

이중체계모델에 근거한 외상사건 스트레스와 부정정서의 관계: 자기조절력과 반추적사고의 매개효과*

나 현 주

최 수 미[†]

건국대학교 교육대학원 교육학과

본 연구에서는 외상사건 스트레스와 부정정서의 관계에서 침습적 반추, 자기조절, 의도적 반추의 매개효과를 이중체계모델을 기반으로 구조방정식 모형에 의해 검증하였다. 서울, 경기 지역에 거주하는 20-70세의 성인 566명을 대상으로 설문조사하였다. 연구변인 간 관련성은 상관분석으로, 모형의 타당성과 적합성은 확인적 요인분석과 적합도 지수로 확인하였다. 모형경로의 유의성은 부트스트랩 방법으로, 매개효과의 유의성은 팬텀변수를 사용한 부트스트랩으로 검증하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 외상사건 스트레스와 침습적 반추, 의도적 반추, 자기조절, 부정정서는 유의한 상관관계를 보였다. 둘째, 외상사건 스트레스와 침습적 반추, 의도적 반추, 자기조절, 부정정서와의 구조적 관계모형이 적합한 것으로 나타났다. 셋째, 외상사건 스트레스와 침습적 반추, 의도적 반추, 자기조절, 부정정서의 변인 간 직접효과와 간접효과, 구조적 관계모형 경로들이 유의미하게 나타났다. 넷째, 외상사건과 부정정서의 관계에서 침습적 반추, 의도적 반추, 자기조절에 의한 각 경로에서 유의한 매개효과가 검증되었다. 본 연구는 외상사건 스트레스에 의해 주관적으로 경험하는 부정정서가 인지처리과정임을 보여주었으며, 외상 스트레스에 의한 침습적 반추의 자동적 기제와 그로 인해 나타나는 심리적, 신체적 반응에 대한 이해를 확장하였다. 또한 부정적 정서 완화를 위한 임상치료 장면에서 자기조절 개입 시점에 대한 중요성을 시사해준다.

주요어 : 외상사건 스트레스, 부정정서, 침습적 반추, 의도적 반추, 자기조절, 이중체계모델

* 본 연구는 나현주(2018)의 건국대학교 교육대학원 석사학위논문 ‘외상사건 스트레스와 부정정서의 관계: 이중체계모델에 의한 접근’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

[†] 교신저자 : 최수미, 건국대학교 교육대학원 상담학과, 서울시 광진구 능동로 120

Tel: 02-450-3825, E-mail: sumi0727@hanmail.net

세대를 반복하면서 인간이 경험하는 크고 작은 변화들은 우리에게 성장과 발전을 가져다 주기도 하지만 외부의 변화 자극은 긴장을 유발시키기도 한다. 가벼운 긴장(strain)은 외부 자극에 대처하면서 적응적 삶을 유지시키는데 도움을 주지만 내적 또는 외적으로부터의 강력한 자극은 정신적 충격으로 전달되거나 영구적인 정신 장애로 남기도 한다. 이를 외상(trauma)이라고 하며, 외상을 일으키는 충격적인 경험은 심리적, 신체적 고통과 같은 정서적 반응을 발생하게 한다(정신분석용어사전, 2002). Lazarus(1993)는 인간이 심리적 혹은 신체적으로 감당하기 어려운 상황에 처했을 때 느끼는 불안과 위협의 감정을 스트레스라고 하였다. 충격적인 스트레스 사건에 의해 입은 심리적 상처인 외상을 일으키는 외상성 사건은 직접적 경험, 간접적 경험, 객관적 자극, 주관적인 반응까지 포함하는 포괄적인 개념으로 일상 생활 속에서 누구나 경험할 수 있는 사건이 될 수 있다(권석만, 2013; 송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현, 2009; Berntsen & Rubin, 2007). 또한 DSM-5에 의하면 일회성 외상(single-blow trauma), 주기적이며 반복적 사건인 반복적 외상, 타인의 고의적 행동에 의한 대인 관계적 외상, 재난에 의한 인간 외적인 외상(impersonal trauma) 등 직접적인 경험 뿐만 아니라 반복적이고 극단적인 노출에 의한 간접적 목격도 포함시켜 외상적 사건의 범주를 확대하였다. 외상 스트레스란 신체 생리적 항상성에 영향을 주는 실제로 느끼게 되는 위협으로(Selye, 1946), 스트레스를 유발할 만한 객관적 상황으로 보는 객관적인 면과 그 상황에 대해 주관적으로 인식하는 정도인 주관적인 면으로 나누어 볼 수 있다(Holmes & Rahe, 1967; Redfield & Stone, 1979). Lazarus(1968,

1993)에 의하면 스트레스 정도는 외적 사건도 중요하지만 주관적으로 개인이 어떻게 지각하고 있는지에 의해 인지하는 스트레스 정도가 다르다고 하였다. 즉, 객관적 스트레스 상황과 주관적으로 느끼는 스트레스 정도에 차이가 있으므로 스트레스 측정시 외상사건보다 개인이 실제로 지각하는 스트레스 정도를 평가하는 것이 더 적합하다고 할 수 있다. 따라서 충격적인 외상사건 뿐만아니라 주요 생활사건에서 반복적으로 경험하게 되는 복합외상, 일상의 사소한 골칫거리 등도 스트레스 유발요인으로 작용하며 또한 주관적으로 느끼는 스트레스 정도에 따라 심각한 생리적, 심리적 결과를 유발시킬 수 있다는 것이다.

뇌 영상 촬영(fMRI)이 가능해지면서 인간의 정서와 인지적 처리과정 간의 관련성을 검증하기 위한 연구들이 활발하게 진행되고 있는데(류경희, 2009; 안현민, 2011; Ochsner et al. 2004; Schaefer et al., 2003), 이들 연구들은 외상 사건 스트레스를 경험한 후 나타나는 긍정 및 부정적 결과들에 영향을 미치는 공통적 요인으로 인지적 요인들 및 인지적 처리과정의 역할의 중요성에 대해 보고하고 있다(Ehlers & Clark, 2000; Janoff-Bulman, 1989, 2006; Litz & Keane, 1989). 먼저, 주혜선(2012) 등 여러 연구자들은 외상사건 스트레스를 경험한 후 우울, 불안, 분노 등의 부정정서에 영향을 미치는 인지적 변인으로 외상기억에 대한 침습적 반응을 언급하였다(김래선, 2007; 주혜선, 2012; Ehring & Ehlers, 2014; Simms, Watson, & Doebbeling, 2002). 즉, 관련 선행 연구들은 침습적 반응을 외상의 고통 요인들 중 심리적 어려움을 가진 사람들에게 나타나며 심리 부적응적 정서 및 증상을 유지시키는데 중요한 역할을 하는 것으로 보고하였다. 또한, 외상사

건 스트레스로 인해 활성화된 침습적 반추는 외상사건을 경험한 사람들의 외상사건에 대한 왜곡된 인지 이후 새로운 도식을 구성하여 극심한 고통을 완화시키기 위한 자기조절적 노력으로 탈중심화(decentering), 정서 및 인지조절 전략을 촉진시키고 이로 인해 의도적 반추를 활성화한다고 보고되었다(박애실, 2016; 한은애, 2015). 이처럼, 외상경험에 대한 정보를 저장하는 과정에서 외상기억이 왜곡과 편향의 인지적 과정으로 인해 외상 후 심리적 반응과 증상이 나타나며(주혜선, 2012), 조망확대, 긍정적 재초점과 재평가에 의한 인지적 변화 과정이 정서조절로 연결된다(지은혜, 조용래, 2009)는 보고는 긍정적 혹은 부정적인 결과들이 개인 내적인 인지적 요인들과 관련되어 있음을 나타낸다. 하지만, 이들 연구들은 외상사건 스트레스를 경험한 후 나타나는 증상들에 대해 다양한 인지적 요인들과의 관련성을 보여 주고는 있지만, 어떤 경로에 의해 의도하지 않는 침습적 반추가 발생하는지, 의식적 자기조절에 의한 노력이 어떤 과정에 의해 고통을 완화시키는지에 관련한 연구들은 미흡한 실정이다. 즉, 인지적 요인들이 어떤 과정 및 경로로 긍정적 혹은 부정적 결과로 연결되는지에 관한 연구나 인지적 요인 간 어떤 과정 및 절차를 거치는지에 대한 보고는 미흡한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 외상사건 스트레스를 경험한 후 나타날 수 있는 부정적 정서로 부정적 결과를 악화시키는 한편 긍정적 변화를 유도하기 위한 인지적 처리과정을 이중체계모델(Dual System Model)에 근거하여 침습적 및 의도적 반추와 외상을 경험한 사람들의 자기조절능력 간의 인지적 처리과정을 가정하고 검증해 보려고 한다.

이중체계모델(Dual System Model)은 인간이

두 개의 인지처리과정 즉, 직관적이고 무의식적으로 경험되는 자동적 처리과정과 의식적으로 작동되며 인지적 용량을 필요로 하는 통제적 처리과정에 의해 인지하고 사고하게 된다고 설명한다(Hofmann, Friese, & Strack, 2009). Kahneman(2002)에 의하면 자동적 처리과정인 system 1과 의식적 처리과정인 system 2의 활성화 정도에 따라 스트레스 상황에 대한 정보 처리가 이루어진다고 하였다. 즉, 인간이 경험하는 우울, 불안, 분노와 같은 부정적 정서 역시 인지적 처리과정에 의해 경험되는 결과로 간주되었다(Ochsner & Gross, 2005). 인간의 사고체계를 자동적 인지처리과정을 의미하는 system 1과 의식적인 인지적 노력이 필요한 인지처리과정인 system 2로 구분하여(Kahneman, 2002) 직관적 및 무의식적으로 작동되는 과정과 인지적 용량을 필요로 하는 통제적 처리과정에 의해 인지하고 사고하는 것으로 설명하고 있다(Hofmann, Friese, & Strack, 2009). 이중체계모델은 스트레스 상황에 따라 system 1과 system 2의 활성화에 따라 이를 경험하는 사람들의 인지적 정보처리가 어떻게 이루어지는지에 대한 과정을 설명해준다(Kahneman, 2002). System 1 처리과정은 외상사건과 같은 스트레스를 경험한 후 별도의 인지적 노력을 필요로 하지 않는 자동적으로 활성화되는 인지과정으로 정서경험에서 습득한 정보로 인지도식을 형성하여 빠르게 처리되므로 시간과 노력이 절약되기도 한다. 하지만, 정보를 왜곡시키고 부정확한 편향을 일으켜 과도한 정서경험과 정서반응을 일으키게도 한다(Fiske & Taylor, 1991; Kahneman & Frederick, 2002; Tversky & Kahneman, 1974). 또한 system 1은 유사성, 최신성, 반복성, 정합성(validity), 인지적 편안함(cognitive ease), 경험한 사건의 강도 등에 의한

자동적 평가들에 의해 활성화된다. 즉, 이전 경험과 비슷한 사건, 가장 최근에 경험한 사건, 유사한 사건의 반복된 경험의 익숙함, 자신이 아는 정보에 부합되는 정도, 정보를 사실로 받아들여 느끼는 인지적 편안함, 강한 정서적 사건에 의해 활성화되는 것이다. 이는 침습적 반추의 내용이 외상사건이후 과거에 경험했던 것과 유사한 부정적 정서를 재경험하게 하여 부정적 정서와 인지를 증가시키고, 의도적인 노력없이 자동적, 무의식적으로 발생하며, 이전에 경험한 사건정보가 재반복되고 재경험되는 과정이라는 점에서 침습적 반추를 system 1에 의한 처리과정으로 볼 수 있다. 즉, 외상사건의 정보들로부터 형성된 인지도식이 system 1의 처리과정으로 왜곡되고 편향된 인지도식에 의한 침습적 반추를 일으키게 하고 이로 인해 높은 수준의 부정적 정서 경험을 유발하게 되는 것이다(주혜선, 2012; Ehlers & Steil, 1995; Holmes & Bourne, 2008).

자신에게 지배적인 우세한 반응을 변경하여 행동, 사고, 감정을 조절하는 과정을 자기조절이라 한다(김교현, 2006; 류은수, 2006; 이수정, 2014; De Ridder, Lensvelt-Mulders, Finkenauer, Stok, & Baumeister, 2012). 자기조절력은 유아기에 출현하여 지적 성숙과 사회화를 통해 발달하게 되며, 아동기와 청년기를 거쳐 지속적으로 발달하기 때문에, 누구나 자기조절체계가 작동되고 있음을 알 수 있다(Elias & Berk, 2002). 즉, 스트레스 사건에 의한 고통감은 체내에 심리적, 신체적 불균형 상태를 유발시키지만 원래의 평형상태인 항상성을 유지하려는 의도적이고 통제적인 자기조절기제도 동시에 작동된다는 것이다. 자기조절력은 상황에 대한 객관적인 평가, 긍정적 의미에 대한 발견, 기존의 선입견이나 비유통성에 대한 알아차림

을 가능하게 하며(김정호 2004; 김혜진, 최훈석, 2016; 이정운, 최수미 2011; 임정란, 강영신, 문정순, 이재우, 2014; Kanfer, 1986), 인지조절에 의한 상황에 대한 의미 변화는 정서조절도 가능하게 한다(고선규, 고영진, 2009; 김고은, 양난미, 2016; 김도연, 2016; 이지영, 권석만, 2006; Kanfer & Zeiss, 1983). 정서조절은 대부분의 기분, 불안 장애에 중요한 역할을 하며(이찬미, 유성은, 2016), 우울증도 자기관리 실패에서 기인한 것일 수 있다고 한다(Rokke & Rehm, 2001). 또한 인지적 활동의 수정은 행동조절도 가능하게 한다(임선아, 2013; 정은주, 2005). System 2 처리과정은 자기조절에 의해 합리적이고 분석적으로 이루어지며, 메타인지(metacognition)에 의한 system 1의 반응결과의 평가로 활성화된다(Ridder, Lensvelt-Mulders, Finkenauer, Stok, & Baumeister, 2012). 예를 들면, 시간적 제약이 없는 위급하지 않은 상황이나 자신이 아는 정보에 부합된다고 설정한 적합성의 강도가 낮아졌을 때 system 2의 개입이 이루어지게 된다고 한다(조윤진, 2011; Evans & Curtis-Holmes, 2005; Evans & Frankish, 2009; Evans & Stanovich, 2013; Shynkaruk & Thompson, 2006). 우리가 외상사건을 경험한 이후 심리적 어려움을 극복하기 위해 상담이나 마음챙김명상, 자기초점화 등의 노력을 기울이는 것도 자기조절에 의한 system 2의 활성화 과정에 의한 것으로 볼 수 있다(이지영, 권석만, 2006; Compas et al., 2006; Metcalfe & Mischel, 1999). 즉, 외상을 경험한 후 초기에는 침습적 반추가 시작되지만 이후 의도적 반추과정이 뒤따른다. 의도적 반추(deliberate rumination)란 외상사건에 의해 반복되는 생각들에서 삶의 의미를 찾고 그 영향력에 대해 생각하고자 하는 자발적이고 목적 지

향적인 사고를 말한다(최재인, 성승연, 2016; Triplett, Tedeschi, Cann, Calhoun, & Reeve, 2012). 이와 같이 대안적인 신념을 떠올리며 적응적인 삶의 이야기로 바꾸게 하는 의도적 반추도 system 2에 의해 새로운 인지 도식을 형성하는 과정으로 볼 수 있다(Takua & Oshio, 2015). 의도적 반추는 자신의 삶에 외상을 수용하려는 노력, 긍정적인 성장과 발전에 필요한 인지 과정으로 외상 이후 고통의 감소, 우울과 부적관계가 있는 것으로 나타났다(Zoellner & Maercker, 2006). 따라서 자기조절은 외상사건 스트레스 상황에서 자신을 보호할 수 있도록 도와주며, 심리적 고통을 완화시키는 기능을 한다고 할 수 있다.

이중체계모델에 의하면, system 1과 system 2의 활성화 정도에 따라 외상사건으로 형성된 인지도식인 자동적이고 침습적인 반추에 대한 평가가 이루어지게 되고, 이후 새로운 정보의 개입이 가능해지게 되는데 이것은 자동적이고 우세한 지배적 반응을 변경할 수 있다고 보고한다(Danhauer et al., 2013). 하지만, 인간의 인지적 용량은 제한되어 있으며 대뇌에서 사용하는 에너지량은 전체 에너지의 1/3에 해당되므로, 의도적이고 통제적인 system 2의 자기조절과정은 많은 에너지 소모로 인해 제한을 받게 된다. 따라서 에너지의 효율적 처리가 필요하기 때문에 즉각적이고 자동적인 system 1의 반응으로 시간과 노력을 절약하고 인지적 용량의 한계를 극복하게 된다(김기정, 2017; Hertwig & Todd, 2003; Martindale, 1991). 사람들이 항상 분석적이고 합리적인 사고를 하는 것이 아니라 상황에 의해 현실적 대안을 찾는 모습이 여기에 해당한다고 할 수 있다(조윤진, 2011; Simon, 1956). 그러므로 에너지가 소진된 상태에서는 통제적인 자기조절 과정인 system

2 처리과정보다 자동적인 system 1 처리과정이 활성화되어 침습적 반추가 자주 경험되는 것으로 볼 수 있다. 외상 사건에 의한 스트레스로 인해 가장 많이 경험하게 되는 침습적 반추(system 1)는 이전에 경험했던 부정적 정서의 인지도식에 의한 재경험으로 이어져 심리적, 신체적 반응으로 나타나게 되면서 고통과 어려움을 경험하게 된다. 하지만 자기조절의 활성화 과정(system 2)으로 침습적 반추사고와 부정정서를 저하시키려는 기제가 발생한다. 다시 말하면, 외상사건에 의한 스트레스로 인해 우울, 불안, 분노정서를 지각하는 정도의 차이는 system 1 처리과정인 침습적 반추와 system 2 처리과정인 자기조절의 활성화 정도에 의한 것이라 할 수 있다.

이상에서 설명한 바를 바탕으로, 본 연구는 외상사건 스트레스로부터 우울, 불안, 분노정서를 지각하는 과정을 이중체계모델에 근거하여 침습적 반추, 자기조절, 의도적 반추 등 인지적 요인들이 처리되는 경로를 통해 검증하고자 하였다. 외상사건 스트레스로 인해 심리적 고통을 유발시키는 불안, 우울, 분노정서가 전달되는 경로과정에 대한 구체적 이해는 치료적 부분에 대한 초점을 제시할 수 있으며 효과적이고 효율적인 치료적 접근과 외상경험의 고통을 호소하는 심리적 상황에 대한 과정적 이해를 확장하는데 도움을 제공할 것으로 본다. 즉, 외상사건 스트레스에 의한 심리적 고통감이 자동적 침습적 반추로 이어져 과도한 우울, 불안, 분노정서를 유발시키는 system 1 처리과정과 자기조절에 의한 의도적이고 통제적인 system 2 처리과정에 의해 부정정서가 감소되는 것으로 침습적 반추에 새로운 정보적 변화의 가능성을 알아보고자 한다. 또한 외상 스트레스로 인해 나타나는 심리적, 신체

적 반응과 연결된 과정에 대한 이해를 확장함으로써 외상사건 스트레스를 관리하고 치료하는 모든 임상 장면에서 구체적이고 다양한 치료적 접근법을 모색하는데 기여할 것으로 여겨진다.

본 연구에서는 외상사건에 의한 스트레스가 인지처리과정을 통해 부정정서에 미치는 영향을 알아보기 위해 이중체계모형을 기반으로 한 구조적 관계를 다음과 같이 설정하였다. 즉, 부정정서에 대한 외상사건 스트레스에 의한 현재 심리적 고통감, 침습적 반추, 자기조절 및 의도적 반추의 구조적 관계를 가정하였다.

연구모형은 그림 1과 같다.

구조적 관계를 가정한 연구모형에 의해 본 연구에서 검증하고자 하는 연구가설은 다음과 같다.

연구가설 1. 외상사건에 의한 현재 고통감과 침습적 반추, 자기조절, 의도적 반추, 부정정서는 어떠한 관계가 있는가?

연구가설 2. 외상사건 스트레스에 의한 현재 고통감과 부정정서의 관계에서 침습적 반추, 의도적 반추, 자기조절은 매개역할을 하는가?

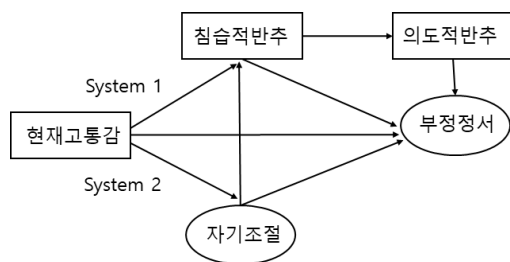


그림 1. 연구모형

방 법

연구 대상 및 절차

본 연구의 자료는 서울, 경기 지역에 거주하는 20-70세의 성인 남녀를 대상으로 2017년 9월 15일부터 10월 2일까지 설문지를 배포하여 설문조사를 통해 수집되었다. 설문지는 연구자가 직접 방문하거나 지인들을 통해 연구에 동의한 대상자에 한하여 배부하였으며, 사전에 연구의 목적 및 설문조사 실시와 관련된 사항을 연구자가 직접 안내하거나 지인들을 통해 설명하도록 안내하고 설문지 작성을 실시하도록 하였다. 연구 대상 표집을 위해 경기도 ○○시에 소재한 ○○교회에 150부(25.4%), 상담교육 세미나에 참가한 서울·경기 지역의 학생상담자원봉사자 180부(31.8%), 서울·경기 지역 소재의 학원 강사 100부(16.9%), 경기 지역 소재의 ○○건설 현장에서 근무하는 중장기 기사 20부(3.4%), 서울지역에 소재한 ○○은행 팀장 20부(3.4%), 서울지역에 소재한 ○○문화센터 수강생 20부(3.4%), 서울 소재 ○○대학교 대학생과 대학원생에게 각각 40부(6.8%)와 60부(10.2%)를 배부하였다. 작성된 설문지는 연구자가 직접 방문하거나 지인들에게 직접 그리고 우편에 의한 간접적인 방법으로 회수하였다. 배부된 총 590부의 설문지 중 575부가 회수되었으며, 그 중에서 외상사건을 경험하지 않았다고 응답한 1부와 문항에 거의 응답하지 않았거나 불성실하게 응답한 8부를 제외한 566부를 최종 분석자료로 사용하였다. 연구 대상자들의 성별은 여자가 75.6%(428명), 남자가 24.4%(138명)로 나타났으며, 연령은 20대(12.4%), 30대(10.2%), 40대(37.1%), 50대(32.7%), 60대(7.6%)로 구성되어

있다.

측정 도구

외상 경험 질문지

외상사건의 유형과 주관적인 심각도를 측정하기 위해 송승훈(2007)이 만든 한국판 외상 경험 스케줄(Traumatic Experience Schedule for Korea: TESK)을 사용하였다. ‘외상 경험 질문지’의 척도 항목을 살펴보면 가까운 사람의 상실, 본인의 사고 및 상해, 본인의 심각한 질병, 가족이나 가까운 사람의 사고 및 질병, 경제적 어려움, 학대 및 가혹행위 경험, 학업 및 과업 문제, 주변 사람들의 배신 충격 혹은 사회 적응의 어려움, 기타 등으로 구성되어 있다. 외상경험의 유형을 묻는 1-9개의 질문은 복수응답을 하였으며, 외상 사건들 중 가장 큰 위기로 인식하는 1개의 사건을 9개의 질문에서 선택하도록 하였다. 본 연구에서 외상 경험 당시와 현재의 주관적 고통은 ‘전혀 심각하지 않다(0점)’에서 ‘매우 심각하다(6점)’으로 반응하는 7점 Likert 척도로 평가하였다. 현재의 주관적 고통의 수준을 현재 심리적 고통감으로 나타내었다.

한국판 사건관련 반추 척도(K-Event Related Rumination Inventory: K-ERRI)

주요 생활 스트레스 사건을 경험한 후 발생하는 인지적 과정인 침습적 반추와 의도적 반추를 측정하기 위해 Cann 등(2011)이 개발하고 안현의 등(2013)이 번안 및 타당화한 것을 사용하였다. 총 20문항으로 침습적 반추(intrusive rumination, 10문항)와 의도적 반추(deliberate rumination, 10문항)로 구성되어 있다. 침습적 반추는 고통의 증상과 관련되어 있으며 ‘그

일에 대한 생각들 때문에 무언가에 집중하는 것이 어렵다’, ‘그 일에 대한 생각들이 떠오를 때면 그것을 멈출 수가 없다’ 등의 문항으로 구성되어 있다. 반면 의도적 반추는 외상 후 성장과 관련되어 있으며 ‘나는 그 경험이 내 미래에 어떤 의미가 있을지에 대해 생각해본다’ 등의 문항으로 구성되어 있다. 문항은 4점 Likert 척도로(0점 : 전혀 아니다 ~ 3점 : 자주 그렇다)로 평가하며, 하위척도의 점수가 높을수록 해당 영역의 반추 양식을 더 많이 사용함을 의미한다. 본 연구에서는 응답방식의 일관성과 응답자의 응답 편의성을 고려하여 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’으로 반응하는 5점 Likert 척도로 변환하여 사용하였다. 안현의 등(2013)의 연구에서 전체 척도의 내적합치도(Cronbach’s α)는 .93이고, 침습적 반추는 .96, 의도적 반추는 .95를 보였다. 본 연구에서는 신뢰도계수(Cronbach’s α)가 반추 전체 척도 .94, 침습적 반추 .93, 의도적 반추 .94로 나타났다.

한국판 상태-특성 분노 척도(Korean Adaptation of the State-Trait Anger Expression Inventory: STAXI-K)

전경구, 한덕용, 이장호, Spielberger(1997)가 개발한 척도로 분노경험과 분노표현으로 나누어져 있다. 상태분노 10문항, 특성분노 10문항과 분노표현 24문항으로 총 44문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 현재 고통의 심각정도가 분노 정서에 미치는 수준을 측정하고자 하였으므로 현재 경험하는 분노의 정도를 측정하는 상태분노 10문항과 개인이 평소에 분노하는 경향성을 측정하는 특성분노 10문항으로 구성된 분노경험 척도만 사용하였다. 문항의 내용을 살펴보면 상태분노에는 ‘나는 분

노하고 있다', '나는 속이 부글부글 끓고 있다' 등의 문항으로 구성되어 있으며, 특성분노에는 '나는 불같은 성미를 지녔다', '나는 쉽게 화를 낸다' 등의 문항이 포함되어 있다. 상태분노와 특성분노에서의 각 문항은 5점 Likert 척도로 변환하여 사용하였으며, 점수 분포는 10-50점으로 높을수록 상태분노와 특성분노가 높음을 의미한다. 본 연구에서는 분노 수준을 특성분노와 상태분노의 합으로 나타내었다. 선행연구에서의 내적합치도는 특성분노가 .82, 상태분노가 .89로 보고하였다. 본 연구에서 신뢰도계수(Cronbach's α)는 분노경험 전체 .91, 특성분노 .86, 상태분노 .94로 나타났다.

자기조절척도(Self-Regulation Scale)

자기조절능력을 측정하기 위해 Novak & Clayton(2001)이 개발하고 이정운, 최수미(2011)가 번안한 것을 사용하였다. 총 26문항으로 정서조절 9문항, 인지조절 10문항, 행동조절 7개 문항으로 구성되어 있다. 정서조절 문항내용에는 '별 이유 없이 기분이 좋았다 나뻐다 한다' 등의 문항이, 인지조절에는 '나는 내 행동이 어떤 결과를 가져오는지 생각한다' 등의 문항이, 행동조절에는 '나는 일에 집중하고 있는 게 힘들다' 등의 문항이 포함되어 있다. 문항은 4점 Likert 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 자기조절력의 어려움을 나타낸다. 본 연구에서는 문항 응답방식의 일관성을 고려하여 각 문항을 5점 Likert 척도로 변화하여 사용하였다. 본 연구 자료의 기술통계 분석을 실시한 결과, 하위변인 중 '행동조절'의 척도가 11.31로 확인되었다. 이는 표준점도지수의 절대값이 10보다 크면 정규분포에 문제가 있는 것으로 본다(문수백, 2009; DeCarlo, 1997; Kline,

2005)는 정규분포 조건에 위배된다. 그러므로 행동조절 총 6개의 문항을 재검토한 결과, 행동조절 문항들의 내용이 일반적이고 전반적인 상황에 대한 태도와 행동에 관련된 문항들인 반면 행동조절 20번 문항인 '나는 식사하는 동안 앉아있는 게 힘들다'는 제한된 특별한 상황에 대한 태도와 관련된 내용이었다. 또한 신뢰도 분석결과 '자기조절'의 하위요인 변인인 '행동조절' 문항 중 '행동조절 20번 문항' 제거 시 신뢰도 계수(Cronbach's α)가 .75에서 .84로 높아진 것이 확인되었다. 그러므로 본 연구자는 '행동조절 20번 문항'의 연구조사 결과를 일반화하기에 무리가 있다고 판단되어 상담심리전공 교수 1인과의 논의를 거쳐 '행동조절 20번 문항' 제거를 고려하였다. 문항 내용과 신뢰도 계수, 그리고 척도를 고려하여 행동조절 20번 문항을 삭제하여 척도 .39으로 정규분포 조건을 충족하도록 하였으며, 그 결과 신뢰도 계수도 .84로 조정되었다. 선행연구에서의 신뢰도계수(Cronbach's α)는 정서조절 .95, 인지조절 .96, 행동조절 .94로 보고하고 있으며, 본 연구에서는 신뢰도계수(Cronbach's α)가 정서조절 .86, 인지조절 .88, 행동조절 .84로 나타났다.

자기보고식 우울 척도(Zung's Self-rating Depression Scale, SDS)

Zung(1965)이 개발한 척도를 이영호와 송중용(1991)이 번안하여 한국판으로 개발한 척도이다. 심리적 우울 성향의 정도를 측정하는 10개의 문항, 생리적인 우울 성향을 측정하는 8개의 문항, 전반적인 정동을 측정할 수 있는 2개의 문항 등 총 20개의 문항으로 구성되어 있다. 각 항목은 1-4점으로 평가되는 Likert 척도로 평가되며, 0-39점은 정상, 40-47점은 경미

한 우울, 48-55점은 중증 우울, 55점 이상은 심한 우울을 나타낸다. Zung(1965)은 50점 이상을 절단점으로 사용할 것을 추천하였으며, 내적합치도(Cronbach's α)는 .92로 보고하였다. 본 연구에서는 각 문항을 5점 Likert 척도로 변화하여 사용하였으며, 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .84로 나타났다.

상태-특성 불안 척도(State-Trait Anxiety

Inventory: STAI)

불안을 측정하기 위해 Spielberger, Grosuch 및 Lushene(1970)가 개발하고 김정택(1978)이 변안한 것을 사용하였다. 본 척도의 하위요인은 현재 개인이 느끼는 불안의 강도를 측정하는 상태불안(state anxiety)과 개인이 가지고 있는 비교적 안정된 불안 강도를 측정하는 특성불안(trait anxiety)으로 구성되어 있다. 본 도구는 상태불안 20문항, 특성불안 20문항의 총 40문항으로 구성되어 있으며, '전혀 아니다'에서 '정말 그렇다'까지 4점 Likert 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 불안 정도가 높은 것을 의미한다. 김정택(1978) 연구에서 내적합치도는 상태불안 척도 .87, 특성불안 척도 .86로 보고하고 있다. 본 연구에서는 각 문항을 5점 Likert 척도로 변화하여 사용하였으며, 불안의 수준을 상태불안과 특성불안의 합으로 나타내었다. 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .96으로 나타났다.

자료분석

본 연구 자료는 SPSS 23.0과 AMOS 21.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 빈도분석을 실시하여 인구통계학적 특성을 알아보고 Cronbach's α 값을 산출하여 측정도구들의 신뢰도를 확인하였으며, 주요 연구변인들에 대

한 기술통계분석을 실시하여 평균과 표준편차를 알아보고, 왜도와 첨도를 통해 정규성을 검증하였다. 그 결과, '행동조절' 변인의 첨도가 11.31로 나타나 정규분포 조건인 왜도 < 2, 첨도 < 4(Hong, Malik & Lee, 2003)에 위배되고 있음이 확인되었고, '자기조절'의 하위요인 변수인 '행동조절' 문항 중 '행동조절 20번 문항' 제거 시 첨도가 .390으로 낮아졌으며, 신뢰도계수도 .84로 조정되었다. 따라서 본 연구에서는 정규분포 조건과 신뢰도계수의 적합성을 고려하여 행동조절 20번 문항을 삭제하여 연구 분석을 진행하였다. 연구 변인들 간의 관련성을 알아보기 위하여 Pearson 상관분석을 실시하였으며, 연구모형의 타당성을 검증하기 위해 확인적 요인 분석(Confirmative Factor Analysis, CFA)을, 모형의 적합도를 검증하는데 χ^2 , RMSEA, NFI, CFI, GFI, AIC 등의 적합도 지수들을 적용하였다. 판별타당성 검증을 위해 확인적 요인분석(CFA)을 실시한 후, 상관을 제약한 모형(대상이 되는 구성개념 간의 상관관계를 1로 fix시킨 모형)과 비제약 모형(두 구성개념 간의 관계를 free로 한 모형)간의 χ^2 차이를 비교하였다(이학식, 임지훈, 2017, 2010). 연구모형의 경로계수와 표준오차를 통해 변인 간 경로의 통계적 유의성을 검증하였고, 팬텀 변인이 포함된 새로운 경로도형을 설정하여 부트스트랩(bootstrapping) 방법으로 다중매개효과 유의성 검증을 실시하였다. 본 연구 모형의 변인 간 관계에서 직접효과, 간접효과, 총효과의 유의미성을 검증하기 위해 표본추출 2000회, 신뢰구간 95%로 설정하여 부트스트랩을 실시하였다. 또한 본 연구모형은 3개의 매개변수를 포함한 다중매개모델(multiple mediator model)로 개별 매개효과를 파악하기 위해 팬텀변수가 포함된 별도의 경로모형을

만들어 분석하였다. 팬텀변수(phantom variable)는 모델적합도 및 모수치에 영향을 주지 않는 가상의 변수로 팬텀변수에 의한 경로를 재구성하여 부트스트랩을 실시하는 방식으로 간접효과의 통계적 유의성을 확인할 수 있다(배병렬, 2011). 구조모형의 모든 경로를 팬텀변인에 의해 설정된 가상의 경로와 동일한 문자계수로 제한한 후 표본추출 2000회, 신뢰구간 95%로 설정하여 부트스트랩을 실시하여 통계적 유의성을 검증하였다.

으로 본다(문수백, 2009; DeCarlo, 1997; Kline, 2005). 정규분포 조건이 충족되지 않을 경우 상관계수가 과소 추정되어 왜곡된 결과가 나타날 수 있으므로 각 변수의 하위요인에 대한 왜도(skewness)와 첨도(kurtosis)를 검토하였다. ‘행동조절 20번 문항’ 제거한 후 연구에 사용된 변수들 모두 구조방정식 모형의 정규분포 조건인 왜도 < 2, 첨도 < 4 (Hong, Malik & Lee, 2003)을 만족하였다. 각 변수와 하위요인들의 기술통계량은 표 1에 제시하였다.

결 과

주요변인 간 기술통계

본 연구 자료의 정규분포성을 검정하기 위해 기술통계분석을 실시하였다. 구조방정식모형에서는 모델의 모수치를 추정할 경우 관찰변인들의 첨도에 의한 위배가 모수치 추정에 심각한 영향을 미치기 때문에 표준첨도지수의 절대값이 10보다 크면 분포에 문제가 있는 것

주요 변수들 간의 상관관계

본 연구의 구조모형에서 설정한 인과관계를 검증하기 위하여, 구조모형에 포함된 주요 변수들간의 상관관계를 분석하였다. 대부분의 변수들 간에 $p < .01$ 수준에서 유의미한 상관을 보였다. 현재 심리적 고통감은 침습적 반추($r = .51$), 의도적 반추($r = .17$), 우울($r = .32$), 불안($r = .34$), 분노($r = .28$)와 유의한 정적상관을 보였으며, 자기조절의 하위요인 중 정서조절($r = -.20$), 행동조절($r = -.14$)과 유의미한 부적상

표 1. 각 변수의 기술통계량(N=566)

변수	평균(M)	표준편차(SD)	왜도	첨도
현재 심리적 고통감	2.58	1.65	.05	-.71
침습적 반추	27.68	8.46	-.03	-.26
의도적 반추	32.66	8.49	-.47	.24
자기조절				
정서조절	34.59	5.43	-.36	.49
인지조절	33.89	5.36	-.81	2.31
행동조절	24.09	3.64	-.46	.39
부정정서				
우울	47.70	8.99	.04	.09
불안	98.75	21.18	.10	.31
분노	42.54	11.14	.63	.99

표 2. 측정변인들 간 상관관계(N=566)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 현재고통감									
2. 침습적반추	.51**								
3. 의도적반추	.17**	.43**							
4. 불안	.34**	.42**	.07						
5. 우울	.32**	.35**	.02	.77**					
6. 분노	.28**	.37**	.16**	.57**	.47**				
7. 정서조절	-.20**	-.34**	-.19**	-.58**	-.53**	-.69**			
8. 인지조절	-.05	.00	.19**	-.19**	-.22**	-.03	.07		
9. 행동조절	-.13**	-.21**	-.02	-.41**	-.44**	-.38**	.50**	.22**	

주. ** $p < .01$

관을 보였다. 측정변인들 간의 상관분석 결과는 표 2에 제시하였다.

구조모형분석

측정모형의 타당성 검증

잠재변수와 잠재변수의 하위요인인 관찰변수의 구성타당도를 검증하기 위해 신뢰도 분석을 실시한 결과 구조모형 내 변수들은 구성타당도와 정규분포 조건을 충족시키는 것으로 나타났다. 판별타당성 검증을 위해 확인적 요인분석(CFA)을 실시한 후, 상관을 제약한 모형(대상이 되는 구성개념 간의 상관관계를 1로 fix시킨 모형)과 비제약 모형(두 구성개념 간의 관계를 free로 한 모형)간의 χ^2 차이를 비교하였다(이학식, 임지훈, 2017, 2010). 그 결과 비제

약 모형($\chi^2 = 241.421, df = 20$)과 각각의 두 구성개념 간 $\Delta\chi^2 / df$ 값이 5.626에서 127.944 사이로 측정되어 원래의 비제약 모형이 더 나은 것으로 판명되었다. 따라서 각각의 구성개념 사이에 판별타당성이 있다고 할 수 있다. 본 연구의 측정모형의 적합도 지수는 표 3에 제시되어 있다.

연구모형의 구조적 관계

본 연구모형은 외상경험 사건에 의한 현재 심리적 고통감, 침습적 반추, 의도적 반추, 자기조절, 부정정서 간의 외상경험 사건에 의한 스트레스가 인지처리과정을 통해 부정정서를 지각하는 정도에 미치는 영향을 이중체계모델을 기반으로 구조방정식 모형을 통해 검증하였다. 외상사건 스트레스에 의한 system 1의

표 3. 측정모형의 적합도 지수

χ^2	df	NFI	GFI	CFI	RMSEA	AIC
241.421	20	.88	.91	.86	.14	291.421

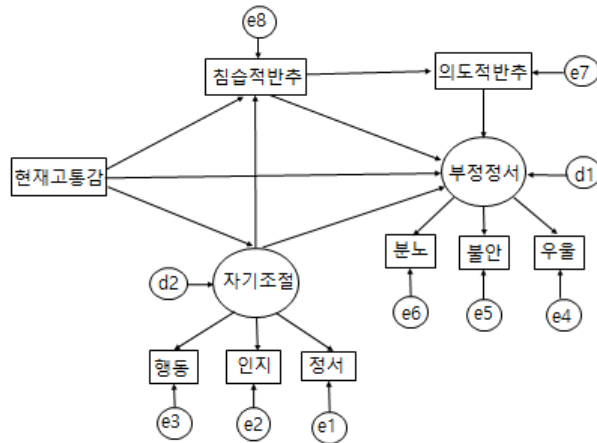


그림 2. 구조모형

활성화는 직관적이고 자동적인 정서처리과정인 침습적 반추로 이어져 부정정서인 우울, 불안, 분노 수준을 높하게 되고, 자기조절에 의한 system 2의 활성화는 부정정서를 감소시키는데 영향을 미치게 될 것으로 예상하였다. 또한 침습적 반추가 의도적 반추로 진행되면 부정정서가 감소될 것으로 예상하였다.

현재 고통감은 침습적 사고로 이어지는 system 1과 자기조절에 의한 system 2의 활성화 정도에 따라 지각하는 부정정서의 수준을 변화시키게 될 것으로 설정하였다. 본 연구모형은 외상경험 사건에 의한 현재 심리적 고통감, 침습적 반추, 의도적 반추, 자기조절, 부정정서 간의 구조적 관계모형으로 그림 2에 제시되어 있다.

연구모형의 적합도

본 연구모형의 평가 방법으로 χ^2 과 적합도 지수들을 사용하였다. χ^2 은 표본의 크기와 관찰변인 간 상관계수 크기에 민감하고, 모형의 완전성이라는 비현실적으로 엄격한 평가설 때문에 쉽게 기각되는 경향이 있다는 문제가 있

다. 따라서 표집의 크기와 상관이 큰 자료의 연구모형이 통계적으로 기각될 가능성이 커지기 때문에 모델 부합도 평가기준으로 적절하지 않다고 할 수 있다(김계수, 2010; 문수백, 2009). 그러므로 표본 크기에 민감하지 않고, 모델의 간명성을 고려하였으며, 적합도 평가 지수의 기준이 확립된 RMSEA, NFI, CFI, GFI, AIC를 통해 모형의 적합도를 종합적으로 평가하였다.

본 연구에서는 χ^2 , CFI, GFI, RMSEA, NFI, AIC의 적합도 지수를 검토하여 연구모형에 대한 적합도를 분석하였다. 연구모형의 적합도 지수 및 수정 지수(modification index)를 검토한 결과, 연구모형에 ‘분노’의 오차항 e6와 ‘정서조절’의 오차항 e1 사이에 상관 설정이 제안되었다. 본 연구모형의 오차항 상관을 설정한 변수 ‘분노’와 ‘정서조절’의 문항 내용을 검토한 결과, ‘분노’ 요인 문항에 ‘나는 화를 참는 게 어렵다’, ‘화가 나면 행동을 절제할 수 없다’, ‘나는 별 이유 없이 발끈 한다’, ‘나는 피곤하면 쉽게 화가 난다’, ‘나는 화가 나면 문을 팡 닫는다’와 같은 내용이 포함되어

있다. 또한 ‘정서조절’ 요인 문항은 ‘나는 격분하고 있다’, ‘나는 물건을 부수고 싶다’, ‘나는 책상을 주먹으로 내려치고 싶다’, ‘나는 격해지기 쉬운 사람이다’, ‘나는 쉽게 화를 낸다’와 같은 분노와 관련된 내용으로 구성되어 있다. 측정오차들은 독립성을 가정하지만 두 개의 지표변수가 모형 내 요인들에 의해 설명되지 않는 공통적인 원인을 가지는 경우 측정오차 간 상관을 허락할 수 있다. 또는 문구(wording)가 비슷하여 측정오차 간에 상관성이 생길 수 있다(김수영, 2017; 문수백, 2009). 그러므로 본 연구모형에서 ‘분노’와 ‘정서조절’요인의 문항 간 유사성이 확인되어 두 변인 사이에 오차항 간의 공분산을 설정하여 분석하였다.

‘분노’와 ‘정서조절’ 변수의 오차항을 연결한 결과, 자유도가 감소함($\Delta df=1$)에 따라 χ^2 값도 유의미하게 감소하였으며($\Delta \chi^2 = 138.55$), 간명적합지수 AIC도 유의미한 감소를 보였다($\Delta AIC = 154.55$). 따라서 ‘분노’와 ‘정서조절’ 변수 사이에 오차항을 연결한 수정모형(GFI=.96, NFI=.95, RMSEA=.08)을 제안하였다.

본 연구모형의 적합도 검정 결과, χ^2 값은 80.801, 유의확률 .000으로 유의수준 .05에서

모형과 자료가 일치한다는 영가설이 기각되었다. 그러나 χ^2 검정은 표본의 크기에 매우 민감하게 영향을 받는다는 단점이 있으므로 다른 적합도 지수들도 함께 확인한 결과, 모두 적합도 기준값을 충족시켰다(RMSEA=.08, NFI=.95, CFI=.96, GFI=.96). 따라서 본 연구의 가설적 구조모형은 연구자료의 속성을 잘 반영한다고 할 수 있다. 그러므로 수정모형을 최종모형으로 설정하였다. 수정모형과 최종연구모형의 적합도 검증 결과는 표 4에 제시되어 있다.

경로분석

연구모형의 적합성이 검증되었으므로 연구모형 분석으로 산출된 경로계수에 의한 연구가설 검증을 실시하였다. 연구모형의 비표준화 계수(B)와 검정통계량(C.R)을 통해 변인 간 경로의 유의성을 확인하였으며, 모형의 효과성 분석은 표준화 계수(β)에 의해 검증하였다.

외상사건 스트레스에 의한 현재 심리적 고통감이 침습적 반추($\beta=.45, p<.001$)와 부정정서($\beta=.16, p<.001$)에 미치는 영향은 정적으로 유의하며, 자기조절($\beta=-.23, p<.001$)과는 부적적으로 유의한 것으로 나타났다. 이는 현재 심

표 4. 연구모형의 적합도

모형	χ^2	df	NFI	GFI	CFI	RMSEA (LO-HI)	AIC
측정모형	241.421	20	.88	.91	.86	.14	309.421
구조모형	243.784	22	.88	.91	.89	.13	307.784
수정모형	105.234	21	.95	.96	.96	.08	153.234
최종모형	105.234	21	.95	.96	.96	.08	153.234
						(.057-.090)	
기준값			≥.90	≥.90	≥.90	≤.10	낮을수록

리적 고통감이 높을수록 system 1 과정이 활성화되어 침습적 반추의 경향이 증가하며, 높은 수준의 부정정서를 경험하는 것으로 볼 수 있다. 하지만 system 2에 의한 자기조절이 활성화된다면 경험하는 부정정서의 수준을 감소시킬 수 있는 것으로 나타났다.

침습적 반추는 의도적 반추($\beta=.42, p<.001$)와 부정정서($\beta=.16, p<.001$)에 유의미한 정적인 영향력을 가지며, 의도적 반추는 부정정서($\beta=-.12, p<.001$)에 부적으로 유의한 것으로 나타났다. 이는 침습적 반추의 증가로 인해 높은 수준의 부정정서를 경험하기도 하지만, 의도적 반추에 의해 부정정서를 감소시킬 수 있는 것으로 볼 수 있다.

자기조절이 침습적 반추($\beta=-.28, p<.001$)와 부정정서($\beta=-.77, p<.001$)에 미치는 영향은 부적으로 유의한 것으로 나타났다. 이는 system 2에 의한 자기조절의 활성화로 침습적 반추 경향을 감소시킬 수 있으며, 지각하는 부정정서의 수준을 감소시킬 수 있음을 의미한다.

외상사건 스트레스에 의한 현재 심리적 고통감과 부정정서, 침습적 반추, 의도적 반추

및 자기조절의 연구모형 검증 결과는 그림 3에 제시되어 있으며, 제시된 경로계수는 표준화 계수로 표기하였다.

연구모형에서 현재 심리적 고통감은 침습적 반추와 자기조절, 부정정서에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자기조절은 침습적 반추와 부정정서에 유의한 영향을 미치며, 침습적 반추는 의도적 반추와 부정정서에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

매개효과 검증

본 연구모형의 변인 간 관계에서 직접효과, 간접효과, 총효과의 유의미성을 검증하기 위해 표본추출 2000회, 신뢰구간 95%로 설정하여 부트스트랩을 실시하였다. 검증 결과 연구변인들 간의 직접효과 모두 유의미하게 나타났다. 현재 심리적 고통감과 침습적 반추, 현재 심리적 고통감과 의도적 반추, 현재 심리적 고통감과 부정정서, 자기조절과 의도적 반추, 자기조절과 부정정서, 침습적 반추와 부정정서 간의 관계에서 간접효과가 각각 유의하게 나타났다. 변인간의 효과계수를 분석한

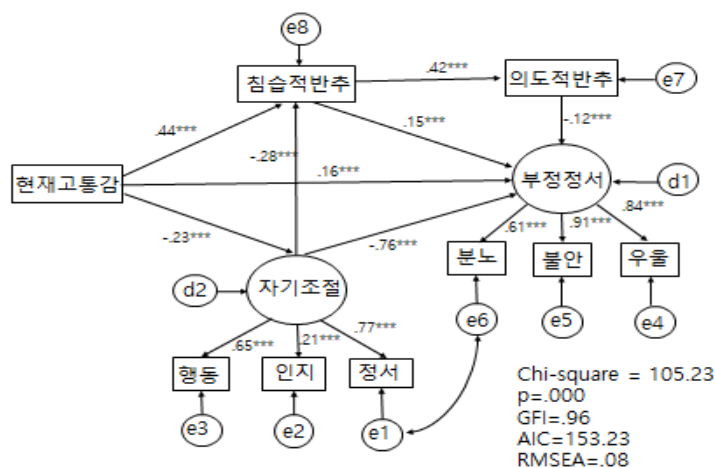


그림 3. 연구모형의 경로계수

표 5. 연구모형의 효과계수

변인	간 경로	직접효과	간접효과	95% 신뢰구간		총효과	
				LB	UB		
심리적 고통감	→	침습적 반추	.45**	.06**	.04	.10	.51**
		의도적 반추		.21**	.16	.27	.21**
		부정정서	.16**	.22**	.15	.30	.38**
		자기조절	-.23**				-.23**
자기조절	→	부정정서	-.76**	-.03*	-.05	-.003	-.79**
		침습적 반추	-.28**				-.28**
		의도적 반추		-.12**	-.16	-.07	-.12**
침습적 반추	→	부정정서	.15**	-.05**	-.09	-.02	.10*
		의도적 반추	.42**				.42**
의도적 반추	→	부정정서	-.12**				-.12**

주1. * $p < .05$, ** $p < .01$

주2. LB: Lower Bound, UB: Upper Bound

결과, 현재 심리적 고통감과 부정정서의 관계에서 직접효과 계수(.16, $p < .01$)보다 간접효과 계수(.22, $p < .01$)가 더 크게 나타났다. 이는 현재 심리적 고통감과 부정정서의 관계에서 매개변수에 의한 간접효과가 미치는 영향력이 더 크다고 할 수 있다. 연구변인 간의 효과분해 결과는 표 5에 제시되어 있다.

외상사건 스트레스에 의한 심리적 고통감과 침습적 반추, 의도적 반추, 자기조절, 부정정서의 구조모형 분석을 통해 변인 간의 직접효과, 간접효과, 총효과를 분석한 후 팬텀변인을 사용하여 현재 심리적 고통감과 부정정서의 관계에서 침습적 반추, 의도적 반추 및 자기조절의 매개효과를 분석하였다.

본 연구에서 팬텀변인을 사용한 매개효과 분석모형은 그림 4와 같다. 구조모형의 모든 경로를 팬텀변인에 의해 설정된 가상의 경로와 동일한 문자계수로 제한한 후 표본추출

2000회, 신뢰구간 95%로 설정하여 부트스트랩을 실시하여 통계적 유의성을 검증하였다. 매개효과 분석모형에서는 각 경로에 사용된 팬텀변수는 표 6에 제시하였다.

현재 심리적 고통감이 침습적 반추를 매개로 부정정서에 미치는 간접효과($B=3.03$, $p < .01$)는 유의하며, 총효과에 대한 매개효과의 비율은 .809로 나타났다. 즉, 외상사건에 의한 현재 심리적 고통감은 침습적 반추를 매개로 부정정서에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이는 현재 심리적 고통감과 부정정서의 관계에서 침습적 반추에 의한 부분매개효과가 80.9%로 설명되고 있음을 의미한다.

현재 심리적 고통감이 자기조절을 매개로 부정정서에 미치는 간접효과($B=1.56$, $p < .01$)는 유의하며, 총효과에 대한 매개효과의 비율은 .686로 확인되었다. 즉, 외상사건에 의한 현재

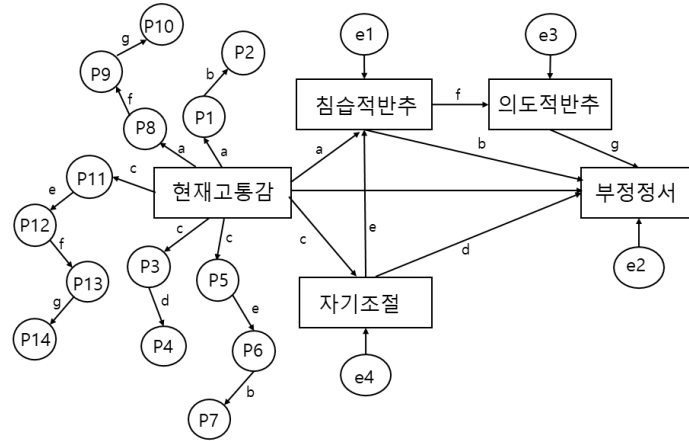


그림 4. 팬텀변수를 사용한 매개효과 분석모형

표 6. 변인 간 경로와 팬텀변수

변인 간 경로	팬텀변수
현재 심리적 고통감 → 침습적반추 → 부정정서	P2
현재 심리적 고통감 → 침습적반추 → 의도적 반추 → 부정정서	P10
현재 심리적 고통감 → 자기조절 → 침습적반추 → 의도적반추 → 부정정서	P14
현재 심리적 고통감 → 자기조절 → 부정정서	P4
현재 심리적 고통감 → 자기조절 → 침습적 반추 → 부정정서	P7

심리적 고통감은 자기조절을 매개로 부정정서에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 현재 심리적 고통감과 부정정서의 관계에서 자기조절에 의한 부분매개효과가 68.6%로 설명되고 있음을 의미한다.

현재 심리적 고통감이 침습적 반추와 의도적 반추를 이중매개하여 부정정서에 미치는 간접효과($B=-.71, p<.01$)는 유의하며, 총효과에 대한 매개효과의 비율은 .497로 나타났다. 즉, 외상 사건에 의한 현재 심리적 고통감은 침습적 반추와 의도적 반추를 연속적으로 매개하여 부정정서에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 현재 심리적 고통감과

부정정서의 관계에서 침습적 반추와 의도적 반추에 의한 이중매개효과가 49.7%로 설명되고 있음을 의미한다.

현재 심리적 고통감이 자기조절과 침습적 반추를 이중매개하여 부정정서에 미치는 간접효과($B=.24, p<.01$)는 유의하며, 총효과에 대한 매개효과의 비율은 .253으로 나타났다. 즉, 외상 사건에 의한 현재 심리적 고통감은 자기조절과 침습적 반추를 연속적으로 매개하여 부정정서에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이는 현재 심리적 고통감과 부정정서의 관계에서 자기조절과 침습적 반추에 의한 이중매개효과가 25.3%로 설명되고 있음

을 의미한다.

현재 심리적 고통감이 자기조절과 침습적 반추, 의도적 반추를 계속 매개하여 부정정서에 미치는 간접효과(B=.06, $p<.01$)는 유의하며, 총효과에 대한 매개효과의 비율은 .073으로 나타났다. 즉, 외상 사건에 의한 심리적 고통감은 자기조절, 침습적 반추, 의도적 반추를 연속적으로 매개하여 부정정서에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이는 현재 심리적 고통감과 부정정서의 관계에서 자기조절, 침습적 반추, 의도적 반추에 의한 매개효과가 7.3%로 설명되고 있음을 의미한다.

본 연구의 구조모형 매개효과 검증결과는 표 7에 제시되어 있다.

따라서, 외상사건에 의한 심리적 고통감이 부정정서에 미치는 직접적인 영향 뿐만아니라 침습적 반추와 자기조절을 매개로 한 간접적인 영향도 통계적으로 유의미하게 나타났다. 또한 외상사건에 의한 심리적 고통감에서 자기조절과 침습적 반추를 차례로 매개하여 부정정서에 미치는 이중매개효과와 침습적 반추와 의도적 반추의 이중매개로 부정정서에 미

치는 영향도 확인할 수 있었다. 그리고 외상 사건에 의한 심리적 고통감이 자기조절, 침습적 반추, 의도적 반추를 연속적으로 매개하여 부정정서에 영향을 미치는 것도 유의함을 확인할 수 있었다.

논 의

본 연구는 외상사건에 의한 스트레스로 인해 개인이 지각하는 심리적 고통감과 우울, 불안, 분노의 부정정서, 침습적 반추, 의도적 반추, 자기조절과의 구조적 관계를 이중체계 모델에 적용하여 검증하고자 하였다. 이중체계 이론에 기반하여 자동적인 system 1 처리과정인 침습적 반추와 자기조절에 의한 통제적인 system 2 처리과정에 대한 이해 과정을 통해 외상사건 스트레스에 의한 심리적 고통감과 부정정서의 관계를 알아보하고자 하였다. 침습적 반추와 자기조절, 의도적 반추가 외상사건 스트레스와 부정정서의 관계에서 어떤 영향을 미치는지 검증하고자 구조방정식 모형의

표 7. 구조모형의 매개효과 계수 및 유의성

경로	간접효과 매개효과		95% 신뢰구간	
	추정치	/ 총효과	LB	UB
현재 심리적 고통감→침습적반추→부정정서 (P2)	3.03**	0.809	2.15	4.15
현재 심리적 고통감→자기조절→부정정서 (P4)	1.56**	0.686	.69	2.56
현재 심리적 고통감→침습적반추→의도적 반추→부정정서 (P10)	-.71**	0.497	-1.11	-.36
현재 심리적 고통감→자기조절→침습적반추→부정정서 (P7)	.24**	0.253	.11	.44
현재 심리적 고통감→자기조절→침습적반추→의도적반추→부정정서 (P14)	-.06**	0.073	-.13	-.20

주1. ** $p<.01$

주2. 간접효과에 대한 추정치는 비표준화계수(B)임.

적합성과 경로분석을 실시하였다. 그 결과, 연구에서 설정한 구조모형은 외상 스트레스에 의한 심리적 고통감과 부정정서와의 관계를 설명하기에 적합한 모형임을 확인하였다. 그리고 침습적 반추와 자기조절이 외상사건에 의한 심리적 고통감과 부정정서의 관계를 부분매개하는 것으로 나타났으며, 심리적 고통감은 자기조절, 침습적 반추를 연속으로 이중매개하여 부정정서에 영향을 미치며, 침습적 반추와 의도적 반추의 이중매개에 의해서도 부정정서에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 또한 심리적 고통감은 부정정서의 관계에서 자기조절, 침습적 반추, 의도적 반추가 연속적으로 매개하는 것이 확인되었다. 연구결과를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 외상사건 스트레스가 침습적 반추에 정적인 영향을 주며, 침습적 반추를 부분매개로 우울, 불안, 분노에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 구조모형분석 결과 고통의 심각도와 부정정서의 관계에서 침습적 반추에 의한 부분매개효과가 매개효과 중 가장 설명력이 큰 것으로 나타났다. 이는 외상사건을 경험한 이후 침습적 반추를 가장 많이 경험하며(Cann et al. 2011), 침습적 반추는 불안이나 우울같은 부정적 감정과 관련이 있다(주혜선, 2012; Tedeschi & Calhoun, 2006)는 선행연구 결과와 일치한다. 도로 교통사고에서부터 성적학대 사건을 경험한 사람들을 조사 연구한 Ehlers & Steil(1995)는 침습적 반추가 무의식적 자동적으로 발생하며 정보를 왜곡시키고 부정확한 편향과 관련하여 부정적 정서들을 활성화한다고 보고한다. 이는 침습적 반추가 이중체계모델에 의한 system 1 과정에 의한 것임을 지지하는 결과이다. 또한 정서적 처리가 인지과정과 관련되어 있음을 나타낸다. 따라서 즉각적인

고 자동적인 침습적 반추에 의한 왜곡되고 편향된 이전의 기억들이 부지불식간에 떠올라 과도한 정서경험과 정서반응을 나타내는 것이라 할 수 있다. 외상사건 스트레스에 의한 심리적 고통감과 침습적 반추와의 정적상관은 개인이 지각하는 스트레스에 의한 고통감이 증가할수록 심리적 에너지가 소진된 상태가 되고(윤혜미, 노필순, 2013; 황인희, 이영호, 2012), 제한된 인지적 용량의 한계로 인해 system 1 처리과정인 침습적 반추가 자주 경험되는 것으로 볼 수 있다(Hertwig & Todd, 2003).

둘째, 외상사건 스트레스는 자기조절과 부적상관을 나타내며, 자기조절을 매개로 부정정서에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 외상 후 스트레스 장애를 경험한 사람들이 마음챙김 명상훈련으로 알아차림, 수용, 통찰의 경험을 통해 분노, 우울, 불안 증상을 경감시키며(신지은, 박부진 2014), 복합외상 경험자들에게 긍정적 초점 변경, 긍정적 재평가와 수용의 인지정서조절 전략은 분노를 낮춘다(김인경, 홍혜영, 2013)는 연구보고에서도 자기조절이 외상에 의한 부정정서를 감소시킬 수 있음을 나타낸다. 자기조절 관리에 의한 부정정서의 경감은 우울, 불안, 분노 정서에 의해 어려움을 겪게 되는 부적응적 반응들을 변화시킬 수 있음을 보여준다. 이는 자기조절 관리의 중요성을 시사한다고 할 수 있다.

셋째, 외상사건 스트레스는 자기조절과 침습적 반추를 차례로 이중매개하여 부정정서에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 수용전념 프로그램에 참여한 집단이 통제 집단보다 외상 후 스트레스 증상, 복합 외상 후 스트레스 증상, 부정적 인지 및 정서조절 곤란이 감소하였으며(주수진, 손정락, 2015), 정서에 대

한 정확한 인식과 이해와 관련된 정서인식 명확성은 침습적 반추를 감소시키고(조한로, 정남운, 2017), 수용전념치료가 우울증상 감소와 자살사고에 부적인 상관을 보인다(박경, 2011)는 연구결과와 일치한다. 외상사건 스트레스로 인한 심리적 고통감의 정도가 감소된 상태를 통제적 system 2에 의한 자기조절의 개입이 가능한 시기로 볼 수 있으며, 자기조절에 의한 system 2 처리과정으로 침습적 반추에 의한 정보의 정확성을 다시 판단하려는 시도로 보인다(Evans & Curtis-Holmes, 2005). 침습적 반추에 대한 재평가는 새로운 정보와 인지도식을 형성하여 이전과 다른 내용의 침습적 반추가 경험되고 부정정서의 정도도 변화될 것으로 해석할 수 있다. 또한 위험지각과 같은 시간적 제약이 없는 상황에서(조윤진, 2011) 혹은 에너지 수준이 소진되어 있지 않은 상태에서 system 2의 개입이 가능해지기 때문에(Alter, Oppenheimer, Epley, & Eyre, 2007) 정서조절력 향상 프로그램의 노력과 치료적 차원에서의 개입 시점의 중요성을 시사한다.

넷째, 외상사건에 의한 스트레스는 자기조절, 침습적 반추, 의도적 반추를 연속적으로 매개하여 부정정서에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 스트레스 사건을 경험한 이후에 침습적 반추는 심리적 적응에 필요한 인지과정이며(Elhers & Clark, 2000), 외상 경험에 대한 반복적인 침습적 사고가 인지적 처리과정을 자극하여 의도적 반추에 이르게 한다(김예슬, 이종선, 2017; 최수미, 2008)는 연구보고와 일치한다. 또한 외상사건을 경험한 이후 정서적 고통을 일으키는 신념이나 자극에서 벗어나게 되면 침습적 반추는 대안적 신념과 목표를 고려한 의도적 반추로 전환하게 되고(Janoff-Bulman, 2006; Tedeschi, Calhoun & Cann,

2007), 침습적 반추가 외상사건에 대한 긍정적인 새로운 해석을 가능하게 하는 선행요인으로 침습적 반추의 수준이 의도적 반추의 수준을 예측한다(김진목, 이희경, 2016; 이동훈, 이수연, 윤기원, 김시형, 최수정, 2017; 임금주 2016; Cho & Park, 2013; Dong, Gong, Jiang, Deng & Liu, 2015)는 연구보고는 자기조절과 침습적 반추, 의도적 반추가 순차적으로 연결되어 있음을 나타낸다. 자기조절에 의해 침습적 반추에 대한 재평가는 의도적 반추를 가능하게 하며 의도적 반추에 의한 사건에 대한 재해석이 부정정서를 완화시키는데 영향을 미칠 것으로 볼 수 있다.

이상의 연구결과를 통하여 본 연구는 다음과 같은 의의를 지닌다. 첫째, 외상사건 스트레스에는 침습적 반추가 뒤따르며 이는 부정적 정서와 반응을 경험하게 한다는 것을 다시 확인할 수 있었다. 이중체계모델을 적용하여 침습적 반추의 직관적이고 자동적인 처리과정과 왜곡되고 편향된 침습적 반추에 대한 정보를 이해하고 설명함으로써, 사건 상황에 따라 주관적으로 지각하는 정서경험의 차이를 명확하게 이해할 수 있었다. 둘째, 외상경험 스트레스는 자기조절과정의 활성화에 의해 이루어지며 자기조절을 매개로 부정정서를 감소시키고, 왜곡된 부정적인 인지방식의 변화 뿐만 아니라 행동의 변화도 가능하다는 것을 확인할 수 있었다. 따라서 외상사건 스트레스로 인한 고통을 감소시키는 과정에서 자기조절력 향상과 관련된 대안법과 치료법이 효과적일 수 있다는 가능성을 제시할 수 있었다. 셋째, 자기조절의 활성화 과정을 이중체계모델을 기반으로 이해함으로써 통제적이고 합리적인 system 2 처리과정이 개입되는 시점의 중요성을 확인할 수 있었다. 즉, 위험지각과 같은 시간적 제

약이 없는 상황에서 긍정적이고 객관적인 인지적 사고를 활성화하는 자기조절에 의한 개입이 효과적이므로 치료적 개입 전략을 준비하는데 도움이 될 것이다(조운진, 2011). 넷째, 침습적 반추가 스트레스 사건에 대한 재해석을 이끄는 선행 요인으로 작용한다는 가설을 확인할 수 있었으며, 이를 지지하는 연구자료로 제시하게 되었다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 서울, 경기 지역에 거주하는 여자가 연구대상자의 75.6%로 표본 집단을 전체 집단으로 해석하고 일반화하는데 제한이 있다. 후속 연구에서는 거주지, 성별, 연령 등을 고려하여 표집과정에서 골고루 분포될 수 있도록 연구를 진행할 필요가 있다. 둘째, 본 연구의 구조방정식 모형에서 정서조절과 분노정서 간에 오차항 간의 상관성이 설정되었다. 이는 설문지 문항에서 정서조절과 분노정서의 문항 간 유사성에 의한 것으로 나타났다. 따라서 후속 연구에서는 각 변인들을 측정하는 척도를 선택하는 과정에서 문항 내용의 유사성을 고려하여 신중하게 검토한 후 사용할 필요가 있다. 셋째, 자기조절의 하위변인 중 인지조절과 분노정서와의 상관분석 결과 유의하지 않은 것으로 나타났으므로 후속 연구에서는 분노정서에 대한 다차원적 측면을 고려하여 관련된 연구 보고들에 대한 검토가 이루어져야 할 것이다.

참고문헌

고선규, 고영건 (2009). 노인과 청년 집단의 인지적 정서 조절 비교. *인지행동치료*, 9(2), 65-85.

권석만 (2013). *현대 이상심리학*. 서울: 학지사.

김계수 (2010). *AMOS 18.0 구조방정식 모형 분석*. 서울: 한나래출판사.

김고은, 양난미 (2016). 대학생의 자아탄력성과 외상 후 성장의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 28(1), 127-145.

김교현 (2006). 중독과 자기조절: 인지 신경과학적 접근. *한국심리학회: 건강*, 11(1), 63-105.

김기정 (2017). *자기조절능력의 뇌과학적 이해와 교육적 시사점*. 서울교육대학교 대학원 석사학위논문.

김도연 (2016). *분노를 위한 변증법적 행동치료 기술 워크북*. 서울: 하나의학사.

김래선 (2007). *외상후 스트레스장애 증상의 구조: 증상의 재분류*. 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

김수영 (2017). *구조방정식 모형의 기본과 확장*. 서울: 학지사.

김예슬, 이종선 (2017). 외상 후 스트레스 장애에 대한 외상 경험과 침습반추의 효과 - 미래인지와 성차의 조절된 매개. *한국심리학회*, 36(3), 325-338.

김인경, 홍혜영 (2013). 복합외상 경험자들의 외상관련 정서와 용서의 관계. *한국심리학회지: 일반*, 32(2), 453-491.

김정택 (1978). 특성불안과 사회성과의 관계 -Spielberger의 STAI를 중심으로. 고려대학교 대학원 석사학위논문.

김정호 (2004). 마음챙김 명상의 유형과 인지행동 치료적 함의. *인지행동치료*, 4(2), 27-44.

김진목, 이희경 (2016). 침투적 반추와 의도적 반추, 외상 후 성장의 관계: 기본심리욕구 충족의 매개된 조절효과와 조절된 매개효

- 과. *상담학연구*, 17(6), 165-182.
- 김혜진, 최훈석 (2016). 순차적 자기조절 상황에서 목표 방해 행동과 촉진 행동에 연합된 조절 초점의 부합효과. *한국심리학회지*, 21(3), 513-526.
- 류경희 (2009). 우울 집단의 정서 지각 편향에서의 대뇌 반구 비대칭성. *연세대학교 대학원 박사학위논문*.
- 류은수 (2006). 인지 행동적 집단치료가 가출청소년의 자아존중감, 우울, 불안, 분노에 미치는 효과. *성신여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 문수백 (2009). 구조방정식모델링의 이해와 적용. 서울: 학지사.
- 박 경 (2011). 수용, 외상 후 성장, 우울과 자살사고의 관계. *대한스트레스학회*, 19(4), 281-292.
- 박애실 (2016). 외상 후 인지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 침습적 반추와 의도적 반추의 이중매개효과와 적응적 인지적 정서조절전략의 조절된 매개효과 검증. *상담학연구*, 17(5), 181-200.
- 배병렬 (2011). Amos 19 구조방정식 모델링. 서울: 청람.
- 송승훈 (2007). 한국판 외상 후 성장 척도(K-PTGI)의 신뢰도와 타당도. *충남대학교 대학원 석사학위논문*.
- 송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현 (2009). 한국판 외상후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구. *한국심리학회지: 건강*, 14(1), 193-214.
- 신지은, 박부진 (2014). 마음챙김을 기반으로 한 표현예술치료가 산재환자의 PTSD 증상 감소에 미치는 효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(3), 683-713.
- 안현민 (2011). 정서조절의 인지적 및 뇌 전기생리학적 영향에 대한 사상관련전위(Event-Related Potentials) 연구. *고려대학교 대학원 석사학위논문*.
- 안현의, 주혜선, 민지원, 심기선 (2013). 한국판 사건관련 반추 척도(K-ERRI)의 타당화. *인지행동치료*, 13(1), 149-172.
- 윤혜미, 노필순 (2013). 보육교사의 직무스트레스, 경력몰입, 소진과 이직의도 간 관계. *한국아동복지학*, 43, 157-184.
- 이동훈, 이수연, 윤기원, 김시형, 최수정 (2017). 성별에 따른 외상사건 경험이 PTSD 증상 및 외상 후 성장과의 관계에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(1), 227-253.
- 이수정 (2014). 소방공무원의 외상사건 경험과 외상후 스트레스 장애와의 관계에서 자기자비와 소명의식의 영향. *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 이영호, 송중용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 10(1), 98-113.
- 이정윤, 최수미 (2011). 지각된 부모양육태도와 초기 청소년의 문제행동: 자기조절의 매개효과. *상담학연구*, 12(2), 635-650.
- 이지영, 권석만 (2006). 정서조절과 정신병리의 관계: 연구 현황과 과제. *한국심리학회지*, 18(3), 461-493.
- 이찬미, 유성은 (2016). 정서인식명확성, 정서강도, 고통감내력과 우울 및 불안 증상의 관계. *인지행동치료*, 16(2), 123-140.
- 이학식, 임지훈 (2010). 구조방정식 모형분석과 AMOS 22. 서울: 집현재.
- 이학식, 임지훈 (2017). SPSS 24 매뉴얼. 서울: 집현재.
- 임금주 (2016). 침투반추와 외상 후 스트레스 증

- 상 및 외상 후 성장 간의 관계: 의미 중심적 대처와 회피 중심적 대처의 매개효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 임선아 (2013). 부모의 양육태도가 학생의 자기조절능력과 자존감 및 학교적응에 미치는 구조적 관계. *초등교육연구*, 26(1), 121-138.
- 임정란, 강영신, 문정순, 이재우 (2014). 상담교사의 대리외상과 대리외상 후 성장간의 관계에서 마음챙김과 자기조절능력의 이중 매개효과. *한국심리학회지: 학교*, 11(1), 89-107.
- 전경구, 한덕웅, 이장호 (1997). 한국판 STAXI 척도 개발. *한국심리학회지: 건강*, 2(1), 60-78.
- 정은주 (2005). 유아의 행동적·정서적 자기조절 능력에 영향을 미치는 변인 연구. 서울여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 조윤진 (2011). 이중과정 모형으로 본 건강 관련 위험지각에 대한 연구. 성균관대학교 대학원 석사학위논문.
- 조한로, 정남운 (2017). 침습적 반추, 의도적 반추 및 정서인식명확성이 외상 후 성장에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 22(2), 433-455.
- 주수진, 손정락 (2015). 수용 전념 치료가 대인 외상 경험이 있는 대학생의 외상후 스트레스 증상과 복합 외상후 스트레스 증상에 미치는 효과. *한국심리학회: 임상*, 34(2), 353-374.
- 주혜선 (2012). 자서전적 외상 기억 특성에 따른 외상 후 심리적 증상의 차이. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 지은혜, 조용래 (2009). 외상경험 대학생들의 외상관련 부정적 인지와 정서조절곤란이 외상 후 스트레스 장애 증상에 미치는 영향. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 2009(1), 286-287.
- 최승미 (2008). 외상 후 성장 관련 변인의 탐색. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 최재인, 성승연 (2016). 외상 후 성장과 적응의 관계에서 실존적 의미의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 28(3), 829-854.
- 한은애 (2015). 외상후 성장에 대한 두 가지 반추 양식의 영향: 심리적 수용의 조절효과를 중심으로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 황인희, 이영호 (2012). 경찰공무원의 직무스트레스 및 외상스트레스가 소진에 미치는 영향. *한국심리학회지: 일반*, 31(4), 1115-1138.
- Alter, A. L., Oppenheimer, D. M., Epley, N., & Eyre, R. N. (2007). Overcoming intuition: Metacognitive difficulty activates analytic reasoning. *Journal of Experimental Psychology: General*, 136(4), 569.
- Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2007). When a trauma become a key to identity: Enhanced integration of trauma memories predicts posttraumatic stress disorder symptoms. *Applied Cognitive Psychology*, 21, 417-431.
- 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.
- Cho, D., & Park, C. L. (2013). Growth following trauma: Overview and current status. *Terapia*

- Psicológica*, 1(1), 69-79.
- Compas, B. E., Beckjord, E., Agocha, B., Sherman, M. L., Langrock, A., Grossman, C. I., Dausch, B., Glinder, J., Kaiser, C., Anderson, C., & Luecken, H. L. (2006). Measurement of coping and stress responses in women with breast cancer. *Psycho Oncology*, 15(12), 1038-1054.
- Danhauer, S. C., Case, L. D., Tedeschi, R., Russell, G., Vishnevsky, T., Triplett, K., Ip E. H., & Avis, N. E. (2013). Predictors of posttraumatic growth in women with breast cancer. *Psycho Oncology*, 22(12), 2676-2683.
- De Ridder, D. T., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M., & Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review*, 16(1), 76-99.
- Dong, C., Gong, S., Jiang, L., Deng, G., & Liu, X. (2015). Posttraumatic growth within the first three months after accidental injury in China: The role of self-disclosure, cognitive processing, and psychosocial resources. *Psychology, Health & Medicine*, 20(2), 154-164.
- Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 38(4), 319-345.
- Ehlers, A., & Steil, R. (1995). Maintenance of intrusive memories in posttraumatic stress disorder: A cognitive approach. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 23, 217-249.
- Ehring, T., & Ehlers, A. (2014). Does rumination mediate the relationship between emotion regulation ability and posttraumatic stress disorder?. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 23547.
- Elias, C. L., & Berk, L. E. (2002). Self-regulation in young children: Is there a role for sociodramatic play?. *Early Childhood Research Quarterly*, 17(2), 216-238.
- Evans, J. S. B. T., & Curtis-Holmes, J. (2005). Rapid responding increases belief bias: Evidence for the dual-process theory of reasoning. *Thinking & Reasoning*, 11(4), 382-389.
- Evans, J. S. B. T., & Frankish, K. (2009). Dual-process theories: A metacognitive perspective. In V. A. Thompson.(Eds.) *In two minds; dual processes and beyond* (pp. 171-195). Oxford University Press.
- Evans, J. S. B. T., & Stanovich, K. E. (2013). Dual-process theories of higher cognition: advancing the debate. *Perspectives on Psychological Science*, 8(3), 223-241.
- Fiske, S. T., & Taylor, S. E. (1991). *Social encoding: Attention and consciousness*. In *Social cognition*, 243-294. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Hertwig, R., & Todd, P. M. (2003). *More is not always better: The benefits of cognitive limits*. *Thinking: Psychological perspectives on reasoning, judgment and decision making*, 213-231. John Wiley & Sons Ltd.
- Hofmann, W., Friese, M., & Strack, F. (2009). Impulse and self-control from a dual-systems perspective. *Perspectives on Psychological Science*, 4(2), 162-176.
- Holmes, E. A., & Bourne, C. (2008). Inducing and modulating intrusive emotional memories:

- A review of the trauma film paradigm. *Acta Psychologica*, 127, 553-566.
- Holmes, T. H., & Rach, R. H. (1967). The Social Readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213-218.
- Hong, S., Malik, M. L., & Lee, M. K. (2003). Testing configural, metric, scalar, and latent mean invariance across genders in sociotropy and autonomy using a non-Western sample. *Educational and Psychological Measurement*, 63(4), 636-654.
- Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition*, 7(2), 113.
- Janoff-Bulman, R. (2006). *Schema-change perspectives on posttraumatic growth. Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*, 81-99. NY: Psychology Press.
- Kahneman, D. (2002). Maps of bounded rationality: A perspective on intuitive judgment and choice. *Nobel Prize Lecture*, 8, 351-401.
- Kahneman, D. (2012). *생각에 관한 생각*(이진원 역). 경기: 김영사. (원서출판 2011).
- Kahneman, D., & Frederick, S. (2002). Representativeness revisited: Attribute substitution in intuitive judgment. Heuristics and biases: *The Psychology of Intuitive Judgment*, 49, 81.
- Kanfer, F. H. (1986). *Implications of a self-regulation model of therapy for treatment of addictive behaviors*, In *Treating addictive behaviors* (pp. 29-47). MA: Springer.
- Kanfer, R., & Zeiss, A. M. (1983). Depression, interpersonal standard setting, and judgments of self-efficacy. *Journal of Abnormal Psychology*, 92(3), 319.
- Lazarus, R. S. (1968). Emotions and adaptation: Conceptual and empirical relations. *Nebraska Symposium on Motivation*, 16, 175-266.
- Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual review of psychology*, 44(1), 1-22.
- Litz, B. T., & Keane, T. M. (1989). Information processing in anxiety disorders: Application to the understanding of post-traumatic stress disorder. *Clinical Psychology Review*, 9(2), 243-257.
- Martindale, C. (1991). *Cognitive psychology: A neural-network approach*. Thomson Brooks/Cole Publishing Co.
- Metcalf, J., & Mischel, W. (1999). A hot/cool-system analysis of delay of gratification: Dynamics of willpower. *Psychological Review*, 106(1), 3-19.
- Novak, S. P., & Clayton, R. R. (2001). The influence of school environment and self-regulation on transitions between stages of cigarette smoking: A multilevel analysis. *Health Psychology*, 20(3), 196.
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2005). The cognitive control of emotion. *TRENDS in Cognitive Sciences*, 9(5).
- Ochsner, K. N., Ray, R. D., Cooper, J. C., Robertson, E. R., Chopra, S., Gabriel, J. D. E., & Gross, J. J. (2004). For better or for worse: neural system supporting the cognitive down- and up-regulation of negative emotion. *NeuroImage*, 23, 483-499.

- Redfield, J., & Stone, A. A. (1979). Individual viewpoints of stressful life events. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 47*(1), 147-154.
- Ridder, D. T. D., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M., & Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review, 16*(1), 76-99.
- Rokke, P. D., & Rehm, L. P. (2001). *Self-management therapies.*, In K. S. Dobson (Ed.), *Handbook of cognitive-behavioral therapies* (pp. 173-210). New York: Guilford Press
- Schaefer, A., Collette, F., Philippot, P., Linden, M., Laureys, S., Delfiore, G., Degueudre, C., Maquet, P., Luxen, A., & Salmon, E., (2003). Neural correlates of “hot” and “cold” emotional processing: a multilevel approach to the functional anatomy of emotion. *NeuroImage, 18*, 938-949.
- Selye, H. (1946). The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation. *The Journal of Clinical Endocrinology, 6*(2), 117-230.
- Shynkaruk, J. M., & Thompson, V. A. (2006). Confidence and accuracy in deductive reasoning. *Memory & Cognition, 34*(3), 619-632.
- Simms, L. J., Watson, D., & Doebbeling, B. N. (2002). Confirmatory factor analyses of posttraumatic stress symptoms in deployed and nondeployed veterans of the Gulf War. *Journal of Abnormal Psychology, 111*(4), 637.
- Simon, H. A. (1956). Rational choice and the structure of the environment. *Psychological Review, 63*(2), 129.
- Takua, K., & Oshio, A. (2015). An item-level analysis of the posttraumatic growth inventory: Relationships with an examination of core beliefs and deliberate rumination. *Personality and Individual Differences, 86*, 156-160.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2006). Time of change? The spiritual challenges of bereavement and loss. *OMEGA-Journal of Death and Dying, 53*(1), 105-116.
- Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G., & Cann, A. (2007). Evaluating resource gain: Understanding and misunderstanding posttraumatic growth. *Applied Psychology, 56*(3), 396-406.
- 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.
- Tversky, A., & Kahneman, D. (1974). Judgment under uncertainty: Heuristics and biases. *Science, 185*(4157), 1124-1131.
- 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 : 2018. 05. 03
수정원고접수일 : 2018. 09. 20
게재결정일 : 2018. 10. 29

Relationship Between Traumatic Stress and Negative Emotion Based on Dual System Model: The Mediating Effects of Self-Regulation and Rumination

Hyun Zu Ra

Su Mi Choi

Department of Education, Graduate School of Education, Konkuk University

The purpose of this study was to investigate the structural relations among traumatic stress, negative emotion, intrusive rumination, deliberate rumination, and self-regulation in the dual system model. A total of 566 adults ages 20 to 70 participated in the survey. SEM analysis was applied to test the structural relationship with the model using AMOS 21.0. Statistical significance of mediation effects was examined with a Bootstrap method. SEM results supported the hypothesized structural model. The model shows that traumatic stress is directly related to negative emotion and intrusive rumination, and inversely related to self-regulation. Intrusive rumination, deliberate rumination and self-regulation mediate the relationship between traumatic stress and negative emotion. This study suggests that traumatic stress and elicited negative emotion are associated with cognitive processes, which explains the mechanism of intrusive rumination and negative emotion after traumatic stress. Lastly, it indicates the importance of timely intervention in self-regulation for relieving negative emotion.

Key words : *Traumatic Stress, Negative Emotion, Intrusive Rumination, Deliberate Rumination, Dual System Model*