

## 사별을 경험한 성인의 사회적 지지와 사회적 제약, 반추 양상이 사별 관련 외상 스트레스와 외상 후 성장에 이르는 구조적 경로\*

신 유 립

경성대학교  
심리학과  
석사 졸업

이 수 진<sup>†</sup>


경성대학교  
심리학과  
부교수

본 연구는 사별을 경험한 성인을 대상으로 사회적 지지와 사회적 제약이라는 상반된 사회적 관계 요인이 반추 과정을 포함한 구조모형 안에서 사별 이후 적응과 어떠한 관계를 보이는지 살펴보고자 하였다. 이를 위해 사별을 경험한 지 3개월 이상 경과하고 사별 경험의 충격 정도를 심각함 이상으로 보고한 국내 성인 214명의 자료를 구조방정식 모형으로 분석하였다. 분석 결과, 사회적 지지는 의도적 반추를 거쳐 외상 후 성장과 연결되는 경로에서 유의한 관계를 보였으며, 외상 후 성장으로의 직접 경로 또한 확인되었다. 반면 사회적 제약은 침습적 반추를 통해 사별 관련 외상 스트레스와 연결되는 경로에서 유의한 관계를 보였다. 또한 사회적 제약과 외상 후 성장 간의 관계에서는 침습적 반추와 의도적 반추를 포함하는 순차적 경로가 확인되었다. 본 연구는 사별 이후 적응을 사회적 관계 요인과 반추라는 인지적 처리 과정을 통합한 구조모형을 통해 검토함으로써, 사별 경험자의 적응 경로를 보다 입체적으로 이해할 수 있는 기초를 제공하였다.

주요어 : 사회적 지지, 사회적 제약, 반추, 사별 관련 외상 스트레스, 외상 후 성장

\* 본 연구는 교신저자의 지도로 제 1저자의 석사 졸업 논문을 수정, 보완한 것임.

† 교신저자(Corresponding Author) : 이수진 / 경성대학교 심리학과 부교수 / (48434) 부산 남구 수영로 309 /  
Tel: 051-663-4328 / E-mail: leesooj@ks.ac.kr

 Copyright ©2026, 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.

상실(loss)은 개인이 가치 있게 여기던 대상과 더 이상 가까이하질 수 없게 되거나, 삶의 목적이나 가치를 달성하지 못하게 되는 실제적 혹은 잠재적 상황을 의미한다(김성현 외, 2024; 유희정, 2015; 최선재, 안현의, 2013). 삶에서 경험하는 상실의 대상과 범위는 다양하지만, 그중 가까운 사람의 죽음, 즉 사별은 가장 보편적이면서도 극심한 고통을 유발하는 상실 경험으로 보고되어 왔다(김혜진 외, 2021; 이해경, 2016; Kendler et al., 2008). 사별은 심리적, 사회적, 신체적, 경제적 측면에서 복합적인 어려움을 초래하며(강경아 외, 2023; 황영란, 홍귀령, 2021), 남겨진 이들에게 깊은 슬픔과 외상적 고통을 남길 수 있다. 대부분의 개인은 사별 이후 자연스러운 애도 과정을 거치며 점진적으로 회복되지만, 일부는 심리적 고통이 장기간 지속되어 우울, 불안, 기능 저하와 같은 부적응적 경과를 보이기도 한다(Boelen et al., 2003; van der Kolk, 1996).

이러한 현상에 대한 임상적 중요성이 부각되면서, 최근 정신장애 진단 및 통계 편람 제5판 수정판(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5th edition Text Revision [DSM-5-TR])에서는 가까운 사람의 사망 이후 지속되는 강한 그리움과 상실감, 정체성 혼란을 특징으로 하는 지속적 비탄장애(prolonged grief disorder [PGD])를 새로운 진단 범주로 제시하였다. 그러나 사별 이후의 부적응적 반응은 지속적 비탄에 국한되지 않으며, 침습, 회피, 과각성으로 구성된 외상 후 스트레스 증상 또한 중요한 임상적 지표로 보고되어 왔다(Davis et al., 1998; Feigelman et al., 2009; Fried et al., 2015; Papa et al., 2014). 이는 사별 이후 비탄 반응과 사별과 관련된 외상적 고통이 동시에 유발될 수 있음을 시사하며, 두 반응을

상호 관련된 차원에서 통합적으로 이해할 필요성을 제기한다(신지영 외, 2019; Guldin & Leget, 2024; Wen et al., 2023). 이에 본 연구에서는 사별 이후 나타나는 외상적 고통을 사별 관련 외상 스트레스(bereavement-related traumatic stress)로 정의하고, 이에 영향을 미치는 심리적 기제를 탐색하고자 한다.

한편, 사별이라는 경험이 항상 부정적인 결과로만 귀결되는 것은 아니다. 긍정심리학(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)의 대두와 함께 외상 경험 이후 나타나는 긍정적 변화에 대한 관심이 증가하였으며(임선영, 2013; 정지연, 2020; Bussolari et al., 2018), 이를 대표하는 개념이 외상 후 성장(posttraumatic growth [PTG])이다. 충격적인 사건을 겪은 개인은 공포와 혼란을 이겨내기 위해 삶의 환경에 도전하고 투쟁하게 되며, 그 결과 이전의 기능 수준을 뛰어넘는 긍정적 변화인 외상 후 성장을 경험할 수 있다(Tedeschi & Calhoun, 2004). 사별을 경험한 개인 또한 변화된 현실을 수용하고 새로운 의미를 재구성함으로써 이전보다 성장한 삶을 살아갈 수 있으며(Carnelley & Janoff-Bulman, 1992; Danforth & Glass, 2001), 많은 선행연구에서 사별과 외상 후 성장 간 유의미한 관련성이 보고되었다(Danforth & Glass, 2001; Taku et al., 2008; Tashiro & Frazier, 2003). 이처럼 사별을 경험한 사람에게서 사별 관련 외상 스트레스와 성장이라는 상반된 적응 결과가 나타날 수 있으며, 동일한 상실 경험이 어떠한 경로를 통해 서로 다른 적응 결과로 이어지는지 통합적으로 탐색할 필요가 있다.

사별 이후 개인의 적응 과정에 영향을 미치는 주요 요인 중 하나는 사회적 관계이다. 특히 사회적 지지(social support)는 사별로 인한 긴밀한 상호관계의 단절과 이로 인한 결손을

완화하는 보호요인으로 알려져 있다(신선영, 2009; Stroebe et al., 2006; Stylianos & Vachon, 1993). 이는 개인이 주변의 중요한 타인으로부터 얻는 여러 형태의 원조를 의미하며(Cohen & Wills, 1985), 사별 후 경험하는 사회적 지지는 심리적 고통을 완화하고(이예진, 2022; Allen et al., 2013; Haden et al., 2007), 외상 후 성장을 촉진하는데 기여하는 것으로 보고되어 왔다(신선영, 2009; Park et al., 1996).

그러나 모든 사회적 관계가 긍정적인 영향을 미치는 것은 아니다. Lepore(1992)는 개인이 외상 경험에 대해 표현할 때 이를 제한하거나 위축시키는 부정적 반응을 사회적 제약(social constraints)이라 정의하였으며, 여기에는 주제 회피, 축소화, 지나치게 낙관적인 행동 등이 포함된다(Lepore & Helgeson, 1998; Zakowski et al., 2003). 이는 사별을 경험한 개인으로 하여금 충분한 지지를 받지 못한다고 느끼게 하고, 감정과 생각을 개방적으로 표현하는 것을 제한함으로써 심리적 조정을 저해할 수 있다(Lepore & Ituarte, 1999). 선행연구에 따르면 사별 후 경험하는 사회적 제약은 외상 후 스트레스 및 우울 증상을 증가시키고(Groff et al., 2016; Juth et al., 2015; Lepore et al., 1996; Reimer, 2019), 외상 후 성장을 저해하는 위험요인으로 작용하는 것으로 나타났다(정지연, 2020; Donlon, 2012). 특히 한국의 문화적 맥락에서는 “산 사람은 살아야지.”, “이만하면 됐다.”와 같은 표현이 위로의 말로 사용되기도 하나, 이러한 표현은 슬픔의 표현을 억제하거나 애도 과정을 충분히 지지하지 못하는 사회적 분위기와 연결될 가능성이 있다. 이에 사회적 제약이 사별 이후의 부적응에 미치는 영향을 탐색할 필요가 있음에도 불구하고, 국내 연구는 아직 미흡한 실정이다.

한편, 사별 이후 적응 과정에서 사회적 관계는 개인이 상실 경험을 어떻게 사고하고 해석하는지와 같은 인지처리과정과도 밀접하게 연결될 가능성이 제기되어 왔다. Tedeschi와 Calhoun(1996)이 제시한 외상 후 성장 모델에서는 충격적인 사건 이후 나타나는 인지적 처리과정으로 반추(rumination)를 제시하였으며, 이를 침습적 반추(intrusive rumination)와 의도적 반추(deliberate rumination)로 구분하였다. 침습적 반추는 외상 사건과 관련된 부정적 생각이 개인의 의지와 무관하게 반복적으로 떠오르는 현상으로, 사별 후 심리적 고통, 우울, 그리고 사별 관련 외상 스트레스를 예측하는 주요 요인으로 보고되었다(Eisma et al., 2013; Eisma et al., 2020; Taku et al., 2008). 그러나 개인은 침습적 반추를 경험하는 과정에서 외상 사건을 다른 시각에서 바라보고자 노력하게 되며, 이 과정에서 정서적 고통이 완화되고 삶의 목표를 재평가하면서 의도적 반추로 전환될 수 있다(전현규, 한기백, 2020; Calhoun & Tedeschi, 2006). 의도적 반추는 외상 사건을 되새기며 이를 삶에 통합하고 삶의 목적이나 의미를 탐색하는 과정으로, 외상 후 성장을 촉진하는 핵심 기제로 보고되어 왔다(김두길, 2023; 전현규, 한기백, 2020). 이러한 두 유형의 반추는 동일한 상실 경험 이후에도 상이한 적응 결과로 이어질 수 있는 인지적 경로를 제공한다는 점에서 주목할 필요가 있다.

선행연구에 따르면 사회적 지지는 정서적 안정을 제공함으로써 사건에 대한 재해석을 촉진하고 인지적 처리를 도우며, 외상 경험에 대한 새로운 해석과 삶의 맥락 통합을 가능하게 한다(김시형 외, 2019; Calhoun & Tedeschi, 2006; Schaefer & Moos, 1992). 이에 따라 사회적 지지는 침습적 반추를 완충하거나, 침습적

반추 이후 의미 재구성을 촉진하여 의도적 반추로의 전환을 돕는 경로로 작동할 가능성이 제기되어 왔다. 반면, 사회적 제약은 정서 표현을 억제하게 하여 부정적 감정을 내면화하게 만들고, 침습적 반추를 강화함으로써 사별에 대한 인지적 처리를 방해하여 외상 스트레스로 이어질 가능성을 높이는 것으로 나타났다(Belsher et al., 2012; Burke et al., 2011). 즉, 동일한 사회적 관계라 하더라도 그것이 지지적인 관계인지 제한적인 관계인지에 따라 반추의 양상이 달라질 수 있으며, 그 결과 외상적 고통과 성장으로 이어지는 경로 또한 달라질 수 있다.

그럼에도 불구하고 기존 연구들은 사회적 지지와 사회적 제약, 그리고 두 유형의 반추를 동시에 고려하지 않은 채 각각을 분리하여 분석해 왔다. 그 결과 동일하게 사회적 지지를 다루더라도, 어떤 연구에서는 외상 후 성장과 유의한 관련성이 보고된 반면(장혜림, 강영신, 2024; Ning et al., 2023; Oexle & Sheehan, 2020), 다른 연구에서는 비일관적이거나 유의하지 않은 결과가 도출되는 등 선행연구 간 연결성이 부족한 실정이다(Belsher et al., 2012; Juth et al., 2015; Shang et al., 2022). 한편, 사회적 관계는 반추와 같은 인지적 처리과정을 매개로 작용할 뿐만 아니라, 사별 이후의 적응 결과에 직접적인 영향을 미칠 가능성도 제기되어 왔다. 의미 있는 타인으로부터의 지지는 외상 후 성장을 증진시키는 보호효과를 가지는 것으로 보고되었으며(Ning et al., 2023; Whittaker et al., 2025), 반대로 부정적이고 제한적인 사회적 관계는 외상 후 스트레스와 지속적 비탄 증상을 악화시키는 위험요인으로 보고되었다(Belsher et al., 2012; Reime et al., 2024). 이는 사회적 지지와 사회적 제약이 반

추를 매개로 작용하는 간접 경로뿐 아니라, 결과변인에 직접적으로 영향을 미칠 가능성도 함께 고려할 필요가 있음을 시사한다.

이에 본 연구에서는 사회적 지지와 사회적 제약이라는 상반된 사회적 관계 요인을 동시에 고려하고, 침습적 반추에서 의도적 반추로 이어지는 인지적 처리 과정을 포함한 통합적 구조모형을 탐색적으로 검증하고자 한다. 이를 위해 사별을 경험한 성인을 대상으로, 사회적 관계 요인이 반추를 통해서만 결과변인에 영향을 미치는 완전매개모형과 사회적 관계에서 결과변인으로의 직접 경로를 포함한 부분매개모형을 설정하여 비교·검증함으로써, 사별 이후 적응에서 사회적 관계 요인과 반추의 구조적 관계를 살펴보고자 한다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 사별을 경험한 만 19세-60세 성인을 대상으로 자기보고식 설문을 실시한 자료를 활용하였다. 연구참여자의 모집은 관계 상실을 주제로 운영되는 온라인 커뮤니티를 통해 이루어졌으며, 설문 첫 페이지에 연구 안내문을 제시하여 연구 목적을 이해하고 자발적으로 연구 참여에 동의하는 경우에만 설문을 진행하도록 하였다. 연구참여자 선별을 위해 Sofka(1997)가 개발한 상실 경험 체크리스트를 임선영(2013)이 번안 및 수정한 관계 상실 경험 질문지를 참고하였고, 이를 본 연구 목적에 맞게 재구성하여 사용하였다. 총 15가지 관계 상실 유형을 제시하였으며, 상실 경험 횟수가 2회 이상인 경우에는 더 큰 충격으

로 지각되는 사건을 선택하도록 하였다. 또한 사망 원인, 사별 후 경과 기간, 충격 및 고통 정도를 선택하도록 하였다. 총 300부의 자료가 수집되었고, 이 중 가장 충격적인 상실 유형이 죽음으로 인한 것이 아닌 73부를 제외하였다. 또한 외상 경험 후 3개월까지는 스트레스 수준이 높아 성장을 경험하기에 무리가 있다는 결과(Schroevers et al., 2010)와 외상 후 성장을 경험하기 위해서는 기존의 신념체계를 뒤흔들 만큼 심각한 고통과 충격이 수반되어야 한다는 선행연구 결과(Linley & Joseph, 2004)에 따라, 사별 후 기간이 3개월 미만이거나 상실 경험의 충격 및 고통 정도가 심각함(3점) 미만인 13부를 제외한 214부를 최종 분석에 사용하였다. 연구참여자의 성별은 여성

145명(67.8%), 남성 69명(32.2%)이었으며, 평균 연령은 29세였다. 본 연구는 경성대학교 생명윤리위원회의 승인을 받아 수행되었다(KSU-23-04-002-230524). 연구참여자의 인구통계학적 특성은 표 1에 제시하였다.

연구참여자들이 경험한 사별의 특성은 다음과 같다. 먼저 사별 대상은 조부모 및 친척이 84명(39.3%)으로 가장 많았고, 이어 친구 및 동료, 가까운 이 55명(25.7%), 부모 37명(17.3%), 형제자매 18명(8.4%), 연인 17명(7.9%), 배우자 2명(0.9%), 자녀 1명(0.5%) 순으로 나타났다. 사망 원인은 병사가 96명(44.9%)으로 가장 높은 비율을 차지하였으며, 교통사고 56명(26.2%), 자연사 39명(18.1%), 자살 19명(8.9%), 기타 원인 4명(1.9%) 순이었다. 사별 후 경과 기간은 2년 - 3년 미만과 3년 - 6년 미만이 각 62명(29.0%)으로 가장 많았으며, 1년 - 2년 미만 56명(26.1%), 6년 - 10년 미만 14명(6.5%), 3개월 - 1년 미만 13명(6.1%), 10년 이상 7명(3.3%)으로 분포하였다. 마지막으로 충격적인 사별 경험 이전에 사별을 경험한 참여자는 67명(31.3%)이었다. 연구참여자의 사별 경험 특성은 표 2에 제시하였다.

표 1. 연구참여자의 인구통계학적 특성 (N = 214)

구분	항목	빈도(명)	백분율(%)
성별	남성	69	32.2
	여성	145	67.8
연령	20대	85	39.8
	30대	100	46.7
	40대	26	12.1
	50대	3	1.4
학력	고등학교 졸업	43	20.1
	대학 재학	21	9.8
	대학교 졸업	147	68.7
	대학원 이상	3	1.4
거주지	수도권	138	64.5
	강원도	12	5.6
	충청도	21	9.8
	전라도	18	8.4
	경상도	25	11.7

#### 측정도구

##### 사회적 지지 척도

사회적 지지 수준을 측정하기 위해 박지원(1985)이 개발하고 유희정(2012)이 활용한 사회적 지지 척도를 사용하였다. 본 척도는 정서적 지지, 평가적 지지, 정보적 지지, 물질적 지지의 4가지 하위 척도로 구성되어 있으며, 총 25문항으로 이루어져 있다. 각 문항에 대한 응답은 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)의 5점 Likert 척도로 평정하도록

표 2. 연구참여자의 사별 경험 특성 (N = 214)

구분	항목	빈도(명)	백분율(%)
대상	부모	37	17.3
	형제자매	18	8.4
	자녀	1	0.5
	배우자	2	0.9
	연인	17	7.9
	조부모 및 친척	84	39.3
	친구 및 동료, 가까운 이	55	25.7
원인	자연사	39	18.1
	병사	96	44.9
	교통사고	56	26.2
	자살	19	8.9
	기타	4	1.9
기간	3개월-1년 미만	13	6.1
	1년-2년 미만	56	26.1
	2년-3년 미만	62	29.0
	3년-6년 미만	62	29.0
	6년-10년 미만	14	6.5
	10년 이상	7	3.3
심각도	심각함	36	16.8
	상당히 심각함	77	36.0
	매우 심각함	43	20.1
	아주 많이 심각함	58	27.1
중요도	약간 중요하지 않음	1	0.5
	보통	8	3.7
	중요함	53	24.7
	상당히 중요함	81	37.9
	아주 많이 중요함	71	33.2
예상정도	전혀 예상 못했다	92	43.0
	별로 예상 못했다	52	24.3
	어느 정도 예상했다	66	30.8
	확실히 예상했다	4	1.9
이전 사별경험	유	67	31.3
	무	147	68.7

되어 있으며, 점수가 높을수록 사회적 지지의 수준이 높은 것을 의미한다. 유희정(2012)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .96으로 나타났으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95로 나타났다.

#### **사회적 제약 척도(Social Constraints Scale [SCS])**

사회적 제약 수준을 측정하기 위해 Lepore와 Ituarte(1999)가 개발한 사회적 제약 척도를 원 개발자의 허가를 받아 번안·수정하여 사용하였다. 사회적 제약 척도는 '이 사건에 대해서 이야기하고자 할 때 주제를 바꾸었습니까?', '당신의 문제를 축소했습니까?'를 포함한 총 15문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 1점(전혀 없다)에서 4점(자주 있다)의 4점 Likert 척도로 평정하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 사회적 제약을 많이 경험하였음을 의미한다. 번안된 척도의 구성타당도를 검증하기 위해 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis [CFA])을 실시하였다. 전반적인 모형 적합도는 chi-square test( $\chi^2$ ), comparative fit index(CFI), Tucker-Lewis index(TLI), standardized root mean square residual(SRMR), root mean square error of approximation(RMSEA) 지수를 기준으로 평가하였다. 그 결과,  $\chi^2(90) = 174.37$ , CFI = .93, TLI = .92, SRMR = .06, RMSEA = .07로 수용 가능한 수준이었으나, 일부 문항의 표준화 요인부하량은 .40 미만으로 나타났다. 상실과 관련된 연구를 수행한 Juth 외(2015)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95였으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .88로 나타났다.

#### **한국판 사건충격 척도 개정판(Impact of Event Scale Revised Korean version [IES-R-K])**

사별 이후 사건에 대한 적응 정도 및 외상 증상을 측정하기 위해 Horowitz 외(1979)가 개발하고 Weiss와 Marmar(1997)가 개정한 IES-R을 은현정 외(2005)가 신뢰도와 타당도를 검증한 한국판 사건충격 척도 개정판을 사용하였다. IES-R은 사별 연구에서 사용되어 온 표준화된 외상 스트레스 측정 도구로, 사별과 관련된 외상 반응을 평가하는데 적합한 것으로 보고되었다(Feigelman et al., 2009; Fried et al., 2015). 본 척도는 과각성, 회피, 침습, 수면장애 및 정서적 마비와 해리증상의 4가지 하위 척도로 구성되어 있으며, 총 22문항으로 이루어져 있다. 각 문항에 대한 응답은 1점(전혀 없다)에서 5점(극심히 있다)의 5점 Likert 척도로 평정하도록 되어 있다. 총점이 높을수록 사건에 대한 충격 정도가 더 심함을 의미한다. 은현정 외(2005)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91이었으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95로 나타났다.

#### **한국판 외상 후 성장 척도(Korean Posttraumatic Growth Inventory [K-PTGI])**

외상 이후 긍정적인 심리적 변화에 대한 지각 수준을 측정하기 위해 Tedeschi와 Calhoun(1996)이 개발한 외상 후 성장 척도를 송승훈 외(2009)가 신뢰도와 타당도를 검증한 한국판 외상 후 성장 척도를 사용하였다. 본 척도는 자기지각의 변화, 대인관계의 깊이 증가, 새로운 가능성의 발견, 영적·종교적 관심의 증가의 4가지 하위 척도로 구성되어 있으며, 총 16문항으로 이루어져 있다. 각 문항에 대한 응답은 0점(경험하지 못함)에서 5점(매우 많이 경험)의 6점 Likert 척도로 평정하도록 되어 있

다. 총점이 높을수록 외상 사건 이후 긍정적인 변화를 더 많이 경험하였음을 의미한다. 송승훈 외(2009)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91이었으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89로 나타났다.

#### 한국판 사건 관련 반추 척도(Korean Event-Related Rumination Inventory [K-ERRI])

사별 이후 경험되는 외상적 반응을 측정하기 위해 Cann 외(2011)가 개발하고 안현의 외(2013)가 번안하여 신뢰도와 타당도를 검증한 한국판 사건 관련 반추 척도를 사용하였다. 본 척도는 침습적 반추와 의도적 반추의 2개 하위 척도로 구성되어 있으며, 총 20문항으로 이루어져 있다. 각 문항에 대한 응답은 0점(전혀 아니다)에서 3점(자주 그렇다)의 4점 Likert 척도로 평정하도록 되어 있다. 총점이 높을수록 해당 유형의 반추를 많이 사용하는 것을 의미한다. 안현의 외(2013)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .93으로 나타났고, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91로 나타났다.

#### 분석방법

수집된 자료는 IBM SPSS Statistics 26.0과 IBM SPSS Amos 26.0을 사용하여 분석하였다. 분석 절차는 다음과 같다. 첫째, 연구참여자의 인구통계학적 특성과 주요 연구변인의 분포를 확인하기 위해 기술통계 분석을 실시하였고, 변인 간 관계를 살펴보기 위해 Pearson 이변량 상관분석을 실시하였다. 또한 각 변인의 왜도와 첨도를 확인하여 정규성 가정을 검토하였다. 둘째, 잠재변인을 측정하는 관측변인의 타당성을 검증하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 측정모형의 적합도는  $\chi^2$ , CFI, TLI,

SRMR, RMSEA 지수를 기준으로 평가하였으며, 요인부하량, 평균분산추출값(average variance extracted [AVE]), 개념신뢰도(composite reliability [CR])를 통해 집중타당도와 내적 일치도를 검증하였다. 셋째, 연구모형의 구조적 관계를 검증하기 위해 완전매개모형과 부분매개모형을 설정한 후 구조방정식 모형 분석을 실시하였다. 두 모형은 내재된 관계에 있으므로  $\chi^2$  차이 검정을 통해 적합도를 비교하였고, 이를 바탕으로 최종 연구모형을 선정하였다. 넷째, 최종 연구모형에서 설정된 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트랩(bootstrapping) 절차를 실시하였다. 부트스트랩은 5,000회 반복 추출로 설정하였으며, 간접효과와 95% 신뢰구간을 산출하였다.

## 결 과

### 주요 변인들의 기술통계 및 상관관계

주요 변인의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 확인하고, 변인 간 상관관계를 분석하였다. 정규성 검증 결과, 모든 변인의 왜도 절대값은 3 미만이었고 첨도 절대값은 10 미만으로 나타나 구조방정식 모형 분석을 위한 정규성 가정을 충족하였다(Kline, 2015).

Pearson의 이변량 상관분석 결과는 다음과 같다. 사회적 지지는 외상 후 성장( $r = .62, p < .01$ )과 유의한 정적 상관을 보였고, 사회적 제약( $r = -.63, p < .01$ ) 및 사별 관련 외상 스트레스( $r = -.25, p < .01$ )와는 유의한 부적 상관을 보였다. 반면, 침습적 반추( $r = -.12, ns$ ) 및 의도적 반추( $r = -.05, ns$ )와는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 사회적 제약은 침습적

표 3. 주요 변인의 기술통계치 및 상관관계

변인	1	2	3	4	5	6
1 사회적 지지						
2 사회적 제약	-.63**	-				
3 침습적 반추	-.12	.32**	-			
4 의도적 반추	-.05	.29**	.42**	-		
5 외상 스트레스	-.25**	.54**	.81**	.39**	-	
6 외상 후 성장	.62**	-.37**	-.06	.32**	-.12	-
평균	3.81	2.20	2.29	2.27	2.70	4.12
표준편차	.60	.55	.65	.66	.80	.72
왜도	-.95	-.09	.19	.06	-.24	.01
첨도	2.39	-.93	.26	-.37	-.92	.49

\*\* $p < .01$ .

반추( $r = .32, p < .01$ ), 의도적 반추( $r = .29, p < .01$ ), 사별 관련 외상 스트레스( $r = .54, p < .01$ )와 유의한 정적 상관을, 외상 후 성장( $r = -.37, p < .01$ )과는 유의한 부적 상관을 나타냈다. 침습적 반추는 의도적 반추( $r = .42, p < .01$ ) 및 사별 관련 외상 스트레스( $r = .81, p < .01$ )와 유의한 정적 상관을 보였으나, 외상 후 성장( $r = -.06, ns$ )과는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 의도적 반추는 사별 관련 외상 스트레스( $r = .39, p < .01$ ) 및 외상 후 성장( $r = .32, p < .01$ ) 모두와 유의한 정적 상관을 보였다. 사별 관련 외상 스트레스와 외상 후 성장( $r = -.12, ns$ ) 간에는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 주요 변인의 기술통계치와 변인 간 상관관계는 표 3에 제시하였다.

#### 측정모형 검증

각 측정변인이 잠재변인을 적절히 측정하는지 확인하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 측정모형은 사회적 지지, 사회적 제약, 침습적 반추, 의도적 반추, 사별 관련 외상 스트레스, 외상 후 성장의 총 6개 잠재변인으로 구성하였다. 이 중 사회적 지지, 사별 관련 외상 스트레스, 외상 후 성장은 하위요인을 관측변인으로 사용하였고, 단일요인인 사회적 제약, 침습적 반추, 의도적 반추는 문항 묶음(item parceling)을 통해 각각 3개의 관측변인으로 구성하였다.

측정모형의 적합도를 검증한 결과,  $\chi^2 = 367.57, df = 174$ 로 나타났으며( $p < .001$ ),  $\chi^2/df = 2.11$ 로 수용 가능한 수준이었다(Byrne

표 4. 측정모형의 적합도

	$\chi^2$	$df$	$\chi^2/df$	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
측정모형	367.57	174	2.11	.95	.94	.07 (.06 - .08)	.07

et al., 1989; Carmines & Mclver, 1981). 또한 CFI = .95, TLI = .94, RMSEA = .07(90% CI [.06, .08]), SRMR = .07로 나타나, 측정모형의 적합도는 전반적으로 양호한 수준이었다(홍세희, 2000). 측정모형의 적합도 지수는 표 4에 제시하였다.

측정모형의 타당성을 검증하기 위해 각 경로의 유의성과 집중타당도를 확인하였다. 그 결과, 모든 경로의 CR(critical ratio) 값은 1.96 이상( $p < .001$ )으로 나타나 통계적으로 유의하였고, 요인부하량은 .43 - .94 범위로 나타나 모두 .40 이상의 기준을 충족하였다. 또한 평균 분산추출값은 사회적 지지 .86, 사회적 제약 .74, 침습적 반추 .74, 의도적 반추 .73, 사별 관련 외상 스트레스 .80, 외상 후 성장 .67로 모든 잠재변인이 .50 이상의 기준을 충족하였다. 개념신뢰도 또한 사회적 지지 .96, 사회적 제약 .90, 침습적 반추 .89, 의도적 반추 .89, 사별 관련 외상 스트레스 .94, 외상 후 성장 .88로 .70 이상의 기준을 충족하여, 모든 잠재

변인이 양호한 내적 일치도와 집중타당도를 갖는 것으로 확인되었다(Anderson & Gerbing, 1988).

### 구조모형 검증

사회적 지지와 사회적 제약이 침습적 반추와 의도적 반추를 통해 사별 관련 외상 스트레스와 외상 후 성장에 영향을 미치는 완전매개모형을 설정하였다. 또한 사회적 지지에서 외상 후 성장으로, 사회적 제약에서 사별 관련 외상 스트레스로의 직접 경로를 추가한 부분매개모형을 설정하여 구조방정식 모형 분석을 실시하였다. 두 모형은 내재된 관계에 있으므로, 모형 간 적합도 차이를 검증하기 위해  $\Delta\chi^2$  검정을 실시하였다.

$\Delta\chi^2$  검정 결과, 부분매개모형의  $\chi^2$  값이 완전매개모형에 비해 유의하게 감소하여( $\Delta\chi^2(2) = 164.74, p < .001$ ), 부분매개모형의 적합도가 더 우수한 것으로 나타났다. 이에 본 연구

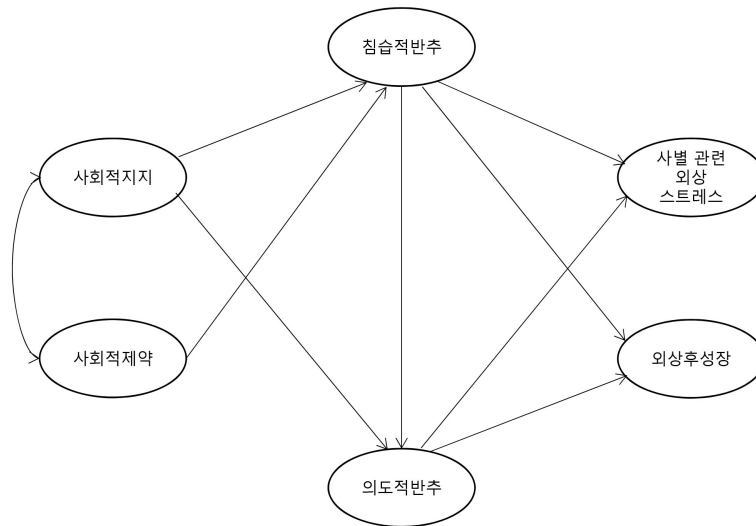


그림 1. 완전매개모형

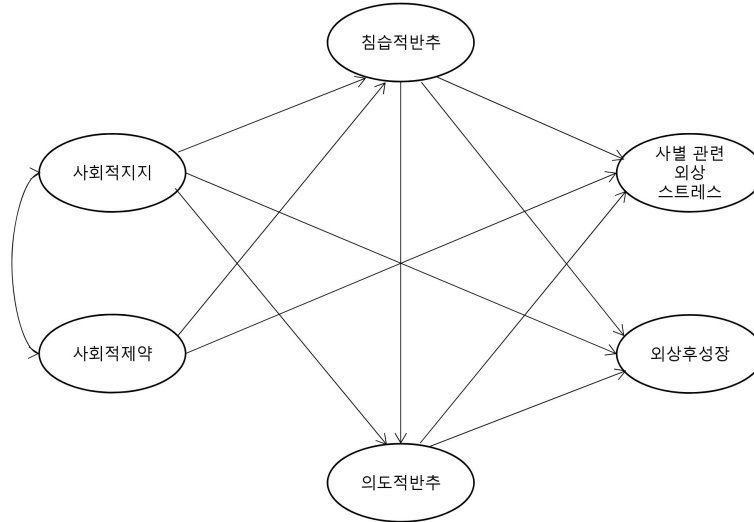


그림 2. 부분매개모형

표 5. 연구모형 선택을 위한  $\Delta\chi^2$  검증

	$\chi^2$	$df$	$\chi^2/df$	CFI	TLI	RMSEA	SRMR	$\Delta\chi^2$
완전 매개모형	539.47	179	3.01	.91	.89	.10 (.09 - .11)	.10	164.74***
부분 매개모형	374.73	177	2.12	.95	.94	.07 (.06 - .08)	.07	

\*\*\*  $p < .001$ .

에서는 부분매개모형을 최종 연구모형으로 선정하였다. 완전매개모형은 그림 1, 부분매개모형은 그림 2에 제시하였고,  $\Delta\chi^2$  검증 결과는 표 5에 제시하였다.

최종 연구모형의 적합도는  $\chi^2 = 374.73$ ,  $df = 177$ ,  $\chi^2/df = 2.12$ 로 수용 가능한 수준이었으며, CFI = .95, TLI = .94, RMSEA = .07(90% CI [.06, .08]), SRMR = .07로 나타나, 최종 연구모형의 적합도는 전반적으로 양호한 수준이었다.

최종 연구모형의 경로계수를 분석한 결과,

사회적 지지는 침습적 반추( $\beta = .27, p < .01$ )와 외상 후 성장( $\beta = .68, p < .001$ )에 유의한 정적 영향을 미쳤으나, 의도적 반추로의 직접 경로는 유의하지 않았다( $\beta = -.01, ns$ ). 사회적 제약은 침습적 반추( $\beta = .55, p < .001$ )와 사별 관련 외상 스트레스( $\beta = .31, p < .001$ )에 유의한 정적 영향을 미쳤다.

매개변인 간 관계를 살펴본 결과, 침습적 반추는 의도적 반추( $\beta = .48, p < .001$ )와 사별 관련 외상 스트레스( $\beta = .78, p < .001$ )를 모두 유의하게 증가시켰으나, 의도적 반추에

표 6. 최종 연구모형의 경로계수 검증

경로			비표준화 계수	표준화 계수	SE	CR
사회적 지지	→	침습적 반추	.32	.27	.12	2.71**
사회적 제약	→	침습적 반추	.61	.55	.11	5.40***
사회적 지지	→	의도적 반추	-.02	-.01	.08	-.20
침습적 반추	→	의도적 반추	.47	.48	.07	6.51***
의도적 반추	→	외상 스트레스	-.05	-.04	.07	-.84
침습적 반추	→	외상 스트레스	1.09	.78	.08	13.35***
사회적 제약	→	외상 스트레스	.49	.31	.07	7.21***
의도적 반추	→	외상 후 성장	.59	.49	.08	7.22***
침습적 반추	→	외상 후 성장	-.31	-.26	.08	-4.16***
사회적 지지	→	외상 후 성장	.96	.68	.09	10.79***

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

서 사별 관련 외상 스트레스로의 경로는 유의하지 않았다( $\beta = -.04, ns$ ).  
외상 후 성장에는 의도적 반추가 유의한

정적 영향을 미친 반면( $\beta = .49, p < .001$ ), 침습적 반추는 유의한 부적 영향을 미쳤다( $\beta = -.26, p < .001$ ). 경로계수 검증 결과는 표

표 7. 개별 경로들의 간접효과

경로				간접 효과	95% 신뢰구간				
					하한	상한			
사회적 지지	→	의도적 반추	→	외상 후 성장	.08*	.01	.20		
사회적 지지	→	의도적 반추	→	외상 스트레스	-.00	-.02	.01		
사회적 지지	→	침습적 반추	→	외상 후 성장	-.02	-.09	.00		
사회적 지지	→	침습적 반추	→	외상 스트레스	.10	-.01	.28		
사회적 제약	→	침습적 반추	→	외상 후 성장	-.05*	-.18	-.01		
사회적 제약	→	침습적 반추	→	외상 스트레스	.29**	.26	.57		
사회적 지지	→	침습적 반추	→	의도적 반추	→	외상 후 성장	.02	.00	.07
사회적 제약	→	침습적 반추	→	의도적 반추	→	외상 후 성장	.06*	.03	.18
사회적 지지	→	침습적 반추	→	의도적 반추	→	외상 스트레스	.00	-.01	.00
사회적 제약	→	침습적 반추	→	의도적 반추	→	외상 스트레스	-.00	-.02	.02

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

6에 제시하였다.

### 매개효과 검증

최종 연구모형에서 설정된 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트랩을 5,000회로 설정하여 총효과, 직접효과, 간접효과를 산출하였다.

분석 결과, 사회적 지지는 의도적 반추를 매개로 외상 후 성장에 이르는 간접효과가 유의하였으며, 해당 경로의 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 매개효과의 통계적 유의성이 확인되었다. 또한 사회적 제약은 침습적 반추를 매개로 사별 관련 외상 스트레스에 영향을 미치는 간접효과가 유의하였으며, 침습적 반추와 의도적 반추를 순차적으로 매개하여 외상 후 성장에 이르는 이중매개 경로 역시 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 반면, 사회적 지지가 사별 관련 외상 스트레스에 이르는 매개 경로는 유의하지 않았다. 각 경로의 간접효과는 표 7에 제시하였다.

## 논 의

본 연구는 사별을 경험한 성인을 대상으로, 사회적 지지와 사회적 제약이라는 상반된 사회적 관계 요인이 침습적 반추와 의도적 반추라는 상이한 인지적 처리 과정을 통해 사별 관련 외상 스트레스와 외상 후 성장에 어떠한 경로로 연결되는지를 구조적으로 검증하고자 하였다. 기존 연구들이 사회적 관계 요인이나 반추의 특정 측면을 개별적으로 다루어 온 것과 달리, 본 연구는 긍정적 사회적 요인과 부정적 사회적 요인을 동시에 고려하고, 침습적

반추에서 의도적 반추로 이어지는 인지적 처리의 연속성을 하나의 구조모형 안에서 비교·검증함으로써 사별 이후 적응 경로를 보다 입체적으로 탐색하였다. 이를 위해 사별을 경험한 지 3개월 이상 경과한 만 19세에서 60세 성인의 자료를 구조방정식 모형을 이용하여 분석하였다. 주요 결과와 논의는 다음과 같다.

첫째, 사회적 지지는 외상 후 성장에 직접적인 정적 영향을 미쳤으며, 의도적 반추를 매개로 외상 후 성장에 이르는 간접 경로 또한 유의하였다. 이는 사회적 지지가 사별 이후의 심리적 고통을 완화하는 보호요인에 그치지 않고, 상실 경험을 재해석하고 삶의 의미를 재구성하는 인지적 과정을 촉진함으로써 성장으로 이어질 수 있음을 시사한다. 이러한 결과는 사회적 지지가 개인의 인지적 처리와 의미 재구성 과정에 관여하여 외상 후 성장을 촉진한다는 선행연구 결과와 일치한다(김벼리 외, 2013; 김진수, 2011; 조성미, 2012; Calhoun & Tedeschi, 2004; Haden et al., 2007). 한편, 사회적 지지가 침습적 반추와도 정적으로 관련된다는 결과는 사별 이후 타인과의 상호작용이 상실 기억과 정서 반응을 활성화하여 침습적 사고를 유발할 가능성을 반영하는 것으로 해석될 수 있다. 이는 사회적 지지가 단순히 즉각적인 고통 완화에만 기여하는 것이 아니라, 상실 관련 인지 및 정서 처리를 활성화하는 기능을 가질 수 있음을 보여준다. 다시 말해, 사회적 지지는 침습적 반추의 발생을 단순히 차단하는 요인이라기보다, 활성화된 침습적 사고가 이후 의미 탐색과 재구성의 과정으로 전환할 수 있도록 돕는 인지적·정서적 자원을 제공함으로써 외상 후 성장에 기여하는 요인으로 이해될 수 있다.

둘째, 사회적 제약은 침습적 반추를 유의하게 증가시키고, 이를 통해 사별 관련 외상 스트레스를 악화시키는 경로가 확인되었다. 이는 사별 경험과 관련된 감정이나 생각을 표현하려 할 때 주변으로부터 회피적이거나 제한적인 반응을 경험하는 경우, 사건에 대한 인지적 처리가 충분히 이루어지지 못하여 심리적 고통이 지속될 가능성이 높아질 수 있음을 의미한다. 즉, 사회적 제약은 사별 경험을 표현하고 의미화하는 과정을 제한함으로써 사별 이후의 심리적 적응을 저해하는 요인으로 기능할 수 있다. 이러한 결과는 외상을 경험한 개인이 사건에 대해 사고하고 감정을 표현하는 과정을 통해 의미를 구성해 나가지만, 사회적 환경이 이러한 과정을 제한할 경우 심리적 적응이 저해될 수 있음을 설명하는 사회인지처리모델(Lepore, 2001)을 사별 맥락에서 지지하는 결과로 해석할 수 있다. 아울러 이러한 경로는 사회적 제약이 단순히 사회적 지지가 부족한 상태를 의미하는 것이 아니라, 사별 경험자의 인지적·정서적 회복 과정을 저해하는 부정적 사회적 반응의 특성임을 시사한다. 따라서 사별 이후 외상적 고통을 이해하고 개입하는 과정에서는 지지의 양적 수준뿐 아니라, 감정 표현을 위축시키거나 제한하는 사회적 관계의 존재를 함께 고려할 필요가 있다.

셋째, 침습적 반추는 사별 관련 외상 스트레스에 유의한 영향을 미친 반면, 외상 후 성장에는 부적 영향을 미쳤다. 이는 침습적 반추가 외상 사건과 관련된 자동적이고 통제되지 않은 사고로서 외상적 고통을 유지하고 강화하는 기능을 가질 수 있음을 시사한다. 반면 의도적 반추는 외상 후 성장에 유의한 정적 영향을 미쳐, 사건의 의미를 성찰하고 삶

의 목표를 재구성하려는 능동적 인지 처리 과정이 성장과 밀접하게 관련되어 있음을 보여준다. 이러한 결과는 반추의 기능과 방향성에 따라 적응 결과가 달라질 수 있다는 외상 후 성장 모델(Tedeschi & Calhoun, 2004)의 가정을 사별 상황에서도 지지하는 것으로 볼 수 있다.

넷째, 사회적 제약이 침습적 반추와 의도적 반추를 거쳐 외상 후 성장으로 연결되는 경로가 유의하였다. 이는 사회적 제약이 외상 후 성장을 촉진한다는 의미라기보다, 사별 이후의 인지적 적응 과정이 단일한 방향으로만 전개되지 않을 수 있음을 시사하는 결과로 이해할 수 있다. 즉, 동일한 사회적 관계 맥락과 초기 인지적 반응이 항상 동일한 심리적 결과로 귀결되는 것은 아니며, 이후의 인지적 처리 양상에 따라 적응 결과가 분화될 가능성이 있음을 보여준다. 이러한 해석은 외상 이후의 반추가 고정된 기능을 갖기보다 개인의 자원과 경험 맥락에 따라 그 의미와 결과가 달라질 수 있다는 관점과 맞닿아 있다. 본 연구가 사별 후 일정 기간이 경과한 성인을 대상으로 분석되었다는 점을 고려할 때, 외상 사건 직후에 두드러지는 침습적 반추가 시간이 흐르면서 보다 목적지향적인 의미 탐색으로 재조직되는 과정이 반영되었을 가능성도 있다 (Calhoun & Tedeschi, 2004; Eisma et al., 2020). 따라서 본 결과는 사회적 제약의 보호적 기능을 주장하기보다는, 사별 이후 적응 경로가 개인의 특성과 시간적 맥락에 따라 다양하게 분화될 수 있음을 보여주는 탐색적 증거로 해석하는 것이 타당하다.

본 연구의 결과를 종합하면, 사회적 지지와 사회적 제약이라는 상반된 사회적 관계 요인은 침습적 반추와 의도적 반추라는 서로 다른 인지적 처리 과정을 통해 사별 관련 외상 스

트레스와 외상 후 성장이라는 상이한 적응 결과로 연결될 수 있었다. 사회적 지지는 의미 탐색과 재구성을 촉진하는 자원으로 작용하여 외상 후 성장과 직접적·간접적으로 관련된 반면, 사회적 제약은 침습적 반추를 강화함으로써 외상적 고통을 악화시키는 위험요인으로 기능하는 경로와 밀접하게 연결되었다. 동시에 사회적 제약 상황에서 침습적 반추를 경험하더라도 이후의 인지적 처리 양상에 따라 적응 결과가 단선적으로 결정되지 않을 수 있음을 확인하였으며, 이는 사별 이후의 심리적 적응 과정이 개인의 인지적 자원과 맥락적 조건에 따라 다양하게 분화될 수 있음을 보여준다. 이러한 결과는 사별 이후의 적응을 단일한 결과나 일방향적 과정으로 이해하기보다, 사회적 관계의 질과 인지적 처리 양상이 상호작용하며 외상적 고통과 성장이라는 서로 다른 결과로 전개될 수 있는 복합적 과정으로 이해할 필요성을 제기한다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 사별 이후의 적응 과정에서 사회적 관계의 질과 인지적 처리 과정을 통합적으로 고려한 구조모형을 검증하였다는 점에서 이론적 의의가 있다. 기존 연구들은 사회적 지지의 보호 효과나 반추의 특정 유형을 개별적으로 검토하는데 그쳐, 사회적 관계와 인지적 처리 과정이 사별 이후 적응에 어떠한 경로로 작용하는지에 대한 통합적 이해에 한계가 있었다. 이에 본 연구는 사회적 지지와 사회적 제약이라는 상반된 사회적 관계 요인을 동시에 포함하고, 침습적 반추와 의도적 반추를 구분하여 구조적으로 검증함으로써, 사별 이후 적응이 사회적 맥락과 인지적 처리의 상호작용 속에서 사별 관련 외상 스트레스와 외상 후 성장이라는 상이한 결과로 전개될 수 있음을 보다 입체적

으로 제시하였다.

둘째, 사회적 지지와 외상 후 성장 간의 관계에서 선행연구 간 일관되지 않았던 결과를 반추의 양상이라는 인지적 경로를 통해 이해할 수 있는 틀을 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 본 연구는 사회적 지지가 침습적 반추를 직접적으로 감소시키는 요인이라기보다는 의도적 반추 및 외상 후 성장과 보다 밀접하게 연결됨을 보여줌으로써, 사회적 지지가 상실 경험을 재해석하고 의미를 재구성하는 인지적 과정을 촉진하는 환경적 조건으로 기능할 수 있음을 확인하였다. 이는 사회적 지지의 역할을 단순한 고통 감소가 아닌 의미화 과정의 촉진 요인으로 재정의함으로써, 사별 이후 성장에 관한 기존 연구 결과를 보다 정교하게 해석할 수 있는 이론적 근거를 제공한다.

셋째, 사회적 제약이 사별 이후 적응 과정에서 갖는 임상적 의미를 침습적 반추를 중심으로 구체화하였다는 점에서 실천적 의의가 있다. 본 연구는 사회적 제약이 침습적 반추를 강화하고 사별 관련 외상 스트레스와 밀접하게 연관될 수 있음을 보여주며, 이는 감정 표현을 제한하는 사회적 환경이 상실 경험의 인지적 처리를 저해할 수 있음을 시사한다. 이러한 결과는 사별 경험자에 대한 개입이 단순히 지지를 제공하는 것에 그치지보다, 제약적 상호작용을 완화하고 침습적 반추의 악순환을 줄이는 방향으로 설계될 필요가 있음을 제안한다. 나아가 본 연구 결과는 집단 기반 개입이나 지지망을 포함한 중재에서 정서적 지지와 공감과 같은 공통 요인이 침습적 반추의 완화와 의도적 반추로의 전환이라는 인지적 치료 과정으로 연결될 때 보다 효과적으로 작동할 수 있음을 시사한다. 이는 집단 맥락

에서의 개방적 상호작용과 경험 공유가 상실 경험에 대한 인지적 재구성과 의미 재구성을 촉진하는 치료 기제로 기능할 수 있음을 보여 준다. 더 나아가 사회적 제약과 침습적 반추 수준이 사별 이후 외상적 고통의 중요한 예측 지표로 작용한 점은, 임상 장면에서 고위험 사별자를 조기에 선별하고 개입의 우선순위를 설정하는데 활용될 수 있음을 시사한다. 또한 이러한 결과는 사별 경험자에 대한 개입이 개인 치료에 국한되지 않고, 가족이나 지지자를 포함한 사회적 환경에 대한 교육과 개입을 병행할 필요성을 뒷받침한다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 횡단적 연구 설계를 사용하였기 때문에 변인 간 인과관계를 명확히 규명하는데 한계가 있다. 특히 침습적 반추에서 의도적 반추로의 전환 과정은 시간의 경과에 따라 변화할 가능성이 있으므로, 본 연구에서 확인된 구조적 경로를 인과적 과정으로 해석하는 데에는 신중함이 요구된다. 향후 연구에서는 종단 연구 설계를 통해 사별 이후 시간의 흐름에 따른 반추 양상의 변화와 사회적 관계 요인의 영향을 보다 정교하게 검증할 필요가 있다.

둘째, 본 연구의 참여자는 온라인 커뮤니티를 통해 모집되었으며, 평균 연령이 29세로 20-30대에 집중되어 있어, 연구 결과가 주로 청년층의 사별 경험과 심리적 적응 양상을 반영했을 가능성이 있다. 이에 따라 본 연구 결과를 사별 경험 전반이나 전 연령층으로 일반화하는 데에는 제한이 있으며, 후속 연구에서는 다양한 연령대와 삶의 단계에 있는 사별 경험자를 포함하여 연령 및 발달 단계에 따른 사회적 관계 양상과 인지적 처리 과정의 차이를 비교·검증할 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 사회적 지지와 사회적 제약, 그리고 반추 유형 간의 구조적 관계를 중심으로 분석하였으나, 성격 특성, 관계의 질, 애착 유형과 같은 개인차 변인을 충분히 고려하지 못하였다. 이러한 개인적 요인은 사별 이후 사회적 관계를 지각하는 방식이나 반추 양상에 영향을 미칠 수 있으므로, 향후 연구에서는 이러한 변인을 통제하거나 조절변인으로 포함하여 본 연구에서 제시한 구조모형을 보다 정교하게 검증할 필요가 있다.

넷째, 본 연구에서 사용한 사회적 제약 척도는 원칙도를 변안하여 사용하였으며, 확인적 요인분석 결과 일부 문항에서 요인부하량이 상대적으로 낮게 나타났다. 이는 사회적 제약이라는 개념이 문화적·언어적 맥락에 따라 다차원적으로 지각될 가능성을 시사하며, 그 결과 변안된 일부 문항이 사별 상황에서 경험되는 사회적 제약의 상호작용 양상을 충분히 반영하지 못했을 가능성이 있다. 이에 따라 향후 연구에서는 사회적 제약 개념의 문화적 적합성을 면밀히 검토하고, 국내 맥락에 보다 적합한 척도를 개발·검증하는 과정이 필요할 것이다.

## 참고문헌

- 강경아, 김현숙, 이명남 (2023). 한국어판 생명을 위협하는 질환자 가족의 삶의 질 측정도구의 신뢰도 및 타당도: 말기 암 환자 가족을 중심으로. *중앙간호연구*, 23(3), 102-113.  
<https://doi.org/10.5388/aon.2023.23.3.102>
- 김두길 (2023). 사별 후 애도가 외상 후 성장에 미치는 영향: 사회적 유대감과 마음챙

- 김의 이중매개효과를 중심으로. *상담심리 교육복지*, 10(2), 81-95.  
<https://doi.org/10.20496/cpew.2023.10.2.81>
- 김벼리, 신현균, 한규석 (2013). 남편을 자살로 잃은 여성의 경험에 관한 현상학적 연구. *한국심리학회지: 여성*, 18(1), 191-218.  
<https://doi.org/10.18205/kpa.2013.18.1.009>
- 김성현, 박효은, 이동훈 (2024). 한국 성인의 사별 유형에 따른 경험과 지속비에. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 30(4), 477-505.  
<https://doi.org/10.20406/kjcs.2024.11.30.4.477>
- 김시형, 신지영, 이동훈 (2019). 사별 이후 지속비에 증상에 대한 잠재프로파일 분석. *한국심리학회지: 건강*, 24(2), 371-391.  
<https://doi.org/10.17315/kjhp.2019.24.2.005>
- 김진수 (2011). 사회적 지지 및 성장적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향 [석사학위논문, 부산대학교 대학원]. RISS.  
<https://www.riss.kr/link?id=T12390215>
- 김혜진, 송혜원, 이예진, 송인한 (2021). 사별 경험자의 복합비에 영향을 미치는 요인. *보건사회연구*, 41(3), 75-91.  
<https://doi.org/10.15709/hswr.2021.41.3.75>
- 박지원 (1985). 사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구 [박사학위논문, 연세대학교 대학원]. RISS.  
<https://www.riss.kr/link?id=T1791002>
- 송승훈, 김교현, 이홍석, 박준호 (2009). 한국판 외상후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구. *한국심리학회지: 건강*, 14(1), 193-214.  
<https://doi.org/10.17315/kjhp.2009.14.1.012>
- 신선영 (2009). 삶의 의미와 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 성장적 반추를 매개변인으로 [석사학위논문, 가톨릭대학교 대학원]. RISS.  
<https://www.riss.kr/link?id=T11543122>
- 신지영, 김시형, 이동훈 (2019). 사별의 예측 여부에 따른 지각된 사회적 지지와 지속비에 증상의 관계: 외상 후 부정적 인지와 침습적 반추, 의도적 반추의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 31(1), 185-215.  
<https://doi.org/10.23844/kjcp.2019.02.31.1.185>
- 안현의, 주혜선, 민지원, 심기선 (2013). 한국판 사건관련 반추 척도(K-ERRI)의 타당화. *인지행동치료*, 13(1), 149-172.  
<https://www.riss.kr/link?id=A99640277>
- 유희정 (2012). 외상 후 성장에 영향을 미치는 변인들 간의 구조적 관계 [박사학위논문, 부산대학교]. RISS.  
<https://www.riss.kr/link?id=T12668645>
- 유희정 (2015). 사별 경험 대학생의 사회적 지지 지각이 외상 후 성장에 미치는 영향에서 의도적 반추의 매개효과. *재활심리연구*, 22(2), 323-339.  
<https://www.riss.kr/link?id=A104041209>
- 은현정, 권태완, 이선미, 김태형, 최말례, 조수진 (2005). 한국판 사건충격척도 수정판의 신뢰도 및 타당도 연구. *대한신경정신의학회지*, 44(3), 303-310.  
<https://www.riss.kr/link?id=A75056419>
- 이예진 (2022). 사별경험유형이 복합비에 미치는 영향: 사회적지지의 조절효과 [석사학위논문, 연세대학교 사회복지대학원]. RISS.  
<https://www.riss.kr/link?id=T16072034>
- 이혜경 (2016). 배우자 사별을 경험한 독거노인의 애도수준과 자살생각 간의 관계: 우울의 매개효과를 중심으로. *정신건강과*

- 사회사업, 44(1), 24-47.  
<https://www.riss.kr/link?id=A101845501>
- 임선영 (2013). 역경후 성장에 이르는 의미재 구성 과정: 관계상실을 중심으로 [박사학위논문, 서울대학교 대학원]. RISS.  
<https://www.riss.kr/link?id=T13143403>
- 장혜림, 강영신 (2024). 상실을 겪은 사람들의 외상 후 성장과 사회적 지지에 대한 상관 메타분석. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 36(2), 571-605.  
<https://doi.org/10.23844/kjcp.2024.05.36.2.571>
- 전현규, 한기백 (2020). 관계 상실 경험자가 지각한 정서 인식 명확성과 외상 후 성장의 관계: 정서 노출과 의도적 반추의 매개 효과. 심리유형과 인간발달, 21(2), 83-100.  
<https://doi.org/10.52745/KAPT.2020.21.2.83>
- 정지연 (2020). 반려동물 상실과 박탈된 애도: 상실의 충격과 복합 애도 및 심리적 성장 간 사회적 제약의 조절 효과 [석사학위논문, 전남대학교 대학원]. RISS.  
<https://www.riss.kr/link?id=T15673801>
- 조성미 (2012). 청년의 외상 후 성장에 대한 인지요인, 사회적 지지 및 리질리언스의 인과적 관련성 [석사학위논문, 부산대학교]. RISS.  
<https://www.riss.kr/link?id=T12668827>
- 최선재, 안현의 (2013). 상실 경험의 의미 재 구성과 심리적 적응의 관계. 상담학연구, 14(1), 323-341.  
<https://doi.org/10.15703/kjc.14.1.201302.323>
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. Korean Journal of Clinical Psychology, 19(1), 161-177.  
<https://accesson.kr/kjcp/v.19/1/161/26659>
- 황영란, 홍귀령 (2021). 남성 독거노인의 배우자 사별 경험. 노인간호학회지, 23(2), 187-199.  
<https://doi.org/10.17079/jkgn.2021.23.2.187>
- Allen, J. Y., Haley, W. E., Small, B. J., Schonwetter, R. S., & McMillan, S. C. (2013). Bereavement among hospice caregivers of cancer patients one year following loss: Predictors of grief, complicated grief, and symptoms of depression. *Journal of Palliative Medicine*, 16(7), 745-751.  
<https://doi.org/10.1089/jpm.2012.0450>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.). American Psychiatric Association.  
<https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.  
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.103.3.411>
- Belsher, B. E., Ruzek, J. I., Bongar, B., & Cordova, M. J. (2012). Social constraints, posttraumatic cognitions, and posttraumatic stress disorder in treatment-seeking trauma survivors: Evidence for a social-cognitive processing model. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(4), 386-391.  
<https://doi.org/10.1037/a0024362>
- Boelen, P. A., van den Bout, J., de Keijser, J., & Hoijtink, H. (2003). Reliability and validity of the Dutch version of the Inventory of Traumatic Grief (ITG). *Death Studies*, 27(3), 227-247.

- <https://doi.org/10.1080/07481180302889>  
Burke, L. A., Neimeyer, R. A., McDevitt-Murphy, M. E., Ippolito, M. R., & Roberts, J. M. (2011). Faith in the wake of homicide: Religious coping and bereavement distress in an African American sample. *International Journal for the Psychology of Religion, 21*(4), 289-307.  
<https://doi.org/10.1080/10508619.2011.607416>
- Bussolari, C. J., Habarth, J., Katz, R., Phillips, S., Carmack, B., & Packman, W. (2018). The euthanasia decision-making process: A qualitative exploration of bereaved companion animal owners. *Bereavement Care, 37*(3), 101-108.  
<https://doi.org/10.1080/02682621.2018.1542571>
- Byrne, B. M., Shavelson, R. J., & Muthén, B. (1989). Testing for the equivalence of factor covariance and mean structures: The issue of partial measurement invariance. *Psychological Bulletin, 105*(3), 456-466.  
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.105.3.456>
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006). The foundations of posttraumatic growth: An expanded framework. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice* (pp. 3-23). Routledge.  
<https://psycnet.apa.org/record/2006-05098-001>
- 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.  
<https://doi.org/10.1080/10615806.2010.529901>
- Carmines, E. G., & McIver, J. P. (1981). Analyzing models with unobserved variables: Analysis of covariance structures. In G. W. Bohrnstedt & E. F. Borgatta (Eds.), *Social measurement: Current issues* (pp. 65-115). SAGE Publications.  
<https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1132150>
- Carnelley, K. B., & Janoff-Bulman, R. (1992). Optimism about love relationships: General vs specific lessons from one's personal experiences. *Journal of Social and Personal Relationships, 9*(1), 5-20.  
<https://doi.org/10.1177/0265407592091001>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310-357.  
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Danforth, M. M., & Glass, J. C., Jr. (2001). Listen to my words, give meaning to my sorrow: A study in cognitive constructs in middle-age bereaved widows. *Death Studies, 25*(6), 513-529.  
<https://doi.org/10.1080/07481180126860>
- Davis, C. G., Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (1998). Making sense of loss and benefiting from the experience: Two construals of meaning. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*(2), 561-574.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.2.561>
- Donlon, K. (2012). *The role of social support seeking and social constraints on psychological outcomes after trauma: A social cognitive theory perspective* [Master's thesis, Virginia Polytechnic Institute

- and State University]. VTechWorks.  
<https://vtechworks.lib.vt.edu/server/api/core/bitstreams/dbcfca3-9ed4-44a4-a147-8b4951e4ce92/content>
- Eisma, M. C., Boelen, P. A., & Lenferink, L. I. (2020). Prolonged grief disorder following the coronavirus (COVID-19) pandemic. *Psychiatry Research*, 288, Article e113031.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113031>
- Eisma, M. C., Stroebe, M. S., Schut, H. A., Stroebe, W., Boelen, P. A., & van den Bout, J. (2013). Avoidance processes mediate the relationship between rumination and symptoms of complicated grief and depression following loss. *Journal of Abnormal Psychology*, 122(4), 961-970.  
<https://doi.org/10.1037/a0034051>
- Feigelman, W., Jordan, J. R., & Gorman, B. S. (2009). Personal growth after a suicide loss: Cross-sectional findings suggest growth after loss may be associated with better mental health among survivors. *Omega*, 59(3), 181-202.  
<https://doi.org/10.2190/OM.59.3.a>
- Fried, E. I., Bockting, C., Arjadi, R., Borsboom, D., Amshoff, M., Cramer, A. O. J., Epskamp, S., Tuerlinckx, F., Carr, D., & Stroebe, M. (2015). From loss to loneliness: The relationship between bereavement and depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 124(2), 256-265.  
<https://doi.org/10.1037/abn0000028>
- Groff, E. C., Ruzek, J. I., Bongar, B., & Cordova, M. J. (2016). Social constraints, loss-related factors, depression, and posttraumatic stress in a treatment-seeking suicide bereaved sample. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 8(6), 657-660.  
<https://doi.org/10.1037/tra0000128>
- Guldin, M. B., & Leget, C. (2024). The integrated process model of loss and grief. *Death Studies*, 48(8), 738-752.  
<https://doi.org/10.1080/07481187.2023.2272960>
- Haden, S. C., Scarpa, A., Jones, R. T., & Ollendick, T. H. (2007). Posttraumatic stress disorder symptoms and injury: The moderating role of perceived social support and coping for young adults. *Personality and Individual Differences*, 42(7), 1187-1198.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.09.030>
- Horowitz, M., Wilner, N., & Alvarez, W. (1979). Impact of Event Scale: A measure of subjective stress. *Psychosomatic Medicine*, 41(3), 209-218.  
<https://doi.org/10.1097/00006842-197905000-00004>
- Juth, V., Smyth, J. M., Carey, M. P., & Lepore, S. J. (2015). Social constraints are associated with negative psychological and physical adjustment in bereavement. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 7(2), 129-148.  
<https://doi.org/10.1111/aphw.12041>
- Kendler, K. S., Myers, J., & Zisook, S. (2008). Does bereavement-related major depression differ from major depression associated with other stressful life events? *American Journal of Psychiatry*, 165(11), 1449-1455.  
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2008.07111757>
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). Guilford

- Press.  
<https://www.guilford.com/books/Principles-and-Practice-of-Structural-Equation-Modeling/Rex-Kline/9781462523344>
- Lepore, S. J. (1992). Social conflict, social support, and psychological distress: Evidence of cross-domain buffering effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(5), 857-867.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.5.857>
- Lepore, S. J. (2001). A social-cognitive processing model of emotional adjustment to cancer. In A. Baum & B. L. Andersen (Eds.), *Psychosocial interventions for cancer* (pp. 99-116). American Psychological Association.  
<https://doi.org/10.1037/10402-006>
- Lepore, S. J., & Helgeson, V. S. (1998). Social constraints, intrusive thoughts, and mental health. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 17(1), 89-106.  
<https://doi.org/10.1521/jscp.1998.17.1.89>
- Lepore, S. J., & Ituarte, P. H. (1999). Optimism about cancer enhances mood by reducing negative social interactions. *Cancer Research, Therapy and Control*, 8(3), 165-174.  
[https://www.researchgate.net/profile/Stephen-Lepore/publication/277022039\\_Optimism\\_about\\_cancer\\_enhances\\_mood\\_by\\_reducing\\_negative\\_social\\_relations/links/555fd37b08ae8c0cab30b661/Optimism-about-cancer-enhances-mood-by-reducing-negative-social-relations.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Stephen-Lepore/publication/277022039_Optimism_about_cancer_enhances_mood_by_reducing_negative_social_relations/links/555fd37b08ae8c0cab30b661/Optimism-about-cancer-enhances-mood-by-reducing-negative-social-relations.pdf)
- Lepore, S. J., Silver, R. C., Wortman, C. B., & Wayment, H. A. (1996). Social constraints, intrusive thoughts, and depressive symptoms among bereaved mothers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 271-282.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.271>
- 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>
- Ning, J., Zhao, J., & Leng, H. (2023). Social support and posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 320, 117-132.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.09.114>
- Oexle, N., & Sheehan, L. (2020). Perceived social support and mental health after suicide loss. *Crisis*, 41(1), 65-69.  
<https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000594>
- Papa, A., Lancaster, N. G., & Kahler, J. (2014). Commonalities in grief responding across bereavement and non-bereavement losses. *Journal of Affective Disorders*, 161, 136-143.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.03.018>
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1996). Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of Personality*, 64(1), 71-105.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1996.tb00815.x>
- Reime, M. A., O'Connor, M., Hystad, S. W., & Dyregrov, K. (2024). Perceived social support and symptoms of prolonged grief after a drug-related death. *Death Studies*, 49(8), 988-997.  
<https://doi.org/10.1080/07481187.2024.2376037>
- Reimer, J. E. (2019). *College students' disenfranchised grief following a breakup: The effect of relationship closeness and perceived stigma on grief* [Master's

- thesis, California Polytechnic State University]. DigitalCommons @CalPoly.  
<https://doi.org/10.15368/theses.2019.34>
- Schaefer, J. A., & Moos, R. H. (1992). Life crises and personal growth. In B. N. Carpenter (Ed.), *Personal coping: Theory, research, and application* (pp. 149-170). Praeger Publishers.  
<https://psycnet.apa.org/record/1992-98861-009>
- Schroevers, M. J., Helgeson, V. S., Sanderman, R., & Ranchor, A. V. (2010). Type of social support matters for prediction of posttraumatic growth among cancer survivors. *Psycho-Oncology*, 19(1), 46-53.  
<https://doi.org/10.1002/pon.1501>
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Shang, F., Kaniasty, K., Cowlishaw, S., Wade, D., Ma, H., & Forbes, D. (2022). The impact of received social support on posttraumatic growth after disaster: The importance of both support quantity and quality. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 14(7), 1134-1141.  
<https://doi.org/10.1037/tra0000541>
- Sofka, C. J. (1997). Loss history checklist. In J. D. Mannino (Ed.), *Grieving days, healing days* (p. 20). Allyn & Bacon.  
[https://www.amazon.com/Grieving-Days-Healing-Davis-Mannino/dp/0205199836?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.amazon.com/Grieving-Days-Healing-Davis-Mannino/dp/0205199836?utm_source=chatgpt.com)
- Stroebe, M. S., Folkman, S., Hansson, R. O., & Schut, H. (2006). The prediction of bereavement outcome: Development of an integrative risk factor framework. *Social Science & Medicine*, 63(9), 2440-2451.  
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2006.06.012>
- Stylianou, S. K., & Vachon, M. L. S. (1993). The role of social support in bereavement. In M. S. Stroebe, W. Stroebe, & R. O. Hansson (Eds.), *Handbook of bereavement: Theory, research, and intervention* (pp. 397-410). Cambridge University Press.  
<https://www.cambridge.org/core/books/handbook-of-bereavement/role-of-social-support-in-bereavement/EF1904B5E4BCBDCA0EB587A2FD79A778>
- 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>
- Tashiro, T., & Frazier, P. (2003). "I'll never be in a relationship like that again": Personal growth following romantic relationship breakups. *Personal Relationships*, 10(1), 113-128.  
<https://doi.org/10.1111/1475-6811.00039>
- 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](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01)
- van der Kolk, B. A. (1996). The complexity of adaptation to trauma: Self-regulation, stimulus

- discrimination, and characterological development. In B. A. van der Kolk, A. C. McFarlane, & L. Weisaeth (Eds.), *Traumatic stress: The effects of overwhelming experience on mind, body, and society* (pp. 182-213). Guilford Press.  
<https://psycnet.apa.org/record/1996-98017-009>
- 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://books.google.com/books/about/Assessing\\_Psychological\\_Trauma\\_and\\_PTSD.html?id=qeyYQgAACAAJ](https://books.google.com/books/about/Assessing_Psychological_Trauma_and_PTSD.html?id=qeyYQgAACAAJ)
- Wen, F. H., Prigerson, H. G., Chou, W. C., Huang, C. C., Hu, T. H., Chiang, M. C., Chuang, L. P., & Tang, S. T. (2023). Comorbid prolonged grief, PTSD, and depression trajectories for bereaved family surrogates. *JAMA Network Open*, 6(11), Article e2342675.  
<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.42675>
- Whittaker, S., Rasmussen, S., Cogan, N., Tse, D., Martin, B., Andriessen, K., Shiramizu, V., Krysinska, K., & Levi-Belz, Y. (2025). Posttraumatic growth among suicide-loss survivors: Protocol for an updated systematic review and meta-analysis. *JMIR Research Protocols*, 14, Article e64615.  
<https://doi.org/10.2196/64615>
- Zakowski, S. G., Harris, C., Krueger, N., Laubmeier, K. K., Garrett, S., Flanigan, R., & Johnson, P. (2003). Social barriers to emotional expression and their relations to distress in male and female cancer patients. *British Journal of Health Psychology*, 8(3), 271-286.  
<https://doi.org/10.1348/135910703322370851>
- 원고접수일 : 2025. 10. 24.  
수정원고접수일 : 2025. 12. 31.  
게재확정일 : 2026. 01. 07.

## **Structural Pathways Linking Social Support and Social Constraints, Rumination Patterns, Bereavement-related Traumatic Stress, and Posttraumatic Growth in Bereaved Adults \***

**Yu Lim Shin<sup>1)</sup>**

**Soo Jin Lee<sup>2)†</sup>**

<sup>1)</sup>Department of Psychology, Kyungsoong University, M.A.

<sup>2)</sup>Department of Psychology, Kyungsoong University, Associate Professor

This study examined the structural relationships between social support, social constraints, rumination, and post-bereavement adjustment in bereaved adults. Participants were 214 Korean adults (aged 19-60 years) who had lost a significant other at least three months prior and reported the loss as highly distressing. Structural equation modeling was conducted to compare a full mediation model and a partial mediation model. The results indicated that social support was linked to posttraumatic growth both directly and indirectly through deliberate rumination. Conversely, social constraints were associated with bereavement-related traumatic stress through intrusive rumination. In addition, a sequential pathway from social constraints to posttraumatic growth via intrusive and deliberate rumination was identified. These findings suggest that post-bereavement adjustment can be understood through an integrated structural model incorporating social relational factors and cognitive processing.

*Keywords : social support, social constraints, rumination, bereavement-related traumatic stress, posttraumatic growth*

---

\* This paper is a revision and supplementation of the first author's master's thesis.

† Corresponding Author : Soo Jin Lee / Department of Psychology, Kyungsoong University, Associate Professor / (48434) 309, Suyeong-ro, Nam-gu, Busan, Republic of Korea / Tel: 051-663-4328 / E-mail: leesojo@ks.ac.kr