

트라우마를 경험한 대학생의 지각된 사회적지지, 정서적 자기노출이 외상 후 성장에 미치는 영향: 스트레스 대처전략의 매개효과를 중심으로*

이 동 훈 김 시 형* 이 수 연 최 수 정

성균관대학교

본 연구는 지각된 사회적 지지와 자기노출이 외상 후 성장에 미치는 영향에서 스트레스 대처 전략(문제중심, 사회적 지지추구, 회피중심)의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해, 트라우마 경험이 있다고 보고한 323명의 대학생으로부터 지각된 사회적지지, 자기노출, 대처, 외상 후 성장에 관한 자료를 수집하였다. 그 결과 첫째, 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장의 관계에서 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처의 부분매개효과가 유의미하였다. 둘째, 자기노출과 외상 후 성장의 관계에서 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처의 완전매개효과가 유의미하였다. 이러한 결과들을 통해 트라우마를 경험한 대학생들에게 있어 지각된 사회적 지지와 자기노출이 스트레스 대처전략에 영향을 미치고, 나아가 외상 후 성장을 촉진시킬 수 있다고 볼 수 있다. 마지막으로 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언에 대해 논의하였다.

주제어 : 트라우마, 대학생, 지각된 사회적지지, 정서적 자기노출, 스트레스 대처전략, 외상 후 성장

* 본 연구는 2017년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임
(NRF-2017S1A5A2A01025729).

† 교신저자 : 김시형, 성균관대학교 교육학과, 외상심리건강연구소, 서울시 종로구 성균관로 25-2
E-mail : shkim1857@gmail.com

지금까지 트라우마에 관한 연구는 대부분 트라우마로 인한 정신적 고통, 정신병리 또는 부적응 행동에 초점을 두고 진행되었다. 그러나 최근 들어 트라우마를 경험한 사람들이 충격을 극복하는 과정에서 개인의 이전 적응 수준을 넘어서는 긍정적 변화를 겪는다는 연구 결과들이 보고되면서(Tedeschi & Calhoun, 2004), 이와 관련된 다양한 연구들이 폭넓게 진행되고 있다(Antoni et al., 2001; Clay, Knibbls, & Joseph, 2009). 이러한 연구들은 개인이 트라우마로 인한 부정적인 영향을 극복함으로써 내면적으로 성장한다는 점에 초점을 두고 있는데(Calhoun & Tedeschi, 2004; Helgeson, Reynold, & Tomich, 2006; Linley & Joseph, 2004), 대표적으로 Tedeschi와 Calhoun(1995)은 극심한 위기 이후에 나타나는 긍정적 변화로서 '외상 후 성장'이라는 용어를 소개하였다.

외상 후 성장(Posttraumatic Growth)이란, 트라우마 이전의 적응 수준, 심리적 기능 수준, 삶의 자각 수준을 넘어서는 성장으로서 자기 및 세상에 대한 관점, 대인관계, 삶의 철학 및 영적 인식이라는 세 가지 영역에서 변화가 이루어지는 것을 의미한다(Tedeschi & Calhoun, 1996). 첫 번째로 자기 및 세상에 대한 관점의 변화는 트라우마를 통해 스스로의 취약성과 한계를 인정하고 수용하는 동시에, 트라우마를 극복하는 과정을 통해 더욱 강해진 자신의 면모를 확인할 수 있는 긍정적 기회를 가지는 것이며, 대인관계의 변화 영역은 세상 속에서 완전히 개별적인 개인으로 존재하는 것이 아니라 서로의 지지와 도움을 필요로 하는 상호관계 속의 존재라는 인식이 증가하면서 이전에 비해 자신을 더 드러내고 타인에 대한 고마움을 느끼게 되는 것을 포함한다(Calhoun & Tedeschi, 1999). 마지막으로 삶에 대한 영적·

철학적 변화 영역은 기존의 가지고 있던 삶과 인생, 죽음의 의미에 대한 인식이 변화되면서, 자신은 물론 자신을 둘러싼 외부 현실에 대해 새로운 개념과 도식을 정립하는 것을 의미한다. 이처럼 트라우마 이후에 긍정적인 변화를 의미하는 외상 후 성장의 개념은 트라우마가 단순히 고통을 유발하는 원인이 아닌 개인과 사회적 관계 등 다양한 영역에 긍정적인 변화를 가져올 수 있다는 인식의 전환이 되었다는 점에서 의의가 있다(송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현, 2009; 유희정, 2012; 최승미, 2008). 외상 후 성장에 관한 초기 연구들은 외상 후 성장의 발생에 초점을 맞추었으나, 최근에는 개인의 성장 과정에 영향을 미치는 요인들과 다양한 개인이 경험하는 성장의 이유가 무엇인지를 찾는 것으로 변화함에 따라(이동훈, 이수연, 윤기원, 최수정, 김시형, 2017; Lindstrom, Cann, Calhoun, & Tedeschi, 2013), 이러한 변인들을 탐색하는 연구들이 활발히 이루어지고 있다.

그 중 지각된 사회적지지(Perceived Social Support)는 사랑, 존중, 인정, 상징적 또는 물리적 도움 등과 같이 사회적 관계를 통해 타인으로부터 얻을 수 있는 긍정적인 자원으로(정성인, 1998), 개인이 가족, 친구, 이웃 등을 통해 받는 지각된 지지 수준을 의미한다(이경림, 박재국, 2007). 개인이 사회적 지지를 어떻게 지각하느냐는 삶의 문제에 대처하는데 도움이 되는 잠재적 유용성에 대한 신념, 태도와도 관련이 있기 때문에(Tolsdorf, 1976), 문제가 발생했을 때 지지 자원을 신뢰되고 유용하다고 지각할 경우 지지자원에 도움을 요청하여 스트레스 상황에 대한 조언이나 지지 등을 추구하는 태도로 이어지기도 한다(신연희, 안현의, 2004). 지각된 사회적 지지의 완충작용 및 궁

정적 효과에 대한 경험적 연구는 다수의 연구에서 비교적 일관되게 지지되고 있는데, 사회적 지지를 높게 지각하는 사람들은 자신이 필요할 때 이용할 수 있는 지지에 만족해하며(전유진, 배정규, 2013), 환경에 잘 적응할 수 있다고 평가하는 반면(서희채, 2005; 이경림, 박재국, 2007), 사회적 지지를 낮게 지각할 경우 낮은 생활만족도를 보고하였으며(전진순, 2001) PTSD 증상과도 관련이 있는 것으로 확인되었다(이동훈, 윤기원, 이수연, 이은선, 김정환, 2016). 특히나 트라우마 사건으로 인한 스트레스 상황 속에서 타인과의 의미 있는 상호작용은 고통스러운 감정을 조절하고 문제를 해결하는 능력을 강화시켜 고통을 보다 잘 극복하도록 하며(Tedeschi & Calhoun, 2004), 사회적 지지를 지속적이고 안정적으로 받고 있다고 지각할수록 고통을 극복하는 것에서 나아가 외상 후 성장에까지 나아가는 것으로 밝혀졌다(신선영, 정남운, 2009; 유희정, 2012; Park, Cohen, & Murch, 1996; Weiss, 2004). 그러나 일부 연구에서는 지각된 사회적 지지가 항상 외상 후 성장에 영향을 미치는 것은 아니며, 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장 간의 관계가 유의하지 않다는 결과 또한 제시되고 있어(윤명숙, 김남희, 2013; Brockhouse, Mserfi, Cohen, & Joseph, 2011; Cordova, Cunningham, Carlson, & Andrykowski, 2001; Widows, Jacobsen, Booth-Jones, & Fields, 2005), 이에 대한 추가적인 연구가 필요할 것으로 보인다.

외상 후 성장 과정에 영향을 미치는 또 다른 요인으로는 정서적 자기노출을 들 수 있다. 자기노출(Self-disclosure)은 개인의 생각이나 가치, 느낌, 태도 등 여러 가지 개인적 경험들을 다른 사람에게 표현하는 경향성으로(Berry & Pennebaker, 1998), Kahn과 Hessling(2001)은 자기

노출을 시간이 지나도 남아있는 비교적 안정적인 개인의 특성으로 보았으며, Lee, Song, Zhu와 Ma(2017)의 연구에서도 이를 바탕으로 자기노출을 독립변수로 설정하여 연구를 진행하였다. 개인이 자신의 개인적인 정보, 생각, 감정 등을 타인과 공유하는 것은 상호관계의 친밀감을 형성하는데 중요한 역할을 하는데(Jourard, 1971), 특히나 위기 상황에서 자기노출을 할 경우 자신이 처한 상황에 대한 이해력을 높일 뿐만 아니라, 다른 사람 또한 자기를 이해하는데 도움을 줌으로써 효과적인 대처를 할 수 있는 기반이 되며(신선영, 정남운, 2009), 이는 결과적으로 심리적 스트레스를 감소시키는데 도움이 되는 것으로 보고되고 있다(Frattaroli, Joanne, 2006; Hemenover, 2003; Pennebaker, 1997; Tedeschi & Calhoun, 2004). 실제로 정서적 자기노출은 상담과정에서 고통스러운 증상의 감소 및 긍정적인 정서의 증가에 도움이 되었으며(Kahn & Hessling, 2001), 일본 대학생들을 대상으로 한 연구에서는 자기노출을 하지 않은 대학생에 비해 자기노출을 한 대학생이 더 많은 외상 후 성장을 경험하는 것으로 나타났다(Taku, Cann, Tedeschi, & Calhoun, 2009). 이러한 연구 결과들은 정서적 자기노출이 심리적 적응에 있어 보호요인으로 작용하고 있으며, 개인의 적응을 넘어서 외상 후 성장을 돕는 중요한 역할을 의미한다. 그러나 기존의 연구에서는 정서적 자기노출이 외상 후 성장으로 직접적으로 영향을 미치는 것보다는 다른 매개 변인을 통해 외상 후 성장으로 나아간다고 보고 있어(정민선, 2014; Tedeschi & Calhoun, 2006), 정서적 자기노출과 외상 후 성장의 직접적인 관계를 탐색하는 것이 요구된다.

한편, 트라우마와 같이 극심한 사건은 개인

이 기준에 가진 자신과 타인, 세계에 대한 핵심 신념이나 도식체계에 상당한 위협을 야기하기 때문에, 트라우마 경험자들은 적절한 인지 과정을 통해 자신의 경험을 이해하고 수용할 뿐만 아니라 붕괴된 내적 도식을 복구하고 재건할 필요가 있다(Tedeschi & Calhoun, 2004; Cann et al., 2011). 이에 따라 많은 연구자들은 스트레스에 직면했을 때 상황을 보다 나은 방향으로 재정리하며, 스트레스와 관련된 요인들을 해결하는데 필요한 인지적이고 행동적인 노력을 의미하는 스트레스 대처 전략(Stress Coping Strategy)의 중요성을 강조해왔다. 구체적으로 Amirkhan(1994)은 스트레스 대처를 사회적 지지추구 대처(social support seeking), 문제중심 대처(problem solving), 회피중심 대처(avoidance)로 구분하였는데, 이는 크게 관여 대처와 비관여 대처로 분류할 수 있다. 관여 대처는 적응을 위해 스트레스원을 통제하고 변화시켜 문제를 해결하려는 노력으로(Carver & Connor-Smith, 2010; Scheier, Weintraub, & Carver, 1986), 스트레스 상황에 처했을 때 정서적이든 도구적이든 타인에게 접촉함으로써 상황을 해결하려는 사회적 지지추구 대처와 스트레스 상황을 피하지 않고 직접 뛰어들어 해결하려는 문제중심 대처가 포함된다. 비관여 대처는 스트레스에 대처하려는 개인의 노력을 감소시키거나 노력 자체를 포기하게 만드는 것으로(Carver et al., 2010), 문제 상황에 직접 맞서기 보다는 심리적인 거리를 두고 외면하는 회피중심 대처가 이에 해당된다.

스트레스 대처에 대한 선행연구들은 대부분 문제중심적 대처와 사회적 지지추구 대처와 같은 관여 대처가 보다 효율적이고 순기능적이라고 보고하고 있다. 구체적으로 문제중심적 대처는 의사 결정, 정보 수집, 시간 관리,

목표 설정과 같은 전략을 사용함으로써 심리적 고통 수준을 낮출 뿐만 아니라(정윤선, 1993; 함경애, 변복희, 천성문, 2011; Waldrop & Resick, 2004), 외상 후 성장에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있으며(김현정, 함경애, 이동훈, 2014; 최승미, 2008; Maercker & Langner, 2001), 사회적 지지추구 대처 또한 트라우마 상황에서 다른 사람과의 대화나 조언을 통해 객관적으로 자신이 당면한 문제를 이해하고자 노력하는 등의 적극적인 방식을 통해 우울과 같은 심리적 문제 수준을 낮췄으며(Frison & Eggermont, 2015), 삶의 만족도(Saha, Huebner, Hills, Malone, & Valois, 2014)와 외상 후 성장(한인영, 이인정, 2011; Armeli, Gunther, & Cohen, 2001)에도 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면, 대다수의 선행 연구에서 회피중심 대처는 부적응적인 대처전략으로 간주되고 있는데, 회피적인 대처행동을 많이 사용할 경우 트라우마 사건을 통해 개인이 경험할 수 있는 중요한 변화를 마주할 수 있는 기회를 단절하게 함으로써 부정적인 결과를 일으키는 것으로 나타났다(Taft, Resick, Panuzio, Vogt, & Mechannic, 2007; Waldrop & Resick, 2004). 회피중심적 대처의 경우 스트레스 사건에 대한 적응적 대처의 결과인 외상 후 성장과의 관계를 직접적으로 다루고 있는 연구는 아직까지 부족한 실정이나, 회피중심 대처와 유사한 부인(denial) 대처가 문제를 근본적으로 해결하는 데는 어려움이 있다는 점에서 외상 후 성장에 부정적인 영향을 미칠 것이라 예상된다(Armeli et al., 2001). 이처럼 트라우마 경험자에게 있어 스트레스 대처전략은 개인의 노력으로 개인의 심리적 및 신체적 안녕에 중요한 역할을 할 뿐만 아니라(Lazarus & Folkman, 1984), 개인이 직면한 상황

을 변화시킨다는 점에서 스트레스 대처전략과 외상 후 성장 간의 관계는 여러 연구를 통해 입증되어 왔다(천성문, 최영미, 김미옥, 2015; Armeli et al., 2001; Maercker & Langner, 2001; Park et al., 1996).

나아가 스트레스 대처는 앞서 언급된 지각된 사회적 지지나 정서적 자기노출과 관련이 있는 것으로 보고되고 있다. 사회적 지지의 경우 개인의 지각된 사회적지지 수준이 트라우마 사건에 대한 대처 행동에 영향을 미침으로써 더 많은 긍정적인 변화가 증명되어 왔는데(Schaefer & Moos, 1998), 지각된 사회적지지 수준이 높을수록 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처를 더 많이 사용하여 외상 후 성장에 영향을 미치는 것으로 나타났다(박선정, 2015; 박선정, 정규석, 2016). 이와 같은 결과는 고통스러운 상황에서 개인이 사회적 지지를 받게 되면 안정감과 통제감을 느끼게 되어 보다 효과적인 대처를 사용할 수 있는 것으로 볼 수 있다(Cohen & Wills, 1985; Thoits, 1995). 정서적 자기노출과 스트레스 대처와의 관련성은 사회적 지지에 비해 경험적 연구가 부족하나, 일부 선행연구에서 자기표현이 스트레스 대처 능력을 높이며, 타인과의 소통이 높을수록 자신의 문제를 해결하기 위한 문제 중심적 대처를 더 많이 함으로써 긍정적인 결과로 이어진다는 것(Han et al., 2008)을 통해 스트레스 대처의 유의미한 매개효과를 예상할 수 있다.

지금까지 살펴본 바와 같이, 외상 후 성장에 유의미한 예측 변인으로서 정서적 자기노출, 사회적지지, 스트레스 대처가 제안되고 있으며 이 변인들은 외상 후 성장에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라, 변인 간의 구조적 관계를 맺고 있음을 확인할 수 있었다. 특히 스트레스 대처의 경우 지각된 사회적 지지 및

정서적 자기노출과 외상 후 성장을 연결하는 주요한 역할임에 따라, 이들 간의 관계를 주의 깊게 살펴볼 필요가 있다. 그러나 지금까지의 스트레스 대처와 외상 후 성장과의 관련성을 살펴 본 국내외 연구들은 대부분 문제중심 대처나 사회적 지지추구 대처를 중심으로 이루어지고 있어(김현정, 함경애, 이동훈, 2014; 최승미, 2008; 한인영, 이인정, 2011; Waldrop & Resick, 2004), 회피중심 대처가 외상 후 성장에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 경험적 연구가 지지되지 않고 있다. 상담 개입에 있어 외상 후 성장을 촉진하는 것뿐만 아니라, 저해하는 요인을 살펴보는 것 역시 중요하다는 점에서 회피중심 대처가 외상 후 성장에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 추가적인 연구가 필요할 것으로 보인다. 또한 외상 후 성장과 스트레스 대처에 긍정적인 영향을 미치는 변인으로서 지각된 사회적 지지는 스트레스 대처와 외상 후 성장에 직접적인 영향뿐만 아니라, 스트레스 대처를 통해 외상 후 성장으로 나아간다는 연구결과들이 존재하나(박선정, 2015; 박선정, 정규석, 2016; Schaefer & Moos, 1998), 국내 연구에서 박선정(2015)은 대인외상에, 박선정과 정규석(2016)은 부모상실 경험 등 일부 트라우마 사건에 초점을 두고 있어 전반적인 트라우마 사건에 대한 변인 간의 관련성을 확인하기에는 어려움이 있다. 더욱이 지각된 사회적 지지가 반드시 긍정적인 효과만이 있는 것은 아니라는 상반되는 연구들이 제시되고 있어(윤명숙, 김남희, 2013; Brockhouse, Msetfi, Cohen, & Joseph, 2011; Cordova et al., 2001; Widows, et al., 2005), 변인들 간의 관계를 명확히 할 필요성이 제기된다. 외상 후 성장을 예측하는 또 다른 변인으로 제시된 정서적 자기노출 또한 자신에 대한 정

보나 감정, 생각 등을 솔직하게 상대방에게 표현함으로써 의사소통능력을 향상시키고 합리적 사고를 통해 스트레스를 능동적으로 대처할 수 있도록 하는 변인임에도(Journard, 1971), 국내에서는 정서적 자기노출과 스트레스 대처와의 관련성을 확인한 연구는 찾아보기 어려운 실정이다.

따라서 본 연구에서는 트라우마 이후 긍정적 변화에 영향을 미치는 외생변인으로서 지각된 사회적 지지 및 자기노출과 심리적 기제로서 인지과정인 스트레스 대처전략의 역할을 확인함으로써, 전반적인 트라우마에 대한 지각된 사회적 지지와 정서적 자기노출, 스트레스 대처전략, 외상 후 성장 간의 구조적 관계를 살펴보고자 한다. 나아가, 본 연구는 트라우마를 경험한 대학생 내담자를 대상으로 한 상담 현장에서 실제적으로 도움을 줄 수 있는 기초 자료를 마련하고자 한다. 일반적으로 사춘기와 성인기의 중간단계 있는 대학생들은 발달 과정상 의존적인 삶의 방식에서 벗어나 자율적인 삶의 방식을 접하게 되면서 관계에서의 어려움, 학업 및 진로 등 여러 가지 크고 작은 스트레스 상황을 스스로 극복해야 하는 과제가 주어진다. 이러한 시기에 적절한 사회적 지지를 제공받거나 자신의 정서를 표현함으로써 적절한 대처 전략을 취하는 것은 무엇보다 중요할 것으로 여겨지며, 외상 후 성장으로 나아갈 수 있는 계기가 될 것으로 사료된다. 최근 트라우마 치료연구에서 글쓰기를 통한 자기노출치료(백정미, 이민규, 2010)나 인지적 과정의 중요성을 고려한 외상 초점 인지행동 치료(서호준, 채정호, 2006)가 효과적이라 보고되고 있다는 점을 고려해 볼 때, 본 연구는 트라우마 상담 시 내담자가 트라우마를 개방하고 그에 대해 지지받고 대처

하는 부분에 있어 보다 효과적으로 개입할 수 있는 방안에 대한 경험적 근거를 제시해줄 수 있을 것으로 여겨진다. 구체적으로 본 연구가 설정한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 지각된 사회적 지지 및 정서적 자기노출과 스트레스 대처전략(문제중심, 회피중심, 사회적 지지 추구) 및 외상 후 성장 간의 관계는 어떠한가?

연구문제 2. 지각된 사회적 지지 및 정서적 자기노출과 외상 후 성장의 관계에서 스트레스 대처전략(문제중심, 회피중심, 사회적 지지 추구)이 매개하는가?

방 법

연구 참여자 및 자료수집 방법

본 연구에서는 서울, 부산, 경남, 충청, 제주, 전라 지역의 재학 중인 대학생을 대상으로 트라우마 경험 질문지 및 심리척도가 포함된 설문지를 제작하여 배부하였다. 연구자들은 학생들에게 연구 목적 및 설문지에 대한 설명을 한 이후 학생들의 동의를 얻어 설문을 실시하였으며, 설문지당 작성시간은 평균 20~30분이 소요되었다. 설문지는 1620부를 배포하여 최종 1309부가 회수되었다. 이 중 불성실하게 응답한 50부와 평균집단과 연령차이가 많은 응답지 68부를 제외하여 데이터 클리닝 이후 분석에 최종적으로 본 연구에서 사용할 설문지는 1197부였다. 연구 참여자들 중 가장 고통스러운 트라우마 사건으로 DSM-IV의 진단준거 A에 해당하는 사건(교통사고, 사고 및 상해, 전염성 재난, 자연 재난, 폭행강

도, 성추행 및 성폭행, 본인의 심각한 질병, 가까운 사람의 사망, 친한 친구의 사망)을 선택한 323부만을 분석하였다. 연구 참여자들의 성별은 남성이 114명(35.3%), 여성이 209명(64.7%)이었으며, 나이는 18세부터 29세까지였다. 본 연구에서는 설문에 참여한 연구 참여자들에게 소정의 사은품을 지급하였으며, 연구자의 소속기관으로부터 IRB 승인을 받아 연구윤리를 준수하였다.

측정도구

지각된 사회적 지지

본 연구에서는 연구 참여자들의 개인이 가족, 친구, 이웃 등을 통해 받는 지각된 지지를 의미하는 지각된 사회적 지지 수준을 측정하기 위해 Zimet, Dahlem, Zimet와 Farley(1988)이 개발하고 신준섭과 이영분(1999)이 변안한 사회적지지 다차원 척도(Multidimensional Scale Perceived Social Support: MSPSS)를 사용하였다. 사회적지지 다차원 척도는 가족지지 4문항(예, '내 가족은 나를 돕기 위해 진심으로 애썼다'), 친구지지 4문항(예, '내 친구들은 나를 돕기 위해 진심으로 애썼다. '), 주요타인지지 4문항('내가 필요할 때 내 옆에 함께 있어주는 특별한 사람이 있었다. ') 총 3개의 하위로 구성되어 있으며, 7점 Likert척도(1점 : 전혀 그렇지 않다 ~ 7점 : 매우 그렇다)로 구성되었다. Zimet 등(1988)의 연구에서 전체 Cronbach's α 는 .88로 나타났고, 신준섭과 이영분(1999)의 연구에서도 역시 각각 .89로 신뢰도가 높은 편으로 나타났다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .95이었다.

정서적 자기노출

본 연구에서는 연구 참여자들의 개인의 생각이나 가치, 느낌, 태도 등 여러 가지 개인적 경험들을 다른 사람에게 표현하는 경향성인 자기노출 수준을 측정하기 위해 Kahn과 Hessling(2001)이 개발하고 송현과 이영순(2013)이 국내에 알맞게 수정, 보완한 심리적 불편감 노출 척도(Distress Disclosure Index: DDI)를 사용하였다. 본 척도는 12문항 단일요인으로 구성되어 있으며, 5점 Likert척도(1점 : 전혀 그렇지 않다 ~ 5점 : 매우 그렇다)로 구성되었다. 구체적인 문항의 예는 '나는 속이 상하면, 보통 주변 사람들에게 마음을 털어 놓았다', '나는 기분이 나쁘면 그것에 관해 주변 사람들에게 이야기를 하였다' 등이 있다. 총 점수가 높을수록 개인이 자신의 심리적 불편감을 타인에게 노출하는 경향이 큰 것을 의미한다. 송현과 이영순(2013)의 연구에서 Cronbach's α 는 .93의 신뢰도를 보였고, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .84이었다.

스트레스 대처전략

본 연구에서는 연구 참여자들의 스트레스 상황에서 스트레스와 관련된 요인들을 해결하는데 필요한 인지적이고 행동적인 노력을 의미하는 대처전략을 측정하기 위해 Armirkhan(1990)이 개발하고 신혜진과 김창대(2002)가 국내에 타당화한 한국판 스트레스 대처전략 검사지(Korea Coping Strategy Indicator: K-CSI)를 사용하였다. 한국판 스트레스 대처전략 검사지는 대처 양식 유형에 따라 문제중심 11문항(예시, '문제가 실제로 얼마나 안 좋은지 보지 않으려고 애썼습니까?'), 사회적 지지 추구 11문항(예시, '친구나 친지들에게 문제에 대한 걱정이나 두려움에 대해 상의하였습니까?'),

회피 중심 11문항(예시, '대체로 사람들을 피했습니까?')의 3개 하위척도로 구성되어 있으며, 3점 Likert 척도(1점 : 전혀 하지 않았음, 2점 : 조금 했음, 3점 : 많이 했음)로 구성되었다. 각 하위요인의 총합 점수가 높을수록 해당 대처전략을 사용하는 정도가 높음을 의미한다. 신혜진과 김창대(2002)의 연구에서 Cronbach's α 는 사회적지지 추구가 .90, 문제중심이 .88, 회피중심이 .67으로 나타났으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 사회적지지 추구가 .90, 문제중심이 .93, 회피중심이 .80이었다.

외상 후 성장

본 연구에서는 연구 참여자들의 트라우마 이전의 적응 수준, 심리적 기능 수준, 삶의 자각 수준을 넘어서는 성장으로서 자기 및 세상에 대한 관점, 대인관계, 삶의 철학 및 영적 인식이라는 영역에서 변화를 측정하기 위해 Tedeschi와 Calhoun(1996)이 개발한 외상 후 성장 척도를 송승훈 등(2009)이 타당화한 한국판 외상 후 성장 척도(Korea Posttraumatic Growth Inventory: K-PTGI)를 사용하였다. 본 척도는 자기지각의 변화 5문항(예시, '나는 인생에서 무엇이 중요한지에 대한 생각이 바뀌었다'), 대인관계의 깊이 증가 6문항(예시, '나는 타인과의 관계에서 더 큰 친밀감을 느끼게 되었다'), 새로운 가능성의 발견 3문항(예시, '내 삶에 대한 새로운 계획이 생겼다'), 영적·종교적 관심의 증가 2문항(예시, '영적·정신적 세계에 대한 이해가 더 커졌다') 총 4개의 하위 척도로 구성되어 있으며, 6점 Likert 척도(1점 : 전혀 경험하지 않음 ~ 6점 : 많이 경험함)로 구성되었다. 총 점수가 높을수록 트라우마 경험 이후 외상 후 성장과 관련된 변화를 많이 경험했다는 것을 의미한다. 송승훈 등(2009)의

연구에서 전체 Cronbach's α 는 .92였고, 본 연구에서는 전체 Cronbach's α 는 .94로 나타났다.

분석방법

본 연구에서는 SPSS 21.0과 AMOS 21.0을 사용하여 수집된 자료를 분석하였다. 첫째, 연구 참여자들의 인구통계학적 정보를 알아보기 위하여 빈도 분석을 실시하였으며, 연구변인에 대한 정규성과 경향성을 확인하기 위해 기술통계를 실시하고 변인 간 관련성을 알아보기 위해 Pearson 이변량 상관분석을 실시하였다. 둘째, 척도의 신뢰도와 타당도를 확인하기 위해 AMOS 21.0을 사용하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 셋째, 모든 경로가 있는 기저모형을 두고 직접경로를 제거하는 모형들과 가장 좋은 적합도를 가진 연구모형을 확정하기 위해 $\Delta\chi^2$ 분석을 통해 실시하였으며, 확정된 연구모형으로 모형 적합도와 경로계수를 확인하기 위한 구조방정식 모형 분석을 실시하였다. 모형 적합도는 홍세희(2000)의 제안에 따라 χ^2 , CFI, TLI, RMSEA를 확인하였다. 넷째, 연구모형에서 유의한 경로계수를 토대로 Cheung(2007)이 제시한 팬텀변수를 생성한 후, Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트랩(bootstrap) 절차를 실시하여 매개효과의 통계적 유의성을 검증하였다.

결 과

주요 변인들의 기술통계 및 상관분석

본 연구의 주요 변인인 지각된 사회적 지지, 정서적 자기노출, 문제중심 대처, 사회적

표 1. 연구 변인들의 기술 통계 및 상관 분석 결과

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. 가족지지	-										
2. 친구지지	.600**	-									
3. 주요타인지지	.643**	.793**	-								
4. 정서적 자기노출	.126*	.351**	.238**	-							
5. 문제중심 대처	.165**	.200**	.231**	.197**	-						
6. 사회적지지 추구 대처	.313**	.409**	.412**	.438**	.556**	-					
7. 회피중심 대처	-.126*	-.107	-.026	-.024	.307**	.216**	-				
8. 자기지각의 변화	.227**	.262**	.281**	.182**	.516**	.428**	.182**	-			
9. 대인관계의 깊이 증가	.279**	.387**	.372**	.283**	.406**	.537**	.143*	.790**	-		
10. 새로운 가능성의 발견	.080	.154**	.140*	.213**	.469**	.358**	.279**	.764**	.686**	-	
11. 영적·종교적 깊이의 증가	.006	.034	.076	-.019	.161**	.063	.189**	.432**	.398**	.376**	-
평균	5.01	5.12	5.14	3.06	1.97	2.06	1.69	2.77	2.69	2.57	1.70
표준 편차	1.47	1.30	1.35	0.70	0.54	0.49	0.42	1.19	1.19	1.22	1.40
왜도	-0.73	-0.77	-0.72	0.08	-0.11	-0.12	0.40	-0.60	-0.64	-0.52	0.42
첨도	0.25	0.72	0.40	1.15	-0.76	-0.60	-0.41	-0.33	-0.22	-0.41	-0.83

주. * $p < .05$. ** $p < .01$

지지추구 대처, 회피중심 대처, 외상 후 성장의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 확인하고 변인 간 Pearson 이변량 상관계수를 확인하기 위해 상관분석을 실시하였다. 이때 외상 후 성장을 제외한 사회적 지지, 정서적 자기노출, 문제중심 대처, 사회적 지지추구 대처, 회피중심 대처는 단일변인이기 때문에 문항꾸러미(item-parcel)를 만들어 분석에 사용하였는데, Russell, Kahn, Spoth와 Altmaier(1998)의 제안에 따라 개수는 3개로 만들고 각 문항이 균등한 요인부하량을 갖도록 구성하였다. 또한 왜도와 첨도를 살펴본 결과, Kline(2005)이 제시한 3과 10을 넘지 않아 구조방정식 모델링 분석을 진행하는데 정규성과 경향성에 문제가 없

음을 확인하였다. 연구 변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도와 연구 변인들 간 관계를 확인하기 위해 분석한 결과는 표 1에 제시하였다.

측정모형 검증

본 연구에서 사용된 변인들의 측정모형을 검증한 결과 모형 적합도는 CFI와 TLI는 .90이상이면 수용가능하다는 Kline(2005)의 기준과 RMSEA가 .05~.08사이면 괜찮은 적합도라고 해석한다는 홍세희(2000)의 해석에 따라 적합한 것으로 확인되었다. 또한, 잠재변인을 구성하는 각 요인들의 .45~.93의 범위를 가져 최

표 2. 측정모형의 적합도

	χ^2	df	p	RMSEA	CFI	TLI
측정모형	323.505	137	.000	.065(.056-.074)	.951	.939

표 3. 측정모형의 모수추정치

	$\beta(B)$	$S.E.$	t
지각된 사회적 지지			
가족지지	.70(1)		
친구지지	.89(1.12)***	0.079	14.16
주요타인지지	.90(1.18)***	0.083	14.204
정서적 자기노출			
정서적 자기노출1	.92(1)		
정서적 자기노출2	.88(.88)***	0.041	21.403
정서적 자기노출3	.83(.91)***	0.046	19.582
문제중심 대처			
문제중심 대처1	.83(1)		
문제중심 대처2	.92(1.13)***	0.056	20.233
문제중심 대처3	.85(0.75)***	0.041	18.296
사회적 지지추구 대처			
사회적 지지추구 대처1	.85(1)		
사회적 지지추구 대처2	.87(1.10)***	0.061	18.105
사회적 지지추구 대처3	.76(0.69)***	0.045	15.258
회피중심 대처			
회피중심 대처1	.85(1)		
회피중심 대처2	.72(.80)***	0.07	11.554
회피중심 대처3	.71(.67)***	0.059	11.407
외상 후 성장			
자기지각의 변화	.93(1)		
대인관계의 깊이 증가	.86(.76)***	0.035	21.473
새로운 가능성의 발견	.82(.45)***	0.023	19.737
영적·종교적 깊이의 증가	.45(.19)***	0.023	8.366

주. *** $p < .001$

소 .40은 넘어야 한다는 이순목(2000)의 제안에 따라 모형을 구성하는 요인들에 문제가 없는 것으로 확인되었다. 측정모형에 대한 결과는 표 2, 3과 같다.

구조모형 검증

본 연구에서는 지각된 사회적지지 및 정서적 자기노출과 외상 후 성장과의 관계에서 대처전략(문제중심, 사회적지지 추구, 회피중심)의 매개효과를 확인하기 위해 매개모형을 설정하여 모형의 적합도와 매개효과의 유의성을

검증하였다. 또한, Satorra와 Bentler(2010)의 기저모형을 기준으로 내재된 모형 간 χ^2 차이검증을 통해 좋은 적합도를 가진 모형을 찾을 수 있다는 제안에 따라 모든 직접경로가 포함된 모형을 기저모형으로 설정하고, 모든 직접경로를 제약한 모형을 대안모형 1, 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장의 직접경로만 제약한 모형을 대안모형 2, 정서적 자기노출과 외상 후 성장의 직접경로만 제약한 모형을 대안모형 3으로 하여 모형 간 적합도 차이를 확인한 결과 대안모형 3(정서적 자기노출->외상 후 성장 직접경로 제거($\Delta\chi^2=.443, p=.506$))이

표 4. 연구모형 선택을 위한 $\Delta\chi^2$ 검증

	χ^2	df	p	RMSEA	CFI	TLI	$\Delta\chi^2$
기저모형	323.505	137	.000	.065(.056-.074)	.951	.939	
대안모형1	330.697	139	.000	.065(.056-.075)	.950	.938	7.192**
대안모형2	330.185	138	.000	.066(.057-.075)	.949	.937	6.680**
대안모형3	323.948	138	.000	.065(.056-.074)	.951	.939	.443

주. ** $p < .01$

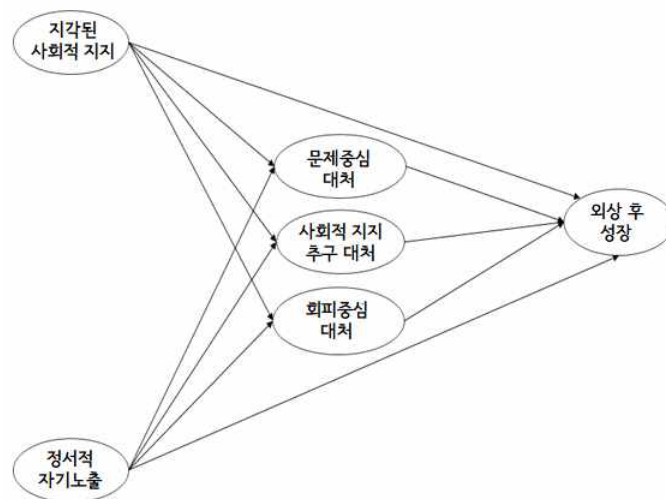


그림 1. 기저모형

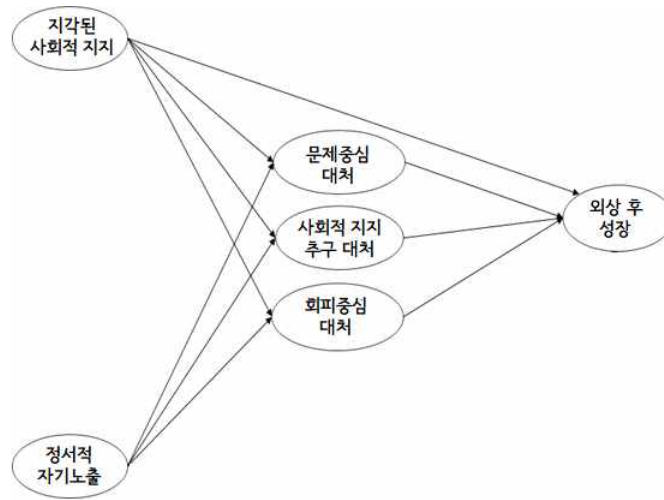


그림 2. 확정된 연구모형

경로를 제거했을 때 χ^2 차이가 통계적으로 유의미하지 않으면서 가장 좋은 적합도를 보여 연구모형으로 확정하였다. 구체적인 분석결과 는 표 4와 그림 1, 2와 같다.

연구모형의 경로계수를 확인한 결과, 사회적 지지가 외상 후 성장(=.164, $p < .01$), 문제중

심 대처(.192, $p < .01$), 사회적 지지추구 대처(=.362, $p < .001$)로 가는 경로는 통계적으로 유의미하였으나 회피중심 대처(=-.093, $p > .05$)로 가는 경로는 유의미하지 않았다. 또한, 정서적 자기노출이 문제중심 대처(=.139, $p < .05$)와 사회적 지지추구 대처로 가는 경로(=.367,

표 5. 연구모형의 경로계수 검증

경로	$B(\beta)$	S.E.	t
지각된 사회적 지지 → 외상 후 성장	.24(.164)	0.092	2.617**
지각된 사회적 지지 → 문제중심 대처	.081(.192)	0.027	2.97**
지각된 사회적 지지 → 사회적 지지추구 대처	.098(.362)	0.016	5.975***
지각된 사회적 지지 → 회피중심 대처	-.023(-.093)	0.017	-1.337
정서적 자기노출 → 문제중심 대처	.104(.139)	0.048	2.185*
정서적 자기노출 → 사회적 지지추구 대처	.175(.367)	0.029	6.046***
정서적 자기노출 → 회피중심 대처	.001(.003)	0.03	0.046
문제중심 대처 → 외상 후 성장	1.333(.387)	0.252	5.299***
사회적 지지추구 대처 → 외상 후 성장	.986(.182)	0.443	2.224*
회피중심 대처 → 외상 후 성장	.349(.059)	0.354	0.987

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

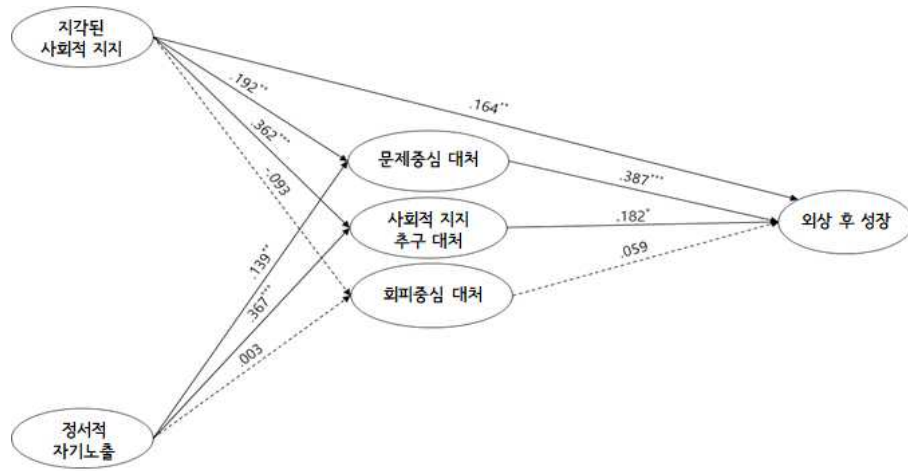


그림 3. 연구모형의 경로계수

주. 실선은 유의미한 경로를 의미하고 점선은 유의미하지 않은 경로를 의미함.

$p < .001$)는 통계적으로 유의미하였으나 회피중심 대처로 가는 경로($= .003, p > .05$)는 유의미하지 않았다. 대처전략별로 외상 후 성장으로 가는 경로를 확인한 결과, 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처는 외상 후 성장으로 가는 경로가 유의미하였다. 반면 회피중심 대처는 통계적으로 유의미하지 않았다. 결과는 표 5와 그림 3과 같다.

본 연구에서는 구조모형에서 유의한 매개경로에 각각의 매개효과 검증을 위해 Cheung (2007)이 제시한 팬텀변수를 만들고 Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트랩(bootstrap) 절

차를 실시하여 매개효과의 통계적 유의성을 검증하였다. 분석결과, 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장의 관계에서 문제중심 대처의 매개효과(.110, .033~.236)와 사회적 지지추구 대처의 매개효과(.097, .012~.223)는 95% 신뢰구간에 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의미하였다. 이는 지각된 사회적 지지가 높을수록 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처를 더 많이 사용하기 때문에 외상 후 성장에 이룰 수 있다는 것을 보여준다. 또한, 정서적 자기노출과 외상 후 성장의 관계에서 문제중심 대처의 매개효과(.139, .009~.333)와 사회적 지지

표 6. 부트스트래핑을 이용한 매개효과 검증

경로	비표준화 간접효과	95% 신뢰구간	
		하한	상한
지각된 사회적 지지 → 문제중심 대처 → 외상 후 성장	.110	.033	.236
지각된 사회적 지지 → 사회적 지지추구 대처 → 외상 후 성장	.097	.012	.223
정서적 자기노출 → 문제중심 대처 → 외상 후 성장	.139	.009	.333
정서적 자기노출 → 사회적 지지추구 대처 → 외상 후 성장	.174	.014	.370

추구 대처의 매개효과(.174, .014~.370)는 85% 신뢰구간에 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의미하였다. 이는 정서적 자기노출을 많이 하는 성향일수록 문제중심 대처와 사회적 지지 추구 대처를 더 많이 사용하기 때문에 외상 후 성장에 이를 수 있다는 것을 보여준다. 결과는 표 6과 같다.

논 의

본 연구는 트라우마 경험이 있는 대학생을 대상으로 지각된 사회적 지지와 정서적 자기노출이 상호작용하여 스트레스 대처전략(문제중심 대처, 사회적 지지추구 대처, 회피중심 대처), 외상 후 성장으로 가는 경로를 탐색하고자 하였다. 본 연구의 주요결과와 선행연구를 근거로 논의한 결과는 다음과 같다.

첫째, 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장으로 가는 경로를 검증한 결과, 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처가 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 지각된 사회적 지지가 외상 후 성장에 직접적인 영향을 미치기도 하지만 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처와 같은 관여 대처를 높임으로써 간접적으로 영향을 미친다는 것을 의미한다. 본 연구결과는 지각된 사회적 지지가 외상 후 성장에 있어 중요한 자원이며 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처가 외상 후 성장에 있어 주요 인지과정임을 입증하였으며, 사회적 지지와 외상 후 성장에서 적극적 대처의 매개효과가 유의하다는 선행연구결과와 맥락이 같다(박선정, 정규석, 2016; 성선진, 이재신, 2000; Cohen & Wills, 1985; Prado, Feaster, Schwartz, Pratt, Smith, & Szapocznik, 2004). 또한

본 연구결과는 사회적지지 수준이 높을수록 외상 후 성장을 예측한다는 다수의 연구결과와 일치하지만(박선정, 정규석, 2016; 유희정, 2012; 최승미, 김영재, 권정혜, 2013; Mo, Lau, Yu, & Gu, 2014; Park et al., 1996; Schroevers, Helgeson, Sanderman, & Ranchor, 2010; Weiss, 2004), 외상 후 성장과 사회적 지지는 유의한 상관관계가 없으며, 외상 후 성장에 있어 사회적 지지가 충분히 예측하지 못한다는 일부 결과와는 다소 일치하지 않는다(윤명숙, 김남희, 2013; Brockhouse et al., 2011; Widows et al., 2005). 이렇듯 상충된 결과가 도출된 이유는 연구자들마다 전반적인 트라우마 사건에 대해 살펴보거나(Park et al., 1996), 자연재해(Cieslak et al., 2009), 질병(Cordova et al., 2001; Mo et al., 2014), 상실(윤명숙, 김남희, 2013; Schroevers et al., 2010), 대리외상(Brockhouse et al., 2011) 등 특정 트라우마 사건에 한정해서 살펴보아, 트라우마 사건경험이 연구마다 일관되지 않은 것이 일부 원인이 되었을 것으로 추측된다. 트라우마 사건 그 자체도 중요하지만 어떤 트라우마 사건을 경험했느냐에 따라 다른 결과를 초래할 수 있다는 점을 고려해(Allen, 2005; Krupnick et al., 2004), 후속 연구에서는 트라우마 사건별로 사회적지지가 어떠한 영향을 미치는지 살펴볼 필요가 있다.

본 연구결과가 도출된 이유는 다수의 선행연구에서 밝혀진 바와 같이, 트라우마 경험자가 지각한 주요 타인들의 사회적 지지가 주요 심리적 보호요인으로 작용하기 때문임을 추측할 수 있다. 일반적으로 개인이 위협적이고 고통스러운 상황에 놓였을 때 주변인으로부터 느끼는 지지는 위협으로부터의 방어 기제로 작용하는데, 특히 가족, 친구 등 자신에게 소중한 다양한 사람들로부터 받는 따뜻한 격려

와 지지가 충분하다면 그 자체로도 트라우마 이후 성장할 수 있는 강력한 원천이 될 수 있다. 대학생의 경우, 발달과업이 친밀감인 만큼 의미 있는 타인과의 관계가 트라우마 이후 다시 삶을 회복하고 성장함에 있어 더욱 긍정적인 영향을 미치는 것으로 사료된다. 또한 지각된 사회적 지지는 트라우마 이후 불안함에 휩싸인 개인에게 있어 안정감을 제공할 뿐만 아니라, 이를 바탕으로 적응적으로 평가된 관여 대처인 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처를 사용하는 것을 확인할 수 있었다. 즉, 주요 타인들로부터 받는 지지는 트라우마 경험자들이 고통스러운 상황을 회피하기보다는 문제를 해결할 방법 및 계획을 수립해 개입하려는 문제중심 대처와 정서적 도구적으로 타인에게 접촉하거나 도움을 청하려는 사회적 지지추구 대처를 사용하도록 촉진시킴으로써, 트라우마 상황 속에서도 보다 잘 대처해 갈 수 있도록 돕는다. 나아가, 지각된 사회적 지지와 현실 및 세상과의 접촉을 기반으로 한 관여 대처 전략은 트라우마 경험자가 심리적 고통 속에서 머물게 하기 보다는, 충분히 문제를 바라보고 해결할 수 있도록 돕는 동시에 문제에 대한 새로운 시각을 제공하여 트라우마 이후 회복과 성장에까지 영향을 미치는 것으로 해석할 수 있다.

둘째, 트라우마 경험 대학생의 정서적 자기노출이 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처를 매개로 외상 후 성장에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 정서적 자기노출이 높을수록 관여 대처인 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처를 하게 되며, 문제중심 대처 및 사회적 지지추구 대처를 할수록 외상 후 성장 수준도 높아지는 것을 의미한다. 이는 타인과의 소통이 높을수록 자신의 문제를

해결하기 위한 문제 중심적 대처를 더 많이 함으로써 긍정적인 결과로 이어진다는 연구결과(Han et al., 2008)와는 비교적 일치하나, 자기노출이 외상 후 성장에 직접적으로 영향을 미친다는 연구결과(전유진, 2010)와는 일치하지 않는다.

본 연구에서는 정서적 자기노출이 외상 후 성장에 직접적인 영향을 미치지 않고, 문제중심 대처와 사회적 지지추구 대처를 매개로 간접적으로 영향을 미치는 경로가 적합한 것으로 나타났다. 이는 정서적 자기노출 자체가 외상 후 성장에 영향을 미치지보다는, 관련된 생각들과 감정을 표현하는 행동이 관여 대처를 촉진함으로써 적응에 영향을 미치는 것을 의미한다. 일반적으로 트라우마에 대한 자신의 감정과 생각을 노출할 때 자신의 정서적 반응을 이해하고 침습적 생각을 줄일 수 있게 되며, 자신뿐만 아니라 다른 사람들 역시 자신의 경험을 보다 이해할 수 있게 된다(Kennedy-Moore & Watson, 2001). 또한 자기노출은 트라우마로 인한 불안과 긴장을 해소시킴으로써 인지적 과정을 촉진시켜 보다 트라우마에 적응적으로 대처할 수 있게 되는데(송현, 이영순, 2013; Lepore, Fernandez-Berrocal, Ragan, & Ramos, 2004), 이 과정 속에서 개인은 자신과 세상에 대한 부정적인 생각들을 재구조화하여, 위협적인 부분들을 일관되고 위협적이지 않게 새로운 구조로 통합할 수 있게 된다(김현미, 정민선, 2015). 이렇듯 트라우마 생존자가 그들의 용어로 감정을 표현하고 처한 환경에 머무를 수 있을 때 적응적 인지대처가 가능하며, 이를 통해 정서적 수용과 통찰이 증가하여 외상 후 성장에 도달할 수 있다.

한편, 정서적 자기노출과 외상 후 성장의

직접적인 영향력이 없다는 본 연구 결과는 트라우마 사건으로 인한 극심한 정서적 고통을 타인에게 노출하는 것이 외상 이후 관여대처를 동반하는 데 있어 긍정적 요소로 작용하지만, 그 자체로는 오히려 자신이 처한 고통을 떠오르게 하거나, 노출로 인한 낙인(stigma)을 야기할 수 있어(Beals, Peplau, & Gable, 2009) 외상 후 성장에는 영향을 미치지 않는 것으로 해석할 수 있다. 이와 유사하게 Vogel과 Wester(2003), Vogel, Wade와 Hackler(2008) 역시 자기노출로 인한 예상된 유용성(anticipated utility)과 더불어 예상된 위험성(anticipated risk)에 대해 제시한 바 있다. 예상된 위험성이란 타인에게 자기 노출하는 것이 개인에게 무시, 오해 등을 느끼게 함으로써 실제 그들의 문제보다 개인을 더 악화시킬 수 있는 잠재적 위험을 말하는데, 이를 통해 자기노출 그 자체가 긍정적인 측면만 가지고 있지 않음을 확인할 수 있다.

덧붙여, 본 연구 결과에서 지각된 사회적 지지와 정서적 자기 노출 간 정적 상관이 있는 것으로 나타나, 지지적이고 안전한 사회적 맥락과 노출이 함께 고려되어야 함을 밝혔다. 트라우마에 대한 고통을 표현하고 또 주요 타인들에게 따뜻한 지지 받는 것이 개인의 내적 힘을 증가시키는데, 이는 적응적 대처와 외상 후 회복, 나아가 성장과 관련 되어질 것으로 추측할 수 있다.

셋째, 지각된 사회적지지 및 정서적 자기노출과 외상 후 성장에의 경로에서 회피대처의 매개효과가 통계적으로 유의하지 않았다. 이는 자기노출이 회피지향대처와 유사한 수동적 대처에 미치는 영향이 유의하지 않았다는 최연자, 이경완, 정춘화와 이애란(2009)의 연구 결과와, 회피 행동이 외상 후 성장과는 유의

미한 관계가 없었다는 박모란(2013)의 연구결과와 비교적 일치한다. 반면, 사회적 지지와 심리적 고통에서 회피대처가 유의하게 매개효과가 있다고 보고한 선행연구(Prado et al., 2004)와는 대조적이며, 사회적 지지가 적을수록 회피적 대처전략을 사용하고(정은주, 안창일, 2012) 회피적 대처를 사용할수록 트라우마 이후에 부정적인 결과를 일으킨다는 연구결과(Waldrop & Resick, 2004)와는 일치하지 않는다. 이는 연구자마다 사회적 지지와 정서적 자기노출에 대해 노출한 사람의 수(Sullivan, Schroeder, Dudley, & Dixon, 2010), 노출 정도 혹은 지각된 사회적지지(이진숙, 현명호, 2012), 실제 사회적지지 수준(Prado et al., 2004), 사회적 지지에 대한 반응(Mitchell & Hodson, 1983) 등 정의나 척도를 다양하게 혼동되어 쓴 것이 일부 원인이 되었을 것으로 판단된다.

본 연구 결과에서는 정서적 자기노출과 지각된 사회적 지지는 관여 대처(문제 중심, 사회적 지지추구)를 촉진시켜 외상 후 성장을 이끄는 적응적 맥락에서는 예측변인으로 작용하나, 정서적 자기노출과 지각된 사회적 지지의 부족이 상황을 회피하는 부적응적 대처를 높임으로써 외상 후 성장을 낮춘다는 부분과는 관련이 없음이 보고되었다. 본 연구결과에서의 통계적 수치들을 보면, 상관관계 분석 결과 수치는 낮지만 회피 대처와 외상 후 성장은 정적 상관을, 그리고 회피 대처와 가족 지지는 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이처럼 일부 변인들 간의 상관관계가 유의하나, 경로분석에서 유의하지 않다고 나타난 것은 다른 변인들의 영향력이 상대적으로 크게 반영되었기 때문일 수 있다. 또한 트라우마에 초점을 두어 적극적인 대처를 하지 않고 벗어나고자 하는 회피 대처들은 이후 심리적 불편

감 완화 혹은 이전 수준으로의 회복 등 소극적 수준까지에는 영향을 미칠 수 있을 지도 모르나, 이전 기능을 넘어선 외상 후 성장으로까지 도달함에 있어서는 충분히 영향을 미치지 못하는 것은 아닌지 일부 추측할 수 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 본 연구는 외상 후 성장에 영향을 미치는 대표적 인지과정인 스트레스 대처전략과 다양한 변인들을 살펴봄으로써 외상 후 성장의 전체적인 그림과 인지적 과정의 중요성을 제시하였다. 특히 사회적 자원과 연관되어 있는 지각된 사회적 지지와 자기노출에 대해 주목하여, 외상 후 성장에 대해 포괄적인 이해를 가져왔다는 점에서 본 연구는 의의가 있다. 또한 본 연구는 트라우마 이후 부정적 영향에 대해 주목하기 보다는 이를 극복하고 나아가는 성장에 대해 관심을 기울이고 연구를 진행함으로써, 트라우마를 병리적이라기보다는 예방 및 치료 차원에서의 중요성에 대해 강조하였다.

또한 본 연구는 트라우마 경험을 한 대학생의 상담 개입에 있어 방향성을 제시해 줄 수 있다는 점에서 의의가 있다. 본 연구결과는 사회적지지 자체만으로도 트라우마를 경험한 대학생에 있어 큰 힘으로 작용된다는 점을 시사한다. 따라서 상담 회기 초반에 사회적지지 자원들을 확인할 필요가 있는데, 단순히 인구사회학적 변인(가족 수, 거주형태)와 더불어 가족 친밀 정도, SNS 사용 유무 및 빈도, 동아리 활동, 주변대인관계(친구 수, 실제 지각한 지지) 등 폭넓게 사회적 지지체계를 세심하게 탐색하는 것이 필요할 것으로 예상된다. 또한 상담전문가도 마찬가지로 그들이 트라우마를 잘 극복하고 성장을 하도록 돕기 위해 주요 지지 자원으로써 안전한 상담 공간에서 따뜻한

지지와 격려를 제공하는 것이 필요하다.

지각된 사회적 지지와 더불어 자기 노출 역시 외상 후 성장에 간접적으로 영향을 미치는 주요 변인으로 작용하는 것이 밝혀졌다. 트라우마는 극심한 심리적 고통뿐만 아니라 수치심, 죄책감 등 부정적인 감정을 유발하기 때문에 타인에게 자신의 트라우마 경험을 노출하는 것은 상당한 용기가 필요한 작업이다. 하지만 트라우마 피해자가 부정적인 감정에 대해 말 할 기회가 줄어들면 그들의 감정을 통제하지 못한 무능력함에 고통스러워하고, 인지적 과정도 적어져 낮은 외상 후 성장을 보고하기 때문에(Cordova, Cunningham, Calson, & Andrykowski, 2001; 유희정, 2014에서 재인용), 자신의 감정을 노출하는 것이 보다 중요하다. 하지만 위에서 언급한 바와 같이, 본 연구에서 정서적 자기노출이 외상 후 성장에게 직접적인 영향을 미치지 않아 정서적 자기노출 그 자체로는 충분치 않다는 점 역시 확인되었다. 이를 고려할 때, 자기 노출방법에 대한 접근과 더불어 외상 후 성장을 이끄는 대처에 대한 교육 및 격려가 필요하다. 구체적으로 상담 장면에서는 우선 내담자가 안전하게 자기감정과 생각 등을 노출할 수 있도록 하기 위해 언어적 표현과 더불어 글, 그림 등으로 표현할 수 있도록 다양한 방법을 모색하는 것이 바람직하다. 또한 상담자는 내담자가 자기노출과 더불어 노출하는 것은 고통스럽지만 견디지 못할 정도는 아니라는 점을 깨닫게 하고 그들을 지지해주며(Kennedy-Moore, & Watson, 2001), 대처에 대해 교육하고 실행하도록 돕는 것이 필요하다.

본 연구에서 스트레스 대처의 경우, 지각된 사회적지지 및 정서적 자기노출과 외상 후 성장의 경로에서 문제중심 대처와 사회적 지지

추구 대처가 적응적인 인지과정으로 작용한다는 것이 확인되었다. 이에 따라 상담 장면에서는 현재 내담자가 사용하는 스트레스 대처 전략을 확인하고, 다양한 스트레스 대처의 유형 및 적응적으로 평가되는 관여 대처 대해 교육하고 실습하는 것이 중요하다. 어렵더라도 내담자가 스트레스에 직면하고 해결 방법에 대해 고안해보고, 두려움과 어려움에 대해 친구들에게 털어놓는 등 점차 문제 중심대처와 사회적 지지추구 대처를 사용함으로써, 외상 후 성장에 이르게 될 수 있을 것이라 예상된다. 이러한 과정에서 상담전문가는 내담자의 어려움을 공감하고 격려하는 것이 요구된다.

마지막으로 본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 아래와 같다. 첫째, 연구대상자가 대학생에 제한되어 있어 일반화하기에 어려움이 있다. 후속연구에서는 다양한 연령을 고려한 자료수집이 필요하다. 둘째, 성별, 트라우마 사건 유형, 고통 정도 등을 함께 고려하지 못했다. 성별과 트라우마 사건 유형에 따라 정서적 자기 노출 정도와 지각된 사회적 지지가 다르고, 고통수준이 높을수록 고통을 덜고자 타인에게 노출할 경향성이 크다는 점을 고려해볼 때(Kahn, Hucke, Bradley, Glinski, & Malak, 2012; Kennedy-Moore & Watson, 2001), 추후 연구에서는 본 연구결과를 확장하여 성별, 트라우마 사건 유형 및 고통 정도 등 변인들을 고려한 연구가 요구된다. 셋째, 정서적 자기노출에 있어 온오프라인을 함께 살펴봐야 한다. 최근 많은 사람들이 오프라인뿐만 아니라 온라인을 통해서 자기 개방을 하고, 사회적 네트워크를 형성하여 사회적 지지도 얻을 수 있게 되었다. 특히 SNS는 새로운 사회적 지지의 원천으로서 즉각적인 노출과 피

드백이 가능한데, SNS 상에서의 자기 노출은 사회적 지지를 더 많이 지각하도록 돕고 심리적 안녕감에 영향을 미친다고 보고되고 있다(홍누리, 안귀여루, 2014; Lee, Noh, & Koo, 2013). 이에 따라 후속연구에서는 현재 사회의 변화를 고려하여 정서적 자기노출을 살펴볼 필요가 있다. 넷째, 사회적 반응에 대한 세부적인 고려가 필요하다. 지각된 사회적 지지가 높고 낮음을 평가 하는 부분을 넘어서, 실제 노출 했을 때의 부정적 및 긍정적 반응 역시 중요함에 따라(Sullivan, 2010), 이에 대한 후속연구가 요구된다.

참고문헌

- 김현미, 정민선 (2015). 청소년의 자기노출, 사회적지지 및 의도적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향. *재활심리연구*, 22(1), 11-24.
- 김현정, 함경애, 이동훈 (2014). 실직자의 가족탄력성과 외상 후 성장의 관계에서 적극적인 대처방식의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(3), 787-804.
- 박모란 (2013). *경험회피, 정서중심 대처능력과 외상 후 성장의 관계*. 충북대학교대학원 석사학위논문
- 박선정 (2015). 관계 상실 경험 대학생이 지각한 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 의도적 반추의 매개효과. *학교사회복지*, 30, 71-94.
- 박선정, 정규석 (2016). 부모상실경험 대학생이 지각한 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향-가족탄력성, 의도적 반추, 적극적인 대처의 매개효과를 중심으로. *청소년복*

- 지연구, 18(2), 115-140.
- 백정미, 이민규 (2010). 스트레스 예방 훈련적 글쓰기를 통한 자기노출이 외상 경험에 미치는 효과. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 29(1), 125-145.
- 서호준, 채정호 (2006). 외상 후 스트레스 장애에 대한 인지행동치료의 최근 동향. *인지행동치료*, 6(2), 117-129.
- 서희재 (2005). 부모애착, 사회적 지지, 분리-개별화가 대학생의 적응에 미치는 영향. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 성선진, 이재신 (2000). 청소년의 자아존중감 및 사회적 지지와 스트레스 대처 방식과의 관계. *청주대학교 학생생활연구*, 22, 53-70.
- 송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현 (2009). 한국판 외상 후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구. *한국심리학회지: 건강*, 14(1), 193-214.
- 송현, 이영순 (2013). 회피애착과 외상 후 성장의 관계에서 정서적 자기노출의 매개효과. *상담학연구*, 14(6), 3753-3767.
- 신선영, 정남운 (2009). 삶의 의미와 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 성장적 반추를 매개변인으로. *가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 신연희, 안현의 (2004). 전문적 도움 추구 행동에서 접근요인과 회피요인의 상대적 중요성 고찰. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 2004(1), 259-260.
- 신준섭, 이영분 (1999). 사회적 지지가 실직자의 심리사회적 안녕감에 미치는 영향에 관한 연구. *한국사회복지학*, 37, 241-269.
- 신혜진, 김창대 (2002). 스트레스 대처 전략 검사 (Coping Strategy Indicator) 의 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 14(4), 919-935.
- 유희정 (2012). 외상 후 성장에 영향을 미치는 변인들 간의 구조적 관계. *부산대학교 박사학위논문*.
- 유희정 (2014). 탄력성과 고통지각이 외상 후 성장에 미치는 영향에서 사회적 지지와 의도적 반추의 매개효과. *상담학연구*, 15(1), 59-85.
- 윤명숙, 김남희 (2013). 부모상실 대학생의 외상 후 성장 영향요인. *가족과 가족치료*, 21(2), 177-201.
- 이경림, 박재국 (2007). 장애대학생의 대학생활 적응 실태 및 사회적 지지에 대한 인식. *특수아동교육연구*, 9(1), 289-308.
- 이동훈, 윤기원, 이수연, 이은선, 김정환 (2016). 대학생의 대인외상 경험이 외상 후 스트레스 (PTSD) 증상에 미치는 영향: 외상경험 관련 변인과 사회적 지지를 중심으로. *놀이치료연구*, 20(2), 95-117.
- 이동훈, 이수연, 윤기원, 최수정, 김시형 (2017). 성격 5요인, 외상 후 인지, 사건관련 반추, PTSD 증상, 외상 후 성장의 관계. *한국심리학회지: 일반*, 36(2), 241-270.
- 이순목 (2000). 요인분석의 기초. *교육과학사*.
- 이진숙, 현명호 (2012). 내현적 자기애의 부정적 평가에 대한 두려움, 소극적 대처와 지각된 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. *청소년학연구*, 19(4), 161-181.
- 전유진 (2010). 경찰공무원의 자기노출, 사회적 지지 및 의도적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향. *대구대학교 석사학위논문*.
- 전유진, 배정규 (2013). 자기노출, 사회적 지지 및 의도적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향. *인간이해*, 34(2), 215-228.

- 정진순 (2001). 시각장애인의 사회적 관계망이 생활만족도에 미치는 영향. 한림대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 정민선 (2014). 대학생의 자기노출, 사회적 지지와 외상 후 성장과의 관계에서 의도적 반추의 매개효과. 상담학연구, 15(1), 415-430.
- 정성인 (1998). 아동의 사회적 지지에 따른 일상적 스트레스 및 적응행동에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정윤선 (1993). 스트레스 대처방식과 행복·불행의 관계. 한양대학교 석사학위논문.
- 정은주, 안창일 (2012). 직장인의 직무 스트레스와 스트레스 대처 전략에 관한 성차 연구. 여성연구, 82(1) 137-162.
- 천성문, 최영미, 김미옥 (2015). 낙관성증진 프로그램이 학교폭력피해 중학생의 자아존중감과 스트레스대처방식에 미치는 효과. 재활심리연구, 22(2), 341-356.
- 최승미 (2008). 외상 후 성장 관련 변인의 탐색. 고려대학교 박사학위논문.
- 최승미, 김영재, 권정혜 (2013). 인지적, 문제해결적 행동 대처 및 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: PTSD 증상 수준에 따라. 인지행동치료, 13(2), 307-328
- 최연자, 이경완, 정춘화, 이애란 (2009). 자기노출 합리적 정서 훈련이 간호대학생들의 의사소통능력, 스트레스 대처방식 및 자기효능감에 미치는 효과. 정신간호학회지, 18(2), 186-196.
- 한인영, 이인정 (2011). 암환자의 외상후성장에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 사회복지연구, 42(2), 419-441.
- 함경애, 변복희, 천성문 (2011). 청소년의 감사성향과 심리적 안녕감과 관계: 스트레스 대처 전략의 조절효과. 상담학연구, 12(6), 2163-2176.
- 홍누리, 안귀여루 (2014). SNS를 통해 지각된 사회적 지지가 대학생의 사회불안과 정서에 미치는 영향. 한국심리치료학회지, 6(1), 91-104.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. Korean Journal of Clinical Psychology, 19(1), 161-177.
- Allen, J. (2005). *Coping with trauma: Hope through understanding*. Washington DC: America Psychiatric Publishing Inc.
- Amirkhan, J. H. (1994). Criterion validity of a coping measure. *Journal of Personality Assessment*, 62(2), 242-261.
- Antoni, M. H., Lehman, J. M., Kilbourn, K. M., Boyers, A. E., Culver, J. L., Alferi, S. M., ... & Price, A. A. (2001). Cognitive-behavioral stress management intervention decreases the prevalence of depression and enhances benefit finding among women under treatment for early-stage breast cancer. *Health Psychology*, 20(1), 20-32.
- 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(3), 366-395.
- Armirkhan, J. H. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The coping strategy indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 1066-1074.
- Beals, K. P., Peplau, L. A., & Gable, S. L. (2009). Stigma management and well-being: The role of perceived social support, emotional

- processing, and suppression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(7), 867-879.
- Berry, D. S., & Pennebaker, J. W. (1998). Nonverbal and verbal emotional expression and health. In G. A. Fava & H. Freyberger(Eds.), *International Universities Press stress and health series, Monograph 9. Handbook of psychosomatic medicine*(pp. 69-83). Madison, CT, US: International Universities Press, Inc.
- Brockhouse, R., Msetfi, R. M., Cohen, K., & Joseph, S. (2011). Vicarious exposure to trauma and growth in therapists: The moderating effects of sense of coherence, organizational support, and empathy. *Journal of Traumatic Stress*, 24(6), 735-742.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (Eds.). (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinician's guide*. Mahwah, NJ: Routledge.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2004). AUTHORS'RESPONSE:" The Foundations of Posttraumatic Growth: New Considerations". *Psychological Inquiry*, 15(1), 93-102.
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Triplett, K. N., Vishnevsky, T., & Lindstrom, C. M. (2011). Assessing posttraumatic cognitive processes: The event related rumination inventory. *Anxiety, Stress, & Coping*, 24(2), 137-156.
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual review of psychology*, 61, 679-704.
- Cheung, M. W. (2007). Comparison of approaches to constructing confidence intervals for mediating effects using structural equation models. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 14(2), 227-246.
- Cieslak, R., Benight, C., Schmidt, N., Luszczynska, A., Curtin, E., Clark, R. A., & Kissinger, P. (2009). Predicting posttraumatic growth among Hurricane Katrina survivors living with HIV: The role of self-efficacy, social support, and PTSD symptoms. *Anxiety, Stress, & Coping*, 22(4), 449-463.
- Clay, R., Knibbs, J., & Joseph, S. (2009). Measurement of posttraumatic growth in young people: A review. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 14(3), 411-422.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310.
- Cordova, M. J., Cunningham, L. L., Carlson, C. R., & Andrykowski, M. A. (2001). Posttraumatic growth following breast cancer: a controlled comparison study. *Health Psychology*, 20(3), 176-185
- Fratraro, J. (2006). Experimental disclosure and its moderators: a meta-analysis. *Psychological bulletin*, 132(6), 823.
- Frison, E., & Eggermont, S. (2015). The impact of daily stress on adolescents' depressed mood: The role of social support seeking through Facebook. *Computers in Human Behavior*, 44, 315-325.
- Han, J. Y., Shaw, B. R., Hawkins, R. P., Pingree, S., McTavish, F., & Gustafson, D. H. (2008). Expressing positive emotions within online support groups by women with breast cancer. *Journal of Health Psychology*, 13(8), 1002-1007.
- Helgeson, V. S., Reynolds, K. A., & Tomich, P. L. (2006). A meta-analytic review of benefit

- finding and growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 797.
- Hemenover, S. H. (2003). The good, the bad, and the healthy: Impacts of emotional disclosure of trauma on resilient self-concept and psychological distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(10), 1236-1244.
- Jourard, S. M. (1971). *Self-disclosure: An experimental analysis of the transparent self*.
- Kahn, J. H., & Hessling, R. M. (2001). Measuring the tendency to conceal versus disclose psychological distress. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(1), 41-65.
- Kahn, J. H., Huckle, B. E., Bradley, A. M., Glinski, A. J., & Malak, B. L. (2012). The Distress Disclosure Index: A research review and multitrait-multimethod examination. *Journal of Counseling Psychology*, 59(1), 134-149.
- Kennedy-Moore, E., & Watson, J. C. (2001). How and when does emotional expression help?. *Review of General Psychology*, 5(3), 187.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). New York: Guilford.
- Krupnick, J. L., Green, B. L., Stockton, P., Goodman, L., Corcoran, C., & Petty, R. (2004). Mental health effects of adolescent trauma exposure in a female college sample: Exploring differential outcomes based on experiences of unique trauma types and dimensions. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 67(3), 264-279.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Coping and Adaptation. *The handbook of behavioral medicine*, 282-325.
- Lee, K. T., Noh, M. J., & Koo, D. M. (2013). Lonely people are no longer lonely on social networking sites: The mediating role of self-disclosure and social support. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(6), 413-418.
- Lee, M., Song, Y., Zhu, L., & Ma, G. X. (2017). Coping strategies and benefit-finding in the relationship between non-disclosure and depressive symptoms among breast cancer survivors in China. *American Journal of Health Behavior*, 41(4), 368-377.
- Lepore, S. J., Fernandez-Berrocal, P., Ragan, J., & Ramos, N. (2004). It's not that bad: Social challenges to emotional disclosure enhance adjustment to stress. *Anxiety, Stress & Coping*, 17(4), 341-361.
- Lindstrom, C. M., Cann, A., Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2013). The relationship of core belief challenge, rumination, disclosure, and sociocultural elements to posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(1), 50-55.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17(1), 11-21.
- Maercker, A., & Langner, R. (2001). Persönliche Reifung (personal growth) durch Belastungen und Traumata: Validierung zweier deutschsprachiger Fragebogenversionen. *Diagnostica*, 47(3), 153-162.
- Mitchell, R. E., & Hodson, C. A. (1983). Coping with domestic violence: Social support and psychological health among battered women. *American journal of community psychology*, 11(6),

- 629-654.
- Mo, P. K. H., Lau, J. T. F., Yu, X., & Gu, J. (2014). The role of social support on resilience, posttraumatic growth, hopelessness, and depression among children of HIV-infected parents in mainland China. *Aids Care, 26*(12), 1526-1533.
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1996). Assessment and prediction of stress related growth. *Journal of personality, 64*(1), 71-105.
- Pennebaker, J. W. (1997). Writing about emotional experiences as a therapeutic process. *Psychological Science, 8*(3), 162-166.
- Prado, G., Feaster, D. J., Schwartz, S. J., Pratt, I. A., Smith, L., & Szapocznik, J. (2004). Religious involvement, coping, social support, and psychological distress in HIV-seropositive African American mothers. *AIDS and Behavior, 8*(3), 221-235.
- Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology, 45*(1), 18-29.
- Saha, R., Huebner, E. S., Hills, K. J., Malone, P. S., & Valois, R. F. (2014). Social coping and life satisfaction in adolescents. *Social Indicators Research, 115*(1), 241-252.
- Satorra, A., & Bentler, P. M. (2010). Ensuring positiveness of the scaled difference chi-square test statistic. *Psychometrika, 75*(2), 243-248.
- Schaefer, J. A., & Moos, R. H. (1998). The context for posttraumatic growth: Life crises, individual and social resources, and coping. *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis, 99-125*.
- Scheier, M. F., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of personality and social psychology, 51*(6), 1257.
- Schroevers, M. J., Helgeson, V. S., Sanderman, R., & Ranchor, A. V. (2010). Type of social support matters for prediction of posttraumatic growth among cancer survivors. *PsychoOncology, 19*(1), 46-53.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods, 7*(4), 422-445.
- Sullivan, T. P., Schroeder, J. A., Dudley, D. N., & Dixon, J. M. (2010). Do differing types of victimization and coping strategies influence the type of social reactions experienced by current victims of intimate partner violence?. *Violence Against Women, 16*(6), 638-657.
- Taft, C. T., Resick, P. A., Panuzio, J., Vogt, D. S., & Mechannic, M. B. (2007). Examining the correlates of engagement and disengagement coping among help-seeking battered women. *Violence and Victims, 22*(1), 3-17.
- Taku, K., Cann, A., Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2009). Intrusive versus deliberate rumination in posttraumatic growth across US and Japanese samples. *Anxiety, Stress, & Coping, 22*(2), 129-136.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation*. Newbury Park, CA: Sage.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The

- Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress, 9*(3), 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). "Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence". *Psychological Inquiry, 15*(1), 1-18.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2006). Expert companions: Posttraumatic growth in clinical practice. *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice, 291-310*.
- Thoits, P. A. (1995). Stress, coping, and social support processes: Where are we? What next?. *Journal of Health and Social Behavior, 53-79*.
- Tolsdorf, C. C. (1976). Social networks, support, and coping: An exploratory study. *Family process, 15*(4), 407-417.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Hackler, A. H. (2008). Emotional expression and the decision to seek therapy: The mediating roles of the anticipated benefits and risks. *Journal of Social and Clinical Psychology, 27*(3), 254-278.
- Vogel, D. L., & Wester, S. R. (2003). To seek help or not to seek help: The risks of self-disclosure. *Journal of Counseling Psychology, 50*(3), 351.
- Waldrop, A. E., & Resick, P. A. (2004). Coping among adult female victims of domestic violence. *Journal of family violence, 19*(5), 291-302.
- Weiss, T. (2004). Correlates of posttraumatic growth in married breast cancer survivors. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*(5), 733-746.
- Widows, M. R., Jacobsen, P. B., Booth-Jones, M., & Fields, K. K. (2005). Predictors of posttraumatic growth following bone marrow transplantation for cancer. *Health Psychology, 24*(3), 266-273.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment, 52*(1), 30-41.

원고접수일 : 2017. 09. 29
수정원고접수일 : 2018. 01. 19
게재결정일 : 2018. 03. 10

The Effects of Perceived Social Support and Self-disclosure on Posttraumatic Growth: The Mediating Effects of Stress Coping Strategy

Dong Hun Lee Si Hyeong Kim Su Yeon Lee Su Jung Choi

Sungkyunkwan University

This study was designed to explore the effects of perceived social support and self-disclosure on posttraumatic growth, including the mediating effects of stress coping on these relationships. A sample of 323 university students who have experienced a traumatic event were asked to complete the Perceived Social Support Scale, Self-Disclosure Scale, Stress Coping Scale, and the Posttraumatic Growth Scale. Results indicated a partial mediating effect of problem-focused coping and social support seeking coping on the relationship between perceived social support and posttraumatic growth. Second, a full mediating effect of problem-focused coping and social support seeking coping on the relationship between self-disclosure and posttraumatic growth exists. These results suggest that perceived social support and self-disclosure effect stress coping of students who have experienced traumatic events; potentially facilitating their posttraumatic growth. Based on these findings, implications for counseling and study limitations are discussed.

Key words : *trauma, undergraduate students, perceived social support, self-disclosure, stress coping strategy, posttraumatic growth*