력은 대부분의 북한이탈여성에게 힘든 외상으로 경험되고 있었다. 또한 몇몇 북한이탈여성의 경우에는 남편이 오히려 괴로움의 근원이 되고 있음을 보고하였다. 남한에 정착하는 과정에서 남편은 문제해결능력이 없을 뿐 아니라, 미성숙하여 적응하지 못하고 오히려 짐이 되고 있다고 하였다.

“아, 진짜 몇 년을 못돌아올 강이라는 건 그때는 알지를 못한 거지요. 가니까 뭐 딱 인신매매자들이 와서 바로 대기하고 있어 가지고.”(사례 6)

“내가 마음 안주고 자꾸 북한 얘기 생각하니까 자기도 불안한 거예요. 도망칠까봐. 산골에 가서 저는 그 남자 손에 죽는 줄 알았어요. 완전 만신창이 됐어요,

맞아가지고.”(사례 4)

“한족 신랑이 자기 주권이 없잖아요. 그게 제일 짜증났어요.”(사례 5)

대부분의 북한이탈여성들에게 탈북의 과정은 쫓김과 신분위협이 연속이었다. 신분노출과 복송에 대한 두려움이 지속되었으며, 신고되어 체포되고 복송되는 과정에서는 죽음의

표 3. 외상경험 범주 및 하위범주

범주	하위범주	응답빈도
건강문제	자신 또는 가족의 사고, 질병 및 건강문제로 인한 위기	모든(12)
	가족과의 생이별로 인한 단절경험	모든(12)
이별	엄마의 존재와 고향을 가슴에 묻음	대부분(8)
	가족을 데려오고 싶지만 그렇지 못한 형편에 마음이 아픔	드문(5)
경제적 어려움	배고픔을 면하려고 탈북했으나 생활고가 계속됨	대부분(11)
타인들의 학대와 무시	시집에서 사람 죽에도 못드는 대접을 받음	대부분(10)
	북한에서 왔다고 무례하고 부당한 대우를 받음	대부분(7)
관계와 소통의 어려움	인맥이 없어서 외롭고 사람이 그리움	대부분(9)
	언어차이로 소통이 안됨	대부분(8)
	남편과 소통의 어려움을 느낌	드문(5)
	가족관계에서 오는 스트레스를 경험함	드문(3)
쫓김과 신분 위협	탈북과 복송과정에서 초긴장, 죽음 위협을 느낌	대부분(10)
	신분 노출에 대한 불안을 느낌	대부분(10)
	신고와 체포	대부분(8)
남편의 무시와 폭력	남편이 값으로 쳐주지 않음	대부분(8)
	남편에게 성적인 노리개가 됨	대부분(6)
	중국이라는 넓은 나라가 오히려 창살없는 감옥이 됨	대부분(7)
인신매매로 팔려감	외진 땅에 팔려서 시집 아닌 시집을 감	대부분(9)
남한생활적응 어려움	꿈과 기대와는 다른 남한 생활에 실망감을 느낌	대부분(7)
	취업과 직장 적응 어려움	드문(5)
남편이 괴로움의 근원이 됨	문제해결능력없는 남편	드문(4)
	미성숙하고 적응 못하는 남편	드문(4)
	과거의 쓴 뿌리	드문(3)
죽음목적	가족 및 다른 사람의 죽음 목격	대부분(6)

위협까지 경험했던 것으로 나타났다. 그리고 탈북과정에서 가족이나 다른 사람의 죽음을 목격함으로써 죽음에 대한 두려움이 커질 수밖에 없었던 것으로 보인다.

“국경까지 초긴장을 가지고 왔거든요. 최후에는 너 죽고 나죽고 해야 한다는 걸 각오하고, 면도칼을 이렇게 딱 싸가지고 제일 깊은 데 감춰놓고.”(사례 12)

“진짜 생생해요. 얼굴이 보일 정도로 앞에 세워두고 총살을…”(사례 1)

마지막으로 이러한 과정 속에 북한이탈여성들은 남한으로 이주하여 정착하게 되었지만 남한생활이 기대했던 것과는 많이 달라서 남한생활에 실망감을 많이 느끼게 되고, 몇몇 북한이탈여성의 경우에는 취업에 어려움을 겪을 뿐 아니라 직장생활에 적응하는 데도 어려움을 경험하는 것으로 나타났다. 즉, 남한생활에 적응하는 것 자체가 외상이 되고 있는 것이다.

“대한민국 좋은 신랑을 만날라고 선택해서 왔잖아요. 근데…조금 후회가 된다고 할까? 내가 진짜 남편이라고 믿고 내 속마음을 다 털어놓을 수 있는 남편은 ○○이 친아빠였구나…그런 사람을, 내가 왜 가정을 지키지 못하고 중국으로 나왔을까? 그런 생각을 하면 매우 힘들죠.”(사례 4)

북한이탈여성의 외상후성장 요인

내적요인

북한이탈여성들은 다양한 내적요인으로 외

상후성장을 경험하였다. 첫째, 대부분의 북한이탈여성이 적절한 스트레스 대처방식을 가지고 있었다. 위기의 순간마다 순발력과 기지를 발휘하여 어려움을 모면하여 왔으며, 위협이나 폭력을 피해 도망쳐 나와 새로운 곳으로 거주를 옮김으로써 문제 상황을 극복하기도 하였다. 또한 이전 생활과 현재의 생활을 비교함으로써 조금 더 좋아진 상황으로 인해 위로를 받으려고 노력하였고, 대부분 북한이탈여성들은 주어진 삶을 받아들이고 현실을 수용하는 태도를 보였다. 그리고 결혼을 통해 어려운 상황을 극복하기도 하였고, 상황에 맞추어 자신의 신분을 감추거나 노출함으로써 상황을 자신에게 유리하게 만들어가려는 노력도 하였다.

“산에 올라가서, 저는 그 남자 손에 죽는 줄 알았어요. 완전 만신창이 됐어요… 한쪽 말을 조금 할 수 있을 때, 장보러 간다 해놓고 00시내로 가는 버스를 탄 거죠.”(사례 4)

“너네 일하러 온 지 알아? 시집가려고 왔지! 그러더라구요. 그때부터는 ‘그래, 운명에 맡기자. 죽어도 살아도 운명에 맡기자’ 죽으면 죽고, 살면 살고.”(사례 7)

“아, 내가 진짜 이것을 북한에 비할까? 공화국에 비하면 얼마나 행복하냐…”(사례 8)

둘째, 북한이탈여성들의 적극적이고 자신감 있는 성격은 외상을 극복하고 성장하는데 도움을 주었다. 특히, 대부분의 북한이탈여성들은 적극적인 성격을 보여주었으며, 다른 사람들 앞에서 당당하게 말하고 행동하는 담력도 보여주었다. 또한 어려움 속에서도 부지런함과

인내심을 가지고 끝까지 노력하였으며, 자신감을 가지고 모든 상황에 대처하였다. 그리고 몇몇의 북한이탈여성들은 책임감을 나타내기도 하였다. 그런데 흥미로운 것은 대부분의 북한이탈여성들에게서 '악으로 살아남았다'는 표현이 나오고 있다는 것이다. 힘들고 어려운 상황을 버티고 이겨내기 위해서 이들에게 필요한 것은 악으로 버티고 독하게 견디어 내는 것이 필요했던 것으로 보인다.

"또 한 번은 버스 맨 앞에 딱 댔는데, 버스 세워놓고 군인들이 올라 왔거든요...그러니까 그게 당황하면 안되는 게, 어쨌든지 범굴에 끌려가더라도 정신만 똑바로 차리겠다고."(사례 1)

"다른 북한 여자보다도 내가 더 열심히 살았나 봐요. 거기에 사는 동안 씻소리 난다고. 그 전에 일할 때도 이악스럽게 일하고...저녁에 들어와서도 남편한테 물어보는 거예요."(사례 10)

"좀 악종(惡種)이라면 악종이에요. 시엄마, 그 남자 엄마가 하는 말이, 나 완전 악종이라고."(사례 4)

셋째, 북한이탈여성들의 다양한 인지적 요인들이 외상을 극복하고 성장을 경험하는데 도움이 된 것으로 나타났다. 특히 대부분의 북한이탈여성들은 외상과 같은 부정적 경험과 감정을 많이 경험하였지만 이러한 부정적인 것을 오히려 긍정적 에너지로 바꾸었다고 보고하였다. 예를 들면, 동침을 거부한 뒤 한쪽 남편에게 만신창이가 되도록 맞았던 한 북한이탈여성은 오기가 생겨서 도망쳐 나오게 되었고, 오히려 남편에 대한 증오심으로 무조건 한국에 가야겠다는 마음을 가지게 되었다. 또

한, 북한에 두고 온 딸의 죽음을 슬퍼하고 기보다, 살아있는 자녀를 돌보기 위해 마음을 강하게 먹기도 하였다. 이밖에도 어려운 상황을 극복해 나가기 위해 적극적으로 대책을 생각해 본다든지 아니면 일에 집중함으로써 어려운 상황을 잊으려고 노력하기도 하였다.

"여기서 살아도 항상, 어떻게 해야 될까? 어떻게 해야 이것을 풀까? 항상 그 생각 밖에 없죠."(사례 7)

"지금은 좀 잊어야 되죠. 거기에 막 파묻겨 있으면 아무것도 못해요. 그 당시에 또 그렇게 되도 어찌겠어요... 내 가정을 꾸려야하고 내가 일어서서 살아야 되죠."(사례 13)

그리고 자신을 돌아보거나, 자신이 경험한 일에 대한 의미를 찾아봄으로써 어려운 상황을 이해하고 극복하려는 노력을 보여주기도 하였다.

"요즘에 와서 내가 생각하는 것은, '결혼생활을 조금 긍정적으로 생각을 하자', '내가 장점을 살려서 모든 일을 긍정적으로 생각을 하자' 내 마음을 다스려요. 문제는 나한테 있구나."(사례 4)

"딱 두려움이 오니까 먼저 인간적으로 생각하잖아요. 이 일이 왜서 생겼는가 이것을 먼저 이렇게 생각해요."(사례 2)

넷째, 북한이탈여성들은 보다 나은 삶을 소망하면서 어려움을 극복해 나가기도 하였다. 예를 들면, 연구참여자들은 대부분 북한에서의 배고픔과 생활고를 극복하고 돈을 벌어 북한에 있는 형제들을 도와줄 생각으로 탈북을

표 4. 내적요인 범주 및 하위범주

범주	하위범주	응답빈도
스트레스대처	순발력과 기지발휘로 위기를 모면함	대부분(10)
	도망쳐 나오거나 이사함	대부분(8)
	현실수용	대부분(7)
	하향비교	대부분(7)
	결혼결심	대부분(7)
	탈북자 신분 감추기와 드러내기	대부분(6)
성격요인	적극성	대부분(10)
	남다른 담력으로 당당하게 말하고 행동함	대부분(8)
	부지런함과 인내심으로 끝까지 이루어냄	대부분(7)
	악(惡)으로 살려고 함	대부분(6)
	자신감있게 뭐든지 이루어냄	대부분(6)
	책임감	드문(4)
인지과정요인	부정적 감정이 긍정적 에너지로 바뀜	대부분(6)
	대책을 생각함	드문(4)
	회피적 사고	드문(4)
	자신에 대한 통찰	드문(4)
	의미 찾기	드문(4)
보다 나은 삶을 소망함	더 나은 삶에 대한 동경	대부분(9)
	목표의식으로 미래 준비	대부분(7)
	당당한 남한사람으로 살아가기	드문(4)
가족을 향한 사랑	가족애, 가족 생각	대부분(9)
	아이의 존재와 적응	드문(5)
재능	수완이 좋고 살림솜씨가 있음	대부분(6)
신앙의 힘	신앙 및 신앙체험	드문(5)

하였다. 그렇기 때문에 탈북과정이 힘들기는 하지만 힘든 과정을 거치면 더 잘 살 수 있게 될 것이라는 기대를 가지고 있었다. 그리고 많지는 않지만 북한이탈여성 중에는 한국에 대한 인식이 점차 바뀌어 자녀를 한국 사람으

로 키우고 싶은 마음을 가지게 되기도 하였다. 즉, 한국에서의 삶을 기대하며 어려움을 이겨 나갔다.

“아, 그래도 내가 참는 이유가 '조금만

지나면 나는 가리라. 가리라.' 당연히 가야지."<사례 6>

"...나는 무조건 내 손끝에서 떨어져 여기 있는 한국 분들보다 내가 먼저 일어나야 되겠다."<사례 7>

다섯째, 가족에 대한 사랑과 신앙의 힘, 그리고 자신이 가지고 있는 재능 등이 외상을 극복하고 성장하는 데 도움이 되었던 것으로 나타났다. 북한이탈여성들은 가족에 대한 생각이나 자신의 아이에 대한 생각으로 어려움을 견디고 극복해 왔으며, 많지는 않지만 몇몇 북한이탈여성 중에는 종교를 가지게 된 후 신앙의 힘으로 어려운 환경을 극복해 온 것으로 나타났다. 그리고 수완을 발휘해서 사업을 하거나 자신의 재능을 살려 살림을 열심히 꾸려나감으로써 외상을 극복해 나가기도 하였다.

"북한에 남은 죽어가는 친척을 살려야 된다. 항상 그런 마음을 가지고 있었어요."<사례 10>

"백미를 강냉이로 바꿔먹어요...남들이 없어서 못먹을 때도 창고에 꼴딱 찻어요...나는 정말 간져요. 이런 살림에서는."<사례 13>

"항상 내가 북한에 있을 때 그런 생각 들었어...어떻게 살아야지 바른 것인지 알려주는 책이 있었으면 좋겠다...항상 그런 의문이 있었는데 성경책 보면서 '와, 이게 진리구나' 결론을 딱 내렸어요."<사례 12>

외적요인

북한이탈여성들은 대부분 주변사람들로부터 심리적, 경제적 도움과 지지를 받았던 것으로 나타났다. 매우 다양한 주변사람들의 도움을 받았는데, 전혀 모르는 타인이나 길에서 만난 사람, 또는 기독교를 소개해준 익명의 사람, 심지어는 중국 공안으로부터도 도움을 받은 것으로 나타났다. 그리고 몇몇 연구참여자들의 경우 남한의 새터민지원정책의 도움을 받았다고 보고하였다. 뿐만 아니라 시집이나 친정, 그리고 남편으로부터 지원을 받아 여러 가지 어려움들을 극복하여 왔다고 보고하였다.

"중국 00쪽에 **만드는 회사 사장님은 저의 집에 와서 장국을 드셔보시고 '집에 것보다 더 맛있다' 그러시고...매주하는데 돈이 적으니깐 돈 백만원 주시면서 이거를 밀천삼아 크게 해보라고."<사례 1>

표 5. 외적요인 범주와 하위범주

범주	하위범주	응답빈도
주변사람들의 도움	주변 사람의 심리적, 경제적 지원	대부분(11)
	동네사람들의 인정	드문(4)
	남한의 새터민 지원 정책	드문(4)
시집과 친정의 도움과 지지	친정식구의 도움	대부분(7)
	시집식구의 도움과 지원	대부분(7)
남편의 지지	남편의 도움과 지원	대부분(8)

“내가 거기에 잡혀 나갔을 때 심정은 말도 못해요. 아주 엉망인 거죠. 그럴 때 우리 남동생이 면회 와서 ‘누나 힘내, 누나는 우리가 구한다’ 그니까 저는 식구들 없었다면 내가 폐인이 됐을 거예요..”(사례 4)

“그땐 ○○아빠가 힘이 있었죠…빨리 출소하게끔 못하냐, 간부한테 말해서 그 간부가 그 교도소 책임자한테 얘기하게끔..”(사례 4)

북한이탈여성의 외상후변화

북한이탈여성들은 외상을 경험한 후에 가장 먼저 자신에 대한 인식이 변한 것으로 나타났다. 자신의 존재를 소중하게 여기게 되었으며, 자신에게 강한 면이 있음을 발견하게 되었고, 그리고 몇몇 북한이탈여성 중에는 자신감이 생겼다고 보고하기도 하였다. 이러한 결과는 북한이탈여성들이 외상을 경험하면서 이전에는 자신의 아이와 가족, 북한의 형제들과 부모님만 생각했었는데, 이제는 주변의 필요 이전에 먼저 자신의 진솔한 삶을 살고 싶은 마음을 갖게 되었다는 것을 보여주는 것이다.

“이번에 앓으면서 첫 번째로 생각이 간 거는, 우선 본인이 건강해야 되겠다. 그래야만 내 가정, 내 사람을 거둘 수 있고”(사례 13)

“중국에 있을 때는 주눅이 들어 사니까 ‘내가 천한 인간인가? 거북스러운 팔자인가? 그랬는데, 여기서 사랑을 받고 이러니까 ‘내가 아주 예쁜 여자구나’ 하는 긍지가 생기고..”(사례 8)

또한 북한이탈여성들은 대부분 대인관계가 회복되었다고 보고하였다. 이전에 북한에 살 때에는 남을 밟지 않고는 살지 못하는 체제였기 때문에 관계에 신경을 쓰지 못했지만, 지금은 같은 처지의 북한 사람들에게 본보기를 보여줌으로써 사이가 좋아지거나 관계를 챙기고 회복시키는 것에 관심을 가지게 되었다고 하였다.

“전에는 제가 이렇게 좀 칼날이었어요. 불의를 보면 참지를 못하구…그런데, 너무 많은 일을 겪으면서 느낀 게, 사람이 딱 그렇게 정바르게 살아가는 사람이 없죠. 그걸 체득했죠.”(사례 5)

뿐만 아니라 북한이탈여성들은 대부분 긍정적인 정서가 생겼다고 보고하였다. 북한이탈여성들은 인생사를 너무 심하게 겪다보니까 웬만한 일은 일같이 여겨지지 않고, 오히려 가족의 소중함, 고마움, 감사, 사랑, 긍지 등의 긍정정서가 생겼다고 인식하고 있었다.

“한 하늘아래 태어난 인간은 다 똑같거든요. 삶을 누릴 권리도 있고, 인권을 보장받을 권리도 있고…그래도 그런 힘든 과정을 많이 겪어왔기 때문에 모든 게 다 감사, 모든 게 너무 고맙고 감사하고 그냥 그래요.”(사례 6)

마지막으로는 가치관에서의 변화도 경험하였다. 북한이탈여성들은 지나간 삶에 대해 재해석함으로써 힘들었던 과거에 대해 의미를 부여하는 것으로 나타났으며, 북한체제에 대한 염증과 실망감을 느끼면서 북한의 사상과 수령이야기의 허황됨을 알게 되었다고 보고하

표 6. 외상후 변화 범주와 하위범주

범주	하위범주	응답빈도
자기에 대한 인식변화	나의 존재가 소중함	대부분(8)
	나에게 강한 면이 있음	대부분(7)
	자신감이 생김	드문(6)
대인관계의 변화	대인관계가 회복됨	대부분(7)
정서적 변화	긍정정서가 생김	대부분(6)
가치관 변화	과거 삶에 대한 재해석	대부분(6)
	북한 사상의 허구를 알게 됨	대부분(6)
	시각이 변화됨	드문(5)
	영적인 변화를 경험함	드문(5)

였다. 또한, 사회와 세계를 보는 시각이 외상 경험 이전과는 다르게 변했다고 하였다. 그리고, 몇몇 북한이탈여성들은 신의 존재에 대한 갈망을 갖게 되거나, 신앙으로 삶으로 재해석하게 되었다고 보고하였다.

한에서 최빈민층이지만, 나는 북한에서는 최연급이다' 그렇게 생각하는 거예요.”(사례 12)

논 의

“떠날 때 마음 아팠고, 중국에 들어와서 살면서 또 북한에 잡혀나갔을 때까지는 내가 굳이 이런 일을 선택 안해도 먹고는 살 수 있었는데,...그게 좀 후회됐고, 지금에 와서는 잘했다고 생각을 해요.”(사례 4)

“지금 와서 생각해 보면, 그것은 허망이었어요. 왜냐하면, 두부 한 모를 먹게 되더라도, '수령님께서 우리를 이팝에 고기를 먹게 해주셨다' 이렇게 말해요...이게 꼬리가 붙으니깐 이게 허황했다 그거죠.”(사례 7)

“남한에 와서 우리는 말하자면 최빈민층이라고 봐야죠. 근데 그렇다해서 어떤 좌절감 같은 거는 한 번도 느낀 적이 없었어요. 왜 그러냐 하면 '우리는 여기 남

본 연구에서는 12명의 북한이탈여성을 대상으로 그들이 경험하는 외상경험에는 어떤 것들이 있었는지, 외상후성장을 촉진시킨 요인들은 무엇이었는지, 그리고 외상후성장은 어떻게 나타났는지를 합의적 질적연구방법을 통하여 탐색하였다. 그 결과, 북한이탈여성의 외상경험은 건강문제를 포함하여 11개의 범주로 도출되었으며, 외상후성장요인은 내적인 요인과 외적인 요인의 10개 범주로 나타났으며, 외상후성장으로 인한 변화는 4개의 범주에서 9개의 하위범주가 도출되었다.

첫째, 북한이탈여성의 외상경험에 대해 논의하면 다음과 같다. 질병이나 사건, 사고로 인해 생겨난 건강문제, 가족과의 이별로 인한 외상경험은 북한이탈여성 모두에게서 보고되

었다. 그리고 북한이탈여성들은 대부분 경제적 어려움, 타인들의 학대와 무시, 관계와 소통의 어려움, 쫓김과 신분위협, 남편의 무시와 폭력, 죽음목격, 인신매매를 경험한 것으로 나타났다. 이밖에도 남한으로 이주를 한 후에도 남한생활에서의 적응 어려움을 경험하였으며, 함께 남한으로 이주한 남편이 괴로움의 근원이 되는 등의 외상을 경험한 것으로 나타났다. 결국 북한이탈여성들에게 이러한 외상 경험은 물질적 자기(material self), 심리적 자기(psychic or spiritual self), 그리고 사회적 자기(social self)의 상실을 의미하는 것으로 보인다(James, 1890; 권석만, 2004에서 재인용) 즉, 경제적 풍요를 누리기 위하여 탈북을 하였지만 오히려 경제적인 어려움에 처함으로써 물질적 자기의 상실을 경험하게 되었고, 타인의 무시나 남편의 폭력 그리고 남한생활 적응의 어려움을 통하여 심리적 자기의 상실을 경험하게 되었다. 그리고 가족과의 이별이나 신분의 위협을 통해 사회적 자기의 상실을 경험하게 된 것이다.

이러한 외상경험 중에서도 가족과의 이별은 북한이탈여성들의 어려움을 가중시키는 요인으로 보여진다. 선행연구에서도 북한이탈주민의 65.2%가 가족과의 생이별을 경험한 것으로 나타났으며(김연희, 전우택, 조영아, 2010), 북한이탈여성이 경험한 가족관련 외상은 심리적 건강에 큰 영향을 주는 것으로 보고되었다(조영아, 2012).

그리고 관계와 소통의 어려움은 남편과 자녀와의 관계에서 더욱 크게 드러나는 것으로 보인다. 탈북 이후, 북한이탈여성들은 생존을 위해 한족이나 조선족 남편과의 '관계 잇기'를 시도하지만, 언어와 문화의 차이로 인한 소통의 어려움은 남편과의 관계 문제로 이어지게 되고, 이는 다시 북한이탈여성들의 존재감에

더욱 위협을 주는 요소가 된다. 무국적자로서 늘 신분의 위협을 느끼면서 숨어 살다보니, 중국이라는 나라는 오히려 창살 없는 작은 감옥처럼 되어서 내적으로는 갇히고, 외적으로는 지속적인 위협을 받는 신세가 되는 것이다. 이 과정에서 북한이탈여성들은 '못사는 나라에서 온 조선 여성'이라는 낮은 정체감을 형성하며(김태현, 노치영, 2003), 주변이나 남편으로부터는 '무시'받고 '학대'받는 존재로 살아가게 된다. 또한 북한이탈여성들은 북한에서 낯은 자녀와의 사이에서도 '관계와 소통의 어려움'을 느끼는 것으로 나타났다. 즉, 북한이탈여성들은 각고의 노력 끝에 자녀와 재결합하지만 기대와 다른 자녀의 모습에 실망하고, 정이 붙지 않는 자녀에게 당황하고, 자녀와 다시 만나게 되면서 잊고 싶은 북한에서의 힘들었던 기억이 다시 되살아나는 고통을 겪게 된다고 한다(조영아, 2012). 이런 현상은 이주를 경험하는 난민이나 이민자 가족의 부모가 보이는 반응과 유사하다(Arnold, 1991; Lashley, 2000; Rousseau, Drapeau, & Rahimi, 2003).

이밖에도 '쫓김과 신분위협', '남편의 무시와 폭력', '인신매매' 등을 보고한 것으로 볼 때 북한이탈여성들은 대인관계로 인한 외상경험에 지속적으로 노출되었음을 알 수 있다. 선행연구에서도 북한이탈여성들은 대인관계적 외상에서 남성보다 더 취약한 집단으로 보고된 바 있다(박철욱, 안현의, 2009; 홍창형, 2005). 실제로 참여자 중 몇 명의 북한이탈여성은 한족에게 팔려가서 정신불안자로부터 성폭행을 당하거나, 동침을 거부하다가 온 몸에 멍이 들도록 심하게 구타당하기도 하였으며, 원치 않는 성행위와 가혹한 가정폭력에 지속적으로 노출되었던 것으로 보고되었다. 위와 같은 외상경험에 노출되었던 북한이탈여성들

은 현재까지도 과거에 대한 악몽을 보고했다. 이와 같은 대인관계적 외상을 경험한 대상자들은 PTSD발병과 관련이 높고, 치료가 어려운 것으로 밝혀졌다(박철옥 외, 2009). 사람에 의해 의도적으로 발생한(intentional, man-made) 대인외상은 비의도적으로 발생한 외상이나 자연재해와는 다른 후유증을 남길 수 있고(Schiraldi, 2000; 김희경, 2012에서 재인용), 북한이탈여성들에게도 심각한 정신적 후유증을 남기는 것으로 드러났다.

둘째, 북한이탈여성의 외상후성장 요인과 관련하여 논의하면 다음과 같다. 외상후성장 요인으로서 스트레스 대처는 12명의 북한이탈여성 모두에게서 보고되었다. 북한이탈여성들은 죽음의 위협 속에서도 순발력과 기지(奇智)를 발휘해서 위기를 모면하거나, 그 상황에서 도망쳐 나오거나, 이사하는 등으로 환경적인 변화를 통해 상황을 모면하는 대처방식을 사용하고 있었다. 특히, 자신의 기대와 다른 막막한 현실에 놓였을 때에도 그 상황을 있는 그대로 받아들이려는 '수용대처(acceptance coping)' 방식을 대부분 사용하는 것을 볼 수 있었다. 또한 나보다 못한 환경에 있는 사람들을 생각하면서 자신의 위치를 합리화하는 '하향비교'를 통해서 상황을 '긍정적으로 재해석(positive re-interpretation)' 하는 방식도 대부분의 북한이탈여성들이 사용하고 있었다. 예를 들면, 북한과 중국생활을 대비하며 마음의 위로를 얻는 것으로 나타나기도 했는데, 북한이탈여성들은 자신의 현재 남편을 전 남편과 비교하면서 위로를 얻기도 하고, 남한 생활에서 겪는 어려움에 대해서는 구질구질했던 북한의 생활 또는 중국생활과 대비해서 낫다고 생각하는 것으로 드러났다.

수용은 '상황을 받아들이는 능력'으로, 통제

할 수 없고 변화시킬 수 없는 환경에 대한 적용에서 핵심적 요소로 알려져 있으며(Zoellner & Maercker, 2006), 수용적인 대처와 재해석 대처를 많이 할수록 외상후성장 수준도 높게 나타난다고 한다(Znoj, 1999). 북한이탈여성들도 북송 위협, 피신, 인신매매로 팔려가는 등, 생명의 위협을 받는 위기상황이나 통제할 수 없는 환경 속에서도 '이 일은 실제로 나에게 일어난 일이다,' '이것은 피할 수 없는 일이다.' 라는 생각 속에서 상황을 재해석하고, 바꿀 수 없는 환경을 받아들임으로써 외상후성장을 이룬 것으로 보인다. 수용전념치료(Acceptance Commitment Therapy, ACT)에 의하면, 외상을 성공적으로 처리하기 위해서는 고통스런 반응을 유발하는 정서, 기억, 상상, 신체 감각들에 기꺼이 접촉해야만 한다고 한다. 만약, 이러한 사고와 감정을 회피하게 된다면, 긍정경험의 의미를 만들어내기 위한 기회를 활용하지 못하게 된다는 것이다(Hayes, Luoma, Bond, Masuda & Lillis, 2006). 즉, 외상경험에서 벗어나려는 시도를 중단하고 경험을 개방적으로 받아들일 때, 역설적으로 그것으로부터 자유로워질 수 있다고 한다.

성격요인 중에서는 대부분의 북한이탈여성들에게서 적극성, 담력(膽力), 부지런함과 인내심, 악(惡)으로 버텨, 자신감이 외상후성장 요인으로 나타났다. 즉, 북한이탈여성들은 위기 상황에서도 움츠러들기보다는 오히려 죽기 아니면 살기로 두려움 없이 직면하고, 자신의 의견을 외향적으로 표현하는 모습을 보였다. 한 번도 경험해보지 않은 낯선 영역이라 하더라도 적극적으로 경험하고, 담력을 가지고 거침없이 행동하였으며, 맡겨진 일들에 대해서는 부지런함과 인내심을 가지고 끝까지 이루어내는 자신감을 지니고 있었다. 때로는 악바

리같은 태도로 강하게 대처한 것을 볼 수 있다. 이러한 결과는 선행연구에서도 비슷하게 나타나고 있다. 예를 들면, Abraido-Lanza, Brady & Hunt(1998)는 자아효능감이 외상후성장에 영향을 주는 요인임을 보여주었으며, Tedeschi와 Calhoun(2004)은 외향성(extraversion)과 경험에 대한 개방성(openness to experience)이 외상후성장으로 이끌어주는 두 가지 중요한 개인적 성격특질임을 보여주었다. 또한 Waysman, Schwarzwald & Solomon(2001)은 강인성이 외상후성장을 위한 중요한 영향요인임을 지적하고 있다.

하지만, 기존의 여러 연구에서 외상후성장 요인으로 지적되어 왔던 낙관성(Davis, Nolen-oeksema, Larson, 1998; Evers et al., 2001)은 북한이탈여성에게서 보고되지 않았다. 낙관성이란 자신이 겪는 실패가 일시적인 것이고, 역경에 맞서서 견뎌낼 수 있으며, 이후의 행동에 의해 극복될 수 있다는 믿음을 의미하는 것이다(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). 이것은 아마도 북한이탈여성들이 불법체류자의 삶을 살았기 때문인 것으로 추측된다. 그들은 불법체류자로서의 삶을 살면서 일반적인 스트레스와는 달리 생명의 위협이나 극심한 두려움 또는 배고픔과 같은 심각한 외상을 반복적이고 지속적으로 경험하게 된다. 그렇기 때문에 미래에 대한 낙관성을 가지기도 어려웠을 뿐 아니라 오히려 낙관성이 문제를 해결하는데 도움이 되지 않았을 수도 있다. 그러므로 이러한 낙관성이 자신에게 발생한 불행한 사건들을 과소평가하게 함으로써 상황에 대한 올바른 판단과 대처를 방해하는 역할을 할 수도 있는 것이다(이명순, 박경, 2011).

인지적인 요인과 관련하여서는 대부분의 북한이탈여성들이 부정적 감정이 오히려 긍정적

에너지로 바뀌었다고 보고하였다. 극심한 어려움으로 인해 부정적 감정이 나타나지만 오히려 이러한 어려움이 미래에 대한 동기나 희망과 같은 긍정적 에너지로 바뀌었음을 보고하고 있는 것이다. 본 연구 참여자 중에 한 명은 낙상(落傷)으로 허리를 다친 이후 자살충동과 남편에 대한 증오심을 가지게 되었지만 점차 친척과 가족에 대한 염려를 갖게 되고, 죽는 것이 큰 의미를 갖지 못한다는 것에 대한 통찰로 더 잘 살아야겠다는 각오를 하게 된다. 이러한 사고의 변화과정은 반추적 사고(Tedeschi & Calhoun, 2004)와 인지적인 평가과정(Schaefer & Moos, 1992)이 어떻게 외상을 성장으로 바꾸어주는지 보여주는 것이라고 할 수 있다. 외상 후 초기에는 사건 자체를 떠올리면서 고통스런 감정에 휩싸이게 되지만, 점차 사건의 원인, 의미, 사건이 주는 유익한 점에 대해 의도적으로 반추하는 과정을 거치게 되고, 외상에 대한 긍정적 인지적 평가를 통해 부정적인 감정과 경험을 긍정적인 에너지와 동기로 바꾸어 가게 되는 것이다.

한편, 북한이탈여성들은 또한 모두 주변인들이나 동네사람들, 시집과 친정, 남편과 같은 '타인의 도움과 지지'를 통해 외상후성장을 경험한 것으로 드러났다. 예를 들면, 중국 시댁, 친정 쪽 친척들은 참여자들이 불법체류자로서 신분위험을 받을 때 완충역할을 해주고, 북송 후 재탈북했을 때에도 어려움을 경감시켜 주는 역할을 한 것으로 나타났다. 이는 '지각된 가족의 지지'가 외상후성장과 관련이 있으며(김희정, 2008), 사회적 지지가 성장적 반추를 촉진시켜서 궁극적으로 외상후성장을 낳는다(신선영, 2009)는 견해를 확인하는 결과로 볼 수 있다. Tedeschi와 Calhoun(2004)에 따르면, 외상을 경험한 사람들에게 있어서 자기 노출을

통한 타인과의 상호작용이 성장을 일으키는 중요한 요인이라고 한다. 특히 타인으로부터 허용과 지지를 경험하게 됨으로써 외상후성장을 증가시키게 된다는 것이다.

셋째, 북한이탈여성의 외상후 변화에 관해 논의하면 다음과 같다. 북한이탈여성들은 대부분 외상을 경험하고 외상의 상처에서 벗어나는 과정에서 자기에 대한 인식이 변화되었다고 밝혔다. 그들 대부분은 자신의 존재에 대한 소중함을 느끼게 되었거나, 자신에게 강한 면이 있음을 발견하게 되었다고 하면서, 자신에 대한 생각이 보다 긍정적으로 바뀌게 되었다고 보고하면서 주변의 필요 이전에 먼저 자신의 진솔한 삶을 살고 싶은 마음을 갖게 되었다고 했다. 이는 외상경험을 통해 물질적 자기, 심리적 자기, 사회적 자기의 상실을 경험하였던 북한이탈여성들이 오히려 '자기를 잃는 경험'을 통해 '자기에 대한 인식변화'를 경험하는 것은 매우 의미있는 변화로 여겨진다. 외상경험은 상실을 가져다 주었지만, 참여자들은 그 외상경험을 거치면서 오히려 자기의 상실을 넘어 자기에 대한 관점의 변화를 경험하게 된 것이다. 이것은 역할로서의 자기를 벗어나서 참가자를 만나는 과정으로도 이해된다. 또한, 기존의 연구에서도 북한이탈여성들은 '아무것도 해주지 못하는, 자식을 두고 온 못난 어머니'라는 생각에서 벗어나 '자녀에게 좋은 것을 제공하는 성공한 어머니'라는 생각을 점차 가지게 됨을 보여주고 있다(이혜응, 2005). 이런 면은 Tedeschi와 Calhoun(1996, 2004)이 상정한 외상경험 이후 개인에게서 나타나는 변화 중에서 '개인적 힘에 대한 인식 변화(an increased sense of personal strength)'를 의미하는 것으로 볼 수 있다.

또한 북한이탈여성들은 대부분 대인관계 변

화를 보고하였다. 북한이탈여성들은 북한의 체제 특성상 남을 밟지 않고는 살지 못하는 환경에 있었기 때문에 관계를 중요하게 여기지 않았지만, 탈북과정에서 외상을 경험한 이후로는 북한 사람들과의 사이에 관계가 좋아지는 경험을 보고하였다. 이전에는 다른 사람의 잘못에 대해 칼날처럼 직면하는 모습을 보였다면, 지금은 관계를 회복시키는 방향으로 변화되었다고 인식하고 있었다. Tedeschi와 Calhoun(1996, 2004)도 외상경험 이후에 개인들은 '대인관계의 깊이 증가(more meaningful interpersonal relationships)'를 경험한다고 하였다.

이밖에도 북한이탈여성들은 대부분 가치관의 변화를 보고하였다. 과거의 삶에 대한 재해석을 통해 힘들었던 과거에 대해 의미를 부여하거나, 자신의 탈북에 대한 후회와 고민을 결국은 '잘한 선택'으로 정리하는 것으로 나타났다. 한편, 북한 사상의 허구를 알게 됨으로써, 허망했던 수령중심사상에서 돌이키는 계기가 되었다고 보고하기도 하였다. Tedeschi와 Calhoun(1996, 2004)에 따르면, 외상후성장을 경험한 사람들은 일반적으로 외상을 통해 기존 신념에 대한 도전을 받게 되고, 그에 따른 정서적 고통을 경험하게 되는데, 이 과정에서 건설적 반추를 하게 되면 기존의 도식이 변화되고 삶의 이야기가 긍정적으로 재편성된다고 한다. 이와 비슷하게, 외상후성장을 경험하였던 본 연구 참여자들도 자신을 죽음의 문턱에까지 이르게 한 극도의 굶주림을 경험하면서, 기존에 가지고 있던 주체사상의 허구를 알게 되고 북한 체제에 대한 실망감이나 반발심을 가지게 되면서, 자신의 신념이나 가치관에 대한 반추를 하게 된다. 그리고 이러한 반추과정 속에서 기존 도식의 붕괴를 경험하게 되고, 가치관의 변화라는 새로운 도식의 발달을 가

져오게 된 것이다. 이밖에도 연구대상자들 중에서 몇 명은 기독교 신앙을 받아들이게 되면서 기존의 가치관에서 벗어나 새로운 영적인 가치관과 신념을 형성하게 되고, 변화된 세계를 수용하는 과정을 보여주기도 하였다.

그리고 북한이탈여성들은 대부분 사랑, 감사, 고마움, 긍지, 만족 등의 긍정정서가 생겼다고 보고하였다. 인생사를 너무 힘들게 겪다 보니까 웬만한 일은 어려움같이 여겨지지 않고, 긍정적으로 아름답게 생각하게 되었다고 한다. 그 외에도 '가족과 멋있게 살고 싶다', '모든 게 다 고맙고 감사하다', '궁지가 생기고 도전하게 되었다', '해방되었기 때문에 무섭지 않다' 등의 긍정정서가 생겼다고 인식하고 있었다. 이러한 변화는 '삶에 대한 감사의 증가(an increased appreciation for life)'와 연결되는 것으로 보인다(Tedeschi & Calhoun(1996, 2004). 선행연구에서도 긍정정서(Abraido-Lanza et al., 1998; Evers et al., 2001)는 외상후성장과 일관성 있게 정적인 관계가 있었다.

이러한 연구결과를 종합해 볼 때, 북한이탈여성들은 탈북과정에서 다양한 외상경험을 통하여 많은 것을 상실하는 경험을 하게 되지만, 개인이 가지고 있는 성격적, 인지적 요인과 외적인 지지를 통하여 외상을 극복해 나갈 뿐 아니라 외상경험 후 자신에 대한 인식이나 정서, 대인관계, 가치관 변화와 같은 긍정적인 변화까지 경험함을 알 수 있다. 물론 모든 북한이탈여성들이 외상후성장을 경험하는 것은 아니다. 그러나 본 연구결과로 볼 때 외상 경험들이 반드시 스트레스로만 남지 않고 오히려 성장으로 이어질 수 있음을 시사해 주고 있다. 외상으로 인한 스트레스를 극복하는 강인한 성격과 인지적 재구성 과정은 어려움을 성장으로 변화시키는 중요한 요인이었으며,

미래에 대한 소망이나 가족을 향한 사랑도 외상후성장을 일으키는 중요한 요인이었다. 뿐만 아니라 가족이나 남편 그리고 주변사람들의 지원과 지지는 북한이탈여성이 경험할 수 있는 어려움을 성공적으로 극복하는데 도움이 되는 요인이었다. 따라서 탈북과정에서 심각한 외상을 경험한 북한이탈여성들이 남한사회에 잘 적응할 수 있도록 적절한 지원과 프로그램이 제공된다면 이들은 외상을 이겨내고 성장을 경험할 수 있을 것으로 보인다. 특히, 과거의 경험에 대한 의미 탐색과 인식의 재구조화는 외상을 수용하고 외상 이면의 긍정적인 측면을 찾아가는데 도움이 될 수 있을 것으로 보인다(Armeli, Gunthert, & Cohen, 2001; Zoellner & Maercker, 2006). 그리고 보다 나은 삶에 대한 희망이나 동기를 갖도록 함으로써 지금의 어려움을 극복할 수 있도록 도와주는 것도 필요할 것이다. 이밖에도 북한이탈여성들이 경험하는 어려움을 극복할 수 있도록 적절한 지지체계를 마련해 주는 것도 중요한 일이 될 것이다. 특히 북한이탈여성들 중에는 남한의 지원정책이 도움이 되었다고 보고하기도 하였다. 이러한 결과로 볼 때 혼자서 어려움을 극복하기 보다는 다양한 지원체계를 통해서 외적인 지지와 지원을 받을 수 있도록 도와줄 필요가 있다(신선영, 2009; 진미정, 이순형, 김창대, 2009).

이러한 연구의 의의에도 불구하고, 본 연구는 몇 가지 제한점을 가지고 있다. 첫째, 본 연구는 연구 참여자와의 면접내용을 CQR로 분석하여, 질적자료를 양화(量化)시키는 과정을 거쳤다. 그 결과 각 사례의 고유특성이 좀 더 구체적으로 드러나지 못한 측면이 있다. 따라서 이후 연구에서는 각 연구 참여자의 특성이 보다 구체적으로 드러날 수 있도록 다른

질적연구방법을 사용해 볼 필요도 있을 것이다. 둘째, 본 연구의 참여자들은 한 명을 제외하고는 모두 40대, 50대로 구성되었으므로, 연구결과를 일반화시키는 데에는 한계가 있다. 북한이탈여성의 주된 연령별 구성비가 20-29세(28.6%), 30-39세(32%)인 점을 감안할 때(통일부, 2014), 향후 연구에서는 20대-30대 북한이탈여성애 관련된 연구가 이루어져야 할 것이다. 뿐만 아니라 후속연구에서는 북한이탈여성의 외상유형과 외상수준에 따른 치료적 접근 및 프로그램 개발에 관련된 연구 및 외상후성장 요인들이 외상후성장으로 이어지는 과정에 대한 연구가 이루어질 필요가 있다. 본 연구에서는 외상후성장을 일으키는 요인들만이 탐색되었기 때문에 이러한 요인들이 외상후성장으로 어떻게 구체적으로 연결될 수 있는지, 그 과정을 분석하거나 치료적·교육적 기제는 보여주지 못하였다. 따라서 보다 실제적으로 외상후성장을 경험하도록 도와줄 수 있는 다양한 방법과 프로그램들이 개발되어야 할 것이다.

참고문헌

- 강성록 (2000). 탈북자의 외상척도 개발 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 강숙정, 이장호 (2009). MMPI검사결과를 통한 새터민의 심리상담적 접근: 가양동 새터민을 중심으로. 상담학연구, 10, 235-250.
- 권석만 (2004). 젊은이를 위한 인간관계의 심리학. 서울: 학지사.
- 김연희, 전우택, 조영아 (2010). 북한이탈주민 정신건강문제 유형율과 영향요인: 2007년 입국자 중심으로. 통일정책연구, 19, 141-174.
- 김영은 (2011). 인민에서 국민으로?. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 김지애, 이동귀 (2012). 외상후성장집단의 판별요인 연구. 상담학연구, 13, 1845-1859.
- 김태국 (2009). 북한이탈주민의 외상경험과 외도적 반추에 따른 외상후 성장과 문화적응. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 김태현, 노치영 (2003). 북한이탈여성들의 삶 이야기2: 생존전략을 중심으로 한 중국생활체험. 대한가정학회지, 41, 1-15.
- 김현경 (2007). 난민으로서의 새터민의 외상(trauma) 회복경험에 대한 현상학 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김현경 (2011). 탄력성(resilience) 관점에서 조명된 북한이탈여성의 생애 연구: 북한과 중국에서의 생활을 중심으로. 젠더와 문화, 4, 7-36.
- 김현경 (2012). 북한이탈주민의 결혼행복감에 관한 연구. 사회과학연구, 38, 1-31.
- 김현경, 전우택 (2009). 북한이탈주민의 삶의 질이 외상경험 이후 심리적 성장에 미치는 영향. 사회복지연구, 40, 363-397.
- 김현경, 엄진섭, 전우택 (2008). 북한이탈주민의 외상경험 이후 심리적 성장. 사회복지연구, 39, 29-56.
- 김희경 (2012). 북한이탈주민의 외상 유형에 따른 복합 PTSD와 PTSD 증상의 차이. 한국심리학회지: 일반, 31, 1003-1022.
- 김희경, 신현균 (2010). 지역사회 정착 전후 북한이탈주민의 성 및 연령별 심리증상. 한국심리학회지: 일반, 29, 707-724.
- 김희정 (2008). 유방암생존자의 외상후성장 관련요인 탐색. 고려대학교 대학원 석사학위논문.

- 박승민 (2012). 상담학 분야의 질적 연구 경향 분석-국내 학술지 논문을 중심으로. 상담학연구, 13(2), 953-977.
- 박영자 (2006). 선군시대 북한여성의 섹슈얼리티 연구: 군사주의 국가권력의 성정체성 구성을 중심으로, 통일정책연구, 15, 129-161.
- 박철옥, 안현의 (2009). 새터민의 대인관계적 외상 경험, 용서, 경험회피와 외상후 스트레스 증상간의 관계. 상담학연구, 10, 1891-1905.
- 박혜원 (2006). 외상후 증상, 영성성 및 성장적 속도가 외상후성장에 미치는 영향. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 손정아 (2012). 자유를 선택한 북한이탈주민의 외상회복과정에 대한 현상학적 연구. 경북 외국어대학교 복지상담대학원 석사학위논문.
- 송승훈 (2007). 한국판 외상후 성장 척도(K-PTGI)의 신뢰도와 타당도. 충남대학교 대학원 석사학위논문.
- 송 현 (2011). 심리적 강인성과 정서지능이 외상후성장에 미치는 영향: 적극적 대처를 매개로. 전북대학교 대학원 석사학위논문.
- 신선영 (2009). 삶의 의미와 사회적 지지가 외상후성장에 미치는 영향: 성장적 반추를 매개변인으로. 가톨릭대학교대학원 석사학위논문.
- 윤여상 (2004). '식량난서 '삶의 질'로 탈북 원인 변화. 자유공론, 9월호, 41-45.
- 윤여상, 김현아, 한선영 (2007). 북한이탈주민의 외상 후 스트레스 증상 척도개발 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19, 693-718.
- 이금순, 김규륜, 김영운, 안혜영, 윤여상 (2005). 북한이탈주민 사회적응 프로그램 연구. 서울: 통일연구원.
- 이금순, 전현준 (2010). 북한주민인권 의식 실태 연구. 서울: 통일연구원.
- 이명순, 박 경 (2011). 북한이탈여성의 외상경험과 우울: 낙관성의 중재 효과. 심리치료, 11, 1-29.
- 이민영, 김현경 (2007). 새터민 여성의 이주로 인한 상실의 극복 체험: 남한 남성과 결혼한 여성을 중심으로. 사회복지연구, 35, 525-554.
- 이수림, 양미진 (2009). 질적분석을 통한 상담과정 중 내담자 지혜발달연구. 한국심리학회지 상담 및 심리치료, 21, 791-813.
- 이숙영 (2005). 북한이탈주민의 외상경험과 남한 내 결혼만족도와 관계: 북한, 탈북과정, 남한 적응과정을 중심으로. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 이양자, 정남운 (2008). 외상후성장에 대한 연구 개관: 적응과의 관계 및 치료적 적용을 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 13, 1-23.
- 이영선, 구혜완, 한인영 (2011). 학술논문분석을 통해 본 북한이탈주민 여성의 특수성. 통일문제연구, 56, 147-193.
- 이재민, 황선영 (2008). 북한이탈주민의 남한사회적응에 영향을 끼치는 요인. 사회복지정책, 33, 61-84.
- 이정호 (2011). 종교적 대처가 외상후성장에 미치는 영향: 삶의 의미의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이해웅 (2005). 한국이주 경험을 통해 본 중국 조선족 기혼여성의 정체성 변화. 여성학논집, 22, 107-143.
- 장명선, 이애란 (2009). 서울시 북한이탈주민여

- 성 실태조사 및 지원 정책 방안 연구, 서울: 서울특별시 여성가족재단.
- 정태연, 김영만 (2004). 남한사회에서의 생활경험이 탈북자에게 미치는 영향: 남한과 자신에 대한 인식을 중심으로. *한국심리학회지: 사회문제*, 10(3), 61-81.
- 제성호 (2007). 북한여성 인권의 실태와 과제. *통일문제연구*, 47, 177-206.
- 조영아 (2012). 남한에서 자녀와 재결합한 북한이탈여성의 경험. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 24, 197-222.
- 조영아, 전우택, 유정자, 엄진섭 (2005). 북한이탈주민의 우울 예측 요인: 3년 추적 연구. *한국심리학회지: 상담과 심리치료*, 17, 467-484.
- 지승희 (2013). 상담 분야의 CQR 연구 동향: 2001~2010년 상담관련 국내 학술지 게재 논문을 중심으로. *상담학연구*, 14, 2327-2349.
- 진미정, 이순형, 김창대 (2009). 탈북인의 사회관계망과 사회적 자본. 서울: 학지사.
- 최승미 (2008). 외상후성장 관련 변인의 탐색. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 통일부 (2014). 북한이탈주민정책 통계자료. <http://www.unikorea.go.kr/content.do?cmsid=3099>에서 2016. 06. 19 자료 얻음.
- 통일부 (2016). 북한이탈주민정책 통계자료. <http://www.unikorea.go.kr/content.do?cmsid=3099>에서 2016. 06. 19 자료 얻음.
- 한노을 (2008). 외상후성장에 관한 현상학적 연구: 아동기 성폭력을 경험한 여성을 중심으로. 서울여자대학교 특수치료전문대학원 석사학위논문.
- 홍창형 (2005). 북한이탈주민의 외상후스트레스 장애에 대한 3년 추적 연구. 연세대학교 의학대학원 석사학위논문.
- Abraido-Lanza, A. F., Guier, C., & Colon, R. M. (1998). Psychological thriving among Latinas with chronic illness. *Journal of Social Issues*, 54, 405-424.
- Andrykowski, M. A., Brady, M. G., & Hunt, J. W. (1993). Positive Psychological adjustment in potential bone marrow transplant recipients: Cancer as a psychosocial transition. *Psycho-Oncology*, 2, 261-276.
- Armeli, S., Gunthert, K. C., & Cohen, L. H. (2001). Stressor appraisals, coping, and post-event outcomes: The dimensionality and antecedents of stress-related growth. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20, 366-395.
- Arnold, E. (1991). Issue of reunification of migrant West Indian children in the United Kingdom. In J. L. Roopnanine & J. Brown (Eds), *Caribbean families diversity among ethnic groups* (pp. 243-258). Greenwich, CT: Ablex Publishing Corp.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, Trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive event? *American Psychologist*, 59, 20-28.
- Bonanno, G. (2005). Resilience in the face of potential trauma. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 135-138.
- Brewin, C. R., Andrew, B., & Valentine, J. D. (2000). Meta - Analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *Journal of Consulting and clinical psychology*, 68, 748-766.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinician's*

- guide. NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (Eds.). (2006). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Camille B. Wortman. (2004). Posttraumatic Growth: Progress and Problems. *Psychological Inquiry, 15*(1), 81-90.
- 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.
- 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*, 1026-1036.
- Ferren, P. M. (1999). Comparing perceived self - efficacy among adolescent Bosnian and Croatian refugees with and without posttraumatic stress disorder. *Journal of Traumatic Stress, 12*, 405-420.
- Gabbard, G. O. (2002). *역동정신의학*. 서울:학지사. (원저 2000년도 출판).
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, process and outcomes. *Behavior Research and Therapy, 44*, 1-25.
- Hill, C. E., Thompson, B. J., Williams, E.N. (1997). A Guide to Consensual Qualitative Research. *The Counseling Psychologist, 25*, 517-572.
- Hill, C. E., Thompson, B. J., Hess, S. A., Knox, S., Williams, E. N., & Ladany, N. (2005). Consensual Qualitative Research: An Update. *Journal of Counseling Psychology 52*, 196-205.
- Hill, C. E. (2016). *합의적 질적연구 - 사회과학 현상 탐구의 실질적 접근* - 서울: 학지사. (원저 2012년도 출판).
- Jeon W. T., Hong, C. H., Lee, C. H., Kim, D. K., Han, M. Y., & Min, S. K., (2005). Correlation Between Traumatic Events and Posttraumatic Stress Disorder Among North Korean Defectors in South Korea. *Journal of Traumatic Stress, 18*, 147-154.
- Kim, Hyun Kyoung. (2012). A Study on the Perceived Growth after Adversity among North Korean Women Refugee: Application of Grounded Theory Method. *OUGHTOPIA, 21*(1), 33-66.
- Lashley, M. (2000). The unrecognized social stressors of migration and reunification in Caribbean families. *Transcultural Psychiatry, 37*, 203-217.
- McMillen, J. (1999). Better for it: How people benefit from adversity. *Social Work, 44*, 455-468.
- Park, C. L., & Helgeson, V. S. (2006). Introduction to the special section: Growth following highly stressful life events-current status and future directions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*, 791-796.
- Rosen, C. S., Chow, H. C., Finney, J. F., Greenbaum, M. A., Moos, R. H., Sheikh, J. I., & Yesavage, J. A. (2004). VA practice patterns and practice guidelines for treating posttraumatic stress disorder. *Journal of*

- traumatic stress*, 17(3), 213-222.
- Rousseau, C., Drapeau, A., & Rahimi, S. (2003). The complexity of trauma response: a 4-year follow-up of adolescent Cambodian refugees. *Child Abuse & Neglect*, 27, 1277-1290.
- Schaefer, J. A., & Moos, R. H. (1992). Life crises and personality growth. In B. N. Carpenter (Ed.), *Personality coping: Theory, research, and application* (pp. 149-170). Westport, CT: Praeger.
- Seidman, I. (2009). 질적연구방법으로서의 면담. 서울: 학지사. (원저 2006년도 출판).
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychology*, 55, 5-14.
- Shakespeare-Finch, J. & Copping, A. (2006). A Grounded Theory Approach to Understanding Cultural Differences in Posttraumatic Growth. *Journal of Loss and Trauma*, 11, 355-371.
- 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, 1-18.
- Waysman, M., Schwarzwald, J. & Solomon, Z. (2001). Hardiness: An examination of its relationship with positive and negative long term changes following trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 14, 513-548.
- Zollner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology - A critical review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology Review*, 26, 626-653.
- Znoj, H. J. (1999). European and American perspectives on posttraumatic growth: A model of personal growth: Life challenges and transformations following loss and physical handicap. *paper presented at the annual conventions of the APA*, Boston, USA.

원 고 접 수 일 : 2016. 04. 27

수정원고접수일 : 2016. 06. 23

게재결정일 : 2016. 08. 24

Posttraumatic Growth Experiences of North Korean Female Defectors

Sukyeong Lee Donghyuck Lee Hae Yeon Cho Kyoung Mi Kim Hyo Jeong Kim
Konkuk University

This study qualitatively examined the posttraumatic growth experiences of North Korean female defectors who married Chinese men in order to flee North Korea. In particular, the study explored the factors that influenced the defectors' posttraumatic growth. To conduct the study, researchers recruited and interviewed 12 North Korean female defectors currently residing in South Korea. Results indicated that both internal (i.e., positive stress coping strategies, personality) and external factors (i.e., assistance and support from others) influence posttraumatic growth. Specifically, these factors influence whether participants develop positive perceptions of themselves, have improved relationships with others, maintain positive emotions, and develop positive values. Based on the results of this study, it is recommended that practitioners who work with North Korean defectors focus on the development of external support systems and improving inner strength to help them overcome traumatic stresses. Further results and implications are discussed in this study.

Key words : North Korean female defectors, traumatic experience, posttraumatic growth, Consensual Qualitative Research