

지각된 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 의도적 반추와 부정 정서의 조절된 매개효과*

윤 소 희

서강대학교 심리학과 / 학생

장 재 흥[†]

서강대학교 심리학과 / 교수

본 연구의 목적은 고통스러운 외상 사건을 경험했다고 보고한 만 19~39세의 성인(N=275)을 대상으로, 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장간의 관계에서 의도적 반추의 매개효과를 밝히고, 부정 정서에 의해 조절된 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 외상 사건 경험 질문지, 지각된 사회적 지지 척도, 부정 정서 척도, 한국판 사건 관련 반추 척도, 외상 후 성장 척도를 사용하였으며, SPSS 21.0, SPSS Macro를 사용하여 자료를 분석하였다. 연구 결과, 첫째, 사회적 지지가 의도적 반추에 정적 영향을 미치고, 의도적 반추가 외상 후 성장에 정적 영향을 미치는 부분매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 둘째, 부정 정서가 사회적 지지와 의도적 반추와의 관계를 조절하며, 부정 정서 수준이 높을수록 사회적 지지가 의도적 반추에 미치는 영향이 증가하는 것으로 확인되었다. 셋째, 사회적 지지가 의도적 반추를 거쳐 외상 후 성장에 미치는 영향에 있어서 부정 정서가 조절된 매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 본 연구 결과에 대한 의의와 한계, 추후 연구 방향을 논의에 제시하였다.

주요어 : 지각된 사회적 지지, 부정 정서, 의도적 반추, 외상 후 성장, 조절된 매개효과

* 본 연구는 윤소희(2019)의 서강대학교 석사학위논문 ‘지각된 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 부정 정서와 의도적 반추의 매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 장재흥, 서강대학교 심리학과 교수, 04107 서울특별시 마포구 백범로 35(신수동)

Tel: 02-705-8336, E-mail: jangjh@sogang.ac.kr



Copyright ©2022, The Korean Counseling Psychological Association
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

외상(trauma)이란 개인이 일상에서 겪는 스트레스 수준을 뛰어넘는 위협적이고 충격적인 사건을 경험한 후의 심리적, 정서적 충격을 말한다. 외상 사건을 겪은 이후 개인은 다양한 ‘외상 후 증상’을 겪게 되는데, 이 증상들에는 사건에 대한 공포 재 경험과 같은 침습적인 사고나 심상, 부정적인 인지와 불쾌한 기분 상태, 외상 관련 자극에 대한 지속적 회피, 그리고 자신, 타인, 미래에 대한 지속적이고 과장된 부정적 예상 등이 포함된다(American Psychiatric Association, 2013). 특히 Tedeschi와 Calhoun(2006)은 ‘외상’ 개념을 보다 광의의 의미로 사용하였는데, 그들은 외상을 개인이 가정하고 있는 세상의 중요한 요소들을 무효화 하는 환경이나 중대한 변화로 정의하였다. 이러한 정의에 따르면 외상 사건이란 개인에게 주관적으로 큰 스트레스와 고통을 가져다주는 사건으로, 학교 혹은 직장에서의 적응 문제까지도 외상의 범주에 포함된다.

그러나 외상을 겪은 모든 사람들이 외상 후 증상에 멈추어 있는 것은 아니다. 어떤 사람은 외상의 고통을 이겨내고 이전보다 더 충만한 삶을 살기도 하는데, 이러한 현상을 ‘외상 후 성장(post-traumatic growth)’이라고 한다. 외상 사건을 경험한 사람들 중 일부는 극심한 스트레스 사건을 겪는 과정에서 효과적인 대처를 하는데, 그 결과 외상 사건 이전보다 심리적으로 더 성숙해지는 경험을 하게 되는 것이다. ‘외상 후 성장’이란 용어를 최초로 제안했던 Tedeschi와 Calhoun(1996)은 외상 사건 경험 이후 크게 세 가지 측면에서 긍정적인 변화를 경험할 수 있다고 하였다. 첫째, 개인의 대인관계가 긍정적으로 변화한다. 그들은 친구와 가족을 더 가치 있게 여기고, 타인에 대한 자비심이 증가하며, 친밀한 관계를 갖기

위해 노력하게 된다. 둘째, 자기 자신을 바라보는 관점이 달라진다. 특히 자신의 지혜, 강점, 회복탄력성을 더 잘 인식하게 되며 자신의 취약성과 한계 또한 더 잘 받아들이게 된다. 셋째, 삶의 철학이 변한다. 그들은 평범한 매일을 새로운 날로 평가하며 사람들을 이해하는 방식과 틀이 변화하게 된다(Tedeschi & Calhoun, 1996). Tedeschi와 Calhoun(2004)은 사별, 강간, 성적 학대, 전쟁, 화재, 질병 등 매우 다양한 사건 이후에 외상 후 성장이 일어날 수 있으며, 외상이 성장으로 이어진 비율도 30% 이상이라고 보고하면서 외상 후 성장 과정에 대한 연구의 필요성을 역설하였다.

그동안 연구자들은 어떠한 변인이 외상 후 성장을 예측하는지에 관심을 가지고 외상 사건의 특성, 개인 내 변인, 사회 환경 변인들을 연구해왔다. 그 중 사회적지지(social support)는 외상 후 성장을 촉진하는 요인으로 일관되게 보고되고 있다(신선영, 2009; 신선영, 정남운, 2012; 유희정, 2012; 김현미, 정민선, 2015; 이 유리, 장현아, 2016; 이동훈, 김시형, 이수연, 최수정, 2018; 한정민, 장정은, 전종설, 2020; Park, Cohen & Murch, 1996; Park & Folkman, 1997).

사회적 지지란 개인이 보살핌, 사랑, 존중을 받고 있다는 느낌, 또한 자신이 가치가 있다고 여기는 다양한 영역에 대한 지각을 포함한 복합적인 개념으로, 가족, 친구, 이웃, 기타 다양한 사람들이 제공하는 여러 형태의 도움과 원조를 의미한다(박지원, 1985; Cobb, 1976). 사회적 지지는 오래전부터 삶의 위기 상황에서 개인을 보호하는 요인으로 알려져 왔다. Cobb(1976)과 Cassel(1976)에 따르면 사회적 지지는 스트레스 사건으로 인해 질병에 걸릴 위험으로부터 개인을 보호하는 역할을 한다. 또

한 Cobb(1976)에 따르면 사람들은 주변에 자신을 잘 보살펴 주는 타인이 있다고 지각할 때 (perceived support) 삶의 주요 변화에 잘 대처할 수 있다. 이 뿐만 아니라 사회적 지지는 위기 상황에서 외상 후 성장을 촉진하는 것으로 나타났다. 외상 후 성장 연구들에 대한 메타분석에서 사회적 지지는 외상 후 성장에 중간 정도의 효과 크기를 보였다(Levi-Belz, Krysinaka & Andriessen, 2021; Prati & Pietrantonio, 2009). 또한 외상 후 성장 과정에서 사회적 지지는 개인의 인지적 처리 과정에 영향을 주어 외상 후 성장을 촉진하는 것으로 밝혀졌다(Tedeschi & Calhoun, 2006). 외상 사건은 개인에게 주관적으로 큰 스트레스를 발생시키는데 이때 촉발된 심리적 고통을 완화하기 위해 개인은 자신의 외상 사건 경험을 타인에게 표현하는 자기노출 과정(박준호, 2007; 여현주, 박현숙, 2020; Tedeschi & Calhoun, 2004)을 거친다. 이 과정에서 개인은 자신에게 일어난 외상 사건의 의미를 탐색하게 되며, 특히 친구와 가족들로부터 사회적 지지를 받을수록 문제 해결을 위한 인지적 과정에 더 많이 참여하여 적응적 방식의 인지적 대처를 하게 된다(유희정, 2015; Thoits, 1996; Weiss, 2002).

이러한 외상 후 성장에서 가장 핵심적인 인지 과정으로 볼 수 있는 것이 의도적 반추(Deliberate rumination)이다(Tedeschi & Calhoun, 2006). 의도적 반추는 개인이 의도를 가지고 특정 사건에 대한 의미를 깊이 생각하는 것으로, 삶의 도식에 대한 변화를 이끌며, 외상 사건과 삶에 대한 자신만의 이야기를 개발하고 수정할 수 있도록 돕는다(안현의, 주혜선, 민지원, 심기선, 2013; Tedeschi & Calhoun, 2004). 이처럼 의도적 반추는 개인이 외상 사건에 대해 적극적으로 이해할 수 있도록 돕고, 외상

사건에 대한 부정적 영향에서 벗어나도록 하여 결국에는 외상 후 성장에 이르도록 하는 필수적인 인지적 변인으로 인정되고 있다(신선영, 2009; 양귀화, 김종남, 2014; 이동훈, 이수연, 윤기원, 김시형, 최수정, 2017; 이지영, 양은주, 2018; Tedeschi & Calhoun, 2004; Taku, Cann, Calhoun & Tedeschi, 2008).

일찍이 소수의 연구자들은 외상 후 성장 과정에서 정서가 어떤 영향을 미치는지에 대한 검토가 필요함을 언급하였다. Tedeschi와 Calhoun(2004)은 외상 사건 이후 개인이 자신의 경험과 느낌을 타인에게 노출하는 과정에서 고통스러운 감정을 조절할 수 있게 되고 그로 인해 외상으로 인한 충격을 극복할 수 있게 된다고 하였다. 또한 Joseph, Murphy 및 Regel(2012)은 기존의 외상 후 성장 모형에 정서 측면을 포함시킨 정서-인지적 처리 모형(affective cognitive processing model)을 제안하기도 하였다. 이 모형에 따르면 정서 상태는 개인의 인지적 처리과정 및 사건에 대한 긍정·부정적 대처에 영향을 주는 중요한 요소이다.

이처럼 사회적 지지와 외상 후 성장, 의도적 반추 간의 관계에 대한 연구는 다수 존재하지만 이에 비해 사회적 지지가 어떤 변인과 상호작용하여 외상 후 성장에 영향을 주는지에 대한 연구는 부족한 실정이다. 사회적 지지가 외상 후 성장에 일관적으로 영향을 미치는 요인임을 고려해 볼 때, 이 관계를 조절하는 변인을 확인하는 것은 외상 후 성장을 위한 효과적인 개입이 무엇인지를 밝히는데 도움이 될 것이다.

외상 후 성장에서 정서의 역할을 탐색한 연구들은 주로 긍정정서와 부정정서에 주목하였다. 이를 좀 더 구체적으로 살펴보면, 먼저 긍정정서는 외상 후 성장과 정적 관련성이 있는

것으로 나타났다(김현미, 정민선, 2015; Linley & Joseph, 2005; Yu et al., 2013). 특히 Linley와 Joseph(2005)은 높은 수준의 긍정 정서가 외상 후 성장과 관련이 있다고 보고하였다. 또한 230명의 암 생존 환자를 연구했던 Yu 등(2013)은 정서조절력과 자기 효능감이 높을수록 긍정 정서가 높으며, 이것이 외상 후 성장에 영향을 미친다고 하였다.

이처럼 긍정 정서는 외상 후 성장을 촉진하는 요인으로서 일관된 결과가 나타나고 있지만, 부정 정서의 영향력에 대한 연구 결과들은 일관적이지 않다. 어떤 연구자는 부정정서가 외상 후 성장의 발달을 방해한다(Parry & Chesler, 2005; Salo, Qouta & Punamäki, 2005)고 보고한 반면 또 다른 연구자들은 부정정서가 외상 후 성장과는 관련이 없거나(Schroevvers, Kraaij & Garnefski, 2011), 외상 후 성장을 촉진한다(Davis & Macdonald, 2004; Linley & Joseph, 2005)고 보고하였다. 부정 정서를 외상 후 성장 과정을 방해하는 요인이라고 가정하는 연구자들은 부정 정서가 억제적 회피적 기제로 작동하기 때문에 적극적 인지적 과정을 방해할 것이라고 주장한다. 외상 이후의 부정 정서는 사람들의 사고-행동 경향성을 협소하고 지엽적으로 만들며(Lazarus, 1991), 부정 정서가 강렬한 경우에는 여러 가지 대안 혹은 선택 가능한 행동에 대해 생각하는 것이 어렵고, 적극적 문제 해결 보다 회피나 포기하는 방식의 대처 전략을 사용할 가능성이 높다는 것이다(Greenberg & Pavio, 2008). 또한 외상 생존자들을 대상으로 한 질적 연구(김영애, 최윤경, 2017)에서는 사회적 상호작용을 통해 어느 정도 정서적 고통이 감소할 때 비로소 적극적인 인지처리 과정이 가속화된다고 주장하기도 하였다.

반면 일군의 학자들은 부정 정서가 외상 후 성장을 위해서 꼭 필요하다고 주장한다(Davis & Macdonald, 2004; Linley & Joseph, 2005). 외상 사건을 겪은 사람들은 사건과 관련된 기억이 떠오르는 침습적 반추를 경험하게 된다(나현주, 최수미, 2019; Park, Aldwin, Fenster & Snyder, 2008). 그리고 침습적 반추가 일어날 때 개인은 부정적인 정서를 다시 느끼게 되는데, 이러한 침습적 반추는 의도적 반추 과정에 필연적으로 선행하는 과정이라는 것이다(Tedeschi & Calhoun, 2006). 또한 이동훈 등(2017)은 외상 사건 이후 자동적으로 발생하는 부정 정서를 회피, 부인하는 경우, 그리고 기분전환 전략을 사용하여 부정 정서를 온전히 느끼지 않는 경우에는 침습적 반추와 의도적 반추가 일어나지 않아 외상 후 성장이 일어나지 않을 수 있다고 하였다. 그리고 Volgin과 Bates(2016)는 외상 후 성장은 그냥 얻어지는 것이 아니라 외상 사건과 투쟁한 결과이므로 고통이 필연적이라 강조하였다. 이는 부정 정서가 의도적 반추로 가는 과정에 꼭 필요한 요인일 수 있음을 시사한다.

또한 다수의 연구들에서 심리적 고통, PTSD 증상, 지각된 위협 등 부정 정서가 공존하는 변인들이 외상 후 성장을 촉진한다는 연구결과가 나타났으며, 이를 통해 부정 정서의 촉진적 역할을 유추해 볼 수 있다. 기존 연구에 따르면 외상의 심리적 고통이 크고(유현진, 김영혜, 2013; 유희정, 2018; Trevino, Naik & Moye, 2016), PTSD 증상이 심하며(최승미, 김영재, 권정혜, 2013), 사건에 대해 지각된 위협이 클수록(McMillen & Fisher, 1998) 외상 후 성장이 높았다. 이들 변인들은 모두 외상관련 고통을 나타내는 것으로 정서적으로는 부정 정서를 내포한다고 상정할 수 있다.

따라서 본 연구에서는 사회적 지지와 외상 후 성장 관계에 영향을 미치는 조절변인으로 부정 정서를 가정하였다. 특히 외상 이후 발생하는 부정 정서가 어떤 역할을 하는지에 대한 구체적인 탐구를 통해 외상 후 성장 과정에서 인지와 정서의 영향력을 동시에 살펴보고자 하였다. 상술했던 바와 같이 기존 연구들에서는 외상 후 성장 과정에서 정서가 어떤 역할을 하는지에 대해 구체적으로 다루지 않았다. 더욱이 연구에서 정서라는 변인을 포함시켰던 기존 연구들도 부정정서와 외상 후 성장 간의 상관관계를 단편적으로 살핀 것으로, 사회적 지지와 같은 다른 요인과의 상호작용을 면밀히 탐색한 것은 아니었다. 이에 본 연구는 사회적 지지와 부정정서가 상호작용하여 외상 후 성장에 영향을 미치는지를 확인하고자 한다.

사회적 지지와 부정 정서 간의 상호작용을 직접 검토한 연구는 부재하지만, 두 변인 간 관계에 대해 유추해 볼 수 있는 연구들이 있다. Jackson과 Warren(2000)은 아동을 대상으로 사건에 대한 부정적·긍정적 평가와 사회적 지지 간 상호 작용에 대해 연구하였다. 이 연구에 따르면 아동이 생활사건을 부정적인 것으로 지각함과 동시에 사회적 지지가 높으면 적응적 행동이 증가되고 내재화 장애가 감소하지만, 사건을 긍정적으로 지각할 경우에는 사회적 지지가 적응적 행동의 증가나 문제행동의 감소를 이끌어내지 못하였다. 또한 최승미 등(2013)의 연구에서도 PTSD를 경험하여 부정 정서가 높을 것으로 예상되는 소방관 집단과 PTSD를 경험하지 않은 소방관 집단 간에는 사회적 지지가 대처 행동에 미치는 영향력에 차이가 있었다. PTSD 소방관 집단은 비 PTSD 소방관 집단에 비해 사회적 지지가 대

처 행동에 미치는 영향력이 더 큰 것으로 나타났다. 이러한 결과들은 고통과 같은 부정 정서가 존재할 때, 사회적 지지의 효과가 더 크게 발휘된다는 것을 보여준다. 이러한 내용들을 바탕으로 본 연구에서는 사회적 지지가 의도적 반추로 가는 경로에서 사회적 지지의 영향력은 부정정서의 정도에 따라 차이가 있을 것으로 가정하였다.

요약하자면 본 연구는 그림 1과 같이 외상 사건을 경험한 성인을 대상으로 지각된 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향에서 부정 정서의 수준에 따라 의도적 반추를 통한 매개 강도가 어떻게 변화되는지 살펴보고자 하였다. 구체적으로 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장의 관계를 의도적 반추가 매개할 때, 부정 정서 수준이 높을수록 지각된 사회적 지지와 의도적 반추의 정적 관계가 증가하며, 외상 후 성장으로 가는 영향력이 상승할 것으로 가정하였다. 본 연구를 통해 부정정서와 인지가 외상 후 성장 과정에서 어떠한 방식으로 영향을 주는지에 대해 이해하고, 이를 통해 외상 사건을 경험한 개인에게 적용할 수 있는 예방적, 치료적 개입에 대한 함의를 얻고자 하였다. 연구문제는 아래와 같다.

연구문제 1. 외상 집단에서 지각된 사회적

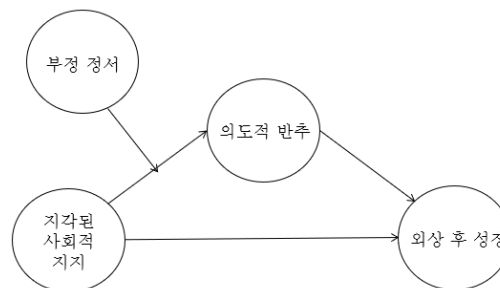


그림 1. 조절된 매개효과 연구모형

지지와 외상 후 성장의 관계는 의도적 반추에 의해 매개되는가?

연구문제 2. 외상 집단에서 지각된 사회적 지지와 의도적 반추의 관계는 부정 정서의 수준에 따라 달라지는가?

연구문제 3. 외상 집단에서 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장의 관계에서 의도적 반추의 매개효과는 부정 정서의 수준에 따라 차이가 있는가?

방 법

연구 대상자

본 연구는 외상을 경험한 20 ~ 30대(만19세 ~ 39세) 성인 남녀를 대상으로 진행하였다. 서강대학교 생명윤리심의위원회의 승인을 받았으며, ‘장훈장학회’로부터 후원을 받아 ‘인사이트(www.invight.co.kr)’에서 자료를 수집하였다. 자료 수집은 2019년 10월 17일부터 6일간 온라인 설문 방식으로 실시되었으며 총 300부의 자료가 수집된 즉시 자료 수집을 마감하였다. 외상사건 경험자를 선정하기 위하여 외상 사건 발생 당시 충격 및 고통의 심각도를 묻는 질문에서 0점(전혀 심각하지 않음) ~ 7점(매우 심각함) 척도로 체크하게 하였다. 그리고 그 중 4점(보통이다)이하의 심각도를 보고한 자료 20부는 제외하고, 5점 이상을 보고한 자료 280부를 1차로 선정하였다. 또한 2차로 사회적 지지라는 변인은 외상 발생 직후에는 효과를 측정하기 어려우며 시간이 지남에 따라 외상 후 증상에 유의한 영향을 미친다는 선행연구(유한나 등, 2019; Andrews, Brewin & Rose, 2003; Robinaugh et al., 2011)를 바탕으로

외상 사건 발생 시기가 한 달 이내인 자료 5부를 제외한 총 275부의 자료를 연구에 활용하였다.

본 연구에서 활용된 자료 총 275명의 응답자 중 남성 응답자는 165명(60%), 여성 응답자는 110명(40%)이었으며, 응답자들의 연령은 20대 64명(23.3%), 30대 211명(76.7%)이었다. 직업은 직장인이 218명(79.3%)으로 가장 많았으며, 대학(원)생 19명(6.9%), 무직 24명(8.7%), 기타 14명(5.1) 순이었다. 또한 외상 구분의 경우 대인 관계 외상이 155명(56.4%), 비 대인관계 외상이 120명(43.6%)으로 나타났다. 외상 집단별 성별의 경우, 대인 관계 외상 집단은 남성 81명(52.2%), 여성 74명(47.8%)으로 남성 응답자 수가 조금 더 많았으며, 비 대인 관계 외상 집단은 남성 84명(70%), 여성 36명(30%)으로 남성 응답자 수가 2배 이상 많았다.

측정 도구

외상 사건 경험 질문지

송승훈(2007)이 개발, 신선영(2009)이 보완한 외상 사건 관련 목록으로 총 16가지 항목으로 구성되어 있다. 외상 사건 항목은 사고 및 상해, 자연 재해, 구타·폭행·강도 등의 범죄피해, 성추행 및 성폭행, 본인의 심각한 신체질병, 사랑하는 사람의 질병, 사랑하는 사람의 사망, 이별이나 절교 등의 대인관계 파탄, 학교나 사회에서의 따돌림 같은 적응적 어려움, 이혼 및 별거 등의 가정불화, 학업 및 과업문제, 외도나 사기 등의 배신, 재정적 어려움, 실직·구직의 실패, 어린 시절 학대, 기타로 구성되어 있으며, 본인이 경험한 사건을 간략하게 적을 수 있도록 하였다. 또한 이 중 경험한 외상 사건 중 가장 고통스러웠던 사건

한 가지를 선택하게 하여, 해당 사건 발생 당시 느낀 고통의 정도와, 외상 사건을 떠올리는 현재 외상 사건과 관련하여 느껴지는 고통의 정도에 대해 응답하게 하였다. 고통 수준은 각각 7점 Likert 척도(1점: '전혀 고통스럽지 않았다' ~ 7점: '매우 고통스러웠다')로 응답하게 하였다.

지각된 사회적 지지

사회적 지지를 측정하기 위하여 박지원(1985)이 개발하고 유희정(2012)이 수정한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 25문항으로 되어 있고 지각한 사회적 지지 정도를 각각 5점 Likert 척도(1점: '전혀 그렇지 않다' ~ 5점: '매우 그렇다')로 응답할 수 있도록 구성되어 있다. 이 척도는 개인이 지각한 사회적 지지를 측정하는 것으로, 정서적 지지(예: '내가 사랑과 보살핌을 받고 있다고 느끼게 해주었다.'), 평가적 지지(예: '내가 한 행동의 옳고 그름을 공정하게 평가해 주었다.'), 정보적 지지(예: '내가 몰랐던 사실을 일깨워주고 확실하게 해주었다.'), 물질적 지지(예: '내가 필요하다고 하면 아무리 큰돈이라도 기꺼이 마련해 주었다.')의 총 4가지 하위영역으로 구성되어 있다. 각 하위척도의 문항을 합한 점수가 클수록 많은 사회적 지지를 지각함을 의미한다. 박지원의 연구(1985)에서 전체척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 .95이며, 유희정의 연구(2012)에서는 .97이었다. 본 연구에서는 .98이었다. 각 하위영역별 신뢰도는 .93, .92, .94, .90이었다.

부적 정서 척도(Positive Affect and Negative Affect Schedule; PANAS)

Watson, Clark와 Tellegen(1988)이 개발하고 이

현희, 김은정, 이민규(2003)가 번안 및 타당화한 척도를 박홍석, 이정미(2016)가 한국의 문화적 맥락에 맞게 재수정한 정적정서 및 부적정서 척도를 사용하였다. 본래는 정적 정서 척도 10문항, 부적 정서 척도 10문항의 총 20문항으로 구성되어 있는 척도인데, 본 연구에서는 부적 정서 척도 10문항만을 사용하였다. 기존의 연구들에서는 '지난 일주일간 느낀 기분'을 체크하는 것이지만 본 연구에서는 '현재 경험하는 기분'을 체크하도록 하여 연구 목적에 적합하도록 시점을 수정하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도(1점: '전혀 그렇지 않다' ~ 5점: '매우 그렇다')로 응답하도록 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 정서경험의 정도가 높음을 의미 한다. 원 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 하위 요인인 정적 정서와 부적 정서가 각각 .88, .85였으며, 이현희 등(2003)의 연구에서는 .84, .87, 박홍석, 이정미(2016)의 연구에서는 .86, .83으로 나타났다. 본 연구에서의 부적 정서 척도 신뢰도는 .90이었다.

한국판 사건 관련 반추 척도(Korea Event Related Rumination Inventory: K-ERRI)

Cann 등(2011)이 개발하고 안현의 등(2013)이 번안 및 타당화한 한국판 사건 관련 반추 척도를 사용하였다. K-ERRI 척도는 총 20문항으로 침습적 반추 10문항(예: '나는 내 의지와 상관없이 그 일에 대해 자꾸 생각하곤 한다')과 의도적 반추 10문항(예: '나는 그 일로부터 의미를 찾을 수 있는지에 대해 생각해본다')으로 구성되어있으며, 해당 반추를 얼마나 자주 경험하는지 4점 Likert척도(0점: '전혀 아니다' ~ 3점: '자주 그렇다')로 응답하도록 되어있다. 점수가 높을수록 해당 영역의 반추 양식을 더 많이 사용한다는 것을 의미한다. 안현

의 등(2013)의 연구에서 전체 척도의 신뢰도 (Cronbach's α)는 .95이었으며, 침습적 반추 .96, 의도적 반추 .95였다. 두 하위요인 간 상관은 .49였다. 본 연구의 전체 척도 신뢰도는 .94였고, 하위 요인별로는 침습적 반추 .95, 의도적 반추 .93이었다. 두 하위 요인 간 상관은 .43이었다.

한국판 외상 후 성장 척도(Korean Version of the Posttraumatic Growth Inventory: K-PTGI)

이 척도는 Tedeschi와 Calhoun(1996)이 개발하고 송승훈(2007)이 척도를 번안 및 타당화한 것이다. K-PTGI 척도는 외상사건 경험 이후, 개인이 느끼는 긍정적 변화에 대한 것을 측정한다. Tedeschi와 Calhoun(1996)의 척도는 5요인, 21문항이지만 송승훈(2007)의 번안 및 타당화를 통해 5문항을 제거하여 총 4요인, 16문항으로 구성되었다. 하위 요인은 자기 지각의 변화(예: '나는 어려움을 극복할 수 있다는 확신을 갖게 되었다'), 대인관계의 깊이 증가(예: '어려운 일이 생겼을 때 다른 사람에게도 의지할 수 있게 되었다'), 새로운 가능성의 발견(예: '내 삶에 새로운 계획이 생겼다'), 영적·종교적 관심의 증가(예: '영적·정신적 세계에 대한 이해가 더 커졌다') 등 4가지 척도로 구성되어있다. 각 문항은 6점 Likert 척도(0점: '경험 하지 못함' ~ 5점: '매우 많이 경험')으로 응답하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 외상 경험 후의 긍정적 변화가 큰 것을 의미한다. 송승훈(2007)의 연구에 따르면 전체 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 .91로 나타났다. 본 연구에서의 신뢰도는 .94였다. 각 하위요인별 신뢰도는 .83, .91, .85, .94로 나타났다.

분석 방법

본 연구의 자료는 SPSS 21.0와 SPSS PROCESS Macro 프로그램을 사용하여 분석을 진행하였다. 분석과정을 기술하면 첫째, 연구 응답자들의 인구 통계학적 특성을 살펴보기 위해 빈도 분석과 기술 통계를 실시하였다. 둘째, 주요 변인들의 신뢰도를 알아보기 위해 Cronbach's α 계수 산출하였다. 셋째, Pearson 상관분석을 통해 지각된 사회적 지지, 부정 정서, 의도적 반추, 외상 후 성장 간의 상관관계와 하위요인별 상관관계를 살펴보았다. 넷째, 의도적 반추가 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장과의 관계를 매개하는지 살펴보기 위해 먼저 3단계 매개 회귀분석(Baron & Kenny, 1986)을 실시하였고, PROCESS Macro의 Model 4(Hayes, 2013)를 통해 매개효과의 유의도를 살펴보았다. 다섯째, 3단계의 위계적 회귀 분석을 하였으며, 지각된 사회적 지지와 의도적 반추와의 관계에서 부정 정서의 조절효과를 알아보았다. 여섯째, PROCESS Macro Model 7을 사용하여 조절된 매개효과를 검증하였다.

결 과

전체 외상 경험 집단 주요 변인의 기술통계 및 상관 분석

본 연구의 주요 변인의 기술 통계치와 상관 분석을 표 1에서 살펴보면, 먼저 주요 변인들의 왜도가 임계치인 -2를 넘지 않고, 첨도는 임계치인 7을 넘지 않았기 때문에 정규 분포 조건을 만족한다(Curran, West & Finch, 1996).

표 1. 주요 변인의 기술 통계치 및 상관 분석

	지각된 사회적지지	부정 정서	의도적반추	외상 후 성장
지각된 사회적지지	1			
부정 정서	-.15**	1		
의도적반추	.13*	.26**	1	
외상후성장	.35**	.14*	.59**	1
평균	81.79	28.32	21.80	52.86
표준편차	21.23	9.83	7.37	17.24
왜도	-.57	-.06	.10	-.17
첨도	.46	-.67	-.73	-.54

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

이는 주요 변인의 하위 변인들에도 동일하게 적용되었다.

또한 주요 변인들은 모두 유의한 상관이 있었다. 지각된 사회적 지지는 의도적 반추($r = .13, p < .05$)와 외상 후 성장($r = .35, p < .01$)과 유의한 정적 상관이 있었으며, 부정 정서와는 유의한 부적 상관이 있었다($r = -.15, p < .01$). 부정 정서는 의도적 반추($r = .26, p < .01$), 외상 후 성장($r = .14, p < .05$)과 유의한 정적 상관이 있었으며, 의도적 반추는 외상 후 성장과 유의한 정적 상관을 보였다($r = .59, p < .01$).

지각된 사회적 지지와 외상 후 성장의 관계에서 의도적 반추의 매개효과

의도적 반추의 매개효과 검증을 위하여 3단계 매개회귀분석을 실시하였다. 표 2를 살펴 보면 1단계 검증 결과, 지각된 사회적 지지가 매개변인인 의도적 반추에 미치는 영향이 유의하였다($\beta = .12, t = 2.15, p < .05$). 2단계에서는 지각된 사회적 지지가 외상 후 성장을 유의하게 예측하는 것으로 나타났다($\beta = .35, t = 6.28, p < .001$). 3단계에서 지각된 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향이 유의하였고(β

표 2. 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장의 관계에서 의도적 반추의 매개효과

단계	독립변수	종속변수	β	S.E.	t	R^2
1단계	지각된 사회적지지	의도적 반추	.12	.052	2.15*	.01
2단계	지각된 사회적지지	외상 후 성장	.35	.072	6.28***	.12
3단계	지각된 사회적지지	외상 후 성장	.28	.059	6.14***	.42
	의도적 반추		.55	.067	12.00***	

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

표 3. 부트스트래핑을 통한 의도적 반추의 매개효과 검증

변인	Effect	Boot S.E.	신뢰구간(95%)	
			하한	상한
의도적 반추	.112	.046	.030	.216

=.28, $t=6.14$, $p<.001$), 의도적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향도 유의하였다($\beta=.55$, $t=12.00$, $p<.001$).

이에 의도적 반추의 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 PROCESS Model 4를 사용하여 Bootstrapping 검증을 실시하였고 결과는 표 3에 제시하였다. 5,000개의 표본 재 추출 결과, 매개효과 계수의 95% 신뢰구간 하한값 .03, 상한값 .21으로 0을 포함하지 않았으므로 .05 수준에서 의도적 반추의 매개효과가 유의하였다.

지각된 사회적 지지와 의도적 반추에서 부정 정서의 조절효과

다음으로 지각된 사회적 지지와 의도적 반추와의 관계에서 부정 정서의 조절효과가 유의한지 살펴보기 위해 3단계 회귀분석을 실시하였다. 표 4와 같이, 지각된 사회적 지지와 부정 정서의 상호작용항은 통계적으로 유의하였으며($\beta=.16$, $t=2.84$, $p<.01$), R^2 의 변화량도 유의하였다($\Delta R^2=.03$, $p<.01$). 이처럼 지각된 사회적 지지와 의도적 반추의 관계에서 부정 정서가 유의한 영향을 미친다는 것을 알 수

표 4. 지각된 사회적 지지와 의도적 반추와의 관계에서 부정 정서의 조절효과

	종속변인: 의도적 반추						
	비 표준화 계수		β	t	F	R^2	ΔR^2
	B	S.E.					
1단계							
지각된 사회적지지	.09	.04	.12	2.15*	4.63*	.01	.01*
2단계							
지각된 사회적지지	.13	.04	.17	3.03**	15.11***	.09	.08***
부정 정서	.21	.04	.29	5.01***			
3단계							
지각된 사회적지지	.10	.04	.14	2.46*	13.03***	.11	.03**
부정 정서	.21	.04	.29	5.07***			
지각된 사회적지지 x 부정정서	.10	.03	.16	2.84**			

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

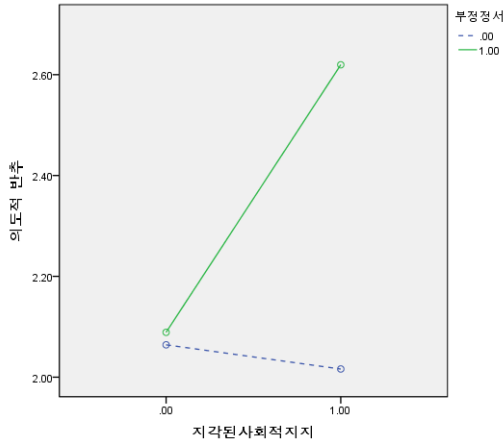


그림 2. 지각된 사회적 지지와 의도적 반추의 관계에서 부정 정서의 조절효과

있다. 상호작용 효과를 그림 2에서 구체적으로 살펴보면 부정정서 수준이 평균보다 높을 경우, 지각된 사회적 지지에서 의도적 반추로 가는 경로에 대한 영향력이 강해지는 조절 효과가 있다는 것을 알 수 있다.

지각된 사회적 지지, 의도적 반추, 외상 후 성장의 관계에서 부정 정서의 조절된 매개효과 분석

다음으로 지각된 사회적 지지가 의도적 반추를 매개하여 외상 후 성장에 미치는 영향을 부정 정서가 조절하는지 살펴보았다. 본 연구에서는 이를 위해 PROCESS Macro model7을 사용하였다. 그 결과 표 5와 같이 지각된 사회적 지지는 의도적 반추에 정적 영향을 미쳤으며($\beta=.12, t=2.46, p<.05$), 의도적 반추가 외상 후 성장에 정적 영향을 미치는 것을 알 수 있었다($\beta=.80, t=12.00, p<.001$). 또한 지각된 사회적 지지와 부정 정서의 상호작용 효과가 의도적 반추에 미치는 영향이 유의한 것으로 보아($\beta=.13, t=2.84, p<.01$), 지각된 사회적 지지가 의도적 반추를 통해 외상 후 성장으로 가는 경로에서 부정 정서 수준에 따라 의도적 반추 수준이 달라 질 수 있음을 의미한다. 또

표 5. 지각된 사회적 지지와 의도적 반추와의 관계에서 부정 정서의 조절효과

	종속변인: 의도적 반추			종속변인: 외상 후 성장		
	β	S.E.	t	β	S.E.	t
지각된 사회적 지지	.12	.51	2.46*	.35	.05	6.13***
부정 정서	.21	.43	5.07***			
지각된 사회적 지지 x 부정정서	.13	.04	2.84**			
의도적 반추				.80	.06	12.00***

조절변인	종속변인: 의도적 반추				
	수준	간접효과 계수	Boot S.E.	95% 신뢰구간	
				하한	상한
부정 정서	-1SD	-.02	.07	-.18	.10
	Mean	.10	.04	.01	.19
	+1SD	.20	.06	.07	.33

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

한 Bootstrapping을 통한 조절된 매개효과를 살펴본 결과 부정 정서 수준이 낮은 경우에는 95% 신뢰구간에서 하한 값과 상한 값에 0이 포함됨에 따라 매개효과가 유의하지 않았다. 이는 부정 정서가 평균 이상인 경우에만 조절된 매개효과가 있음을 의미한다.

논 의

본 연구에서는 주관적으로 고통스러운 외상 사건을 경험했다고 보고한 만 19세~39세의 성인을 대상으로 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장 간의 관계를 살펴보고, 의도적 반추가 이 관계를 매개하는지, 추가적으로 의도적 반추의 매개 효과가 부정 정서에 의해 조절되는지를 살펴보았다. 주요 결과를 요약하고 논 의하면 다음과 같다.

첫째, 모든 변인들은 서로 유의한 상관을 나타냈다. 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장은 정적 상관이 있었다. 이러한 결과는 사회적 지지를 많이 받고 있다고 보고할수록 높은 외상 후 성장을 보고한 기존연구들(신선영, 정남운, 2012; 이동훈 등, 2017; 유희정, 2012; Prati & Pietrantonio, 2009; Tedeschi & Calhoun, 2004)과 일치하는 결과이다. 또한 지각된 사회적 지지와 의도적 반추는 정적으로 유의한 상관이 있었다. 이것은 사회적 지지를 충분히 받고 있다고 지각하는 사람일수록 외상 사건을 능동적으로 재평가하는 의도적 반추가 높다는 것으로, 기존연구들(신선영, 2009; 이유리, 장현아, 2016; 전유진, 배정규, 2013; Calhoun & Tedeschi, 2014; Tedeschi & Calhoun, 2004)의 결과와도 일치하였다. 또한 의도적 반추와 외상 후 성장은 정적으로 유의한 상관이 나타나 기

존연구들(신선영, 2009; 이동훈 등, 2017; 이지영, 양은주, 2018; Tedeschi & Calhoun, 2004)과도 일관된 결과로 나타났다. 그리고 부정 정서는 사회적 지지와 부적으로 유의한 상관이 있었다. 이것은 자신이 사회적으로 지지를 충분히 받고 있다고 생각할수록 부정 정서인 우울, 불안이 낮다는 연구(박지원, 1985; 박희석, 손정락, 오상우, 1993; Puterman, Delongis & Pomaki, 2010; Abbey, Abramis & Caplan, 1985)들과 맥을 같이 하는 결과라고 볼 수 있다. 그러나 부정 정서는 의도적 반추, 외상 후 성장과는 정적으로 유의한 상관을 보였다. 이는 부정 정서가 의도적 반추, 그리고 외상 후 성장에 필요한 요소임을 밝힌 연구들의 결과와 일치한다(유현진, 김영혜, 2013; 유희정, 2018; Davis & Macdonald, 2004; Linley & Joseph, 2005; Tedeschi & Calhoun, 2006; Trevino et al., 2016; Volgin & Bates, 2016).

둘째, 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장 간의 관계에서 의도적 반추의 매개효과를 살펴보았다. 그 결과 지각된 사회적 지지가 의도적 반추를 거쳐 외상 후 성장으로 가는 매개효과는 유의하였다. 이는 기존의 국내연구(여현주, 박현숙, 2020; 최승미 등, 2013)의 결과와 일치하는 것이다. 개인이 사회적 지지를 충분히 받고 있다고 지각하는 경우, 자신이 겪은 외상 사건에 대해 보다 더 적극적이고 의도적인 반추 및 인지적 해석 과정을 알 수 있다. 이를 통해 개인은 자신이 겪은 외상 사건에 대한 의미를 변화시킬 수 있게 되며, 결국 심리적으로 성숙해지는 외상 후 성장으로 이어지는 것이다. 한편 본 연구에서는 지각된 사회적 지지가 의도적 반추를 경유하여 외상 후 성장에 영향을 주는 간접 경로보다 외상 후 성장에 직접 영향을 주는

직접 경로의 영향력이 더 큰 것으로 나타났다. 직접적 영향력이 크다는 것은 본 연구에 포함되었던 매개변인인 의도적 반추 이외의 변인들이 외상 후 성장에 영향을 주고 있음을 의미한다. 기존연구에 따르면 지각된 사회적 지지는 자기 자신에 대한 전반적 평가와 타인에 대한 신뢰와 관련이 있었다(Sarason et al., 1991). 따라서 지각된 사회적 지지가 높을수록 주변의 환경적, 사회적 지지 체계가 안정적일 수 있으며, 환경적 요인에 의해 영향을 받는 부분의 효과가 함께 반영되었을 가능성이 있다.

셋째, 지각된 사회적 지지가 의도적 반추로 가는 경로에서 부정 정서가 조절 효과를 가지는지 살펴보았으며, 그 결과 부정 정서가 높을수록 사회적 지지의 의도적 반추에 대한 영향력이 강화되는 조절 효과가 있음이 밝혀졌다. 이는 부정 정서가 외상 후 성장 과정에 필요한 인지적 처리 과정을 촉진한다는 것을 의미한다. 특히 부정 정서가 높은 경우, 사회적 지지와 의도적 반추 간의 관계가 더 강화되는 반면 부정 정서가 낮은 경우 의도적 반추에 대한 사회적 지지의 영향력이 축소되는 것을 볼 수 있었다. 이러한 결과는 외상을 경험했음에도 부정 정서나 불편감을 느끼지 못하거나 회피하는 경우, 외상 사건이 개인의 삶의 일부분으로 통합되어 인지적으로 재처리 되는 과정으로 이어지지 못한다는 기존의 연구결과(양난미, 이인재, 2017; Kashdan & Kane, 2011)와 맥을 같이 하는 결과로도 볼 수 있겠다.

넷째, 본 연구에서 의도적 반추의 매개효과는 부정 정서의 정도에 따라 차이가 있었는데, 특히 부정 정서가 평균 이상인 경우에만 조절된 매개효과가 있었다. 이는 사회적 지지가

외상 후 성장에 영향을 주는 과정에서 의도적 반추에 영향력이 있으려면 부정 정서가 일정 수준이 되어야 한다는 것을 의미한다. 이러한 본 연구의 결과로부터 생각해 볼 수 있는 점은 부정 정서를 개인에게 해가 되는 감정으로만 치부할 것이 아니라 사실은 인간이 성숙해 가는 과정에서 필요한 요소일 수 있다는 것이다(유현진, 김영혜, 2013; 유희정, 2018; 이동훈 등, 2017; Jackson & Warren, 2000; Trevino et al., 2016). 실제로 부정 정서를 억압하는 경우, 개인이 의식적으로 느끼는 부정 정서 수준 자체는 낮을 수 있지만 그 결과 신체화 등의 다른 증상이 발현될 수 있다(Watson & Pennebaker, 1989). 이때 개인이 부정 정서를 억압함으로써 발현된 증상 자체에만 집중하다보면 결국에는 부정 정서를 불러일으키는 본질적인 이유와 경험에 대한 재해석의 기회를 놓칠 수 있다. 즉, 어느 정도의 고통스러운 감정과 기억에 대한 직면은 외상 후 성장 과정을 촉진하는데 도움이 될 가능성이 있다는 것이다.

이러한 본 연구의 결과를 통해 외상 사건에 대한 개입에서의 주요한 함의에 대해 생각해 볼 수 있다. 외상을 경험하고 난 후 부정 정서 수준이 높은 사람들에게는 심리적, 물리적 지원을 제공하는 것이 효과적일 수 있으며, 이처럼 적절한 사회적 지지의 제공은 한 사람이 역경을 이겨내고 세상과 자신에 대한 도식을 새롭게 구성하는데 도움을 줄 수 있다. 또한 본 연구의 결과는 인생을 뒤훑드는 외상 사건은 그 정서적 흔적이 남지만 이로 인한 부정 정서나 고통이 비관적이기만 한 것은 아님을 시사한다. Volgin과 Bates(2016)의 언급처럼 외상의 고통과 성장은 공존하는 것이며, 성장은 그냥 얻어지는 것이 아니라 외상 사건

의 흔적과 투쟁한 결과라는 것을 이해할 필요가 있다.

본 연구의 의의와 제한점은 다음과 같다. 첫째, 지각된 사회적 지지와 외상 후 성장 간의 관계에서 정서와 인지적 영향력을 함께 살펴보았으며 특히 정서가 인지에 어떠한 영향을 주는지를 살펴보았다. 기존 외상 후 성장 연구에서는 정서 변인을 인지적 과정의 영향을 받는 변인으로써 살펴본 연구가 대다수였다. 본 연구에서는 사회적 지지를 받는 개인의 정서와 인지가 외상 후 성장에 미치는 영향에 대한 경로를 세부적으로 살펴봄으로써, 정서가 사회적 지지와 어떻게 상호작용하여 인지에 영향을 주는지를 이해할 수 있었다.

둘째, 외상 후 성장에서 부정 정서가 무조건 부정적인 역할을 하는 것은 아니라는 것을 밝혔다. 외상 후 성장 과정에서 일정 수준의 부정 정서는 의도적 반추를 촉진시키는 영향력을 가지고 있었다. 즉, 부정 정서가 개인이 겪은 고통스러운 외상 사건을 자신의 경험 중 하나로 통합시키는 과정을 촉진하는 역할을 할 수 있다는 것이다. 본 연구의 결과는 실제 외상을 겪은 내담자를 상담하는 장면과도 닮아있다. 내담자는 외상에 대한 고통과 부정 정서를 쏟아내며 상담자와의 지지적이고 안전한 환경에서 외상 사건의 의미를 다룬다. 상담자는 내담자가 외상에 대한 고통과 부정 정서를 회피하지 않도록 하며 외상 사건 경험을 개인의 삶 속에 통합시킬 수 있도록 돕는 것이다.

그러나 본 연구의 결과를 해석하는 과정에서 주의해야 할 점은 본 연구에 참여한 사람들이 비 임상집단이었다는 것이다. 본 연구에 참여한 집단의 특성으로 인해 부정 정서와 의도적 반추가 정적인 상관을 가졌을 가능성 또

한 배제할 수 없다. 비 임상집단의 경우, 대체로 생활 기능에 큰 문제가 없으며 부정 정서를 느끼더라도 그에 머물지 않고 보다 발전적인 방향으로 이를 다룰 수 있는 심리적 자원과 사회적 자원이 존재할 가능성이 높기 때문이다. 그러나 임상집단의 경우, 부정 정서에 더욱 취약할 수 있다. 따라서 부정 정서가 인지적으로 긍정적인 재평가 및 처리 과정을 불러일으키는 것이 아니라 오히려 외상 후 증상이나 심각한 정서 문제를 야기할 가능성이 있다는 것을 고려해야 한다. 추후 연구에서는 임상 집단 참여자들을 대상으로 외상 후 성장으로 가는 경로에서 부정 정서가 어떤 영향력을 가지는지 살펴봄으로써 집단에 따른 경로 차이가 있는지 살펴볼 수 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서는 부정 정서만을 살펴보았으나 추후 외상 후 성장 연구에서는 긍정 정서의 영향력을 따로 살펴보는 것이 도움이 될 것이다. 긍정 정서와 부정 정서는 같은 차원의 양 끝에 존재하는 반비례적 관계가 아니라, 상호 독립적인 차원이다(Peterson, 2000). 기존 연구들에서 긍정 정서는 외상 후 성장을 촉진하는 요소로 일관적으로 나타나고 있다. 따라서 향후 긍정 정서를 포함하여 외상 후 성장 과정을 연구하게 된다면 긍정, 부정 정서가 어떻게 외상 후 성장 과정에 영향을 주는지 보다 입체적으로 이해할 수 있을 것이다.

참고문헌

- 김영애, 최윤경 (2017). 외상 후 성장에 대한 질적 연구. 한국심리학회지: 건강, 22(1), 199-228.
- 김현미, 정민선 (2015). 청소년의 자기노출, 사

- 회적 지지 및 의도적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향. *재활심리연구*, 22(1), 11-24.
- 나현주, 최수미 (2019). 이중체계모델에 근거한 외상사건 스트레스와 부정정서의 관계: 자기조절력과 반추적사고의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 31(1), 217-242.
- 박준호 (2007). 스트레스 사건에 대한 반복생각, 생각억제 및 자기노출이 정서와 주관안녕에 미치는 영향. *성균관대학교 대학원 박사학위논문*.
- 박지원 (1985). 사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구. *연세대학교 대학원 박사학위논문*.
- 박희석, 손정락, 오상우 (1993). 스트레스, 사회적 지지, 역기능적 태도 및 대처방식의 우울에 대한 효과. *한국심리학회지: 임상*, 12(2), 179-196.
- 박홍석, 이정미 (2016). 정적정서 부적정서 척도(PANAS)의 타당화. *한국심리학회지: 일반*, 35(4), 617-641.
- 송승훈 (2007). 한국판 외상 후 성장 척도(K-PTGI)의 신뢰도와 타당도. *충남대학교 대학원 석사학위논문*.
- 신선영 (2009). 삶의 의미와 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 성장적 반추를 매개변인으로. *가톨릭대학교 대학원 석사학위논문*.
- 신선영, 정남운 (2012). 삶의 의미와 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 성장적 반추를 매개변인으로. *인간이해*, 33(2), 217-235.
- 안현의, 주혜선, 민지원, 심기선 (2013). 한국판 사건관련 반추 척도(K-ERRI)의 타당화. *인지행동치료*, 13(1), 149-172.
- 양귀화, 김종남 (2014). 외상 후 성장 과정에 대한 분석: 정서조절곤란, 침습적 반추, 의도적 반추의 삼중매개효과와 낙관성의 조절효과. *한국심리학회지: 건강*, 19(4), 1041-1065.
- 양난미, 이인재 (2017). 성인 애착 불안과 외상 후 성장의 관계에서 경험회피와 정서인식 명확성의 매개효과 검증: 외상경험을 한 대학생들을 대상으로. *상담학연구*, 18(1), 329-348.
- 여현주, 박현숙 (2020). 정신간호사의 외상 후 성장과 관련 변인 간의 구조 분석. *대한간호학회지*, 50(1), 26-38.
- 유한나, 박명호, 곽봉화, 이향숙, 장경국, 이혁진, 이주영 (2019). 범죄 피해자의 급성 스트레스가 우울과 불안에 미치는 영향: 성별에 따른 정서조절곤란과 사회적 지지의 조절효과. *한국심리학회지: 법*, 10(1), 1-28.
- 유현진, 김영혜 (2013). 외상고통과 외상 후 성장의 관계에서 인지적 정서조절전략의 매개효과. *발달지원연구*, 2(1), 61-75.
- 유희정 (2012). 외상 후 성장에 영향을 미치는 변인들 간의 구조적 관계. *부산대학교 대학원 박사학위논문*.
- 유희정 (2015). 사별 경험 대학생의 사회적 지지 지각이 외상 후 성장에 미치는 영향에서 의도적 반추의 매개효과. *재활심리연구*, 22(2), 323-339.
- 유희정 (2018). 외상에 따른 고통이 외상 후 성장에 미치는 영향: 사회적 지지와 의도적 반추의 매개효과 중심으로. *한국데이터정보과학회지*, 29(4), 997-1012.
- 이동훈, 이수연, 윤기원, 김시형, 최수정 (2017). 성별에 따른 외상사건 경험이 PTSD 증상

- 및 외상 후 성장과의 관계에 미치는 영향: 반추의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29(1), 227-253.
- 이동훈, 김시형, 이수연, 최수정 (2018). 트라우마를 경험한 대학생의 지각된 사회적지지, 정서적 자기노출이 외상 후 성장에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 30(2), 371-395.
- 이유리, 장현아 (2016). 관계 상실 경험 여고생의 자기노출, 사회적 지지가 외상후 성장에 미치는 영향: 의도적 반추를 매개변인으로. 한국심리학회지: 여성, 21(1), 65-80.
- 이지영, 양은주 (2018). 반추 양식과 외상 후 성장 간의 관계: 인지 및 정서적 경로를 중심으로. 인지행동치료, 18, 159-176.
- 이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 및 부적 정서 척도(Positive Affect and Negative Affect Schedule; PANAS)의 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 22(4), 935-946.
- 전유진, 배정규 (2013). 자기노출, 사회적 지지 및 의도적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향. 인간이해, 34(2), 215-228.
- 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.
- 한정민, 장정은, 전종설 (2020). 세월호 참사 단원고 생존자의 외상 후 성장: 보건사회연구, 40(2), 9-59.
- Abbey, A., Abramis, D. J., & Caplan, R. D. (1985). Effects of different sources of social support and social conflict on emotional well-being. *Basic and Applied Social Psychology*, 6(2), 111-129.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. American Psychiatric Pub.
- Andrews, B., Brewin, C. R., & Rose, S. (2003). Gender, social support, and PTSD in victims of violent crime. *Journal of Traumatic Stress*, 16(4), 421-427.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2014). The foundations of posttraumatic growth: An expanded framework. In *Handbook of posttraumatic growth* (pp 3-23). Mahwah, N.J. : Lawrence Erlbaum Associates.
- 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.
- Cassel, J. (1976). The contribution of the social environment to host resistance. *American Journal of Epidemiology*, 104, 107-123.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16-29.

- Davis, C. G., & Macdonald, S. L. (2004). Threat appraisals, distress and the development of positive life changes after September 11th in a Canadian sample. *Cognitive Behaviour Therapy*, 33(2), 68-78.
- Greenberg, L. S., & Paivio, S. C. (2008). 심리치료에서 정서를 어떻게 다룰 것인가 (이홍표 역). 서울: 학지사 (원전은 1997년에 출판).
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis*. New York, London: The Guilford Press.
- Jackson, Y., & Warren, J. (2000). Appraisal, Social support, and life events; Predicting outcome behavior in school-age children, *Child Development*, 71(5), 1411-1457.
- Joseph, S., Murphy, D., & Regel, S. (2012). An affective - cognitive processing model of post traumatic growth. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 19(4), 316-325.
- Kashdan, T. B., & Kane, J. Q. (2011). Posttraumatic distress and the presence of posttraumatic growth and meaning in life: Experiential avoidance as a moderator. *Personality and Individual Differences*, 50(1), 84-89.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2005). Positive and negative changes following occupational death exposure. *Journal of Traumatic Stress*, 18(6), 751-758.
- Levi-Belz, Y., Krysinaka, K., & Andriessen, K. (2021). "Turnig personal tragedy into triumph": A systematic review and meta-analysis of studies on posttraumatic growth among suicide-loss survivors, *Psychological trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 13(3), 322-332.
- McMillen, J. C., & Fisher, R. H. (1998). The Perceived Benefit Scales: Measuring perceived positive life changes after negative events. *Social Work Research*, 22(3), 173-187.
- Park, C. L., Aldwin, C. M., Fenster, J. R., & Snyder, L. B. (2008). Pathways to posttraumatic growth versus posttraumatic stress: Coping and emotional reactions following the September 11, 2001, terrorist attacks. *American Journal of Orthopsychiatry*, 78(3), 300-312.
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1996). Assessment and prediction of stress related growth. *Journal of Personality*, 64(1), 71-105.
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, 1(2), 115-144.
- Parry, C., & Chesler, M. A. (2005). Thematic evidence of psychosocial thriving in childhood cancer survivors. *Qualitative Health Research*, 15(8), 1055-1073.
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44-55.
- Prati, G., & Pietrantonio, L. (2009). Optimism, social support, and coping strategies as factors contributing to posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of Loss and Trauma*, 14(5), 364-388.
- Puterman, E., DeLongis, A., & Pomaki, G. (2010). Protecting us from ourselves: Social support as

- a buffer of trait and state rumination. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(7), 797-820.
- Robinaugh, D. J., Marques, L., Traeger, L. N., Marks, E. H., Sung, S. C., Beck, J. G., ..., & Simon, N. M. (2011). Understanding the relationship of perceived social support to post-trauma cognitions and posttraumatic stress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(8), 1072-1078.
- Salo, J. A., Qouta, S., & Punamäki, R. L. (2005). Adult attachment, posttraumatic growth and negative emotions among former political prisoners. *Anxiety, Stress, and Coping*, 18(4), 361-378.
- Sarason, B. R., Pierce, G. R., Shearin, E. N., Sarason, I. G., Waltz, J. A., & Poppe, L. (1991). Perceived social support and working models of self and actual others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(2), 273-287.
- Schroevers, M. J., Kraaij, V., & Garnefski, N. (2011). Cancer patients' experience of positive and negative changes due to the illness: Relationships with psychological well being, coping, and goal reengagement. *Psycho Oncology*, 20(2), 165-172.
- Taku, K., Calhoun, L. G., Cann, A., & Tedeschi, R. G. (2008). The role of rumination in the coexistence of distress and posttraumatic growth among bereaved Japanese university students. *Death Studies*, 32(5), 428-444.
- 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). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates
- Thoits, P. A. (1996). Managing the emotions of others. *Symbolic Interaction*, 19(2), 85-109.
- Trevino, K. M., Naik, A. D., & Moye, J. (2016). Perceived and actual change in religion/spirituality in cancer survivors: Longitudinal relationships with distress and perceived growth. *Psychology of Religion and Spirituality*, 8(3), 195-205.
- Volgin, R., & Bates, G. (2016). Attachment and social support as predictors of posttraumatic stress and posttraumatic growth. *Traumatology*, 22(3), 184-191.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Watson, D., & Pennebaker, J. W. (1989). Health complaints, stress, and distress: Exploring the central role of negative affectivity. *Psychological Review*, 96(2), 234-254.
- Weiss, T. (2002). Posttraumatic growth in women with breast cancer and their husbands: An intersubjective validation study. *Journal of Psychosocial Oncology*, 20(2), 65-80.
- Yu, Peng, Tang, Che, Li, & Wang. (2013). Effects of emotion regulation and general self-efficacy on posttraumatic growth in Chinese cancer

윤소희 · 장재홍 / 지각된 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 의도적 반추와 부정 정서의 조절된 매개효과

survivors: Assessing the mediating effect of
positive affect, *Psycho-Oncology*, 23, 473-478.

원 고 접 수 일 : 2022. 04. 15

수정원고접수일 : 2022. 08. 29

게 재 결 정 일 : 2022. 10. 04

The Effect of Perceived Social Support on Post-traumatic Growth: The Moderated Mediating Effect of Negative Affect and Deliberate Rumination

Sohee Yoon

Jaehong Jang

Department of Psychology, Sogang University

Student

Professor

The purpose of this study is to examine the moderated mediating effect of negative affect (NA) and deliberate rumination (DR) on the relationship between perceived social support (SS) and post-traumatic growth (PTG). The participant sample included adults aged 19 to 39 (N=275) who reported having experienced a painful traumatic event. For this purpose, 5 scales were used, and data was analyzed using SPSS 21.0 and SPSS PROCESS Macro. First, SS had a positive effect on PTG and had an indirect mediating effect. Second, NA moderated the relationship between SS and RM. Also, the higher the level of NA, the greater the effect of SS on DR. Third, NA had a moderated mediating effect on the relationship between SS and PTG through DR. The implications and limitations of this study are discussed.

Key words : *perceived social support, negative affect, deliberate rumination, post-traumatic growth, moderated mediating effect*