

대인관계 외상과 외상 후 성장의 관계: 정신화와 정서기반대처의 매개효과

서 영 주

김 영 근[†]

인제대학교

본 연구는 대인관계 외상경험이 외상 후 성장에 이르는 과정에서 정신화와 정서기반대처가 매개하는지 구조방정식 모델을 통해 검증하고자 하였다. 본 연구를 위해 서울, 대구, 광주, 부산, 울산, 경기, 충청, 전라, 경상, 제주 지역의 성인 729명을 연구 대상으로 하여 대인관계 외상경험 질문지, 정신화 척도, 정서기반대처, 외상 후 성장 척도로 구성된 질문지를 사용하여 자료를 분석하였다. 연구 결과 대인관계 외상은 정신화, 정서기반대처, 외상 후 성장과 부적으로 유의미한 상관을 보였으며, 대인관계 외상이 외상 후 성장으로 가는 과정에서 정신화와 정서기반대처가 이중매개로 하여 완전 매개하는 것으로 나타났다. 이상의 결과를 바탕으로 대인관계 외상경험에 대해 성격적 요소로 정신화를 발휘한다면 정서를 허용하고 교정적 정서 체험을 하도록 하는 정서기반대처를 하여 외상 후 성장을 높일 수 있음을 밝혔다. 이로써 외현화, 정서조절, 대인관계 문제를 호소하는 향후 상담 실제에서 정신화와 정서기반대처의 탐색과 구체적 개입의 유용한 기초자료를 제공하는 것에 의의가 있다. 끝으로 본 연구의 한계점을 논의하였다.

주요어 : 대인관계 외상, 아동기 외상, 외상 후 성장, 정신화, 정서기반대처

[†] 교신저자 : 김영근, 인제대학교 상담심리치료학과, 경남 김해시 인제로 197
Tel : 055-320-4024, E-mail : ykkim@inje.ac.kr

서론

우리의 삶에서 한 번도 상처받지 않고 살아가는 사람이 있을까? 누구나 인생의 어느 한 시점에서 뒤돌아봤을 때, 주관적으로 느끼는 크고 작은 외상사건들의 연속 선상에 서 있음을 발견하게 된다. 많은 외상기억은 처리되지 못한 채 정서적 고통으로 남아 삶을 힘들게 하는데 이러한 외상경험은 심리적 갈등 및 심리적 문제를 일으키는 위험요인이 될 수 있다고 보고된다(이수림, 2012; 최승미, 2008; Tedeschi & Calhoun, 1995).

외상에 대해 Tedeschi와 Calhoun(2004)은 주관적으로 지각한 삶의 위기와 함께 삶을 뒤흔드는 사건으로써 정서적 고통 조절의 어려움으로 인한 부정적인 결과를 초래하는 스트레스 사건이라고 정의하였다. 이러한 외상의 형태를 Allen(2005)은 대인관계 관여도에 따라 대인관계 외상(interpersonal trauma)과 비대인관계 외상(impersonal trauma)으로 구분하였다. 대인관계 외상은 사람과 직접 관련된 외상사건으로, 주양육자와의 애착 외상(attachment trauma)을 비롯하여 가깝고도 중요한 대상의 고의적인 행동 및 태도에 의한 가정폭력, 신체학대, 성학대, 정서적 방임 등과 같은 사건들이 포함된다. 또한, 대인관계 외상은 비대인관계 외상과 달리, 오랫동안 반복된 특성으로 인하여 만성적(tenacious)이고 다양하면서 복잡한(diffuse) 증상으로(Allen, 2013) 정신과적 도움을 필요로 하는 경우가 많아서(Allen, 2005) 심리적 고통이 매우 크다는 것을 알 수 있다. 특히 어린 시절부터 경험되어 온 대인관계 외상일 경우는 심층적인 성격구조의 변화를 가져오기도 하는데 외현화, 정서조절의 어려움, 대인관계 문제, 경계선 성격장애 경향성, 신체화, 해리

증상 등(배미향, 조영아, 2014; 최은영, 안현의, 2011; 한수경, 정남운, 2014; Drapeau & Perry, 2004; Herman, 1992)의 후유증상을 보인다. 그러나 일반 성인들은 과거 대인관계 외상으로부터 만성화 혹은 내면화되어 걸음으로 드러나지 않는 경우가 많고, 이들이 상담에 의뢰되어서 현재의 증상과 연결 지어 대인관계 외상과 마주하게 된다. 따라서 일회성 외상과 다르게 지속적이고 반복된 대인관계 외상에 따른 심리 상담 및 치료 개입에 대한 구체적이고 깊은 이해가 필요한데 최근에 와서 관련된 연구가 조금씩 진행되고 있으나 아직은 미비한 실정이다.

한편, 대인관계 외상경험자가 후유증상을 보이는 경우와 달리 인간 내적인 성숙을 하는 경우가 있는데 이를 ‘외상 후 성장’(posttraumatic growth)이라 한다(Calhoun & Tedeschi, 1999; Zoellner & Maercker, 2006). 외상 후 성장은 힘든 외상사건을 극복하는 경험 안에서 개인이 지닌 성격 특성과 더불어 경험에 대처하여 분투한 결과로써 새로운 인생의 목표 설정, 대인관계의 깊이 증가 등으로 외상이전의 적응 수준보다 더 삶의 질적인 향상을 보이는 것을 의미한다(Tedeschi & Calhoun, 1996). 외상 후 성장은 외상경험에서 지각된 위협의 정도가 클수록 성장에 관한 지각 정도가 크고(Calhoun & Tedeschi, 2006), 개인의 무기력감, 통제 불가능과 사람에 대한 위협감을 경험했는가와 성장과 깊은 관련을 보인다(Linley & Joseph, 2004). 특히 중요한 사람과의 관계에서 비롯된 대인관계 외상은 한 개인의 삶에 강력한 영향력을 발휘하기 때문에 성장으로 가는 변인에 관심이 클 수밖에 없다. 외상사건을 극복하기 위한 구체적 전략에 관한 선행연구를 살펴보면, Schaefer와 Moos(1992)는

인지적 평가와 대처를, Tedeschi와 Calhoun (2004)은 침투적 반추(intrusive rumination), 숙고적 반추(reflective rumination)와 사회적 지지를 꼽았다. Linley와 Joseph(2004)은 사건에 대한 평가, 대처 과정, 사회적 지지, 종교, 정서 등을 주목하였고, Park(2008)은 의미재구성 과정을 중요하게 보았다. Triplett, Tedeschi, Cann, Calhoun과 Reeve(2012)의 연구에서 침투적 반추가 시간의 경과에 따른 숙고적 반추로 수행하게 되는 것에 탈중심화가 조절하는 것으로 보고되었다. 이러한 전략들은 주로 외상 전반에 대한 연구이다. 자신에게 중요한 사람과 직접적 관련이 높은 대인관계 외상은 심리적 고통이 매우 크고 어린 시절부터 만성화되어 경험 회피가 두드러지므로 성장으로 가기 위한 차별화 된 대처 전략이 면밀히 검토되어야 할 것이다. 그러나 기존의 연구들을 살펴보면 대인관계 외상을 중심으로 한 경험연구가 부족하고, 비대인관계 외상과의 비교연구에 그치고 있는 실정이다. 대인관계 외상경험 후 성장을 다룬 연구들을 구체적으로 살펴보면, 박지은과 정남운(2016)은 대인관계 외상경험자들이 비대인관계 외상경험자들보다 외상 후 부정적 인지수준이 높다고 하였고, 이수림(2012)은 외상유형이 긍정적 대처, 사회적 지지와 회피적 대처가 매개하여 외상 후 성장에 긍정적 결과를 초래한다고 보고하였다. Bellizzi와 Blank (2006)는 대인관계 외상과 외상 후 성장의 관계에서 문제 중심적 대처가 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났고, 윤명숙과 박아란(2015)은 청소년들의 대인관계 외상과 성장의 관계에서 문제중심적인 대처가 조절효과를 가지는 것으로 나타났다. 이처럼 대인관계 외상이 외상 후 성장 정도에 영향을 주는 요인에는 차이가 있으나 대인관계 외상이 외상의 정도가

더 깊고 성장 정도가 일관되게 더 낮다고 보고되면서(박지은, 정남운, 2016; 윤명숙, 박아란, 2015; 이수림, 2012) 대처의 중요성이 부각된다. 한편, 박은주(2013)는 성인애착과 대인관계적 외상 후 성장의 관계에서 정신화 능력이 매개효과를 가지는 것으로 밝혔다. 또한, 김태사와 안명희(2013)는 외상 후 성장에 자기대상과 정신화가 매개하여 유의한 효과를 나타내었다. 따라서 대인관계 외상과 외상 후 성장의 과정에서 정신화와의 관련이 밝혀진다면 대인관계 외상에 대한 기초자료가 마련되어 상담을 진행할 때 효과적으로 개입할 수 있을 것이다.

대인관계 외상경험으로 인하여 후유증상을 보이는 내담자 세계 속으로 들어가 보면, 혐오, 무력감, 혹은 두려움에 떨고 있는 상처받은 아이를 만나게 된다. 이들의 초기 기억은 암묵적 절차 기억과 감정 기억으로 뇌에 부호화되어 비슷한 상황에서조차 인식된 위협에 직면해 얼어붙거나 도망가려는 자율신경계의 저차원(low road)으로 기능하기(Ledoux, 1998) 때문에 회피 대처를 한다. 게다가 매우 고통스럽고 부정적인 관계 경험이 파편화된 기억으로 저장되어 소통에 어려움을 겪는다. 즉 암묵적 기억(implicit memory)의 외상기억은 피가 흐르는 장면이나 학대자의 거친 호흡들이 현재 속에서 생생하지만, 장벽 뒤에 숨어있어 제대로 처리할 수도 없거나 너무 강렬해서 오히려 공격받는 느낌의 ‘급소’ 반응(‘sore spot’ reaction)을 일으킨다(Greenwald, 2005). 이러한 반응은 외상 기억에 다가갈 때 매우 불편하고, 정서적 고통에 시달리며, 혼란스러운 것과 관련되어 있다. 이처럼 대인관계 외상의 경험은 정서와 연합한 정서경험들을 있는 그대로 체험하기보다 정서기억체계가 신피질(neocortex)과

따로 작동하게 되어 스스로 통제하려고 시도한다. 나아가 부정적 지각과 회피 대처는 적응에 어려움을 더하고, 한 개인의 성격 형성에도 많은 영향을 미친다(Gladstone, Parker, Wilhelm, Mitchell, & Austin, 1999). 따라서 대인관계 외상경험에 접근할 때, 고통스러운 정서 자극에 대해서 회피하기보다 신뢰질이 활성화되는 고차원(high road)의 높은 정신화 기능과 함께 정서기반대처(emotion-based coping)를 이끌어야 대인관계 외상 후 성장을 꾀할 수 있을 것으로 예상된다.

정신화란 의도적인 마음 상태의 관점에서 사람들의 행동을 인식하고 이해하며, 그들이 생각하고 느끼는 것을 상상하는 능력이다(Fonagy, 2008). 이는 자신과 타인의 행동과 의도를 이해하는 과정으로 직관적, 전 의식적이며 재빠른 정서반응이라 할 수 있다(Fonagy, 2001). 이러한 정신화는 생득적인 거울 뉴런(mirror neuron)을 기반으로 영아가 모와 안정 애착을 형성하는 과정에서(Adler-Tapia, 2012; Wallin, 2007) 감정적인 접촉으로 신호를 서로 교환하여 이해했다는 최초의 느낌을 발전시켜 획득해 나간다. 또한, 정신화는 언어와 마찬가지로 발달 소인이 선천적으로 부여된 것이지만 일정한 사회적 맥락에서 타인의 경험을 학습하는 것이다(Bauer, 2006). 따라서 대인관계 외상경험자들은 대인간 신뢰를 바탕으로 획득하는 정신화의 발달에 어려움을 겪게 된다. 최근 정신화 기능에 대한 신경학적 근거에 대해 살펴보면, 정신화는 전두엽의 광범위한 부위에서 결정적 역할을 하고 있다. 전두 대상 피질(anterior cingulate cortex)과 전전두엽 피질(prefrontal cortex)의 활성화는 정신화하는 데 있어 정서상태에 대해 예측, 판단하는 핵심 소임을 수행하는 것으로 시각과 언어 영역 모두

에서 높은 관련을 보인다(Frith & Frith, 2003; Gallagher et al., 2000). 전두엽은 의식 활동의 중추로 정서를 바탕으로 행동을 예견하여 성격을 표상하는 것으로 볼 수 있다(Carter, 1998). 이러한 점을 부각해 보면 정신화는 기질에서 발현된 성격적 요소로 볼 수 있으며, 기질은 시간과 상황 속에서도 변하지 않지만 성격은 노력에 의해 바뀔 수도 있는 것이다. 또한, Bateman와 Fonagy(2012)에 의하면 정신화의 기능은 암묵적 정신화와 명시적 정신화로 나누어 전자는 자신과 타인의 상태에 대해 무의식적 과정이며, 후자는 의식적인 노력을 통해 이루어진다고 하고, 내용은 인지적 측면과 정서적 측면이 있다고 한다. 이러한 정신화의 축진은 부모자녀관계, 대인관계 개선 및 적응 등의 심리치료에 응용된다. 게다가 정신화를 기반으로 한 상담교육프로그램을 개발하여 개인의 정신화 수준을 높이고, 집단교육 프로그램 및 개인 상담에서도 활용되고 있다(Kartered & Bateman, 2012).

또한, 외상연구에서 정신화를 구체적으로 살펴보면 정신화 능력 수준과 PTSD 간의 관계가 부적 상관을 보였고(Markowitz, Milrod, Bleiberg, & Marshall, 2009), 외상 후 성장에 정신화가 매개 하는 것으로 밝혀졌다(김태사, 안명희, 2013; 박은주, 2013). 김경은(2016)의 연구에서는 정신화와 성장적반추가 순차적으로 매개하여 외상 후 성장에 영향을 주는 것으로 나타났다. 이와 같이 이미 개인 내면에 자리하고 있는 타인과의 상호조절에 의한 정신화 능력이 발달하면 대인관계 외상 후 성장을 촉진하는 요인이 되어 매개 효과를 가질 것이라는 가정이 충분히 가능하다. 그러나 강한 정서가 불러일으켜지는 장면에서 정신화가 방해 받는다고 한다(Fonagy et al., 1995). 기존의 선

행연구에서 정신화 능력이 정서와 관련한 정보에 대한 접근과 정서적 대처 양식의 차이에서 비롯되어 외상 후 성장에 차이가 있을 것으로 보았는데(김태사, 안명희, 2013), 이는 정서를 중심으로 하는지 또는 회피하고 있는지는 검토되고 있지 않아 미흡한 점이 있다. 따라서 본 연구는 대인관계 외상 후 성장을 촉진하는 정신화 능력과 함께 정서를 재구성하는 정서기반대처와의 관계를 밝혀보고자 한다.

본 연구에서 정서기반대처는 Greenberg와 Safran(1987)의 고통스러운 경험의 허용에 근거하여 하위요인으로 정서인식, 정서처리, 정서표현으로 새롭게 구성하였다. 대인관계 외상 기억은 처리되고 소화될 때까지 장벽 뒤에 숨어있기 때문에 다양한 자원을 동원해도 처리가 쉽지 않다. 즉 급소 반응이 너무 강렬하게 일어나서 정서에 다가가기 어렵기 때문에 보다 쉽게 접근할 수 있는 행동적 전략과 인지적 전략에 초점을 두고 진행되어 왔다(Garnefski, Kraaija, & Spinhoven, 2001). 그러나 외상경험에서 문제 중심적 대처가 외상 후 성장에 긍정적 영향을 주었고, 대인관계 외상에서 문제 중심적 대처를 한다는 것은 정서를 중심으로 반응하는 대처가 필요하다는 건데, 정서 중심적 대처의 개념에는 문제나 상황을 직접적으로 변화시키려는 노력이 아닌 것들을 정서 중심적 대처로 묶고 있다(Scheier, Matthews, & Carver, 1986). 즉, 기존 연구의 대처 척도들은 정서 중심적 대처라는 개념 안에 기능이 다른 대처들이 혼재되거나, 정서표현 등의 정서를 매개로 한 대처 차원을 적절하게 포함하지 않은 개념과 측정도구의 제한점을 지니고 있어(최해연, 민경환, 2003), 정서기반대처라는 새로운 개념을 제시하였다. 최근 합의된 정서 역할에 대한 구체적인 핵심은 인간

의 기능이 정동-인지 단위의 집합이며, 이러한 정동-인지 구조들은 고도로 통합되어 있고 치료에 있어서 중요한 핵심이라는 것이다(Greenberg, 2012). 예를 들면, 발전된 인지 치료의 주요양식(Beck, 1996)에서 신념을 넘어서는 개념적, 정서적, 행동적, 생리적 그리고 동기적 요소들을 포함한 방법은 Greenberg, Rice와 Elliot(1993)의 개념과 상당한 측면에서 비슷한 정서도식을 살펴볼 수 있다. 따라서 불편한 정서를 새로운 정서로 변화시키기 위해서는 정서가 활성화(Greenberg, 2012)되는 정서기반대처가 필요하다. 정서 기억구조는 기억 재구조화 과정 중에서 새로운 경험들이 더해지면 활성화되고, 자동적인 정서적 반응이 발생하게 된다. 이때 신체적 감각 경험의 상징화와 이야기 구성은 새로운 의미 창조를 하게 한다(Greenberg, 2012; Greenberg & Safran, 1987). 본 연구에서의 정서기반대처는 고통스러운 감정이 해소되는 정서의 변화에 초점을 두고 살펴보기로 한다. 첫 단계는 먼저 고통스러운 감정을 인식하여 이전에 회피했던 감정에 재접근하여 이를 허용하며, 그런 다음 경험을 자기의 일부로 수용하게 되는 것이다. 정서를 기반으로 하는 전략은 내담자가 자신의 내적 경험에 주의를 기울이는 데 초점을 둬으로써 이전에는 접근할 수 없었던 내적 자원에 다다르게 되며, 새로운 대처 방식을 습득하게 된다고 한다. 그러나 정서를 기반으로 하는 전략이 반복적으로 이루어지지 않는다면 그와 유사한 상황에 노출되었을 때 여전히 괴로운 정서를 경험할 수 있다(김영근, 김창대, 2015). 따라서 정서인식, 정서처리 및 정서표현의 과정은 대체로 내담자가 경험했던 정서 강도에 따라 한두 번의 과정으로 충분히 이루어질 수도 있지만 여러 번 반복해서 외상경험에

수반되는 정서를 다루어야 한다(Paivio, Hall, Holowaty, Jellis, & Tran, 2001). 즉 정서기반대처가 정서를 재구성하면서 경험의 의미를 수용하게 되고, 이러한 과정을 통해 외상 후 성장이 촉진될 것으로 본다. 이와 관련하여 기존 정서 전략은 문제 중심적 대처와 정서 중심적 대처의 두 가지 유형으로 구분해왔다(Lazarus, 1993). 문제 중심적 대처는 문제행동이나 환경에 직접 변화시키려는 노력을 말하지만, 정서 중심적 대처는 상황과 관련된 정서적 고통을 관리하는 방법으로 역기능적이기 쉽다고 보고되어왔다. 그러나 Stanton, Kirk, Cameron과 Danoff-Burg(2000)가 개발한 정서 접근적 대처에서 정서처리(emotional processing) 대처는 정서의 의미를 탐색하고 이해하기 위한 시도를 의미하며, 정서표현(emotional expression) 대처는 정서 경험을 소통하고 상징화하기 위한 언어적, 비언어적 시도를 의미한다. 최근 연구에서 이러한 정서기반대처는 문제 중심적 대처와 정적 상관을 보이고 회피적 대처와는 관련이 없는 것으로 밝혀졌고(Stanton et al., 2000), 문제 중심적 대처와 접근적 대처가 외상 후 성장에 유의미한 정적 상관을 나타내고 외상 후 성장이 높다는 연구 결과가 보고되고 있다(이수림, 2012; 최승미, 2008; Armeli, Gunthert, & Cohen, 2001). 또한, 정서 인식과 외상 후 성장의 관계에서 정서표현이 긍정적 영향을 미치는 결과를 보였다(송현, 이영순, 2012). 게다가 정서처리와 정서표현 능력이 외상 후 성장에 미치는 영향을 살펴본 연구(Manne et al., 2004)는 정서표현을 많이 한 집단에서 외상 후 성장의 영향이 긍정적인 결과를 보였다. 일반인을 대상으로 한 연구(Yanez, Stanton, Hoyt, Tennen, & Lechner, 2011)에 의하면 정서처리와 정서표현의 정서기반대

처가 외상 후 성장에 유의미한 영향을 미치는 것으로 보고되었다.

본 연구에서는 대인관계 외상이 성격 형성에 많은 영향을 미치는 점과 외상경험의 재현은 괴로움을 동반하지만, 외상사건을 의미화(meaning)하여 성장으로 이끈다는(McFarlane, Yehuda, & Clark, 2002) 점에 주목하여 성장에 이르는 변인으로 정신화와 정서기반대처가 매개하는지를 검증하고자 한다. 그러나 선행연구에서 대인관계 외상과 외상 후 성장의 관계에서 정신화를 다룬 경험연구가 미미하고, 정신화와 정서기반대처의 관계를 다룬 연구는 더욱 부족한 실정이다. 정신화와 정서를 함께 다룬 선행연구를 살펴보면, 김찬양(2015)은 정신화가 정서조절곤란에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이현주(2012)의 연구에서는 정신화가 높을수록 부정적 정서가 유의미하게 감소되었다고 밝혔다. 따라서 대인관계 외상경험자가 높은 수준의 정신화를 보유하고 있다면, 이는 성격적인 요소로 발휘되어 정서기반대처를 강화시키고 성장으로 이끌 것이라 추론하고 이를 밝혀 보고자 한다. 본 연구를 통해 정신화와 정서기반대처의 매개 효과가 검증된다면, 대인관계 외상경험자들이 외상 후 성장에 이르는 과정에 대해 구체적인 설명과 함께 성장에 이르는 변인을 확인하고 이를 통해 외현화, 정서조절, 대인관계 문제를 완화하는 데 도움이 되는 기초자료를 제공하는 결과를 기대할 수 있다.

이에 본 연구의 목적은 대인관계 외상경험과 외상 후 성장 간의 관계에서 어떤 변인이 궁극적으로 외상 후 성장에 이르게 되는지 확인하기 위해 정신화와 정서기반대처를 매개요인으로 가정하였고, 변인들 간의 관계를 알아보고자 한다. 본 연구의 연구문제는 다음과

같다. 첫째, 대인관계 외상, 정신화, 정서기반 대처 및 외상 후 성장의 관계에 대한 연구모형이 적합한가? 둘째, 대인관계 외상, 정신화, 정서기반대처 및 외상 후 성장 간의 관계는 어떠한가?

방 법

연구 대상

본 연구 대상은 서울, 대구, 광주, 부산, 울산, 경기, 충청, 전라, 경상, 제주 지역을 중심으로 만 18세 이상의 성인에게 연구에 대한 안내와 동의를 구한 후 설문지 1,000부와 온라인 설문을 시행하였다. 이 중에서 설문지 801부와 온라인 120부를 수거하여 대인관계 외상 경험이 전혀 없거나, 있다고 응답하였어도 대인관계 경험의 타당도 척도에서 부정오류에 해당하는 자료 192부를 제외한 729명의 자료가 분석에 사용되었다. 729명 중 남자 230명(31.6%), 여자 499명(68.4%)이었으며, 연구 참여자 평균연령은 35.4세였다.

측정 도구

대인관계 외상경험

성인의 대인관계 외상을 측정하기 위해 Bernstein과 Fink(1998)가 개발한 아동기의 외상 질문지(Childhood Trauma Questionnaire: CTQ)를 유재학, 박지선, 박두흠, 유승호와 하지현(2009)이 번안 및 타당 화한 한국판 척도(K-CTQ)를 사용하였다. K-CTQ는 25문항의 5요인(정서학대, 성 학대, 신체학대, 정서적 방임, 신체적 방임)과 3문항의 타당도 척도로 구성되어 있

다. 이 척도는 5점 Likert 척도로 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘항상 그랬다’ 5점으로 평정하고, 25개의 문항 중에 2, 5, 7, 13, 19, 26, 28은 역채점을 하게 되어있으며 총점이 높을수록 아동기에 경험한 대인관계 외상의 수준이 심각함을 보여준다. 예시문항을 제시하면 “우리 가족 중에 나를 미워한 사람이 있다”, “회초리, 벨트, 나무 막대 등 단단한 물건으로 맞았었다”, “나를 돌봐주고 보호해 주는 사람이 있었다” 등이 있다. 유재학 등(2009)의 연구에서 척도개발자들과 유사한 요인구조를 보인다고 하였고, 본 연구에서 역시 5요인 구조를 보였다. 유재학 등(2009)의 연구에서 내적 합치도는 .77-.83이며 전체는 .79이었고, 본 연구에서 산출된 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .89였다.

외상 후 성장

외상 후 성장을 측정하기 위해 송승훈, 이홍석, 박준호와 김교현(2009)이 Tedeschi와 Calhoun(1996)의 미국판 PTGI 개발연구에서 사용된 외상 후 성장 척도를 번안하고 타당화한 한국판 척도(K-PTGI)를 사용하였다. K-PTGI는 16문항의 4요인(자기지각의 변화, 새로운 가능성의 발견, 대인관계 깊이 증가, 영적·종교적 관심 증가)으로 구성되어 있으며, 6점 Likert 척도로 외상경험 이후에 나타난 긍정적 변화에 따라 ‘경험 못 함’ 0점에서 ‘매우 많이 경험’ 5점으로 평정하도록 구성되어있다. 예시문항을 제시하면 “나는 인생에서 무엇이 중요한지에 대한 생각이 바뀌었다”, “내 삶이 가치 있음에 감사하게 되었다” 등이 있다. 송승훈 등(2009)의 연구에서 내적 합치도는 .70-.91이며 전체는 .91로 나왔다. 본 연구에서 산출된 내적 합치도는 전체 .93이었다.

정신화

정신화 능력을 측정하기 위해 박세미(2016)가 일반 성인을 대상으로 하는 정신화 척도(Self-Rated Mentalization Questionnaire: SRMQ)를 개발하고 타당화한 자기보고식 척도를 사용하였다. SRMQ는 25문항의 4요인(경직된 사고, 타인의 마음에 대한 확신, 자기 및 타인 성찰, 정서 인식 실패)으로 구성되어 있으며 5점 Likert 척도로 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점으로 평정하고, 자기 및 타인 성찰의 6문항을 제외한 나머지 19문항의 점수를 역산해 정신화 총점이 높을수록 정신화의 정도가 높음을 의미한다. 예시문항을 제시하면 “나는 왜 그런 방식으로 행동했는지에 대해 생각한다”, “내가 뭔가를 느낀다는 것은 알지만, 그 감정이 무엇인지는 모른다”, “나는 다른 사람의 마음을 잘 읽는다” 등이 있다. 그러나 박세미(2016)의 연구에서 지적하였듯이 4요인의 점수를 합한 총점을 활용해서 정신화를 측정하는 데 있어 오류가 있을 수 있다. 선행연구에서와 같이 ‘타인의 마음에 대한 확신’ 요인이 ‘자기 및 타인 성찰’과 유의미한 정적 상관관계를 보였다. 또한, 4요인 구조를 위계적 2차 요인 모형으로 하여 확인적 요인분석을 시행한 결과, 모형 적합도($df=271, N=729$) = 1257.75, $p < .05$; CFI = .88; TLI = .86; RMSEA = .07(.07-.08)가 만족스럽지 못하였고 ‘경직된 사고’의 9문항이 요인 부하량 .38로 적합하지 않게 나와서 4요인 구조로 묶이지 않았다. 따라서 25문항의 모든 문항을 사용하기 위해 문항꾸러미를 제작하였다. 문항꾸러미를 위해 요인분석의 적합성 검정인 Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)의 표준적합도와 Bartlett의 구형성 검정 결과, KMO의 표준적합도 값은 .89로 나타나 .5보다 컸으며, Bartlett의 구형성 검정 유의도

는 .000으로 요인 분석에 적합하다는 결과가 산출되었다. 다음으로 확인적 요인분석을 시행하여 요인부하량에 따라 각각 9개와 8개의 문항꾸러미를 제작하여 정신화 1-3으로 명명하였다. 박세미(2016)의 연구에서 내적 합치도는 .76-.85로 전체는 .77이었으며, 본 연구에서 산출된 합치도 계수는 .67-.75이었고, 전체는 .87이었다.

정서기반대처

정서기반대처는 Greenberg와 Safran(1987)의 고통스러운 경험의 허용에 근거하여 정서가 활성화되면 자기 지각의 변화와 새로운 의미 발견 등의 역할을 하게 될 것으로 보고 정서 인식, 정서처리, 정서표현을 하위요인으로 하여 3요인으로 구성하였다. 우선 정서인식을 측정하기 위해서 한국판 특질 상위 기분 척도(Trait Meta-Mood Scale: TMMS)를 사용하였다. TMMS는 Salovey, Mayer, Goldman, Turvey와 Palfai (1995)가 개발하였고 이수정과 이훈구(1997)가 번안하여 타당화하였다. TMMS는 21문항의 3요인(정서에 대한 주의, 정서인식의 명확성, 정서조절 기대)으로 구성되어 있는데, 본 연구의 정서인식에서는 정서인식의 명확성 11문항만을 사용하였다. 문항은 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점으로 평정하고, 점수가 높을수록 자신의 정서를 더 명확하게 인식하는 것으로 볼 수 있다. 11개의 문항 중 5개의 문항인, 1, 2, 4, 7, 11번은 역채점을 하게 되어 있다. 예시문항을 제시하면 “나는 대부분 내가 어떻게 느끼는지를 안다”, “나는 보통 내 느낌들에 대해 매우 명확히 안다” 등이 있다. 이수정과 이훈구(1997)가 보고한 정서인식의 명확성에 대한 내적 합치도는 .84이었다. 본 연구에서 산출된 합치도 계수는 .75이었다. 다

음으로 정서처리와 정서표현의 측정은 Stanton 등(2000)에 의해 개발하고 강성록과 양재원(2015)이 번안하여 타당화한 정서 접근적 대처 척도(Emotional Approach Coping scale: EAC-16)를 사용하였다. Stanton 등(2000)의 연구에서 EAC는 8문항의 정서처리(emotional processing)와 정서표현(emotional expression)으로 구성되어 있으며 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 4점까지 반응하게 되어 있다. 점수가 높을수록 정서처리와 정서표현이 높음을 의미한다. 예시문항을 제시하면 “나는 내 기분이 타당하고 중요하다는 것을 깨닫는다”, “나는 차분하게 내 감정을 표현한다” 등이 있다. Austenfeld와 Stanton(2004)의 연구에서 내적 합치도는 .72-.94로 높고, 검사-재검사 신뢰도 또한 높았다($r=.72-.78$). 척도 개발자들이 정서 접근적 대처가 중요한 연구 대상일 경우에는 16문항으로 확장된 형식으로 사용하도록 제안하였다. 강성록과 양재원(2015)의 연구에서 8문항 EAC에 대한 내적 합치도는 전체 .89로 정서처리는 .90, 정서표현은 .88이었으며, EAC-16의 내적 합치도는 정서처리가 .92, 정서표현이 .93으로 EAC-16이 더 높게 나타났다. 본 연구에서 산출된 내적 합치도 계수는 정서처리가 .88, 정서표현이 .88이었다.

연구 절차

대인관계 외상, 정신화, 정서기반대처, 외상 후 성장 변인들의 관계를 잘 설명해 주는 모형을 검정하기 위해 대인관계 외상이 외상 후 성장에 직접 영향을 미치는 부분매개모형(연구모형)과 대인관계 외상이 외상 후 성장의 관계에서 간접적으로만 영향을 미치는 완전매개모형(경쟁모형)의 적합도를 분석, 비교하여

가장 잘 설명하면서도 간명한 최적의 모형을 탐색하였다(강현철, 2013). 본 연구에서는 Russell, Kahn, Spoth, 그리고 Altmaier(1998)의 권유에 따라 정신화 잠재변수에 대해 세 개의 관측변수를 제작하였다. 문항 꾸러미를 제작한 이유는 다변량 정규분포를 충족시켜야 할 필요성과 개별 문항 모두를 사용하기 위해서이다(Russell et al., 1998). 방법은 관련 꾸러미들이 해당 잠재변수를 평균적으로 반영하도록 하였다. 즉 요인 부하량의 크기별로 순서를 매기고, 큰 요인 부하량을 보인 문항과 작은 요인 부하량을 보인 문항들을 짝을 지어 요인 부하량을 같게 하였다(Russell et al., 1998). 본 연구의 자료는 SPSS 21.0을 사용하였고, 정신화의 요인분석 적합성을 검정하기 위해 Kaiser-Meyer-Olkin(KMO)의 표준적합도와 Bartlett's 단위행렬검정을 하였다. 또한, 각 변인 간의 일반적인 특성을 살펴보기 위해 평균과 표준편차를 산출하였고, 신뢰도 분석과 상관 분석을 하였다. 다음으로 AMOS 21.0을 사용하여 연구에서 제안한 대인관계 외상, 정신화, 정서기반대처와 외상 후 성장의 관계에 대한 연구모형 검증을 위해 여러 가지 적합도 지수들을 이용하는 데, 표본의 크기에 대한 민감성, 모형의 간명성, 해석 가능성을 고려하기 위해 TLI(NNFI), CFI, RMSEA를 사용하였다. TLI, CFI는 값이 0에서 1 사이의 상대적 적합도 지수로서 .90이상이면 우수한 적합도를 보이는 것으로 해석된다(홍세희, 2000). 반면 RMSEA는 값이 .10이상은 나쁜 적합도로 해석하고 .05보다 작으면 좋은 적합도, .08보다 작으면 보통 적합도로 해석하는 절대적 적합도 지수이다(Brown & Cudeck, 1993). 연구 모형인 부분 매개모형과 경쟁모형인 완전 매개모형을 χ^2 차이검증을 통해서 어떤 모형이 더 적합한지를

비교하여 수정된 최종모형을 선택하였다. 최종모형에 대해 매개효과의 통계적 유의미성을 검증하기 위해 부트스트랩(bootstrap) 절차를 사용하였다. 1,000개의 부트스트랩 표본을 생성하였고, 간접효과에 대한 95% 신뢰구간을 설정하여 그 구간이 0을 포함하지 않으면 .05에서 통계적으로 유의하다고 해석하였다(Shrout & Bolger, 2002).

결 과

기술통계

자료의 다변량 정규분포를 검증하기 위해 변인들의 왜도(skewness)와 첨도(kurtosis), 평균 및 표준편차, 그리고 변인 간 상관분석을 시행하여 표 1에 제시하였다. 표 1에 나타난 바와 같이 각 왜도 및 첨도의 절댓값이 각각 2

와 7을 넘지 않는 것으로 나타나 정상성을 이루고 있다고 볼 수 있다(West, Finch, & Curran, 1995). 연구에 사용된 변인들 사이의 Pearson 상관분석 결과, 대인관계 외상은 정신화($r=-.39, p<.01$), 정서기반대처($r=-.16, p<.01$) 및 외상 후 성장($r=-.10, p<.01$)과 유의미한 부적 상관을 갖는 것으로 나타났다. 각각의 잠재변인들의 평균을 살펴보면 대인관계 외상, 정신화, 정서기반대처, 외상 후 성장이 각각 1.62, 3.66, 3.08, 3.19로 나타났다. 따라서 연구 참여 대상자들이 상대적으로 대인관계 외상은 낮고, 정신화, 정서기반대처, 외상 후 성장경험은 비교적 많은 것으로 보여 진다.

측정모형 검증

본 연구에서 설정한 연구모형과 경쟁모형 검증에 앞서 각 측정 변인들이 해당하는 잠재 변인들을 적절히 구인하고 있는지를 검증하기

표 1. 측정변수 간 상관분석과 평균, 표준편차, 왜도와 첨도 (N=729)

	1	2	3	3-1	3-2	3-3	4
1. 대인관계외상	1						
2. 정신화	-.39**	1					
3. 정서기반대처	-.16**	.45**	1				
3-1. 정서인식	-.20**	.44**	.83**	1			
3-2. 정서처리	-.09*	.35**	.73**	.40**	1		
3-3. 정서표현	-.03	.18**	.69**	.27**	.43**	1	
4. 외상 후 성장	-.10**	.36**	.43**	.33**	.41**	.26**	1
M	1.62	3.63	3.08	3.48	2.93	2.82	3.19
SD	.51	.44	.39	.69	.38	.45	.73
왜도	1.33	-.17	-.33	-.21	-.65	-1.03	-.58
첨도	1.54	-.12	2.18	.03	3.35	2.67	1.10

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

위해 확인적 요인분석을 시행하였다. 또한, 모형의 적합도를 평가하기 위해 χ^2 , TLI, CFI, RMSEA를 적합도 지수로 선정하였다. 측정 변인들 모두 정규 분포 가정을 만족하였으므로 이후 구조모형 검증에서도 모수 추정을 위해 최대우도법을 적용하였다.

그 결과는 표 2, 그림 1과 같이 측정모형에 대한 적합도는 $\chi^2(df=84, N=729)=387.89$, $p<.05$; CFI=.93; TLI=.92; RMSEA=.07(90% 신뢰구간 .06-.07)로 나타났다. TLI, CFI가 .90이상으로 좋은 적합도를 보였으며, RMSEA도 .08 이하로 보통의 적합도를 보였다. 또한, 모수추정치에서 모든 경로가 .46-.94사이의 표준화 계수를 가지며 유의수준 .001에서 유의한 것

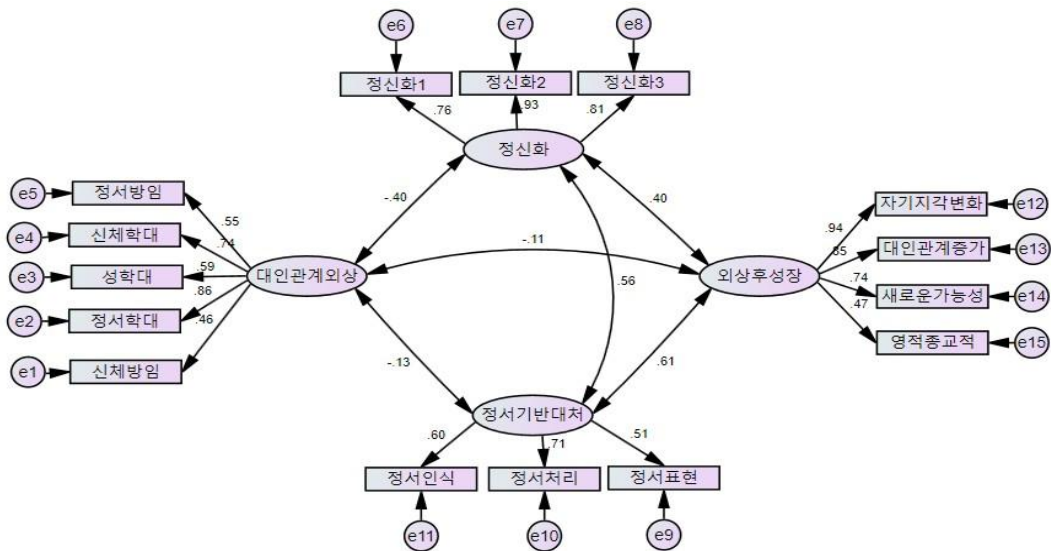
으로 나타났다. 평균분산 추출량은 Fornell과 Larcker(1981)의 권유에 따라 계산하였다. 평균분산추출량은 항목들의 분산 중 1/2은 construct에 의해 설명될 수 있어야 그 항목들을 수용할 가치가 있다는 것을 의미하는데 .54-.90으로 집중 타당성을 갖는 것으로 나타났다.

구조모형 검증

본 연구에서 설정한 연구모형인 대인관계 외상경험이 외상 후 성장에 미치는 영향에서 정신화와 정서기반대처의 부분매개 모형과 완전매개 모형을 검증하기 위해 구조방정식모형

표 2. 측정모형의 적합도 지수

	χ^2	df	RMSEA	TLI	CFI
측정모형	387.89	84	.07	.92	.93



주. 그림에 제시된 계수들은 표준화계수.

그림 1. 측정모형의 확인적 요인분석 결과

표 3. 모형 간 적합도 지수 비교

	χ^2	df	$\Delta\chi^2$	CFI	TLI	RMSEA	ECVI	BIC
연구모형 (부분매개모형)	387.89	84		.93	.92	.07	.63	625.19
경쟁모형 (완전매개모형)	387.92	85	.03(1)	.93	.92	.07	.63	618.63
최종모형 (이중완전매개모형)	395.44	87	7.55(3)	.93	.92	.07	.63	612.97

분석을 시행하였다. 두 모형의 적합도 지수와 차이검증 결과는 표 3에 나타난 바와 같이 부분매개모형 적합도($df=84$, $N=729$)=387.89, $p<.05$; CFI=.93; TLI=.92; RMSEA=.07(.06-.08)와 완전매개모형 적합도($df=85$, $N=729$)=387.92, $p<.05$; CFI=.93; TLI=.92; RMSEA=.07(.06-.08)는 거의 차이를 보이지 않는 결과를 제시하고 있다.

또한, 본 연구의 결과 그림 2와 그림 3에 나타난 바와 같이 대인관계 외상에서 정서기반 반대처의 경로와 정신화에서 외상 후 성장의 경로가 통계적으로 유의하지 않아서 그림 4의 완전이중매개모형을 설정하였다. 부분매개 모형과 완전매개 모형은 포함적인 내재적 관계(nest-nested model comparison)이기 때문에 χ^2 차

이검증을 하여 차이가 유의미하면 부분매개 모형을, 유의미하지 않으면 완전매개 모형을 선택한다(홍세희, 2000). 연구모형인 부분매개 모형 적합도와 수정모형인 완전이중매개모형 적합도($df=87$, $N=729$)=395.44, $p<.05$; CFI=.93; TLI=.92; RMSEA=.07(.06-.08)를 비교한 결과, $\Delta\chi^2(3)=7.55(p<.05)$ 로 유의미한 차이를 보이지 않았다. 따라서 TLI, CFI, RMSEA 지수만으로 모형비교를 하기에는 어려움이 있어, 이에 더하여 모형 간 비교에 더욱 적합한 ECVI, BIC를 검토하였다(강현철, 2013; 홍세희, 2000). ECVI는 경쟁모형 비교를 위해 개발된 지수로 값이 작을수록 더 좋은 모형을 뜻하고, BIC는 표본크기가 클 경우 모형의 간명성을 더 고려하는 지수로 값이 작을수록 좋은 적합도

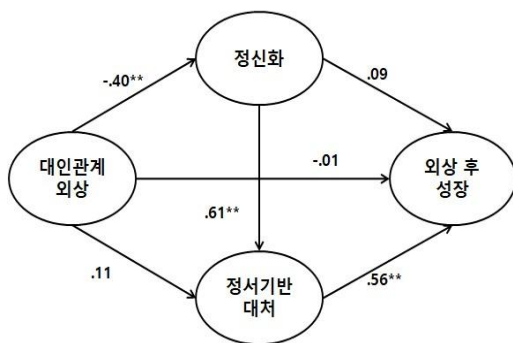


그림 2. 연구모형(부분매개모형)

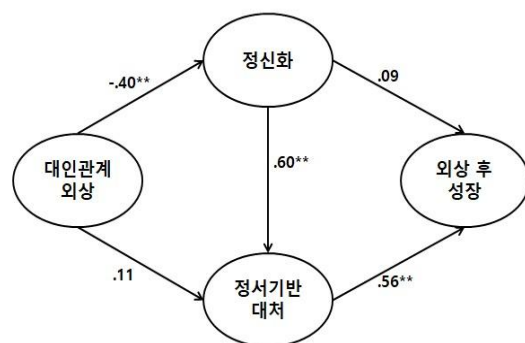
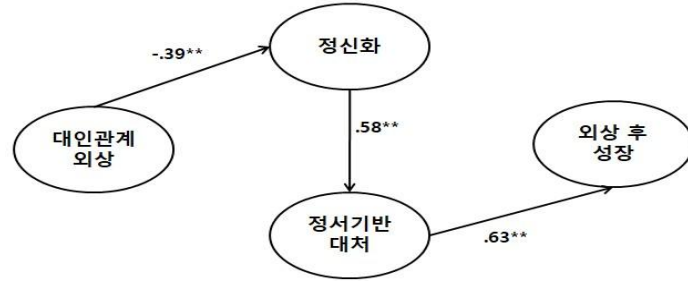


그림 3. 경쟁모형(완전매개모형)



주. 그림에 제시된 계수들은 표준화계수. ** $p < .01$

그림 4. 최종모형(이중완전매개모형)

지수에 해당한다. 그 결과, ECVI는 .63으로 같았고, 완전이중매개모형이 BIC에서 연구모형과 비교하면 더 좋은 적합도 지수를 보였다. 따라서 모형의 간명성에 따라 자료를 더 잘 설명하는 모형이라 할 수 있는 완전이중매개모형을 최종모형으로 선택하였다. 본 연구의 연구모형과 경쟁모형, 최종모형의 각 표준화된 경로계수는 그림 2, 그림 3과 그림 4에 제시하였다.

매개효과 검증

최종모형의 변수 간 매개효과의 통계적 유

의미성을 검증하기 위하여 부트스트래핑 방법을 시행하였으며 그 결과에서 하한값(lower)과 상한값(upper) 사이에 0이 없으면 통계적으로 유의미하다고 해석한다(Bollen & Stein, 1992). 따라서 표 4에 제시된 것과 같이 모든 경로들이 0을 포함하고 있지 않아 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 모형의 직접경로 계수를 살펴보면, 대인관계 외상은 정신화($\beta = -.39, p < .01$)에 부적으로 유의하였고 정서기반대처($\beta = .11, ns$)에는 경로계수가 유의미하지 않았으며, 정신화는 정서기반대처($\beta = .58, p < .01$)에 정적으로 유의하였고 외상 후 성장($\beta = .09, ns$)에는 유의하지 않았다. 그리고 정서기반대처는

표 4. 최종모형의 직접, 간접효과 및 유의도 검증

경로	직접 효과	간접 효과	95% 신뢰구간	
			lower	upper
대인관계외상 → 정신화	-.39**			
대인관계외상 → 정신화 → 정서기반대처		-.23**	-.29	-.17
대인관계외상 → 정신화 → 정서기반대처 → 외상후성장		-.15**	-.19	-.10
정신화 → 정서기반대처	.58**			
정신화 → 정서기반대처 → 외상후성장		.37**	.28	.45
정서기반대처 → 외상후성장	.63**			

주. 효과는 표준화 계수. ** $p < .01$

외상 후 성장($\beta=.63, p<.01$)에 정적으로 유의하였다. 또한, 변수 간의 간접효과 검증 결과, 대인관계 외상과 정서기반대처 관계에서 정신화의 매개효과($\beta=-.23, p<.01$)와 대인관계 외상과 외상 후 성장 관계에서 정신화와 정서기반대처의 매개효과($\beta=-.15, p<.01$)가 부적으로 유의한 것으로 나타났다. 정신화와 외상 후 성장관계에서 정서기반대처($\beta=.52, p<.01$)는 정적으로 유의한 것으로 나타났다. 따라서 대인관계 외상은 정신화와 정서기반대처를 통해 외상 후 성장에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 변인들 간의 직접효과 및 간접효과는 표 4에 제시하였다.

논 의

본 연구에서는 대인관계 외상경험에 대해 일반 성인을 대상으로 하여 외상 후 성장에 이르는 과정에 대한 구조적 관계와 그 과정에 영향을 미치는 변인으로 정신화와 정서기반대처가 매개하는지 구조방정식 모델을 통해 검증하고자 하였다. 이를 토대로 상담 실제에서 어린 시절부터 축적되어 온 애착외상을 비롯한 중요한 사람과의 외상경험으로 인한 외전화, 정서조절, 대인관계 문제를 호소하는 내담자에게 구체적 개입의 유용한 기초자료를 마련하고자 하였다. 본 연구에서 확인된 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 대인관계 외상은 정신화, 정서기반대처 및 외상 후 성장과 부적 상관을 보였다. 이는 대인관계 외상의 선행연구와 일치하는 결과로 대인관계 외상 경험이 높을수록 외상 후 성장이 낮고(박지은, 정남운, 2016; 윤명숙, 박아란, 2015; 이수립, 2012; Allen, 2013; Fonagy

& Target, 1996), 정신화와 정서기반대처가 어렵다는 것을 나타낸다. 한편, 정신화와 정서기반대처, 외상 후 성장 간에는 정적 상관을 보였다. 즉 대인관계 외상경험은 어린 시절부터 반복적이고 만성화되어 있는 특성으로 인하여 마음 상태의 본질을 자각하기 어렵고, 기억처리는 생생하지만 숨어있는 정서를 기반으로 하는 대처를 못하여 성장이 낮은 것으로 보인다.

둘째, 대인관계 외상이 외상 후 성장에 이르는 경로에 정신화와 정서기반대처가 영향을 미치는 것으로 부분매개모형과 완전매개모형을 설정하여 비교한 결과, 대인관계 외상이 외상 후 성장에 이르는 경로를 정신화와 정서기반대처가 순차적으로 매개하는 이중완전매개모형이 더 적합한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대인관계 외상경험과 외상 후 성장의 관계에서 정신화와 정서기반대처가 매개되어 성장한다는 것을 의미하고, 정신화 및 정서기반대처가 외상 후 성장에 긍정적 영향을 밝힌 선행연구들(김태사, 안명희, 2013; 박모란, 2013; 박은주, 2013; 송현, 이영순, 2012; 최현아, 송현주, 2017; Fonagy & Target, 1996; Manne et al., 2004; Yanez et al., 2011)과 일치하는 결과를 보인다. 본 연구에서는 정신화와 정서기반대처로써 정서인식, 정서처리, 정서표현이 외상경험의 정서를 허용하고 교정적 정서체험을 하도록 하여 외상 후 성장에 이르는 것을 확인하였다. 또한, 대인관계 외상이 외상 후 성장의 관계에서 정신화가 유의미한 영향을 미치는 연구(김찬양, 2015; 김태사, 안명희, 2013; 박은주, 2013)와도 일맥상통하는 결과를 보인다. 그러나 이중완전매개하는 결과를 볼 때 대인관계 외상이 외상 후 성장과 관련이 있지만, 대인관계 외상이 성장에 직접

적인 영향을 미치지 않는다는 것을 의미한다. 본 연구 모형에서 정신화와 외상 후 성장 사이의 직접 경로가 유의하지 않았고, 정서기반대처는 외상 후 성장과 직접적인 경로가 정적으로 유의하였다. 이는 정신화와 정서기반대처의 연결성이 매우 중요하다는 것을 의미하며, 이러한 연결은 외상 후 성장에 이르는 중개자 역할로써 시사한 바가 크다. 즉 대인관계 외상경험이 정서기반대처를 하기 위해서는 정신화를 선행해야 외상 후 성장을 높일 수 있다는 것을 확인하였다. 이는 대인관계 외상이 정신화의 발달을 방해하여 정서기반대처와 외상 후 성장에 부정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 이러한 점을 고려해볼 때, 결국 대인관계 외상경험이 낮은 정신화의 발달을 예측하게 한다.

또한, 대인관계 외상과 정서기반대처는 직접적인 경로가 유의하지 않아서 정신화를 통해야 하는 것으로 드러났다. 이는 정신화의 성장적인 능력이 드러나는 것으로 정신화에 수반되는 자기 조절과 메타 사고 기능과 관련이 높다. Allen, Fonagy와 Bateman(2008)에 의하면 정신화는 자기와 타인의 마음을 이해하고 해석하는 것으로, 자기와 타인의 행동 뒤에 있는 정신 상태를 추론하거나 마음에 근거하여 행동을 해석하는 것으로 설명하고 있다. 즉 정신화는 성장적인 반응의 ‘사고에 대한 사고’(thinking about thinking)로 요약될 수 있다(차해명, 김은영, 2016). 따라서 대인관계 외상에 대한 개입은 정신화 기반 치료에서와 같이 의식으로 나타나는 상담자와 내담자 사이의 미묘한 정서와 행동들을 적극적으로 다루는 치료적 관계(therapeutic relationship)의 중요성이 부각된다. 이는 상담자가 내담자의 단서에 민감하게 공명할 때, 상담자는 과거에 내담자를

실망시킨 주요한 사람의 요소를 재연하게 되면서 이전의 외상과 연합된 정서의 대상이 된다. 이때 상담자는 내담자의 심리적 고통에 진솔하게 접촉하게 된다(Casement, 2002). 이러한 개입 과정에서 변화의 동기가 출현하게 되는데, 변화의 동기는 내담자가 안전하고 자신을 잘 알고 있다고 느끼는 치료동맹(therapeutic alliance) 안에서 경험이 메타 처리되는 동안 자연스럽게 일어난다(Fosha, 2004). 상담실제에서 비록, 정신화 수준이 낮더라도 신경체계는 신경가소성(neuroplasticity)에 따라 반복에 의해 바뀌므로 안정적인 관계 경험에서 부호화된 기억과 정서의 체계를 자극하면 뇌간 기반의 반응체계가 변하게 된다(송영혜, 2015). 이로써 자기와 타인의 마음 상태를 성찰하려는 명시적인 노력을 기울이게 될 것이다. 나아가 정신화의 발휘는 대인관계 외상경험에 대해 자기와 타인을 수용하고, 동시에 적응적인 재처리로 연결된다. 따라서 대인관계 외상에 대한 감정 기억은 얼어붙거나 도망가지 않고 그 때 느꼈던 부정적 정서에 대한 기억으로 여겨진다. 이러한 정서에 대한 기억처리하는 대인관계 외상에 따른 두려움 등을 재 경험하지 않으면서 정서와 연결된 사건들을 다시 이야기 할 수 있게 된다. 결국, 이러한 과정은 연속적인 의식의 흐름과 같은 고차원의 정서처리가 가능한 정서기반대처로 이어져 고통스러운 경험에 대해 피하지 않고 성장으로 나아갈 것으로 본다.

셋째, 대인관계 외상과 외상 후 성장의 관계에서 정신화와 정서기반대처의 매개효과 검증한 결과, 매개 효과가 유의한 것으로 나타났다. 따라서 정서기반대처는 외상 후 성장과 정적으로 유의하다는 연구(박모란, 2013)와 정서인식과 외상 후 성장 간에 정서표현이 매

개한다는 연구(송현, 이영순, 2012)와도 같은 결과를 보인다. 이로써 대인관계 외상에서 발생한 부정적 정서를 억제하지 않고 있는 그대로 수용하는 경험은 가치 있는 것이다. 그러나 정서를 받아들이고 상담에서 원하는 변화가 이루어지려면 변화는 정체성, 항상성을 유지하려는 적응적 성향과 균형을 이루어야만 한다. 정서는 성장의 기회를 제공하지만, 그 산물이 자기 구조 안으로 들어가기 위해서는 반복적으로 이루어져서 익숙하게 느껴져야 한다. 익숙하게 느껴진다는 것은 인식 과정(recognition process)이 일어날 수 있다는 것을(Sander, 2002)의미한다. 정서를 일으키는 환경적 도전에 직면할 때 우리는 확장되며, 인식은 겉으로 보기에는 생소한 경험을 자신의 것으로 만들면서 우리를 변형(transformation)시킨다. 정서와 인식은 계속해서 변형을 유지하는 기본적인 요소가 되어 성장에 이르게 할 수 있다.

구체적으로 정서중심치료에서 노출은 고통스러운 감정에 직면할 때 이전에 회피했던 경험에 노출한다는 것을 의미하고 정서의 수용을 통해 의미가 변화되면서 새로운 내적 정서적 정보와 자원에 근접함으로써 새로운 것(novelty)을 경험하게 한다. 이는 이전의 압도적이었던 경험에서 벗어나 일정한 거리를 설정하게 되면 자기양육적이며 자기긍정적인 기능이 점차 발전하게 되는 것을 의미한다(Greenberg & Paivio, 1997). 이러한 정서에 있어 주요 역할은 정서적 반응이 매개되어 도식적 감정 기억이 활성화되는 점이다. 얼굴표정, 목소리 등의 생리적 반응을 포함한 특정 표현-운동 행동과 심상, 자동적 각성을 포함한 정보들이 되살아나면, 정서도식은 새로운 경험에 의해 기존의 감정 기억을 보다 더 정교화

한다. 이로써 인지적-정서적 처리는 유연한 반응 체계를 제공하게 된다. 즉 상담에서 정서의 활성화는 매우 중요한 변화 지점을 만들어 내기 때문에(김영근, 2014) 충분한 정서경험을 통해 그 속에 담긴 심리적, 생리적 반응을 수용하게 하고 경험에 담겨있는 의미를 발견하여 변화를 이끌게 한다(Greenberg, 2010). 이는 상담자와 치료적 관계를 통해 안전한 치료 장면에서 과거의 강렬한 정서적 반응을 어느 정도 각성시켜 정서를 재처리해야 자신의 경험에 대한 새로운 통찰 단계로 접어들 수 있게 된다(김영근, 2016). 따라서 상담자는 내담자가 경험한 외상사건과 그 영향에 대해 정서를 중심으로 일관성 있는 자신의 인생 이야기를 만들도록 돕고, 새롭게 발견한 의미와 목적이 구체적인 대처행동으로 이어질 수 있도록 해야 외상 후 성장을 높일 수 있을 것으로 본다.

본 연구의 결과는 18세 이전의 가까운 대상에게 학대, 방임, 성학대의 외상경험이 있는 일반 성인을 대상으로 한 연구 결과로 외상 후 성장을 높이기 위한 내담자들에게 적용할 때 다음과 같은 치료의 시사점을 제안할 수 있다. 대인관계 외상이 있는 내담자를 효과적으로 돕기 위해서 첫째, 어린 시절의 대인관계 외상을 어떻게 지각하고 해석하는지 탐색해야 하고, 정신화의 발달 수준 측면을 파악해야 할 것이다. 심리 치료적 요인에서 정신화는 심리적 성장이라는 잠재력을 실현시키는 것(김찬양, 2015)으로 효과적인 치료를 위한 공통요인이라 할 수 있다(Allen et al., 2008). Allen과 동료들(2008)은 정신화가 언어와 비언어적 표현으로 행동에 영향을 주고 대인관계에서 상호작용하는 상황을 분석하는데 기여한다고 설명한다. 이러한 정의는 상담자와 내담자의 정신화가 상호 주관적으로 관여하면서

치료적 성과에 영향을 주는 것을 알 수 있다. 따라서 상담에서 대인관계 외상경험이 있는 내담자에게 정신화 발달에 따른 구체적 탐색과 상담자와의 안전한 관계 안에서 정신화의 발달을 촉진하는 개입이 필요하다는 것을 시사한다. 둘째, 대인관계 외상이 외상 후 성장으로 갈 때 정신화를 선행한다면 이후 정서기반대처를 이끌 것으로 본다. 이는 외상사건을 재구조화할 때 정서적으로 서로 관여하는 치료적 관계라는 맥락 속에서 정서 변화를 다루는 과정이 매우 중요하다는 것을 시사한다. 치료적 관계에는 긍정적 정서와 긍정적 상호작용이 유기적으로 얽혀있다. 잘 조율된 긍정적인 이자(dyadic) 간 상호작용은 건강하고 안정적인 애착을 일구어내며 최적의 뇌 성장을 일으키는 신경 화학적 환경을 만들어낸다(Panksepp, 2001). 정서변화 과정에서 정서의 역할은 순간순간 긍정적인 신체적, 정서적 표현과 상징들이 수반되어(Fosha, 2004), 자신의 반영과 타인의 반영 사이를 서로 연결시켜 주는 조직이며 관계 욕구에 있어서 중심적 요인으로 기능하게 된다(Horowitz, 1994). 이러한 측면들은 상담에서 대인관계 외상경험 내담자의 과거 대인관계 경험이 지금-여기에서 재현될 때, 정신화가 정서기반대처를 촉진하여 외상 후 성장을 이끌 것으로 보여 진다. 따라서 상담자와 내담자가 새로운 치료적 관계라는 맥락 안에서 정서 변화를 이루도록 돕는 과정들은 외상 후 성장을 높일 수 있을 것으로 기대된다.

본 연구는 대인관계 외상이 외상 후 성장에 이르게 되는 경로에서 정신화와 정서기반대처가 순차적으로 매개하는 변인이라는 것을 밝혔다는 점에서 의의를 갖는다. 또한, 그동안 국내 대인관계 외상에 대한 연구는 초기 단계

로, 체계적 연구가 미흡하고 최근 연구에서 정신화, 성장적 반추, 자기체계 손상, 내면화된 수치심 등과의 관련성을 밝히고 있다. 기존의 외상 후 성장 연구들이 인지적 요인에 중점을 둔 반추를 주로 다루었다면 본 연구는 외상 후 성장의 핵심요인으로 지목되어온 성찰 능력(김진수, 서수균, 2011; Park, 2008; Tedeschi & Calhoun, 2004; Triplett et al., 2012)을 정신화 능력으로써 발달이 가능한 성격 요인으로 본 것에 의의가 있다. 정신화는 자기와 타인의 성찰에 대한 성격적 특성으로서, 정신화가 대인관계 외상과 외상 후 성장의 관계를 매개하는 것을 확인하였다. 마지막으로 외상 후 성장에 정서기반대처가 가장 큰 효과를 주는 것으로 나타나, 정서기반대처가 정서중심대처에서처럼 혼란된 정서를 포함한 대처라기보다 문제 중심적이고 접근적 대처방식이라는 선행연구(강성록, 양재원, 2015; Armeli et al., 2001)와 맥을 같이하는 결과라는 점에 의의가 있다. 심리 상담과 치료에서 정신화와 정서기반대처를 다루는 것은 이후 외상 후 성장을 보다 돕고, 자기 돌봄과 자기수용을 하도록 하는데 중요한 상담적 개입이 될 것이다.

본 연구에서 여러 가지 함의에도 불구하고 몇 가지 제한점과 후속 연구를 통해 보완할 점들을 제시하고자 한다. 첫째, 연구 대상자에 대한 것이다. 대인관계 외상을 경험한 일반 성인을 대상으로 자료를 분석하였는데, Allen (2005)은 대인관계 외상개념을 설명하면서 만성적이고 반복된 특성을 강조하였으므로 18세 이전의 대인관계 외상에 초점을 두었다. 따라서 선행연구에서 타당화된 척도이면서 18세 이전의 대인관계 경험을 측정하기 위해서 아동기 외상 질문지를 사용하였다. 아동기 외상 질문지는 대인관계 외상에서 경험하는 소외,

배신, 상실 등을 배제한 부분이 있다. 앞으로 대인관계 외상경험에 대한 척도에서 이러한 요소들을 포함한 척도개발이 필요하다고 본다. 그리고 같은 대인관계 외상이라고 해도 학대와 방임, 성적 학대의 경험은 서로 다를 것이다. 또한, 대인관계 외상의 강도에 따라 다를 것이므로 같은 경험을 하고 있다고 보기 어렵다. 따라서 후속 연구에서는 더욱 실증적인 연구가 되기 위해 대인관계 외상경험에 따른 집단으로 나누고 집단별 특성을 비교하는 후속 연구가 필요하다. 특히, 본 연구에서 평균 점수가 1.62점으로 낮은 것을 볼 때, 이러한 경험이 보다 높은 대상을 중심으로 후속 연구를 하여야 할 것으로 본다. 또한, 남녀 비율에서 여성이 남성의 2배 정도 차이를 보인다. 이러한 성차는 하위요인 중 정서적 방임이 평균 2.18로 가장 높은데, 정서적 반응에 민감한 것과 관련되어 있다. 따라서 후속 연구에서는 성차에 대한 보다 면밀한 검토가 필요하다. 둘째, 자기보고식 척도를 이용하여 분석하였기 때문에, 참여자들이 직접 자신의 경험을 응답할 때 축소 혹은 확대하여 기술했을 가능성을 배제할 수 없다. 후속 연구에서는 면담이나 주관적 보고 등 다양한 방법으로 측정하여 정신화와 정서기반대처의 척도에 대한 보완이 필요하다고 본다. 나아가 정서기반대처 척도에서 정서의 변화에 대해 행동적 측면을 포함하여 확인한다면 더욱 교정적 정서체험을 면밀히 검토할 수 있을 것으로 기대된다. 한편, 신경과학의 발전은 외상경험이 뇌 발달에 미치는 영향을 밝히고 있고, 뇌의 회복에 있어 신경가소성의 개념이 어떻게 적용될 수 있는지에 관한 새로운 정보들을 알려주고 있다. 따라서 향후에는 낮은 수준의 정신화 발달에 있어 상담성과에 대한 신경가소성의 실제 변

화를 생체 상의 증거로 제시할 수 있는 뇌 과학의 연구와 동반한 직접적인 변화과정을 살펴볼 필요가 있다. 셋째, 시간에 따른 변화를 관찰하는 것도 중요하므로 대인관계 외상에 대한 종단적인 자료수집으로 외상 후 성장을 지속적으로 확인하고 그 과정에서 드러나는 성장의 공통성과 차별성을 정교하게 분석하여 그것이 대인관계 외상과 어떻게 관련되는지 살펴볼 필요가 있다. 또한, 외상 후 성장에 이르는 과정이 다를 수 있기 때문에 개인의 독특한 성장경험을 규명하기 위한 질적 연구를 통해 보완한다면 대인관계 외상 후 성장 과정을 밝히는 데 도움이 될 것으로 본다.

참고문헌

- 강성록, 양재원 (2015). 정서접근적 대처 척도의 타당화 예비연구: 사관학교 생도 표본에서. *한국심리학회지: 임상*, 34(2), 455-475.
- 강현철 (2013). 구조방정식모형에서 적합도지수의 해석과 모형적합 전략에 대한 논의. *한국자료분석학회지*, 15(2), 653-668.
- 김경은 (2016). 애착과 외상 후 성장의 관계: 정신화와 성장적 반추의 매개 효과. *가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 김영근 (2014). 상담과정에서 정서의 활성화 및 반복적 수용의 역할. *서울대학교 박사학위논문*.
- 김영근 (2016). 치료적 관계 안에서의 내담자의 변화와 성장. *인간·환경·미래*, 17, 111-142.
- 김영근, 김창대 (2015). 상담과정에서 정서의 활성화 및 반복적 수용의 역할에 관한 이

- 론적 고찰. 상담학연구, 16(6), 1-23.
- 김진수, 서수균 (2011). 친밀한 관계경험과 성장적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향. 한국심리학회지: 일반, 30(3), 793-809.
- 김찬양 (2015). 대학생의 성인애착과 정서조절의 관계: 마음챙김과 정신화의 매개효과. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 김태사, 안명희 (2013). 불안정 성인애착이 심리적 역경 후 성장에 미치는 영향: 자기대상과 정신화의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 25(4), 853-871.
- 박모란 (2013). 경험회피, 정서중심 대처능력과 외상 후 성장의 관계. 충북대학교 석사학위논문.
- 박세미 (2016). 자기보고식 심리화(정신화) 척도의 개발과 타당화. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 박은주 (2013). 성인애착과 대인 관계적 외상 후 성장의 관계: 정신화 능력의 매개효과. 서강대학교 석사학위논문.
- 박지은, 정남운 (2016). 외상 후 부정적 인지와 외상 후 성장의 관계에서 용서의 조절효과: 대인관계 외상경험자를 중심으로. 인간이해, 37(2), 167-185.
- 배미향, 조영아 (2014). 대학생의 아동기 외상경험이 대인관계문제에 미치는 영향: 낙관성의 매개효과. 상담학연구, 15(5), 1849-1870.
- 송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현 (2009). 한국판 외상후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구. 한국심리학회지: 건강, 14(1), 193-214.
- 송영혜 (2015). 놀이치료 패러다임의 변화: 놀이치료사를 위한 제언. 놀이치료연구, 19(2), 29-38.
- 송현, 이영순 (2012). 정서인식명확성과 외상 후 성장의 관계: 정서표현과 정서조절양식의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 24(4), 891-910.
- 유재학, 박지선, 박두흠, 유승호, 하지현 (2009). 한국판 아동기 외상질문지의 타당화-상담 및 치료적 개입에서의 활용. 한국심리학회지: 건강, 14(3), 563-578.
- 윤명숙, 박아란 (2015). 청소년의 대인외상경험과 외상 후 성장의 관계에서 스트레스대처능력의 조절효과 검증. 청소년복지연구, 17(3), 239-261.
- 이수림 (2012). 외상유형이 외상 후 성장 및 지혜에 미치는 영향: 사회적 지지와 대처의 매개효과. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 19(3), 319-341.
- 이수정, 이훈구 (1997). Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구: 정서지능의 하위요인에 대한 탐색. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 11(1), 95-116.
- 이현주 (2012). 어머니의 불안정 성인애착이 부정적 정서 및 심리적 통제에 미치는 영향: 정신화 능력의 매개효과. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 차혜명, 김은영 (2016). 정신화 개념을 통한 애착이론과 정신분석의 재조명: 정신화의 경험적 기반과 측정의 임상적 함의. 한국심리학회지: 일반, 35(1), 167-190.
- 최승미 (2008). 외상 후 성장 관련 변인의 탐색. 고려대학교 박사학위논문.
- 최은영, 안현의 (2011). 여대생의 아동 청소년기 대인간 외상 경험과 자기역량 손상의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. 한국심리학회지: 여성, 16(3), 285-302.
- 최혜연, 민경환 (2003). 정서이해와 정서표현에 의한 대처 척도 보완과 정서-중심적 대처

- 하위 차원의 기능성 연구. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 17(3), 105-118.
- 최현아, 송현주 (2017). 청소년의 대인간 외상경험이 품행문제에 미치는 영향: 정신화의 조절효과를 중심으로. 한국청소년정책연구원, 한국청소년연구, 28(3), 179-208.
- 한수경, 정남운 (2014). 대인간 외상경험이 대인관계문제에 미치는 영향에서 자기체계 손상의 매개효과. 인간이해, 35(1), 149-168.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정 기준과 그 근거. 한국심리학회지: 임상, 19(1), 161-177.
- Adler-Tapia, R. (2012). *Child psychotherapy: Integrating developmental theory into clinical practice*. New York, NY: Springer Publishing.
- Allen, J. G. (2005). *Coping with trauma: Hope through understanding* (2nd Ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Allen, J. G. (2013). *Mentalizing in the development and treatment of attachment trauma*. London, UK: Karnac Books.
- Allen, J. G., Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2008). *Mentalizing in clinical practice*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- 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.
- Austenfeld, J. L., & Stanton, A. L. (2004). Coping through emotional approach: A new look at emotion, coping, and health-related outcomes. *Journal of Personality, 72*(6), 1335-1363.
- Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2012). 정신화 중심의 경계성 인격장애의 치료[Mentalization-based treatment for borderline personality disorder: A practical guide]. (노경선 정신치료연구회 역). 서울: 눈(원전은 2006년에 출판).
- Bauer, J. (2006). 공감의 심리학 [Warum ich fühle, was du fühlst: Intuitive kommunikation und das geheimnis der spiegelneurone]. (이미옥 역). 서울: 에코리브르(원전은 2005년에 출판).
- Beck, A. T. (1996). Beyond belief: A theory of modes, personality, and psychopathology. In P. M. Salkovskis (Ed.), *Frontiers of cognitive therapy* (pp. 1 - 25). New York, NY: Guilford Press.
- Bellizzi, K. M., & Blank, T. O. (2006). Predicting posttraumatic growth in breast cancer survivors. *Health Psychology, 25*(1), 47-56.
- Bernstein, D. P., & Fink, L. (1998). *Childhood trauma questionnaire: A retrospective self-report manual*. San Antonio, TX: Harcourt Brace.
- Bollen, K. A., & Stine, R. A. (1992). Bootstrapping goodness-of-fit measures in structural equation models. *Sociological Methods & Research, 21*(2), 205-229.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen, & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). Newbury Park, CA: Sage.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinician's guide*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006). The foundations of posttraumatic growth: Expanded framework. In L. G. Calhoun & R. G.

- Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice* (pp. 3-23). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Carter, C. S. (1998). Neuroendocrine perspectives on social attachment and love. *Psychoneuroendocrinology*, 23(8), 779-818.
- Casement, P. J. (2002). *Learning from our mistakes: Beyond dogma in psychoanalysis and psychotherapy*. London, UK: Routledge.
- Drapeau, M., & Perry, J. C. (2004). Childhood trauma and adult interpersonal functioning: A study using the core conflictual relationship theme method (CCRT). *Child Abuse & Neglect*, 28(10), 1049-1066.
- Fonagy, P. (2001). *Attachment theory and psychoanalysis*. New York, NY: Other Press.
- Fonagy, P. (2008). The mentalization-focused approach to social development, In F. N. Busch (Ed.), *Mentalization: Theoretical considerations, research findings, and clinical implications* (pp. 3-56). New York, NY: Taylor & Francis.
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Leigh, T., Kennedy, R., Mattoon, G., Target, M. (1995). Attachment, the reflective self, and borderline states-the predictive specificity of the adult attachment interview and pathological emotional development. In S. Goldberg, R. Muir & J. Kerr (Eds.), *Attachment research: The state of the art* (pp. 233-278). New York, NY: Analytic Press.
- Fonagy, P., & Target, M. (1996). Playing with reality: I. Theory of mind and the normal development of psychic reality. *International Journal of Psychoanalysis*, 77(2), 217-233.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50.
- Fosha, D. (2004). Nothing that feels bad is ever the last step: The role of positive emotions in experiential work with difficult emotional experiences. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11(1), 30-43.
- Frith, U., & Frith, C. D. (2003). Development and neurophysiology of mentalizing. *Philosophical Transactions of The Royal Society of London-Series B: Biological Sciences*, 358(1431), 459-473.
- Gallagher, H. L., Happe, F., Brunswick, N., Fletcher, P. C., Frith, U., & Frith, C. D. (2000). Reading the mind in cartoons and stories: An fMRI study of 'theory of mind' in verbal and nonverbal tasks. *Neuropsychologia*, 38(1), 11-21.
- Garnefski, N., Kraaija, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Gladstone, G., Parker, G., Wilhelm, K., Mitchell, P., & Austin, M. P. (1999). Characteristics of depressed patients who report childhood sexual abuse. *American Journal of Psychiatry*, 156(3), 431-437.
- Greenberg, L. S. (2010). Emotion-focused therapy: A clinical synthesis. *Journal of Lifelong Learning in Psychiatry*, 8(1), 32-42.
- Greenberg, L. S. (2012). Emotions, the great captains of our lives: Their role in the process of change in psychotherapy. *American Psychologist*, 67(8), 697-707.

- Greenberg, L. S., & Paivio, S. C. (1997). *Working with the emotions in psychotherapy*. New York, NY: Guilford Press.
- Greenberg, L. S., Rice, L. N., & Elliot, R. (1993). *Facilitating emotional change: The moment-by-moment process*. New York, NY: Guilford Press.
- Greenberg, L. S., & Safran, J. D. (1987). *Emotion in psychotherapy*. New York, NY: Guilford Press.
- Greenwald, R. (2005). *Child trauma handbook: A guide for helping trauma-exposed children and adolescents*. New York, NY: Haworth Maltreatment and Trauma Press.
- Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 5(3), 377-391.
- Horowitz, M. J. (1994). States, schemas and control: General theories for psychotherapy integration. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 1(3), 143-152.
- Karterud, S., & Bateman, A. (2012). Group therapy techniques. In A. W. Bateman & P. Fonagy (Eds.), *Handbook of mentalizing in mental health practice* (pp. 81-105). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. In L. W. Porter & M. R. Rosenzweig (Eds.), *Annual review of psychology*, 44 (pp. 1-21). Palo Alto, CA: Annual Reviews.
- Ledoux, J. (1998). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. New York, NY: Simon & Schuster.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17(1), 11-21.
- Manne, S., Ostroff, J., Winkel, G., Goldstein, L., Fox, K., & Grana, G. (2004). Posttraumatic growth after breast cancer: Patient, partner, and couple perspectives. *Psychosomatic Medicine*, 66(3), 442-454.
- Markowitz, J. C., Milrod, B., Bleiberg, K., & Marshall, R. D. (2009). Interpersonal factors in understanding and treating posttraumatic stress disorder. *Journal of Psychiatric Practice*, 15(2), 133-140.
- McFarlane, A., Yehuda, R., & Clark, R. (2002). Biologic models of traumatic memories and post-traumatic stress disorder: The role of neural networks. *Psychiatric Clinics of North America*, 25(2), 253-270.
- Panksepp, J. (2001). The long-term psychobiological consequences of Infant emotions: Prescriptions for the twenty-first century. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 132-173.
- Park, C. L. (2008). Testing the meaning making model of coping with loss. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(9), 970-994.
- Paivio, S. C., Hall, I. E., Holowaty, K. A. M., Jellis, J. B., & Tran, N. (2001). Imaginal confrontation for resolving child abuse issues. *Psychotherapy Research*, 11(4), 433-453.
- 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.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey,

- C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure and health* (pp. 125-154). Washington, DC: American Psychological Association.
- Sander, L. W. (2002). Thinking differently principles of process in living systems and the specificity of being known. *Psychoanalytic Dialogues*, 12(1), 11-42.
- Schaefer, J. A., & Moos, R. H. (1992). Life crisis and personal growth. In B. N. Carpenter (Ed.), *Personal coping: Theory, research, and application* (pp. 149-170). Westport, CT: Praeger.
- Scheier, M. F., Matthews, K. A., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1257-1264.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Stanton, A. L., Kirk, S. B., Cameron, C. L., & Danoff-Burg, S. (2000). Coping through emotional approach: Scale construction and validation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1150-1169.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks, 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), 455-472.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Triplett, K. N., Tedeschi, R. G., Cann, A., Calhoun, L. G., & Reeve, C. L. (2012). Posttraumatic growth, meaning in life, and life satisfaction in response to trauma. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(4), 400-410.
- Wallin, D. J. (2007). *Attachment in psychotherapy*. New York, NY: Guilford Press.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (pp. 56-75). Thousand Oaks: Sage.
- Yanez, B., Stanton, A. L., Hoyt, M. A., Tennen, H., & Lechner, S. (2011). Understanding perceptions of benefit following adversity: How do distinct assessment of growth relate to coping and adjustment to stressful events? *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(7), 699-721.
- Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology: A critical review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology Review*, 26(5), 626-653.

원고접수일 : 2017. 11. 21
수정원고접수일 : 2018. 01. 04
게재결정일 : 2018. 05. 01

The Relationship Between Interpersonal Trauma and Post-Traumatic Growth: The Mediating Effect of Mentalization and Emotion-based Coping

Youngju Seo

Youngkeun Kim

Inje University

The purpose of this study was to investigate the structural equation model that mediates the process of interpersonal traumatic experience in post-traumatic growth (PTG), mentalization, and emotion-based coping. Participants included 729 adults from Seoul, Daegu, Gwangju, Busan, Ulsan, Gyeonggi, Chungjeong, Jeonla, Gyeongsang, and Jeju who completed the interpersonal trauma questionnaire, mentalization scale, emotion-based coping, and PTG scale. Results showed significant correlations between interpersonal trauma, mentalization, emotion-based coping, PTG, and amulet. In the relationship between interpersonal trauma and PTG, mentalization and emotion-based coping were mediated by dual mediation. Based on these results, emotion-based coping will occur if mentalization is a personality factor in interpersonal trauma. This not only implies that emotional acceptance and emotional experience in counseling can enhance PTG but also provides useful data specific to interpersonal trauma.

Key words : relational trauma, Childhood trauma, post-traumatic growth, mentalization, emotion-based coping