

사건중심성이 대인외상을 경험한 초기 성인기의 외상 후 스트레스 증상 및 외상 후 성장에 미치는 영향: 경험회피와 정서인식명확성의 매개효과*

오 소 민	김 중 남 [†]
서울여자대학교	서울여자대학교
교육심리학과	교육심리학과
석사 졸업	교수


본 연구는 대인외상을 경험한 초기성인기를 대상으로 사건중심성이 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장의 관계에서 경험회피와 정서인식명확성의 매개효과를 검증하였다. 전국의 초기 성인기를 대상으로 설문을 실시하였으며, 총 454명의 자료를 분석하였다. 연구결과 첫째, 사건중심성과 외상 후 스트레스 증상, 외상 후 성장, 경험회피, 정서인식명확성은 모두 유의한 관계가 있는 것으로 나타났다. 둘째, 사건중심성이 경험회피와 정서인식명확성을 순차적으로 거쳐 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장을 유의하게 예측하였다. 즉, 사건중심성이 높을수록 경험회피가 높았으며, 이는 더 낮은 수준의 정서인식명확성으로 이어져 외상 후 스트레스 증상은 정적으로 예측하고 외상 후 성장은 부적적으로 예측하였다. 본 연구는 대인외상을 경험한 이들의 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장으로 이어지는 기체에 대한 이해를 증진하였다는 것에 의의가 있으며, 스트레스 증상을 최소화하고 높은 수준의 성장으로 이어지기 위한 개입표적으로 경험회피와 정서인식명확성을 고려할 수 있음을 시사한다.

주제어 : 외상 후 스트레스 증상, 외상 후 성장, 사건중심성, 경험회피, 정서인식명확성

* 이 논문은 교신저자의 지도를 받아 완성된 제 1저자의 석사학위논문을 바탕으로 작성된 것임.

이 연구의 일부 내용은 한국임상심리학회 2023년도 WCCBT에서 포스터로 발표되었음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 김중남 / 서울여자대학교 교육심리학과 교수 / (01797) 서울특별시 노원구 화랑로 621 / E-mail: kimjn@swu.ac.kr

 Copyright ©2024, Clinical Psychology in Korea: Research and Practice
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.

수많은 세계인의 생명을 앗아간 COVID-19, 2022년 이태원 사고, 2017년 포항지진 사건, 2014년 세월호 사건과 같은 충격적인 사건은 높은 스트레스 수준을 만들어내며, 극심한 두려움과 공포감 또는 무력감을 초래하게 된다. 이와 같은 사건을 ‘외상 사건’으로 볼 수 있는데, 외상 사건이란 주관적으로 인식한 삶의 위기 또는 삶의 기반을 흔드는 사건(seismic event)을 경험했을 때 부정적인 심리적 결과를 유발하는 높은 스트레스 사건으로 정의할 수 있다(Tedeschi & Calhoun, 2004). 그중 타인에 의해 발생한 고통스러운 사건을 대인 외상(interpersonal trauma)이라고 한다. 외상사건은 대인관계적인 요소의 관여 정도에 따라 전쟁, 자연재해, 사고 등 우발적인 이유로 발생한 충격적인 사건인 비대인외상(impersonal trauma)과 타인에 의해 발생한 충격적인 사건인 대인 외상으로 분류할 수 있다(Allen, 2005). 대인외상은 가정 내 방임 및 학대, 주요 타인과의 갈등, 적응의 어려움, 배신 등을 포함하며 이들은 외상과 관련된 자신, 타인, 세상에 대한 왜곡된 인지를 형성하게 되어(임선영, 권석만, 2013) 이후 새로운 관계를 맺는데 영향을 미칠 수 있다. 이에 일생동안 사회적 동물로 수많은 관계를 맺고 살아가는 우리에게 대인외상은 다른 유형의 외상보다 심한 부적응을 야기할 수 있다. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, Text Revision (DSM-5-TR; American Psychiatric Association, 2022)에서는 스트레스 요인이 인간관계적이고 의도적일 때, 외상 후 스트레스장애가 특히 심하거나 오래 지속될 수 있다고 나타나있으며, 실제로 대인외상은 비대인외상과 비교하였을 때 더 높은 수준의 외상 정도와 부정정서(분노, 우울, 죄책감, 수치심)를 유발하며(강

훈희, 유성진, 2018; 이수림, 2013), 외상 후 성장 수준이 더 낮고(박주희 외, 2024; 이수림, 2013), 우울, 불안, 신체화증상, 자기파괴적 행동, 대인관계 문제 등이 나타나는 것으로 밝혀졌다(김진희, 김종남, 2014; 장진이, 2010). 대인 외상은 비대인 외상보다 심한 부적응을 일으킬 수 있음에도 불구하고, 이제까지 비대인 외상에 초점화된 치료적 개입이 이루어지고 있으며, 삶의 과정에서 반복적으로 경험할 수 있는 대인 외상은 주로 상담 장면을 찾는 사람들의 개인적인 사안으로 평가되어 상대적으로 주목을 덜 받아왔다(장진이, 2010).

외상은 다양한 방식으로 모든 연령층에서 경험할 수 있으나, 특히 20대 초기 성인기에 가장 많이 경험하는 것으로 나타났다(건강보험심사평가원, 2023). 건강보험심사평가원(2023)에 따르면, 2023년 기준으로 연령구간 별 외상 후 스트레스 장애의 요양급여비용총액비율에서 20대가 27.4%로 가장 높은 비율을 차지하였다. 이는 초기 성인기에 질환을 유발할 수 있을 정도의 심각한 외상사건을 경험할 확률이 높기 때문이다. 이 시기의 성인은 학급 친구 관계처럼 구조적인 관계에서 벗어나 능동적으로 관계를 형성하는 대인관계의 양적·질적인 변화를 경험하게 되면서 상당한 어려움을 겪을 수 있고, 이 과정에서 의미 있는 타인과의 관계 좌절 또는 실패 경험은 이들에게 큰 충격으로 다가온다(이동훈 외, 2016). 또한 관계에서 겪은 주관적 고통이 심할 경우 자기체계 손상, 초기 부적응 도식, 정서인식과 정서표현의 어려움 등을 경험하고(김지나, 이홍숙, 2023; 송연주 외, 2021) 사회불안과 대인관계 문제에 영향을 미치는 것으로 나타났다(김규연 외, 2022; 송연주 외 2021). 이에 본 연구에서는 초기 성인기의 대인 외상에 초점

을 맞추고자 한다.

일반적으로 외상 사건을 경험한 개인은 이전에 경험하지 않았던 여러 문제를 겪게 된다. 일부는 외상 사건에 대한 극심한 스트레스 반응으로 정신질환을 겪기도 하는데(Ford et al., 2015), 그중 대표적 질환으로 외상 후 스트레스 장애(posttraumatic stress disorder [PTSD])가 있다. 외상 후 스트레스 장애를 갖게 되면 외상 사건과 관련한 기억이나 감정을 재경험하게 되며 사건과 관련된 자극을 회피하고 뚜렷한 각성과 반응성의 변화를 겪는 등의 증상을 경험하게 된다(American Psychiatric Association, 2022). 그러나 이는 외상 사건을 경험한 모든 이들에게서 나타나는 것은 아니며, 일부는 증상이 나타나더라도 시간이 지나면서 자연스럽게 회복되기도 하고(Santiago et al., 2013) 사건 이전의 균형적인 상태를 되찾고 회복하는 것 이상의 긍정적인 심리적 변화, 즉 외상 후 성장(posttraumatic growth [PTG])을 경험하기도 한다(Linley & Joseph, 2004).

실제로 70% 이상의 일반 성인이 평생 중 하나 이상의 외상 사건을 경험하는 것으로 보고되어(김영애 외, 2018; 서영석 외, 2012) 많은 이들이 외상사건을 경험함을 알 수 있다. 하지만 외상사건을 경험한 사람 중 평균 8-12%만이 외상 후 스트레스 장애 진단기준을 충족시킨다는 결과(임선영, 김지영, 2018)에서 알 수 있듯이, 외상 사건을 경험한 이들은 다소 상이한 외상 후 경험을 하게 된다. 즉, 같은 외상사건을 경험했음에도 어떤 이들은 별다른 증상이 없을 수 있고, 외상 후 스트레스 증상이나 외상 후 성장으로 이어질 수도 있으며, 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장이 동시에 나타날 수도 있다.

외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장은

연속선 상의 양극단으로 이해되기 쉽지만, 각 개념은 개별적이고 독립적인 차원의 개념이다(Linley & Joseph, 2004). 외상 후 성장은 외상 생존자의 고통의 종지부를 찍는 것이 아니며, 성장을 통해 명확한 안녕감을 느끼며 고통이 제거된다는 것은 이상적인 기대일 수 있다(Taku et al., 2008). 실제로 외상 후 성장이 주관적인 안녕감에 직접적인 영향을 미치지 못한다는 연구결과가 보고되었고(송현 외, 2012), 최근 연구들에서는 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장이 공존할 수 있는 것으로 논의되고 있다(Cao et al., 2018; Jieling & Xinchun, 2017; Zhou et al., 2018). 이러한 연구 결과들은 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장은 독립적인 개념으로, 한 가지에만 초점을 맞추면 회복을 제한하거나 늦추고 성장 가능성을 제한할 수 있음을 시사한다(Shakespeare-Finch & Lurie-Beck, 2014). 따라서 본 연구에서는 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장 모두에 영향을 미치는 변인을 동시에 탐색하고자 한다.

외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장을 함께 설명할 수 있는 변인으로는 사건중심성(centrality of event)을 들 수 있다. 사건중심성은 개인이 외상 경험을 중심으로 기억을 조직화하려는 경향성을 의미하는 개념으로(Berntsen & Rubin, 2006) 이제까지 사건중심성은 외상 후 스트레스 증상을 유발하는 변인으로만 알려져 왔으나, 최근 외상 후 성장에도 영향을 주는 사실이 밝혀져 사건중심성과 외상 후 성장 간 관계를 검증하는 연구가 더 많이 필요한 실정이다(이다영, 정남운, 2022).

사건중심성은 외상 사건과 연관된 부정적 기억을 중심으로 경험을 조직화하여 외상 후 스트레스 장애와 같은 부적응적인 영향을 미치기도 하지만 외상 사건을 중심으로 자신의

정체성을 재정립하는 과정에서 새로운 긍정적인 이해를 통해 외상 후 성장과 같은 적응적인 기능을 증가시키기도 하기에 ‘양날의 검(double-edged sword)’이라고 불린다(Boals & Schuettler, 2011). 선행연구에서 사건중심성은 외상 후 스트레스 장애를 예측하는 강력한 변인이다(Berntsen & Rubin, 2007), 외상 후 성장에도 강력한 영향을 주는 예측변인(Boals et al., 2010; Groleau et al., 2013; Schuettler & Boals, 2011)으로 나타났다.

그렇다면 동일하게 외상 경험을 중심으로 기억을 조직화했음에도 왜 다른 결과로 이어지는 것일까? 사건중심성의 양면성을 나타내는 관련 연구를 살펴보면, 개인이 어떻게 대처하고 정서를 다루는지를 확인할 필요가 있다. 개인은 외상사건을 경험했을 때, 고통스러운 기억을 떠올리지 않기 위해 노력하나 역설적으로 부정적인 기억과 정서를 증가시킬 수도 있고, 기억을 회피하지 않는다면 그 속에서 새로운 의미를 찾아 긍정적인 변화로 이어질 수도 있다. 이에 본 연구에서는 대인외상을 경험한 초기 성인기의 사건중심성과 외상 후 스트레스 증상 및 외상 후 성장의 관계에서 경험 회피가 중요한 영향을 미칠 것으로 예측하였다.

경험회피(experiential avoidance)란 개인이 경험을 피하거나 통제하려는 노력을 의미한다(Hayes et al., 1996). 개인의 자서전적 이야기의 중심이 되는 외상 사건은 더욱 생생하고 침습적인 기억을 이끌어내며 고통스러운 경험으로부터 피하기 위한 자기 보호적인 반응을 불러일으킬 가능성이 있다(Berntsen & Rubin, 2006). 이는 외상 기억을 자신의 정체성의 중심으로 해석할수록 부정적인 정서적 영향이 오랜 시간 유지되어 경험회피로 이어질 수 있다는 것

을 의미하며, 실제로 사건중심성은 경험회피를 예측하는 것으로 나타났다(Chukwuorji et al., 2017). 따라서 경험회피는 사건중심성과 밀접한 관련이 있음을 생각해볼 수 있다.

또한, 외상과 관련한 단서들을 피하려는 초기 시도가 순간적인 증상 감소로 이어질 수 있다는 점을 고려한다면, 일시적인 증상 감소는 회피가 적응적이라는 믿음을 확고히 해 더욱 치명적일 수 있다(Walser & Westrup, 2007). 그 이유는 경험을 회피하는 이들이 통제하거나 회피하려는 노력을 기울일수록 역설적으로 사적 경험을 더욱 빈번하고 높은 강도로 경험하기 때문이며(Hayes et al., 2004), 이정아와 박경(2019)의 연구에서는 경험회피 수준에 따라 외상경험자들의 외상 후 스트레스 증상의 심각도가 달라지는 것으로 나타났다.

그러나 낮은 수준의 경험회피는 긍정적인 영향을 미치는데, 낮은 회피행동 수준은 외상 후 스트레스 증상의 호전을 예측해주는 변인(Şalcoğlu et al., 2007)이자, 낮은 수준의 경험회피가 외상 후 성장을 발전시킬 가능성이 높은 것으로 나타났다(박모란, 유성은, 2014). 따라서 경험 회피는 높고 낮은 수준에 따라 적응적인 면도 있으면서, 동시에 외상 후 스트레스 장애를 예측하는 위험요인 중 하나임을 알 수 있다(Marx & Sloan, 2005). 이에 본 연구에서는 높은 사건중심성으로 인해 유발된 경험 회피가 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장에 어떤 영향을 미치는지 검증하고자 한다.

외상 경험과 관련된 정서적 반응은 외상 경험자들에게 핵심적인 문제이기 때문에, 이들의 정서 차이를 세심하게 이해하고 그 심리적 과정을 깊이 파악하는 것이 효과적인 심리적 개입의 중요한 토대가 된다(안현의 외, 2012). 외상으로 유발된 정서에 대해 알게 되는 것은

외상 극복에 필수적인 요소이며(Allen, 2005) 정서를 인식하는 변인으로 정서인식명확성(emotional clarity)을 살펴볼 필요가 있다. 정서인식명확성이란 자신과 타인의 정서를 명확히 인식하고 설명할 수 있는 능력(Gohm & Clore, 2000; Salovey et al., 1995)으로 정서 경험의 기본이자, 정서 처리 과정의 중요한 구성요소이다(Mayer et al., 1990).

선행연구에 따르면, 정서에 대한 명확한 인식은 외상 후 성장에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며(조영미, 정남운, 2024), 자신이 경험하는 정서에 대한 인식이 높은 재향군인들이 그렇지 않은 재향군인과 비교해 외상 후 스트레스 증상이 유의미하게 낮다는 연구 결과가 보고되었다(Boden et al., 2012). 반면 정서 명확성의 기여가 외상 후 스트레스 증상 심각도의 강력한 예측 변인으로 나타나며(Ehring & Quack, 2010) 이는 자신 내면의 감정을 지각하지 못할 시 감정이 뒤엉키게 되어 갈등이 나타나거나 통제하기 어려운 상태가 되지만, 감정을 분명하게 인식하면 빠른 원인 파악을 통한 해결과 심리적 결정에 도움이 될 것임을 의미한다. 따라서 정서인식명확성 또한 그 수준에 따라 외상 후 심리적 고통을 증가시키는 위험요인이자, 보호요인으로 작용하여 정서적 고통을 완화하고 위기 상황의 대처를 돕는 기능을 할 것이라 추론할 수 있다.

한편, 높은 수준의 사건중심성은 정서인식명확성을 낮출 수 있다. 사건중심성이 높은 개인의 경우, 사건과 관련된 기억의 정서적 중요성이 높아지며, 부정적인 외상 사건이 삶의 중심이 되어 부정적인 감정과 사고에 압도될 수 있다(이다영, 정남운, 2022). 따라서 외상 사건을 정체성의 중심으로 볼수록 자신과 타인의 정서를 객관적으로 추론하고 지각하는

것에 어려움이 발생할 가능성이 있다. 선행연구에서 사건중심성이 정서인식명확성에 부적적인 영향을 미치는 것으로 보고되었으며(조영미, 정남운, 2024) 사건중심성은 외상과 관련된 기억과 기억의 정서적인 영향을 오랜 시간 유지하게 만들고 이때 고통스러운 정서에 압도된 개인이 자신의 정서를 인식하지 못할 가능성이 높음을 예상할 수 있다.

아울러 경험 회피 수준이 높은 개인은 자신의 정서를 명확히 인식하지 못할 것으로 예상된다. 경험 회피와 정서인식명확성의 관계에 대한 경험적 연구에 따르면, 경험 회피가 높아질수록 정서인식명확성이 낮아지는 것으로 나타났다(조계현, 남지은, 2023). 이러한 맥락에서 개인이 고통스러운 외상 경험을 통제하고 자신을 보호하기 위해 경험 회피를 사용하면 자신의 사고, 정서적인 영향을 받지 않으려 노력하는 과정에서 정서를 인식하는 능력이 감소할 것으로 예상된다.

지금까지 살펴본 바와 같이, 사건중심성, 경험회피, 정서인식명확성은 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장을 예측하는 중요한 변인으로 제안될 수 있다. 최근 연구들은 사건중심성이 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장에 유의미한 영향을 미친다는 결과를 보고하고 있지만, 이러한 변인들의 구체적인 역할과 메커니즘을 다룬 연구는 아직 부족하다(조영미, 정남운, 2024). 특히 사건중심성과 개인의 심리적 적응 간 경로를 분석한 기존 연구들은 대부분 반추와 같은 인지적 변인에 초점을 맞추고 있으며(이샘, 2021), 이러한 연구도 그 수가 많지 않고, 그 기체가 명확히 규명되지 않았다. 따라서 본 연구는 사건중심성이 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장을 예측하는 과정에서 어떤 경로를 통해 영향을 미

치는지 확인하고자 한다. 또한, 기존 연구들은 주로 외상 후 스트레스 증상 또는 외상 후 성장 중 하나에 초점을 맞추었으나, 두 결과를 동시에 다룬 연구는 매우 드물다(임금주, 김은정, 2020). 본 연구에서는 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장이 상호 관련성을 가지는 경로를 함께 분석함으로써, 이 두 심리적 반응을 예측하는 변인들을 명확히 구분할 수 있을 뿐만 아니라, 공통된 기제를 타겟으로 한 효과적인 치료 개입 전략을 개발할 수 있는 실질적인 근거를 제공할 것이다(김주은 외, 2019).

이에 본 연구의 목적은 대인외상을 경험한 초기 성인기의 사건중심성이 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장으로 연결되는 이론적 경로에서 경험회피와 정서인식명확성의 매개 효과를 확인하는 것이다. 본 연구에서는 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장을 함께 살펴봄으로써 외상 후 스트레스 증상으로 고통을 겪는 이들에게 치료적 개입의 방향성 제시와 함께 외상 후 성장으로 나아갈 방법을 모색하는 데 기여하고자 한다. 본 연구의 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, 대인외상을 경험한 초기 성인기의 사건중심성, 경험회피, 정서인식명확성, 외상 후 스트레스 증상, 외상 후 성

장 간의 관계는 어떠한가? 둘째, 대인외상을 경험한 초기 성인기의 사건중심성과 외상 후 스트레스 증상 및 외상 후 성장의 관계에서 경험회피와 정서인식명확성의 매개효과가 있는가?

방 법

연구대상

전국의 만 18세 이상 29세의 대인외상을 경험한 초기 성인기를 대상으로 온라인 자기보고식 설문을 실시하였다. 총 472개의 설문지를 수거하였으며, 이 중 무선응답을 했거나 외상 경험을 보고한 사람 중 당시 주관적 고통의 정도가 4점(보통이다) 이하를 제외하고 5점 이상으로 평가한 자료를 선별하였다. 또한 외상 경과기간이 20년 이상인 경우 신뢰로운 측정치로 보기 어렵다고 판단한 선행연구(김연주, 박기환, 2024; 설지윤 외, 2019)에 근거하여 외상 경과기간이 20년 이내인 자료를 선별하여 총 18부의 설문을 제외한 454명(남 254명, 여 200명)의 자료가 분석되었다. 본 연구의 절차는 서울여자대학교 생명윤리위원회의 승인(승인번호: SWU IRB-2022A-42)을 받아 진행되었다.

측정 도구

대인외상 경험 질문지

대인외상 경험을 측정하기 위해 Norris(1990)의 ‘일반 모집단을 위한 외상 스트레스 사건 목록(Traumatic Stress Schedule)’ 및 Tedeschi와 Calhoun(1996)의 ‘미국판 The Posttraumatic

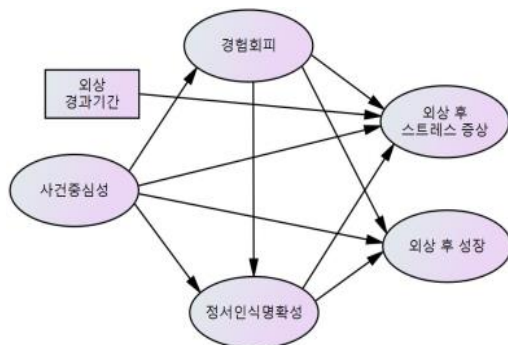


그림 1. 연구모형

Growth Inventory [PTGI] 개발연구에 활용된 사건 목록’, 그리고 전경구와 김교현(1991)의 ‘대학생용 생활 스트레스’ 하위 요인을 참고하여 제작한 송승훈(2007)의 외상사건 목록 12가지 중 대인외상의 원인이 될 수 있는 8문항을 참고하였다. 추가로 DSM-5로 개정되며 간접적인 노출도 외상 경험으로 포함하는 등 외상의 범위가 확장되고 있고, 외상을 경험한 개인의 주관성이 강조됨(Allen, 2005; Linely & Joseph, 2004)에 따라 한국의 가족 중심적 특징을 고려하여 대인외상 범주를 제작한 이동훈 외(2018)의 논문을 근거로 ‘가족과의 갈등 또는 다툼’ 문항을 추가하고, 제시된 내용 외의 외상 사건 경험이 있을 가능성을 대비하여 ‘기타’ 문항을 두어 응답하도록 하였다. 이후 외상 사건 발생시기, 사건발생으로부터 경과된 시간, 외상 경험 당시와 현재의 주관적 고통감을 7점 Likert 척도(1 = 전혀 고통스럽지 않았음 ~ 7 = 매우 고통스러웠음)로 평정하였다.

한국판 사건충격 척도 개정판(Impact of Event Scale-Revised Korean Version [IES-R-K])
 외상 후 스트레스 증상을 측정하기 위해 병원 외래에서 심리치료를 받는 환자를 대상으로 Horowitz 등(1979)이 제작한 15문항의 사건 충격척도(Impact of Event Scale: IES)를 Weiss와 Marmar (1997)가 외상사건에 노출된 성인을 대상으로 과각성(hyperarousal) 관련 7문항을 추가하여 개정한 총 22문항의 수정판(IES-R)을 외상으로 입원 치료 중인 환자를 대상으로 은헌정 등(2005)이 한국어로 번안하고 검증한 한국판 사건충격척도(IES-R-K)를 사용하였다. 본 척도는 ‘침습(5문항), 과각성(6문항), 회피(6문항), 수면장애 및 정서적 마비·해리증상(5문항)’ 4

가지 하위요인으로 구성되어있으며, 5점 Likert 척도(0 = 전혀 그렇지 않다 ~ 4 = 매우 그렇다)로 평정하였다. 은헌정 등(2005)의 연구에서 Cronbach's α 는 .83으로 나타났으며, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .95로 나타났다.

외상 후 성장 척도 확장판 (PTGI-X)

외상 후 성장을 측정하기 위해 Tedeschi 등(2017)이 개발하고 김시형 등(2020)이 번안하고 검증한 외상 후 성장 척도 확장판(PTGI-X)을 사용하였다. 본 척도는 자기지각의 변화(8문항), 대인관계의 깊이 증가(5문항), 영적·실존적 깊이 증가(7문항), 새로운 가능성의 발견(5문항) 4가지 하위요인으로 구성되어있으며, 6점 Likert 척도(1 = 전혀 경험하지 못함 ~ 6 = 매우 많이 경험)로 평정하였다. 김시형 등(2020)의 연구에서 Cronbach's α 는 .97였으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .97로 나타났다.

사건중심성 척도(Centrality of Event Scale [CES])

사건중심성을 측정하기 위해 Berntsen와 Rubin(2006)이 개발한 후 조명숙과 이영호(2011)가 번안하고 타당화한 사건중심성 척도를 사용하였다. 본 척도는 판단기준(8문항), 전환점(5문항), 정체성(7문항) 3가지 하위요인으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도(1 = 전혀 일치하지 않음 ~ 5 = 정확히 일치함)로 평정하였다. 조명숙과 이영호(2011)의 연구에서 Cronbach's α 는 .97로 나타났으며, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .95로 나타났다.

한국판 다차원적 경험회피 척도 단축형 (Korean Multidimensional Experiential Avoidance Questionnaire [K-MEAQ-24])

다차원적 경험회피를 측정하기 위해

Gómez 등(2011)이 제작한 다차원적 경험회피 척도(Multidimensional Experiential Avoidance Questionnaire [MEAQ])를 박모란(2013)이 번안하고 타당화한 이후 이주연과 유성은 (2017)이 단축형으로 검증한 한국판 다차원적 경험회피 척도 단축형(K-MEAQ-24)을 사용하였다. 본 척도는 고통혐오(4문항), 회피행동(4문항), 지연행동(4문항), 주의분산/억제(4문항), 억압/부인(4문항), 고통감내(4문항) 6가지 하위요인으로 구성되어있으며, 6점 Likert 척도(1 = 전혀 동의하지 않음 ~ 6 = 전적으로 동의함)로 평정하였다. 이주연과 유성은(2017)의 연구에서 Cronbach's α 는 .82로 나타났으며, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .97로 나타났다.

특질 상위 기분 척도(Trait Meta-Mood Scale [TMMS])

정서인식명확성을 측정하기 위해 Salovey 등(1995)이 개발한 후 이수정과 이훈구(1997)가 국내에서 번안하고 타당화한 한국판 특질 상위 기분 척도(TMMS)를 사용하였다. 본 척도는 정서인식명확성(11문항), 정서조절 기대(5문항), 정서에 대한 주의(5문항) 3가지 하위요인으로 구성되어있으며, 본 연구에서는 정서인식명확성 (11문항)만을 사용하였다. 본 척도는 5점 Likert 척도(1 = 전혀 아니다 ~ 5 = 매우 그렇다)로 평정하였다. 이수정과 이훈구(1997)의 연구에서 Cronbach's α 는 .84 였으며, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .95로 나타났다.

자료분석

본 연구에서는 수집된 자료를 SPSS 21.0과 AMOS 21.0을 사용하여 분석하였다. 연구참여자들의 인구통계학적 정보와 외상 사건의 빈

도와 내용을 분석하기 위해 기술통계분석을 실시하고, 사용한 각 척도의 신뢰도를 검증하기 위해 내적합치도(Cronbach's α)를 산출하였다. 또한, 외상 후 성장의 종교 유무 간 차이를 확인하기 위한 독립표본 t 검증(Independent t -test)과 외상경과 기간에 따른 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장의 차이를 확인하기 위해 공분산분석(ANCOVA)을 실시하였다. 다음으로 각 변인 간의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson 적률상관분석을 실시하고 측정변수의 타당성 검증을 위해 확인적 요인분석을 시행하였다. 구조방정식 모형(Structural Equation Modeling: SEM) 분석을 실시하여 모형의 적합도를 산출하고 경로계수를 확인하였다. 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 팬텀변수(Phantom Variable)를 활용하여 분석하고 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였다.

결 과

주요 변인들의 기술통계, 차이 검정 및 상관분석

대인외상 사건 경험의 분포가 나타난 표 1을 살펴보면, 연구 참여자들이 가장 고통스러웠던 외상 사건으로 보고한 유형은 대인관계 문제가 137명(30.2%)으로 가장 높은 비율을 차지하였고, 이어서 적응의 어려움 85명(18.7%), 사랑하는 사람의 사망 76명(16.7%)이 높은 비율로 보고되었다. 외상사건을 경험한 시기에 대한 질문에서는 5~10년 전에 외상을 경험했다고 응답한 사람이 107명(23.6%)으로 가장 많았고, 2~5년은 104명(22.9%), 1~6개월 이내는 70명(15.4%), 1~2년 전은 64명(14.1%), 10~20

표 1. 가장 고통스러웠던 외상 사건(N = 454)

외상 사건	직접 겪음
	N(%)
1 사랑하는 사람의 사망	76(16.7)
2 사랑하는 사람의 질병	24(5.3)
3 대인관계 문제 (이별, 실연, 절교, 다툼, 갈등, 언쟁 등)	137(30.2)
4 배신의 충격 (거짓말, 외도, 속임, 사기 등)	41(9.0)
5 이혼 혹은 별거 (본인 및 부모)	20(4.4)
6 가족과의 갈등 또는 다툼	43(9.5)
7 어린 시절의 학대	24(5.3)
8 지인으로부터의 성추행 및 성폭력	4(0.9)
9 적응의 어려움 (학교, 군대, 사회 등 집단에서의 따돌림, 소외, 언어 및 신체적 폭력의 경험 등)	85(18.7)
10 기타 ()	0(0)

표 2. 주요 변인들의 기술통계 및 상관계수(N = 454)

변인	1	2	3	4	5
1. PTSD증상	1				
2. PTG	.14**	1			
3. 사건중심성	.62**	.36**	1		
4. 경험회피	.53**	-.30**	.40**	1	
5. 정서인식명확성	-.53**	.27**	-.39**	-.72**	1
M	1.52	3.41	3.07	3.78	2.80
SD	.58	1.05	.75	1.03	.85
왜도	-.56	-.15	.01	-.13	.02
첨도	-.91	-1.18	-.49	-.30	-.04

** $p < .01$

년 55명(12.1%), 7~12개월 이내 47명(10.4%), 한 달 이내 7명(1.5%) 순으로 나타났다.

본 연구 문제와 가설에 대한 검증 실시를 앞서 주요 변인들의 경향성 및 정규성을 검증

하고자 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도의 기술 통계치를 확인하였으며, 결과는 다음의 표 2에 제시하였다. 다음으로 외상 후 성장 척도 사용 시, 종교의 유무에 따른 영향을 받을 수

있다는 연구(김시형 외, 2020)와 외상 후 성장에 있어 종교의 영향을 강조한 연구(Linley & Joseph, 2004)에 따라 종교의 유무에 따른 외상 후 성장의 차이를 검증하기 위해 독립표본 t 검정을 실시하였다. 독립표본 t 검정 실시를 위한 기본 가정을 확인한 결과, 왜도 $< \pm 2.0$ 과 첨도 $< \pm 4.0$ 으로 나타나 정규성 가정은 확인되었으나(Hong et al., 2003), 등분산 가정은 기각되어 등분산이 가정되지 않은 경우에 대한 t 검정을 실시하였다. 결과는 종교 유무에 따른 외상 후 성장은 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다($t = .14, ns$). 외상경과 기간이 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장에 유의한 영향이 있을 수 있다는 연구(김소희, 조현주, 2024; 이수림, 2015)에 따라 공분산분석을 실시한 결과, 외상 후 스트레스 증상은 외상 경과기간에 따라 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며($F = 4.08, p < .05$), 외상 후 성장은 유의미한 차이가 없는 것($F = .001, ns$)으로 나타났다. 이러한 결과를 바탕으로 외상 경과기간을 통제변수로 두어 연구모형 분석을 진행하였다.

외상 후 스트레스 증상, 외상 후 성장, 사건 중심성, 경험회피, 정서인식명확성 간의 상관관계를 확인하기 위해서 Pearson 적률 상관 분석을 실시하였으며, 분석결과, 표 2에 제시된 것과 같이 주요 변인들 간의 상관관계는 모두 $p < .01$ 수준에서 유의하였다. 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장은 유의한 정적 상관($r = .14, p < .01$)을 보였고, 사건중심성, 경험회피와도 각각 유의한 정적 상관($r = .62, p < .01$; $r = .53, p < .01$)을 보였다. 또한 정서인식명확성과는 유의한 부적 상관($r = -.53, p < .01$)이 있는 것으로 나타났다. 외상 후 성장은 사건중심성과 정서인식명확성과 각각 유의한

정적 상관($r = .36, p < .01$; $r = .27, p < .01$)을 보였고, 경험회피와는 유의한 부적 상관($r = -.30, p < .01$)이 있는 것으로 나타났다. 사건중심성은 경험회피와는 유의한 정적상관($r = .40, p < .01$)을 정서인식명확성과는 유의한 부적상관($r = -.39, p < .01$)을 보였다. 마지막으로 경험회피와 정서인식명확성 간의 관계에서도 유의한 부적 상관($r = -.72, p < .01$)이 있는 것으로 나타났다.

측정모형 검증

본 연구에서 선정한 연구모형을 분석하기 전에 각 측정변인이 잠재변인들을 잘 측정하고있는지 검증하기 위해 측정모형 검증을 실시했다. 측정모형에는 총 5개의 잠재변인이 포함되었다. 정서인식명확성은 단일요인으로 구성되어있어, 문항묶음(item parceling) 활용 시 요인 당 세 개로 구분하는 것을 제안한 Little 등(2013)과 Matsunaga(2008)에 따라 3개의 관측변인으로 구분하였다. 측정모형에 대한 적합도는 456.86 ($df = 160, p = .000$)로 표본의 크기에 민감한 χ^2 의 값은 기각되었으나, NFI와 TLI, CFI가 각각 .96, .97, .97이며 RMSEA가 .06으로 나타나 측정모형의 적합도가 양호한 것으로 판단되었다.

연구모형 검증

연구모형 검증을 통해 본 연구에서 설정한 변인들 간 구조적 관계를 살펴보았다. 외상 경과기간을 통제변수로 두고 구조방정식 모형 검증을 실시한 결과, 연구모형의 적합도 지수는 499.30($df = 179, p = .000$)로 표본의 크기에 민감한 (χ^2 엑스제곱) 값은 기각되었으

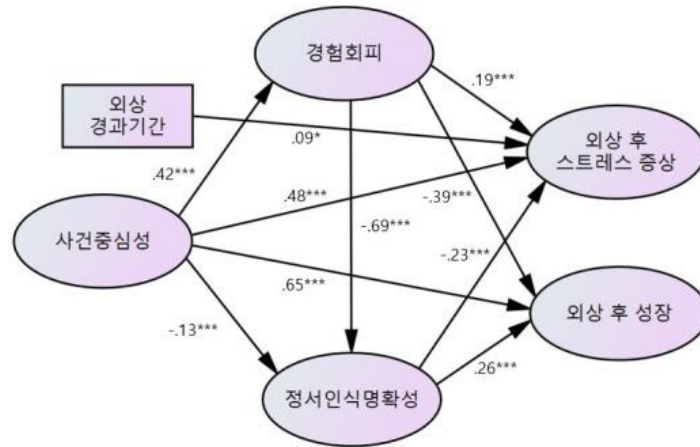


그림 2. 연구모형 경로계수 검증

표 3. 연구모형의 경로계수 및 유의도 검증(N = 454)

경로		B	β	S.E	C.R.
사건중심성	→ PTSD 증상	.359	.479	.031	11.680***
사건중심성	→ 외상 후 성장	.919	.646	.063	14.578***
사건중심성	→ 경험회피	.585	.415	.065	9.052***
사건중심성	→ 정서인식명확성	-.147	-.129	.043	-3.421***
경험회피	→ PTSD 증상	.102	.191	.029	3.491***
경험회피	→ 외상 후 성장	-.391	-.388	.061	-6.456***
경험회피	→ 정서인식명확성	-.558	-.686	.034	-16.488***
정서인식명확성	→ PTSD 증상	-.147	-.226	.036	4.098***
정서인식명확성	→ 외상 후 성장	.324	.261	.074	4.361***
외상 경과기간	→ PTSD 증상	.030	.091	.011	2.657*

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

나, NFI와 TLI, CFI가 각각 .96, .97, .97이며 RMSEA가 .06로 나타나 양호한 수준의 모형 적합도를 가지고 있는 것으로 나타났다. 연구 모형의 경로계수는 그림 2와 표 3에 제시되어 있다.

매개효과 검증

연구모형의 경로계수가 유의한지 확인하기 위해 AMOS 21.0을 사용하여 표본 수를 5,000 번으로 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였다. AMOS에서는 두 개 이상의 매개변인을 지

표 4. 연구모형의 매개효과 유의도 검증 결과(N = 454)

경로	B	S.E	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
사건중심성 → 경험회피 → PTSD 증상	.060	.017	.028	.097
사건중심성 → 경험회피 → 외상 후 성장	-.248	.054	-.369	-.154
사건중심성 → 정서인식명확성 → PTSD 증상	.021	.007	.010	.037
사건중심성 → 정서인식명확성 → 외상 후 성장	-.055	.022	-.107	-.021
사건중심성 → 경험회피 → 정서인식명확성 → PTSD 증상	.047	.013	.024	.077
사건중심성 → 경험회피 → 정서인식명확성 → 외상 후 성장	-.122	.031	-.188	-.066

Bootstrap 표본 수 = 5,000

닌 다중매개모형을 검증할 경우, 매개변인을 모두 고려한 총 간접효과는 확인할 수 있는 반면, 각 매개변인의 개별 간접효과는 확인할 수 없다. 따라서 본 연구에서는 경험회피와 정서인식명확성 각각의 매개효과와 순차적 매개효과를 확인하기 위해 가상의 팬텀변수(Phantom variable)를 활용하여 간접효과를 추정하는 방식을 사용하였다. 연구모형에 추가된 팬텀변수들은 값이 0으로 고정되어 모형적합도에는 영향을 미치지 않으면서도, 각 개별 간접효과를 확인할 수 있는 지표 역할을 한다. 모형에 대한 팬텀변수 검증 결과는 표 4에 제시하였다. 여섯가지 경로의 효과크기의 신뢰구간이 모두 0을 포함하지 않으므로 여섯 경로의 간접효과 모두 통계적으로 유의하다고 할 수 있다.

본 연구의 결과를 요약하면 사건중심성은 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장에 미치는 직접효과 뿐만 아니라 사건중심성이 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장에 미치는 영향에 경험회피와 정서인식명확성이 각각 매개하는 것으로 나타났다. 또한 사건중심성이 경험회피와 정서인식명확성을 순차적으로

매개하여 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장에 간접적인 영향을 미쳤다.

논 의

본 연구는 대인외상을 경험한 초기 성인기의 사건중심성이 외상 후 스트레스 증상 및 외상 후 성장에 어떠한 영향을 미치는지 확인하고, 그 관계에서 경험회피와 정서인식명확성이 매개하는지를 검증하였다. 본 연구의 주요 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 주요 변인들 간 상관관계를 확인한 결과 대인외상을 경험한 초기성인기의 사건중심성과 외상 후 스트레스 증상, 외상 후 성장, 경험회피, 정서인식명확성 간에 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 외상 후 스트레스 증상은 사건중심성과 경험회피와는 정적상관을 정서인식명확성과는 부적상관을 보였다. 즉, 사건중심성이 높고 경험회피가 클수록 외상 후 스트레스 증상이 증가하며, 정서인식명확성이 낮을수록 스트레스 증상이 높아진다는 연구결과가 나타났다. 이는 외상 후

스트레스 증상과 사건중심성이 정적인 영향을 미친다는 결과(Boals & Schuettler, 2011)와 경험회피가 높을수록 외상 후 스트레스 증상의 수준이 높아지며(Plumb et al., 2004), 정서인식결여와 외상 후 스트레스 증상이 부적 상관이었다는 기존의 연구결과(Boden et al., 2012)와 일치하는 결과이다.

외상 후 성장은 사건중심성과 정서인식명확성과는 정적 상관을, 경험회피와는 부적 상관을 보였다. 즉, 사건중심성과 정서인식명확성이 높을수록, 경험회피가 낮을수록 외상 후 성장 수준이 높아진다고 나타난 본 연구결과는 외상 후 성장과 사건중심성이 정적 상관이었다는 결과(Boals & Schuettler, 2011)와 정서인식명확성이 높을수록 외상 후 성장 수준이 높아지며(조영미, 정남운, 2024), 경험회피와 외상 후 성장이 부적 상관이었다는 기존의 연구결과(이인재, 양난미, 2017)와 일치하는 결과이다.

외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장 간에는 정적 상관이 확인되었으며, 이는 기존의 선행연구(Liu et al., 2017; Tihamiyu et al., 2016; Zalta et al., 2017)결과와 맥을 같이 한다. 외상 후 스트레스는 외상 후 성장의 동력이 될 수 있고, 외상 후 성장은 외상을 경험한 이들의 정서적 고군분투로부터 나올 수 있다(임선영, 김지영, 2018). 즉, 높은 수준의 외상 후 스트레스 증상으로 고통 받는 이들은 투쟁의 결과로 외상 경험 이전 기능 회복 이상의 외상 후 성장으로 이어질 수 있음을 시사한다. 연구문제 1에 따른 모든 가설은 지지되었다. 이상의 결과를 종합해 보았을 때, 사건중심성이 높은 초기 성인기는 대인외상 경험을 개인의 지각을 흔들만한 위협적인 사건으로 지각하며 고통을 억제하려는 경향이 증가하고, 문제해결

을 위한 구체적인 계획이나 적극적인 대처가 감소한다. 이로 인해 지속적인 경험회피는 정서를 인식하고 명명하는 것을 방해하여 외상 후 스트레스 증상 유지 및 악화와 함께 외상 후 성장의 감소로 이어질 수 있음을 시사한다.

둘째, 초기 성인기의 사건중심성과 외상 후 스트레스 증상 및 외상 후 성장의 관계에서 경험회피와 정서인식명확성의 매개효과를 검증하였다. 그 결과, 대인외상을 경험한 초기 성인기의 사건중심성과 외상 후 스트레스 증상 및 외상 후 성장의 관계에서 경험회피와 정서인식명확성의 순차적인 이중매개효과가 유의하였고, 사건중심성과 외상 후 스트레스 증상 및 외상 후 성장의 직접효과도 유의하여 부분이중매개효과를 확인하였다. 이러한 결과는 사건중심성과 외상 후 스트레스 증상 및 외상 후 성장의 관계에서 정서인식명확성이 부분매개효과를 가진다는 선행연구(조영미, 정남운, 2024)와 사건중심성이 경험회피에 정적인 설명력을 가지는 예측요인이라는 선행연구(Chukwuorji et al., 2017), 경험회피가 정서인식명확성에 부적적인 영향을 미친다는 연구(이인재, 양난미, 2017)와 맥을 같이 한다. 본 연구의 중요한 시사점은, 사건중심성이 외상 후 스트레스 증상뿐만 아니라 외상 후 성장에도 긍정적인 영향을 미친다는 점이다. 사건중심성에서 외상 후 성장으로 가는 직접 경로는 높은 정적 효과를 보여, 사건을 중요한 삶의 경험으로 인식할수록 개인의 성장 가능성이 높아짐을 시사한다. 이는 외상 사건이 개인의 의미 체계에 통합될 수 있는 기회를 제공하며, 이를 통해 개인이 고통을 재구성하고 새로운 목적을 발견하는 과정이 촉진될 수 있음을 의미한다.

더불어 외상 후 성장의 경로를 살펴보면 사

건중심성이 외상 후 성장에 미치는 직접 경로는 정적인 영향을 보였지만, 간접 경로에서는 경험회피와 정서인식명확성을 통해 외상 후 성장에 부적인 영향을 미쳤기에 비일관적 매개효과가 관찰되었다. 이는 사건중심성이 성장을 촉진하는 동시에, 경험회피와 정서인식명확성의 영향이 외상 후 성장을 저해할 수 있음을 시사하는 심리적 기제의 복잡성을 반영하는 결과이다. 사건중심성이 높을수록 외상과 관련된 감정과 생각을 회피할 가능성이 높아지고, 이로 인해 정서인식이 명확하지 않으면 해당 감정들의 처리가 어려워져 성장을 저해할 수 있다. 즉, 외상 사건을 삶의 중요한 일부로 인식하더라도, 그로 인한 부정적 감정을 명확하게 처리하지 못할 경우, 성장보다는 오히려 정서적 혼란과 스트레스가 증가할 수 있다는 것이다. 이러한 결과는 외상 후 성장을 촉진하기 위해서는 경험회피를 줄이고 정서인식명확성을 높이는 심리적 개입이 중요함을 시사한다.

사건중심성이 높을 경우 외상사건에 대한 부정적인 기억을 중심으로 하는 인지적 조직화로 인한 회피로 병리적 증상이 나타날 수 있지만, 경험했던 외상 사건을 받아들이고 숙고하며 내적 세계에 통합하기 위한 노력을 기울인다면 자신의 삶을 돌아보고 성장할 수 있는 밑거름이 될 수 있을 것이다. 또한 사건중심성이 높다는 것은 외상사건을 본인이 경험했던 중요한 사건으로 인정하고 있다는 것을 의미하기에 이를 잘 활용하여 고통스러운 증상을 줄이고 이전보다 높은 수준의 심리적인 성장으로 이어질 수 있도록 돕는 것이 중요하다. 즉, 사건중심성이 외상 후 성장에 긍정적인 영향을 미칠 수 있지만, 경험회피와 정서인식명확성의 영향이 이를 저해할 수 있다는

점을 고려할 필요가 있다. 이러한 관점에서 제 3의 인지치료인 수용전념치료(Acceptance Commitment Therapy [ACT])가 대인외상을 경험한 초기 성인기에 대한 개입방법으로 도움이 될 수 있을 것으로 생각된다. ACT는 외상사건에 대한 정서, 생각 및 기억이 그 자체로 병리적인 것이 아니라 역기능을 유발하는 정서, 생각 및 기억을 회피하거나 제거하기 위한 시도를 병리적이라고 보는 관점이다(손정락, 이금단, 2015) 즉, ACT에서는 고통을 억압하거나 회피하려고 노력하면 할수록 오히려 더 큰 괴로움에 사로잡히게 된다고 가정하며, 내면에서 어떤 일이 벌어지는지 회피하지 않고 관찰할 수 있다면 지금까지 시도했던 방식과는 다른 무언가를 새롭게 시도해볼 수 있는 힘을 얻게 된다고 보고 있다. 경험회피가 외상 후 스트레스 증상에는 유의한 정적 영향을, 외상 후 성장에는 유의한 부적 영향을 미쳤다는 본 연구의 결과는 이러한 맥락에서 이해 가능하다.

더불어, 지금 현재에 머무르며 평가 없이 자신의 경험을 바라볼 수 있도록 돕는 ACT의 인지적 탈융합 기법은 부정적인 정서든 긍정적인 정서든 있는 그대로 바라보게 하는 훈련을 통해 정서인식을 보다 명확하게 하는데 도움을 줄 수 있다. 사람들이 고통스러운 외상 경험을 회피하고자 하는 것은 자연스러운 반응이지만 결과적으로 사적 경험이 야기한 고통 극복을 위해서는 이를 직면해야 한다(Allen, 2005). 이에 부정적인 정서들조차도 비판단적으로 온전하게 느끼며 자각하는 것은 생각과 감정을 있는 그대로 경험하도록 개방함으로써 스스로 느끼는 감정이 무엇인지 평가없이 바라보고 수용하는 경험을 통해 정서인식에 도움이 될 수 있을 것으로 예상된다.

이와 같이 상담 및 임상 현장에서 다각적인 심리치료적 개입을 통해 경험회피와 정서인식명확성을 변화시키는 개입을 한다면, 고통스러운 경험이더라도 반복적으로 마주하고 정서를 수용해가는 과정을 통해 개인의 적응적인 기능과 성장에 도움이 될 것으로 생각된다. 이러한 작업은 사건중심성이 높은 대인외상을 겪은 초기성인기 내담자를 상담할 때, 외상경험으로부터 회피하지 않고 적극적으로 접촉하여 자신의 생각이나 정서를 인식하는 것을 도와, 외상 후 스트레스 증상을 높이고 외상 후 성장을 수준을 감소시키는 것으로 이어지는 것을 예방하는데 도움을 줄 것으로 기대된다.

본 연구의 제한점과 제안점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 온라인 자기보고식 검사를 사용하여 자료를 수집하였다. 자기보고식 검사의 경우 응답자의 문항내용에 대한 이해도와 사회적 바람직성의 영향을 받을 수 있다는 문제를 지닌다. 따라서 면담이나 실험 절차와 같은 다양한 연구방법을 활용한 검증이 필요하다. 둘째, 횡단적 연구로 진행된 연구이기에 외상경험을 인과적으로 규명하기에 제한이 있다. 외상 경험 이후의 심리적 과정이 연속적임을 고려했을 때, 종단적 연구설계를 활용해 변인들 간 관계의 보다 구체적인 양상을 살펴볼 필요가 있다. 마지막으로, 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장 간 관계에 대한 후속 연구가 필요하다. 지금까지 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장을 함께 살펴본 연구에서는 다양한 결과가 나타나며, 두 변인의 선후관계도 혼재된 양상을 보이고 있다(이혜미, 김유미, 2018; 원성두 외, 2016). 이에 추후 연구에서는 두 변인에 대한 선후관계의 경로 비교와 함께 두 변인 간의 관계에 대한 면밀한 검증이 요구된다. 더불어

외상 후 경험이 연속적인 과정이며 외상 후 스트레스 증상이 외상 후 성장의 증가에 동력으로 작용할 수 있는 점을 고려하였을 때, 두 변인 간의 진정한 본질에 대한 연구가 많이 필요하다.

이와 같은 제한점에도 불구하고, 본 연구는 기존 다수의 연구에서 경험한 외상의 유형별로 세분화하지 않고 연구가 진행된 것과 달리 본 연구에서는 대인관계에서 경험할 수 있는 외상에 초점을 두고 연구를 진행하였다. 외상은 유형마다 개인에게 미치는 영향이 다르며 다른 유형보다 대인외상의 부정적인 영향 정도가 높음을 고려하였을 때, 보다 초점화된 연구가 필요함을 알 수 있다. 더불어 우리는 사회적 존재로서 대인 간 상호작용을 하면서 살아갈 수 밖에 없기 때문에 대인 외상의 경우 개인에게 미치는 영향이 크다. 하지만 대인외상을 연구한 논문은 전체 외상 후 성장 연구의 약 5%에 불과하며 추가적인 연구가 필요하다고 논의된 바 있다(박종석, 2019). 이에 본 연구에서는 관계 내에서 경험할 수 있는 외상에 초점을 두어 연구를 진행함으로써 대인외상에 대한 이해를 넓히고 치료적 개입에 적용할 수 있는 추가적인 증거를 제공하였다는 점에서 의의를 지닌다. 둘째, 본 연구의 결과를 통해 대인외상을 경험하는 초기 성인기를 대상으로 하는 치료과정에서 경험회피와 정서인식명확성을 고려해야 함을 알 수 있다. 외상사건 이후 경험할 수 있는 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장이 독립적이고 공존 가능한 개념임을 고려하였을 때, 외상경험자가 더 나은 수준의 기능적 회복을 위해서 스트레스 증상은 완화하면서도 성장 수준을 증가시킬 수 있는 요인에 관한 탐색이 필요하다. 따라서 본 연구에서는 실제 상담 장면에서 외

상 후 스트레스 증상의 완화 뿐 아니라 개인적인 성장을 도모할 수 있는 개입요소를 발견한 것에 의의가 있다. 마지막으로, 사건중심성은 외상 후 경험에 강력한 영향을 미치는 예측변인으로 국외에서 활발하게 연구되고 있지만 아직까지 국내에서는 미미한 실정이다. 또한, 사건중심성이 외상 후 스트레스 뿐만 아니라 외상 후 성장에도 영향을 미치는 것으로 확인된 이후 사건중심성과 외상 후 성장간의 관계에 대한 연구들이 시행되고 있지만 이와 관련한 연구는 여전히 부족한 실정이다(이다영, 정남운, 2022). 이러한 점에서 본 연구에서는 사건중심성의 양가적 속성에 대한 검증은 국내 표본에서 확인했다는 점에서 의미를 지니며 사건중심성이 외상 후 고통과 성장에 이르는 과정에 작용하는 긍정적, 부정적 요인이 무엇인지에 대한 이해를 넓히는데 기여하였다.

참고문헌

건강보험심사평가원 (2023). 보건의료빅데이터 개방시스템 국민관심질병통계.
<https://opendata.hira.or.kr/op/opc/olapMfrnIntrslInsInfoTab1.do>

강훈희, 유성진 (2018). 소방공무원의 외상유형에 따른 정서경험 및 외상증상의 차이 비교. *사이버교육연구*, 12(2), 1-10.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE10807335>

김규연, 김소빈, 김영근 (2022). 대학생의 아동기 대인간 외상경험과 사회불안의 관계: 경험회피와 정서조절곤란의 이중매개효과. *상담학연구*, 23(5), 57-79.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE11152359>

eId=NODE11152359

김소희, 조현주 (2024). 대학생의 대인외상 경험과 외상 후 성장의 관계: 탈중심화와 숙고적 반추의 순차적 매개효과. *청소년학연구*, 31(7), 65-93.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=4105841>

김시형, 임수정, 신지영, 이덕희, 이동훈 (2020). 외상 후 성장 척도 확장판 (The Posttraumatic Growth Inventory-Expanded: PTGI-X)의 한국판 타당화 연구. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 26(3), 195-220.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE11096792>

김연주, 박기환 (2024). 핵심신념붕괴, 침습적 반추, 의도적 반추 간의 관계에서 자기노출과 사회적 반응의 조절된-조절된 매개효과: 대인 외상 경험자를 중심으로. *한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제*, 10(2), 281-312.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE11973088>

김영애, 이홍표, 이홍석, 최윤경 (2018). 한국인의 외상 프로파일. *피해자학연구*, 26(2), 177-215.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3625721>

김주은, 송용수, 고은정, 신성만 (2019). 포항 지진을 경험한 대학생의 외상 후 스트레스 장애 및 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 사회적지지, 핵심신념 붕괴, 반추 스타일을 중심으로. *상담학연구*, 20(2), 107-123.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE11123544>

김지나, 이홍숙 (2023). 아동기 복합외상이 초기 성인기의 대인관계 문제에 미치는 영

- 향: 초기부적응도식과 자기체계손상의 순차적 매개효과. *상담학연구*, 24(2), 29-55.
<https://doi.org/10.15703/kjc.24.2.202304.29>
- 김진희, 김종남 (2014). 아동, 청소년기 복합외상경험이 성장 후 대인관계 문제에 미치는 영향: 정서지능의 조절효과를 중심으로. *청소년학연구*, 21(5), 115-139.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3264282>
- 박모란 (2013). 경험회피, 정서중심 대처능력과 외상 후 성장의 관계. [석사학위논문, 충북대학교 일반대학원].
<https://www.riss.kr/link?id=T13262128>
- 박모란, 유성은 (2014). 외상 경험이 있는 대학생들의 다차원적 경험회피와 외상 후 성장의 관계. *인지행동치료*, 14(3), 435-453.
<https://oldkmbase.medic.or.kr/KMID/0981220140140030435>
- 박종석 (2019). 외상 후 성장에 관한 동향 분석: 국내 주요 상담 학술지를 중심으로. *상담교육연구*, 2(2), 28-43.
<https://scholar.kyobobook.co.kr/article/detail/4050027615327>
- 박주희, 임종민, 장문선 (2024). 대인외상과 비대인외상에 따른 침습적 반추와 외상후 성장 관계: 정서접근적 대처와 의도적 반추의 매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 29(2), 257-280.
<https://kiss.kstudy.com/DetailOa/Ar?key=54508274>
- 서영석, 조화진, 안하얀, 이정선 (2012). 한국인이 경험한 외상사건: 종류 및 발생률. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 24(3), 671-701.
<https://accesson.kisti.re.kr/main/search/articleDetail.do?artiId=ATN0030166044&searchApiUse=N&reqstSn=>
- 설지윤, 김창대, 고유림 (2019). 글쓰기가 대인간 외상 경험자의 자서전적 기억 특성, 인지적 재평가와 정서반응에 미치는 효과. *상담학연구*, 20(3), 99-120.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE11131793>
- 손정락, 이금단 (2015). 수용전념치료 실무지침서. 학지사.
https://www.hakjisa.co.kr/subpage.html?page=book_book_info&bidx=3099
- 송승훈 (2007). 한국판 외상 후 성장 척도의 신뢰도와 타당도. [석사학위논문, 충남대학교 일반대학원].
<https://www.riss.kr/link?id=T10915671>
- 송연주, 채예진, 이수빈, 김영근 (2021). 대학생의 대인간 외상 경험과 대인관계문제 간의 관계: 정서인식명확성과 정서표현양가성의 이중매개효과. *상담학연구*, 22(2), 159-184.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE11130809>
- 송현, 최보람, 이영순 (2012). 정서인식명확성, 정서조절과 외상 후 성장 및 주관적 안녕감 간 관계. *인문학논총*, 30, 415-438.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE02005307>
- 안현의, 박철욱, 주혜선 (2012). 외상관련 정서의 확장: 수치심, 죄책감, 분노를 중심으로. *상담학연구*, 13(2), 839-854.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE11122499>
- 원성두, 정영은, 채정호, 박주연 (2016). 소방공무원의 탄력성과 외상후성장이 외상후스트레스 증상에 미치는 영향. *대한불안의*

- 학회지, 12(1), 28-33.
<https://oldkmbase.medric.or.kr/KMID/1143820160120010028>
- 은현정, 권태완, 이선미, 김태형, 최말례, 조수진 (2005). 한국판 사건충격척도 수정판의 신뢰도 및 타당도 연구. *신경정신의학*, 44(3), 303-310.
<https://oldkmbase.medric.or.kr/KMID/0368820050440030303>
- 이다영, 정남운 (2022). 외상경험 대학생의 사건중심성이 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장에 미치는 영향: 정신화의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 22(13), 791-802.
<https://scholar.kyobobook.co.kr/article/detail/4010036692258>
- 이동훈, 김지윤, 이덕희, 강민수 (2018). DSM 진단기준과 대인 및 비대인 외상사건에 따른 성인의 PTSD 증상, 심리적 디스트레스, 정서조절곤란의 차이. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 30(3), 741-773.
<https://doi.org/10.23844/kjcp.2018.08.30.3.741>
- 이동훈, 윤기원, 이수연, 이은선, 김정한 (2016). 대학생의 대인외상 경험이 외상 후 스트레스(PTSD) 증상에 미치는 영향: 외상경험 관련 변인과 사회적 지지를 중심으로. *놀이치료연구*, 20(2), 95-117.
<https://oldkmbase.medric.or.kr/KMID/1022520160200020095>
- 이 썸 (2021). 상담 분야의 외상 후 성장에 대한 최근 연구 동향 (2006년-2020년). *상담심리교육복지*, 8(2), 85-106.
<https://scholar.kyobobook.co.kr/article/detail/4010028257382>
- 이수림 (2013). 외상 유형이 외상 후 성장 및 지혜에 미치는 영향: 사회적 지지와 대처의 매개효과. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 19(3), 319-341.
<https://koreascience.kr/article/JAKO201319554770542.page>
- 이수림 (2015). 외상 경험 및 인지적 정서조절 전략이 외상후스트레스장애와 외상후 성장에 미치는 영향. *인문학논총*, 39, 93-124.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE06650463>
- 이수정, 이훈구 (1997). Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구: 정서지능의 하위요인에 대한 탐색. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 11(1), 95-116.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=280116>
- 이인재, 양난미 (2017). 성인 애착 불안과 외상 후 성장의 관계에서 경험회피와 정서인식 명확성의 매개효과 검증 - 외상경험을 한 대학생을 대상으로. *상담학연구*, 18(1), 329-348.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE11123294>
- 이정아, 박 경 (2019). 대인간 외상경험이 있는 대학생의 수치심, 경험회피와 PTSD 증상 간의 관계. *청소년학연구*, 26(2), 75-99.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3934634>
- 이주연, 유성은 (2017). 한국판 다차원적 경험회피 척도(K-MEAQ)의 타당화 및 단축형(K-MEAQ-24)개발. *인지행동치료*, 17(2), 181-208.
<https://oldkmbase.medric.or.kr/KMID/0981220170170020181>
- 이혜미, 김유미 (2018). 외상경험 초등학생의 외상 후 스트레스 장애 증상과외상 후 성장과의 관계에서 침습적 반추와 의도적

- 반추의 매개효과. *초등상담연구*, 17(2), 241-263.
<https://www.earticle.net/Article/A326845>
- 임금주, 김은정 (2020). 침투 반추와 외상 후 스트레스 증상 및 외상 후 성장 간의 관계: 의미 중심적 대처와 회피 중심적 대처의 매개 효과. *인문사회* 21, 11(1), 963-978.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3755675>
- 임선영, 권석만 (2013). 역경후 성장에 영향을 미치는 인지적 처리방략과 신념체계의 특성: 관계상실 경험자를 대상으로. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 32(3), 567-588.
<https://dx.doi.org/10.15842/kjcp.2013.32.3.006>
- 임선영, 김지영 (역). (2018). *외상 후 성장의 과학* (S. Joseph 저). 학지사.
https://www.hakjisa.co.kr/subpage.html?page=book_book_info&bidx=3911
- 장진이 (2010). 반복적 대인간 외상 경험자의 자기체계 손상과 심리적 특성. 박사학위 논문, 이화여자대학교 일반대학원.
<https://www.riss.kr/link?id=T12115177>
- 전경구, 김교현 (1991). 대학생용 생활 스트레스 척도의 개발: 제어이론적 접근. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 10(1), 137-158.
<https://accesson.kr/kjcp/assets/pdf/26438/journal-10-1-137.pdf>
- 조계현, 남지은 (2023). 아동기외상이 정서인식 명확성에 미치는 영향: 경험회피와 자기분화의 순차적 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 35(4), 1473-1492.
<https://doi.org/10.23844/kjcp.2023.11.35.4.1473>
- 조명숙, 이영호 (2011). 사건중심성척도의 타당화 연구. *한국심리학회지: 일반*, 30(3), 763-774.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=2947011>
- 조영미, 정남운 (2024). 사건 중심성과 외상 후 스트레스 장애 및 외상 후 성장의 관계: 의도적 반추와 정서인식명확성의 이중매개효과. *한국산학기술학회논문지*, 25(5), 623-636.
<https://www.kais99.org/jkais/journal/Vol25no05/Vol25no05p67.pdf>
- Allen, J. (2005). *Coping with trauma: Hope through understanding*. American Psychiatric Publishing.
<https://www.amazon.com/Coping-Trauma-Hope-Through-Understanding/dp/1585621692>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, Text Revision (DSM-5-TR)*. Author.
<https://www.amazon.com/Diagnostic-Statistical-Disorders-Revision-Dsm-5-tr/dp/0890425760>
- Bernsten, D., & Rubin, D. C. (2006). *The centrality of Event Scale: A measure of integrating a trauma into one's identity and its relation to post-traumatic stress disorder symptoms*. *Behaviour Research and Therapy*, 44(2), 219-231.
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.01.009>
- Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2007). When a trauma becomes a key to identity: Enhanced integration of trauma memories predicts posttraumatic stress disorder symptoms. *Applied Cognitive Psychology*, 21(4), 417-431.
<https://doi.org/10.1002/acp.1290>
- Boals, A., & Schuettler, D. (2011). A double-edged sword: Event centrality, PTSD and

- posttraumatic growth. *Applied Cognitive Psychology*, 25(5), 817-822.
<https://doi.org/10.1002/acp.1753>
- Boals, A., Steward, J. M., & Schuettler, D. (2010). Advancing our understanding of posttraumatic growth by considering event centrality. *Journal of Loss and Trauma*, 15(6), 518-533.
<https://doi.org/10.1080/15325024.2010.519271>
- Boden, M. T., Bonn-Miller, M. O., Kashdan, T. B., Alvarez, J., & Gross, J. J. (2012). The interactive effects of emotional clarity and cognitive reappraisal in posttraumatic stress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(1), 233-238.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.11.007>
- Cao, C., Wang, L., Wu, J., Li, G., Fang, R., Cao, X., Liu P, Luo S, Hall, B. J., & Elhai, J. D. (2018). Patterns of posttraumatic stress disorder symptoms and posttraumatic growth in an epidemiological sample of Chinese earthquake survivors: A latent profile analysis. *Frontiers in Psychology*, 9, 1549.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01549>
- Chukwuorji, J. C., Ifeagwazi, C. M., & Eze, J. E. (2017). Role of event centrality and emotion regulation in posttraumatic stress disorder symptoms among internally displaced persons. *Anxiety, Stress, & Coping*, 30(6), 702-715.
<https://doi.org/10.1080/10615806.2017.1361936>
- Ehring, T., & Quack, D. (2010). Emotion regulation difficulties in trauma survivors: The role of trauma type and PTSD symptom severity. *Behavior Therapy*, 41(4), 587-598.
<https://doi.org/10.1016/j.beth.2010.04.004>
- Ford, J. D., Grasso, D. J., Elhai, J. D., & Courtois, C. A. (2015). *Posttraumatic stress disorder: Scientific and professional dimensions*. Academic press.
<https://www.amazon.com/Posttraumatic-Stress-Disorder-Scientific-Professional/dp/0128012889>
- Gómez, W., Chmielewski, M., Kotov, R., Ruggero, C., & Watson, D. (2011). Development of a measure of experiential avoidance: The Multidimensional Experiential Avoidance Questionnaire. *Psychological Assessment*, 23(3), 692-713. <https://doi.org/10.1037/a0023242>
- Gohm, C. L., & Clore, G. L. (2000). Individual differences in emotional experience: Mapping available scales to processes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(6), 679-697.
<https://doi.org/10.1177/0146167200268004>
- Groleau, J. M., Calhoun, L. G., Cann, A., & Tedeschi, R. G. (2013). The role of centrality of events in posttraumatic distress and posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(5), 477-483. <https://doi.org/10.1037/a0028809>
- Hayes, S. C., Strosahl, K., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., Polusny, M. A., Dykstra, T. A., Batten, S. V., Bergan, J, Stewart, S. H., Zvolensky, M. J., Eifert, G. H., Bond, F. W., Forsyth, J. P., Karekla M, & McCurry, S. M. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The Psychological Record*, 54(4), 553-578.
<https://doi.org/10.1007/BF03395492>
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders:

- A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152-1168.
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.64.6.1152>
- 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.
<https://doi.org/10.1177/0013164403251332>
- Horowitz, M., Wilner, N., & Alvarez, W. (1979). Impact of Event Scale: A measure of subjective stress. *Psychosomatic Medicine*, 41(3), 209-218.
https://journals.lww.com/bsam/abstract/1979/0500/impact_of_event_scale__a_measure_of_subjective.4.aspx
- Jieling, C., & Xinchun, W. (2017). Post traumatic stress symptoms and post traumatic growth among children and adolescents following an earthquake: A latent profile analysis. *Child and Adolescent Mental Health*, 22(1), 23-29.
<https://doi.org/10.1111/camh.12175>
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of traumatic stress*, 17(1), 11-21.
<https://doi.org/10.1023/B:JOTS.0000014671.27856.7e>
- Little, T. D., Rhemtulla, M., Gibson, K., & Schoemann, A. M. (2013). Why the items versus parcels controversy needn't be one. *Psychological methods*, 18(3), 285-300.
<https://doi.org/10.1037/a0033266>
- Liu, A. N., Wang, L. L., Li, H. P., Gong, J., & Liu, X. H. (2017). Correlation between posttraumatic growth and posttraumatic stress disorder symptoms based on Pearson correlation coefficient: A meta-analysis. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 205(5), 380-389.
<https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000605>
- Marx, B. P., & Sloan, D. M. (2005). Peritraumatic dissociation and experiential avoidance as predictors of posttraumatic stress symptomatology. *Behaviour Research and Therapy*, 43(5), 569-583.
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.04.004>
- Matsunaga, M. (2008). Item parceling in structural equation modeling: A primer. *Communication methods and measures*, 2(4), 260-293.
<https://doi.org/10.1080/19312450802458935>
- Mayer, J. D., DiPaolo, M., & Salovey, P. (1990). Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: A component of emotional intelligence. *Journal of Personality Assessment*, 54(3-4), 772-781.
<https://doi.org/10.1080/00223891.1990.9674037>
- Norris, F. H. (1990). Screening for traumatic stress: A scale for use in the general population. *Journal of Applied Social Psychology*, 20(20), 1704-1715.
<https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1990.tb01505.x>
- Plumb, J. C., Orsillo, S. M., & Luterek, J. A. (2004). A preliminary test of the role of experiential avoidance in post-event functioning. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 35(3), 245-257.

- <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2004.04.011>
Şalcıoğlu, E., Başoğlu, M., & Livanou, M. (2007). Effects of live exposure on symptoms of posttraumatic stress disorder: The role of reduced behavioral avoidance in improvement. *Behaviour Research and Therapy*, 45(10), 2268-2279. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2007.04.012>
- 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, & health* (pp. 125 - 154). American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/10182-006>
- Santiago, P. N., Ursano, R. J., Gray, C. L., Pynoos, R. S., Spiegel, D., Lewis-Fernandez, R., Friedman, M. J., & Fullerton, C. S. (2013). A systematic review of PTSD prevalence and trajectories in DSM-5 defined trauma exposed populations: Intentional and non-intentional traumatic events. *PLoS one*, 8(4), Article e59236.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0059236>
- Schuettler, D., & Boals, A. (2011). The path to posttraumatic growth versus posttraumatic stress disorder: Contributions of event centrality and coping. *Journal of Loss and Trauma*, 16(2), 180-194.
<https://doi.org/10.1080/15325024.2010.519273>
- Shakespeare-Finch, J., & Lurie-Beck, J. (2014). A meta-analytic clarification of the relationship between posttraumatic growth and symptoms of posttraumatic distress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 28(2), 223-229.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.10.005>
- 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.
<https://doi.org/10.1080/07481180801974745>
- 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.
<https://doi.org/10.1007/BF02103658>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
- Tedeschi, R. G., Cann, A., Taku, K., Senol Durak, E., & Calhoun, L. G. (2017). The posttraumatic growth inventory: A revision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*, 30(1), 11-18.
<https://doi.org/10.1002/jts.22155>
- Tiamiyu, M. F., Gan, Y., Kwiatkowski, D., Foreman, K. C., Dietrich, A., Elliott, K., & Elhai, J. D. (2016). Relationships between latent factors of posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 204(5), 344-348.
<https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000490>
- Walser, R. D., & Westrup, D. (2007). *Acceptance and commitment therapy for the treatment of post-traumatic stress disorder and trauma-related problems: A practitioner's guide to using mindfulness and acceptance strategies*. New

- Harbinger Publications.
<https://www.amazon.com/Acceptance-Commitment-Treatment-Post-Traumatic-Trauma-Related/dp/1608823334>.
- Weiss, D. S., & Marmar, C. R. (1997). The impact of event scale-revised. In J. P. Wilson & T. M. Keane (Eds.), *Assessing psychological Trauma and PTSD* (pp. 399-411). Guilford Press.
https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-0-387-70990-1_10.
- Zalta, A. K., Gerhart, J., Hall, B. J., Rajan, K. B., Vechiu, C., Canetti, D., & Hobfoll, S. E. (2017). Self-reported posttraumatic growth predicts greater subsequent posttraumatic stress amidst war and terrorism. *Anxiety, Stress, & Coping, 30*(2), 176-187.
<https://doi.org/10.1080/10615806.2016.1229467>
- Zhou, X., Wu, X., & Zhen, R. (2018). Patterns of posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth among adolescents after the Wenchuan earthquake in China: A latent profile analysis. *Journal of Traumatic Stress, 31*(1), 57-63.
<https://doi.org/10.1002/jts.22246>
- 원고접수일 : 2024. 08. 23.
수정원고접수일 : 2024. 10. 20.
게재확정일 : 2024. 10. 24.

The Impact of Event Centrality on
Posttraumatic Stress Symptoms and Posttraumatic Growth
in Early Adults Who Experienced Interpersonal Trauma:
The Mediation Effect of Experiential Avoidance and Emotional Clarity*

So Min Oh¹⁾ Jong-Nam Kim^{2)†}

¹⁾Department of Educational Psychology, The Graduate School of Seoul Women's University, M.A.

²⁾Department of Educational Psychology, The Graduate School of Seoul Women's University, Professor

The purpose of this study was to examine the mediating effects of experiential avoidance and emotional clarity on the relationship among centrality of event, posttraumatic stress symptoms, and posttraumatic growth. In this study, data were collected from 454 early adults who experienced interpersonal trauma. The results of this study are as follows: First, all correlations between the research variables were statistically significant. Second, the event centrality significantly predicted posttraumatic stress symptoms and posttraumatic growth, mediated by experiential avoidance and emotional clarity. In other words, as the event centrality increases, so does the experiential avoidance, which leads to a lower level of emotional clarity, positively predicting posttraumatic stress symptoms and negatively predicting posttraumatic growth. This study is significant in that it enhanced the understanding of the mechanisms that contribute both post-traumatic stress symptoms and post-traumatic growth among individuals who have undergone interpersonal trauma.

Keywords : event centrality, posttraumatic stress symptoms, posttraumatic growth, experiential avoidance, emotional clarity

* This paper is based on the first author's master's thesis, completed under the supervision of the corresponding author. Portions of this study were presented as a poster at the 2023 WCCBT by the Korean Clinical Psychological Association.

† Corresponding Author : Jong-Nam Kim / Department of Educational Psychology, The Graduate School of Seoul Women's University, Professor / (01797) 621, Hwarang-ro, Nowon-gu, Seoul, Korea / E-mail: kimjn@swu.ac.kr