

외상후 성장의 변증법적 모형: 외상후 스트레스와 성장의 종단적 역동을 중심으로*

김 수 현

충남대학교 심리학과 BK사업단
박사후 연구원

전 우 영†

충남대학교 심리학과
교수

본 연구는 외상 후 성장(Posttraumatic Growth: PTG)의 본질을 둘러싼 ‘실제적 성장’과 ‘착각적 성장’의 이분법적 논쟁을 극복하기 위해, PTG를 고통과 성장이 상호작용하며 발전하는 변증법적 과정으로 개념화하고 이를 실증적으로 검증하고자 하였다. 이를 위해 허베이 스피리트호 기름유출 사고를 경험한 태안 지역 주민들을 대상으로 사고 발생 약 8개월 후(T1)부터 32개월 후(T3)까지 총 3차례에 걸쳐 수집된 종단 데이터(N=228)를 분석하였다. 연구 결과, 외상 후 성장의 변증법적 이행 과정이 확인되었다. 첫째, 사고 초기(T1, T2)에는 외상 후 스트레스와 성장이 유의한 정적 상관을 보였으며, 특히 초기 성장은 주관적 행복감과 부적인 관계를 나타내어 고통을 견디기 위한 방어적 기제로서의 ‘양면성’을 드러냈다. 둘째, 이러한 모순적 상태를 통합하는 기제로 대처 방식의 역할을 확인한 결과, 초기에는 회피적 대처가 성장에 기여했으나, 시간이 흐를수록 ‘긍정적 재해석’대처가 성장을 실제적 성숙으로 이끄는 핵심 동력임이 밝혀졌다. 셋째, 사고 32개월 후(T3)에는 스트레스와 성장의 상관이 사라지고 성장이 주관적 행복감을 정적으로 예측함으로써, 고통의 경험이 자기 삶의 서사로 통합된 ‘변증법적 합’의 상태에 도달함을 입증하였다. 본 연구는 PTG가 단일한 결과가 아니라 고통과의 치열한 투쟁을 통해 성취되는 역동적 전이 과정임을 종단적으로 규명하였으며, 외상 생존자의 적응을 돕기 위한 시점별 차별화된 건강 심리학적 개입의 근거를 제공하였다는 데 의의가 있다.

주요어 : 외상후 성장, 외상후 스트레스, 변증법적 모형, 종단 연구, 대처 방식, 양면성

* 본 논문은 충남대학교 박사학위논문을 수정·보완한 것임. 또한 본 연구는 2009년도 정부재원(교육과학기술부 학술연구조성사업비)으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행되었음(KRF-2008-321-B00113). 연구과제명은 “허베이 스피리트호 기름유출사고의 사회경제적·심리적 영향과 사고에 대한 사회적 대응에 관한 연구” 임.

† 교신저자(Corresponding author): 전우영, 충남대학교 심리학과 교수, 대전광역시 유성구 대학로 99 충남대학교 사회과학대학 423-2호, E-mail: wooyoung@cnu.ac.kr



Copyright ©2026, The Korean Health 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.

인간은 생명을 위협하는 수준의 외상(trauma) 사건을 경험한 이후 심각한 심리적 후유증을 겪기도 하지만, 동시에 이러한 고통을 극복하는 과정에서 이전보다 질적으로 더 높은 수준의 심리적 성숙을 경험하기도 한다. 이러한 긍정적 변화는 Tedeschi와 Calhoun (1996)에 의해 외상 후 성장(Posttraumatic Growth: PTG)으로 개념화되었으며, 이는 단순한 회복(recovery)을 넘어 자기 지각, 대인관계, 삶의 철학 영역에서의 근본적인 변화를 의미한다. 건강심리학 분야에서 PTG는 외상 생존자의 적응을 설명하는 중요한 개념으로 주목받아 왔으나, 그 본질을 둘러싼 학술적 논쟁은 여전히 지속되고 있다.

현재 PTG에 대한 논의는 크게 두 가지 관점으로 나뉜다. 하나는 PTG를 실제적인 인지적 변화와 행동적 성숙을 반영하는 ‘진정한 성장(constructive PTG)’으로 보는 입장이고, 다른 하나는 외상의 고통으로부터 자기를 보호하기 위한 방어적 기제로서의 ‘긍정적 착각(illusory PTG)’으로 보는 입장이다. Zoellner와 Maercker(2006)는 이러한 상반된 속성이 공존한다는 ‘야누스 모형(Janus-face model)’을 제안하였다. 그러나 기존 연구들은 주로 횡단적 설계에 의존해 왔기 때문에, 이러한 두 속성이 시간의 흐름 속에서 어떻게 상호작용하며 변화하는지에 대해서는 충분히 규명되지 못했다. 특히 초기의 PTG가 장기적으로 심리적 안녕감에 기여하는지, 혹은 일시적인 고통 완화 기제에 불과한지에 대해서도 일관된 결론이 부족한 실정이다. 이러한 한계를 극복하기 위해서는 PTG를 고정된 결과가 아닌 시간에 따라 변화하는 역동적 과정으로 이해할 필요가 있다. 외상 경험 이후 개인이 겪는 고통과 성장은 서로 대립되는 것이 아니라 상호작용

하며 발전하는 과정일 가능성이 있으며, 이는 변증법적 관점에서 설명될 수 있다. 즉, 외상으로 인한 심리적 고통(정, thesis)은 이를 극복하려는 심리적 반응으로서의 성장(반, antithesis)을 촉발하고, 이 두 요소 간의 긴장과 상호작용은 보다 높은 수준의 적응 상태(합, synthesis)로 통합될 수 있다. 이러한 관점에서 초기의 PTG는 단순한 착각이나 왜곡이 아니라, 이후의 진정한 성장으로 나아가기 위한 과도기적 단계로 이해될 수 있다. 이러한 변증법적 전이 과정에서 중요한 역할을 하는 것은 스트레스 대처 방식이다. 기존 연구에 따르면, 외상 이후 나타나는 침투적 반추(intrusive rumination)가 의도적 반추(deliberate rumination)로 전환될 때 비로소 진정한 PTG가 나타난다(Calhoun & Tedeschi, 2013). 이는 단순히 외상 경험의 강도보다, 개인이 이를 어떻게 해석하고 재구성하는지가 성장으로 이어지는 핵심 기제임을 시사한다. 그러나 이러한 인지적 전환 과정이 시간의 흐름 속에서 어떻게 전개되는지에 대한 종단적 검증은 아직 충분하지 않은 상황이다.

한편, 외상 사건의 맥락적 특성 역시 이러한 과정에 중요한 영향을 미칠 수 있다. 본 연구의 대상이 되는 허베이 스퍼리트호 기름 유출사고는 책임소재가 비교적 명확한 인적 재난으로, 사고 이후 보상 과정에서 개인 간 및 집단 간 갈등이 장기간 지속되었다는 특징을 지닌다. 이러한 맥락은 외상 이후의 대처 과정과 심리적 적응에 독특한 영향을 미칠 가능성이 있으며, 특히 적극적 대처가 항상 긍정적인 결과로 이어지지 않을 수 있음을 시사한다. 실제로 태안 지역 주민들을 대상으로 한 초기 연구들은 사고 직후 높은 수준의 외상 후 스트레스 반응과 심리적 부정응을 보고

한 바 있으며, 이러한 초기 반응이 이후의 성장 과정과 어떻게 연결되는지에 대한 탐색이 요구된다. 따라서 본 연구는 PTG를 고통과 성장이 상호작용하며 발전하는 변증법적 과정으로 개념화하고, 이를 종단적으로 검증하고자 한다. 이를 위해 태안 지역 주민들을 대상으로 사고 발생 8개월 후(T1), 20개월 후(T2), 32개월 후(T3)의 자료를 활용하여, 외상 후 스트레스와 외상 후 성장 간의 관계가 시간에 따라 어떻게 변화하는지, 그리고 이 과정에서 스트레스 대처 방식이 어떤 역할을 하는지를 분석하고자 한다. 본 연구는 기존의 횡단적 연구가 갖는 한계를 보완하여 PTG의 시간적 역동성을 실증적으로 제시하고, 외상 후 성장의 ‘착각적 측면’과 ‘진정한 성장’ 간의 관계를 통합적으로 설명하는 이론적 틀을 제공하고자 한다. 또한 외상 경험 이후의 적응 과정을 시기별로 구분하여 이해함으로써, 외상 생존자의 장기적 적응을 돕기 위한 차별화된 개입 전략에 대한 근거를 제시할 것으로 기대된다.

방 법

연구 참여자 및 절차

본 연구 참여자는 충청남도 태안군에 거주하는 20세 이상의 성인으로, 2007년 12월 허베이스피리트호 기름유출사고 발생 약 2개월 후, 8개월 후(T1), 20개월 후(T2), 32개월 후(T3)의 종단 데이터를 활용하였다. 1차 시점은 464명(여성 57.5%, 평균연령 56세), 2차 시점은 500명(여성 57.5%, 평균연령 56세), 3차 시점은 407명(여성 58.2%, 평균연령 55세), 4차 시점은 403명(여성 58.2%, 평균연령 55세)이었

다. 최종 분석 대상은 외상후 성장을 측정하지 않은 1차 시점을 제외한 세 시점의 조사에 모두 참여한 228명(평균 연령 57.82세)이다. 자료수집을 위해 임상 및 건강심리 전공 대학원생과 심리학과 학부생 9명이 전화면접을 통해 전화조사를 진행했다.

대상 가구를 추출하기 위해 한국통신 전화번호 데이터베이스에서 태안지역 ‘4개 급지(태안군이 기름유출사고로 인한 피해의 정도를 지리적 소속 지역으로 분류한 것)’별로 전화번호를 무선 표집하고, 표집된 전화번호를 이용하여 비례확률 표집법(조성검, 1990)으로 응답자를 선정했다.

측정도구

외상 후 성장. 외상 후 성장을 측정하기 위해 성인용 한국판 스트레스 관련 성장 척도(Stress-Related Growth Scale: K-SRGS-R)를 사용했다. 본 척도는 Park 등(1996)이 단일요인으로 개발한 스트레스 관련 성장 척도(SRGS)를 Roesch 등(2004)이 3요인으로 수정하고(Stress Related Growth Scale-Revised) 이를 권선중과 김교현(2007)이 번역하여 타당화를 거친 척도를 사용하였다. 본 연구에서 얻어진 내적합치도(Cronbach's α)는 T1 시점에서 .901, T2 시점에서 .890, T3 시점에서 .917로 확인되었다.

외상 후 스트레스. 총 15문항으로 구성된 한국판 사건충격 척도(이선미, 은헌정, 1999)를 사용하였다. 본 연구에서 얻어진 내적합치도(Cronbach's α)는 T1 시점에서 .902, T2 시점에서 .901, T3 시점에서 .902로 나타났다.

주관적 행복. 현재 본인이 행복한 정도를 100점 만점의 점수로 표현하도록 하여 자기보고식으로 측정하였다. ‘매우 불행하다’라고 느끼면 0점, ‘매우 행복하다’라고 느끼면 100점으로 0점부터 100점 사이의 값을 사용할 수 있도록 했다. 분석시에는 이 값을 0에서 10까지의 값으로 바꾸어 원점수에 0.1을 곱한 값으로 계산하였다.

피해 노출 수준. 외상사건에 얼마나 노출이 되었는지, 사건으로 인해 얼마나 피해를 입었는지, 피해 노출 수준을 측정하기 위해 미국 Exxon Valdez호의 기름유출사고에 관한 연구(Palinkas et al., 1993)의 사고 피해 노출 측정 문항을 우리의 문화와 실정에 맞게 일부 수정해서 사용하였다. 총 7문항으로 구성되었으며, 각 문항에 “그렇다” 혹은 “아니다”로 응답하는 방식으로, 본 연구에서 얻어진 내적합치도(Cronbach's α)는 T1 시점에서 .793, T2 시점에서 .786, T3 시점에서 .718을 보였다.

신체 증상. 외상사건 경험으로 인한 신체화 정도를 측정하기 위해 간이정신진단검사(SCL-90-R; 김광일, 김재환, 원호택, 1984)에서 신체증상 요인에 해당하는 6문항을 사용하였다. 본 연구에서 얻어진 내적합치도(Cronbach's α)는 T1 시점에서 .883, T2 시점에서 .866, T3 시점에서 .884로 나타났다.

경제적 손실. 외상사건으로 인한 경제적 손실을 측정하기 위해 사고 이후 “가구 소득이 죽었는가?”와 “가족 중에 일자리를 잃은 사람이 있는가?”의 두 문항에 대해 “그렇다” 혹은 “아니다”로 대답할 수 있도록 하였으며, 본 연구에서 얻어진 내적합치도(Cronbach's

α)는 T1 시점에서 .753, T2 시점에서 .781, T3 시점에서 .774로 적절했다.

사회적지지. Dubow와 Ulman의 사회적지지 척도를 이경주(1997)가 한국판으로 표준화한 척도를 선택하고, 그 중에서 두 문항 “나의 가족은 나의 문제에 대해서 잘 상의해 준다, 나에게 문제가 있을 때 나의 친구들은 문제를 해결하도록 도와준다”를 사용했으며 본 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 T1 시점에서 .652, T2 시점에서 .682, T3 시점에서 .661로 수용할만 했다.

스트레스 대처. 외상사건에 대한 대처방식을 측정하기 위해 전경구 등(1994)이 개발한 다차원 대처 척도를 사용하였다. 본 연구에서 얻어진 내적합치도(Cronbach's α)는 적극적 대처: T1 시점에서 .898, T2 시점에서 .917, T3 시점에서 .925, 긍정적 해석: T1 시점에서 .883, T2 시점에서 .854, T3 시점에서 .865, 회피적 대처: T1 시점에서 .899, T2 시점에서 .869, T3 시점에서 .897, 체념: T1 시점에서 .836, T2 시점에서 .818, T3 시점에서 .827로 모두 적절했다.

분석방법

외상후 성장과 외상후 스트레스의 변화양상. 각 시점별 외상후 성장과 외상후 스트레스의 변화를 살펴보기 위해 해당변인의 시점 별 평균값으로 일원변량분석(One-way ANOVA)을 실시하였다. 세 시점의 평균차이에 대한 유의도 검증을 하였으며, 그 차이가 유의하였을 경우 어느 시점에서 차이가 있었는지 확인을 위해 사후분석을 실시하였다.

그림 1. 외상 후 성장의 변화양상

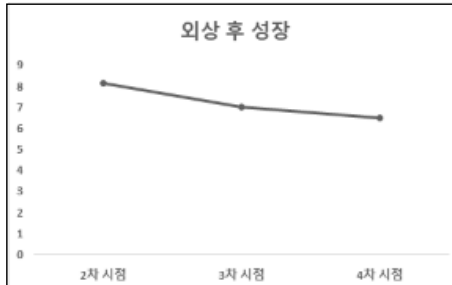
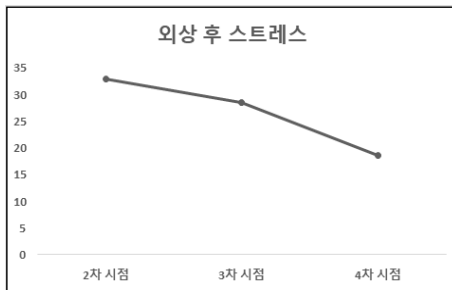


그림 2. 외상 후 스트레스의 변화양상



외상후 성장과 외상후 스트레스의 상관. 각 시점 별 외상후 성장과 외상후 스트레스의 관계를 확인하기 위해 상관분석을 실시하였다.

외상후 스트레스와 외상후 성장의 관계에서 스트레스 대처방식의 매개효과. 외상후 스트레스와 외상후 성장 사이의 관계를 스트레스 대처 방식이 매개하는지 살펴보기 위해 구조방정식 모형을 검증하였다. 매개모형의 확정을 위해 1단계에서 부분매개 모형 설정 후 경로계수를 확인하여 부분매개 모형인지 완전매개 모형인지 확인하고, 두 모형의 적합도 지수를 비교하여 최종 모형을 선택했다. 간접효과 유의성 검증을 위해 부트스트래핑(Bootstrapping)방법을 사용하였다.

외상후 성장이 삶의 질에 미치는 영향. 외상후 성장이 주관적 안녕감에 미치는 영향에 대한 경로분석을 위해 이전 시점의 변인이 이후 시점의 변인에 영향을 미치는 직접경로를 설정하였다. 분석 결과에서 경로계수가 유의하지 않은 경로를 제거하여 모델 적합도를 비교한 후, 모형의 간명성을 고려하여 최종 모형을 선택하였다. 적합도 지수는 χ^2 검정뿐 아니라 Comparative Fit Index(CFI), Tucker - Lewis Index(TLI), Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA)지수를 기준으로 활용하였다. χ^2 는 상대적으로 표본의 크기에 영향을 많이 받는다는 단점이 있기 때문에 이를 보완하기 위해 모형의 설명력과 간명성까지 모두 고려하는 CFI, TLI, RMSEA를 사용했다(홍세희, 2000). 간접효과 유의성 검증을 위해 Sobel 테스트보다 민감하게 검증 가능한 부트스트래핑(Bootstrapping)방법을 사용하였다(Shrout & Boler, 2002). 500개의 표본을 모수 추정에 사용하였으며, 신뢰구간은 95%로 설정하였다(김진호 등, 2007). 상관분석 시 SPSS 24.0으로 분석했고, 경로분석에는 AMOS 24.0을 사용하였다.

결 과

고통과 성장의 양면적 공존(정-반 단계)

외상사건을 경험한 사람들의 외상후 성장과 외상후 스트레스가 시간의 흐름에 따라 어떻게 변화하는지, 그리고 두 변인간의 상관은 어떠한지 살펴보았다. 먼저, 사건 발생 8개월 후 시점부터 32개월 후 까지 총 세 번에 걸쳐 각 변인들의 평균점수를 비교한 후, 차이가 유의한 시점에 대해 알아보았다. 그 결과, 외

상후 성장은 사건발생 8개월 후 시점에서 가장 높은 것으로 나타났고, 20개월 후 시점과 32개월 후 시점은 평균차이가 유의하지 않았다, $F=14.937$, $p<.001$. 반면, 외상 후 스트레스 증상은 8개월 시점부터 32개월 시점까지 꾸준히 낮아지는 양상을 보였고, 그 차이가 매 시점 유의한 것으로 밝혀졌다, $F=42.124$, $p<.001$.

다음으로 외상후 성장과 외상후 스트레스의 상관을 살펴보았다. 먼저 사건 발생 8개월 후 시점에는 외상후 스트레스와 같은 시점의 외상후 성장이 정적 관계에 있었다, $r=.189$, $p=.012$. 20개월 시점에도 외상 후 성장과 외상 후 스트레스는 정적 상관을 나타냈으나, $r=.244$, $p<.001$, 32개월 시점에는 두 변인의 관계가 유의미한 상관이 없었다, $r=.102$, $p=.134$.

동일 시점이 아닌 다른 시점과의 상관을 살펴보면, 8개월 시점에 더 많은 외상 후 스트레스 증상을 경험할수록 20개월 시점과 32개월 시점에 외상 후 성장에 대해 더 높게 보고한 것으로 나타났으며, 상관계수는 각각, $r=.244$, $p<.001$, $r=.136$, $p=.044$, 이었다. 그러나 20개월 시점에 보고했던 외상 후 스트레스 증상은 동일 시점의 외상 후 성장을 제외하고 나머지 시점의 외상 후 성장과는 상관이 유의하지 않았으며, 32개월 시점의 외상 후 스트레스 증상은 동일 시점을 포함한 모든 시점의 외상 후 성장과 상관이 없는 것으로 나타났다.

인지적 재구성을 통한 변증법적 매개

다음으로 외상후 스트레스와 외상후 성장의 관계에서 어떤 스트레스 방식이 매개하는지 알아보고, 이것이 20개월 시점과 32개월 시점에서 차이가 있는지 살펴보았다. 이를

위해 T1시점의 외상후 스트레스와 T2시점의 외상후 성장의 관계에서 스트레스 대처 별 매개효과 모형을 검증하였다. 먼저, 적극적 대처의 부분매개 모형을 설정한 후, 유의하지 않은 경로를 제거하고, 제거 전 모형($\chi^2=436.876$, CFI=.849, TLI=.875, RMSEA=.065)과 제거 후 모형의 적합도($\chi^2=447.208$, CFI=.930, TLI=.902, RMSEA=.045)를 비교했다. 비교결과 제거 후의 모형이 더 나은 모형인 것으로 나타나 완전매개 모형이 선택되었다. 각각의 경로를 살펴보면, 2차 시점의 외상 후 스트레스는 2차 시점의 적극적 대처에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, $\beta=0.465$, $p=.018$, 적극적 대처가 외상 후 성장에 미치는 영향도 유의했다, $\beta=0.389$, $p<.001$. 간접효과는 .180(95% CI [0.120, 0.220],)으로 외상 후 스트레스가 높을수록 적극적인 대처를 많이 하고, 이것이 외상 후 성장을 이끈다는 것이 검증되었다.

다음으로, 3차 시점의 긍정적 해석의 매개효과를 살펴보았다. 2차 시점의 외상 후 스트레스와 3차 시점의 외상 후 성장에서 긍정적 해석의 매개효과는 외상 후 스트레스가 긍정적 해석에 미치는 영향이 유의하지 않았고, 긍정적 해석이 외상 후 성장에 미치는 영향도 유의하지 않은 것으로 나타났다. 스트레스 대처방식 중 세 번째로, 회피적 대처가 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장을 매개하는지 검토하였다. 그 결과, 2차 시점의 외상 후 스트레스 증상이 같은 시점의 회피적 대처에 미치는 영향이 유의하였으며, $\beta=0.605$, $p=.028$, 회피적 대처가 3차 시점의 외상 후 성장에 유의한 영향을 미치는 경로가 확인되었다, $\beta=0.244$, $p=.002$. 간접효과는 .148(95% CI [0.053, 0.237],)이었으며, 부분매개모형(χ^2

그림 3. 적극적/회피적 대처의 완전매개모형



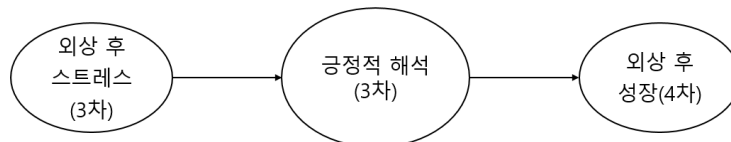
=424.458, CFI=.830, TLI=.845, RMSEA=.068)과 완전매개모형의 적합도($\chi^2=457.246$, CFI=.950, TLI=.922, RMSEA=.041)비교 결과, 완전매개모형이 더 적합하다고 판단되어, 외상 후 스트레스와 외상 후 성장에 대한 회피적 대처의 완전매개모형을 최종모형으로 선택하였다. 적극적 대처와 회피적 대처의 최종 선택된 완전매개모형은 그림 3에 제시하였다.

마지막으로 체념의 매개효과 검증 모형에서는 외상 후 스트레스가 회피대처에 미치는 영향이 유의하지 않았고, $\beta=0.060$, $p=.384$, 회피대처가 외상 후 성장에 미치는 영향도 유의하지 않은 것으로 나타났다, $\beta=0.043$, $p=.431$. 즉, 회피대처의 경우 모든 효과가 없었으며 매개모형은 검증되지 않았다. T2 시점의 외상 후 스트레스 증상과 T3 시점의 외상 후 성장 사이의 관계를 T2 시점의 스트레스 대처가 매개하는지 알아보았다(그림 4). 먼저 적극적 대처의 매개모형을 살펴보면, T2 시점의 외상 후 스트레스 증상이 같은 시점의 적극적 대처에 영향을 미치는 경로만 유의하였고, $\beta=0.528$, $p=.001$, 적극적 대처가 이후 시점의 외상 후 성장에 미치는 영향은 유의하지 않았

다, $\beta=0.142$, $p=.081$. 다음으로 긍정적 해석의 매개효과를 살펴보면, T2 시점의 외상 후 스트레스는 같은 시점의 긍정적 해석에 미치는 영향이 유의했고, $\beta=0.301$, $p=.035$, 긍정적 해석이 외상 후 성장을 이끄는 경로도 유의한 것으로 나타났다, $\beta=0.264$, $p<.001$. 외상 후 스트레스가 외상 후 성장에 미치는 직접경로는 유의하지 않았기 때문에 부분매개모형($\chi^2=431.582$, CFI=.820, TLI=.855, RMSEA=.066)과 완전매개모형의 적합도($\chi^2=455.416$, CFI=.903, TLI=.921, RMSEA=.050)를 비교했다. 확인 결과, 완전매개모형의 적합도가 더 좋았으므로 모형의 간명성을 위하여 긍정적 해석의 완전매개모형을 선택했다(그림 4). 간접효과는 .301(95% CI [0.210, 0.420] 이었다.

회피적 대처의 매개효과 모형을 살펴보면, T2 시점의 외상 후 스트레스 증상이 같은 시점의 회피적 대처에 유의한 영향을 미쳤으나, $\beta=0.683$, $p=.001$, 회피적 대처가 외상 후 성장에 미치는 영향은 유의하지 않아 매개효과가 검증되지 않았다. 마찬가지로 외상 후 스트레스와 외상 후 성장에 대한 체념의 매개모형 검증 결과, 외상 후 스트레스 증상이 체념을

그림 4. 긍정적 해석의 완전매개모형



높이는 영향은 유의하였으나, $\beta=0.353$, $p=.002$, 체념이 외상 후 성장에 미치는 영향에 대한 경로는 유의하지 않은 것으로 나타나 체념적 대처는 두 변인을 매개하지 않는 것으로 확인되었다.

진정한 성장으로의 통합(합 단계)

사고로 인한 피해 노출 수준이 T1 시점의 신체 증상, 경제적 손실, T2 시점의 외상 후 스트레스와 T3 시점의 외상 후 성장 및 주관적 행복에 미치는 영향을 알아보기 위해 1단계에서 각각의 변인들 간의 상관관계 분석을 바탕으로 직접경로를 설정하였다. 그리고 2단계에서 그 결과에 따라 경로계수가 통계적으로 유의미하지 않은 경로를 제거하여 이 전 모형과 적합도 비교 후 최종 모형을 채택하였다(Boyas & Wind, 2010). 통계적으로 유의하지 않은 경로계수를 제거하기 전 모형의 적합도는 $\chi^2=13.344$, CFI=.880, TLI=.806,

RMSEA=.072로 모형의 간명성과 설명력을 고려했을 때, 유의하지 않은 경로를 제거한 모형이 더 좋은 모형으로 나타나, 제거 후 모형을 최종 모형으로 확정하였다($\chi^2=14.404$, CFI=.912, TLI=.870, RMSEA=.061. 제거된 경로는 피해 노출 수준이 외상 후 성장에 미치는 영향(피해 노출 수준→외상 후 성장)과 피해 노출 수준이 주관적 행복에 미치는 영향(피해 노출 수준→주관적 행복), 그리고 경제적 손실이 외상 후 스트레스 증상에 미치는 영향(경제적 손실→외상 후 스트레스 증상)의 세 가지 경로였다.

각 경로들을 살펴보면, 높은 피해 노출 수준은 2차 시점에서 신체반응, $\beta=0.188$, $p<.001$, 경제적 손실, $\beta=0.440$, $p<.001$, 그리고 T2 시점의 외상 후 스트레스 증상을 높였다, $\beta=0.312$, $p<.001$. 또한 신체증상은 3차 시점의 외상 후 스트레스와, $\beta=0.534$, $p<.001$, T3 시점의 외상 후 성장에도 영향을 미쳤으며, $\beta=0.092$, $p<.001$, T1 시점의 경제적 손실은 외

그림 5. T3시점 외상 후 성장이 주관적 행복에 미치는 영향에 대한 경로 분석모형

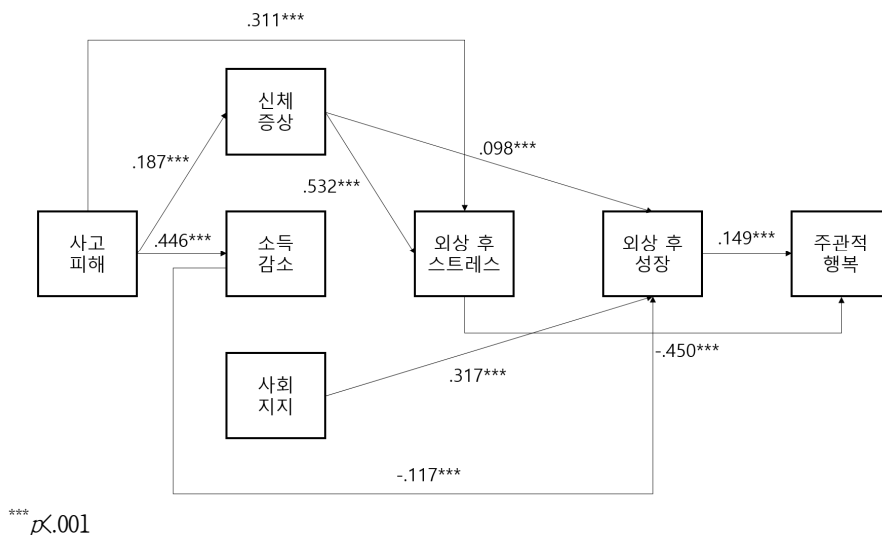
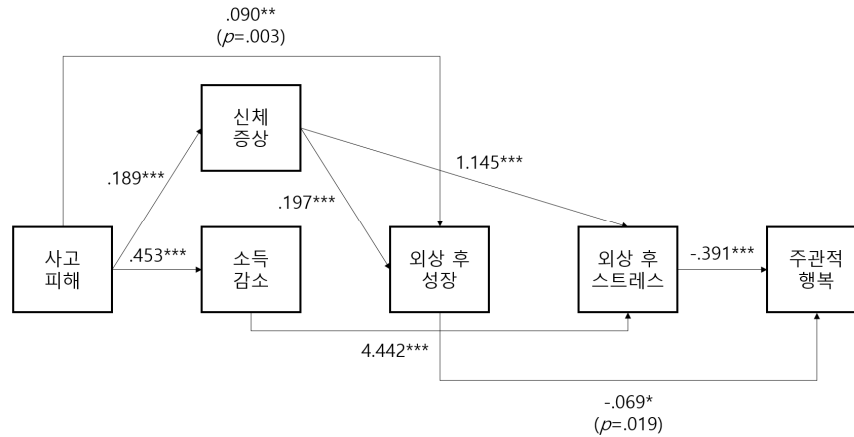


그림 6. T2시점 외상 후 성장이 주관적 행복에 미치는 영향에 대한 경로분석모형



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

상 후 스트레스에는 영향을 미치지 않았고, T3 시점의 외상 후 성장에 부적인 영향을 미쳤다, $\beta = -0.118$, $p < .001$. 이 과정에서 사회적 지지는 외상 후 성장을 높이는 효과가 있었고, $\beta = 0.311$, $p < .001$, 높은 외상 후 성장은 주관적 행복감의 증가와 관계가 있었으나, $\beta = 0.146$, $p < .001$, 3차 시점의 외상 후 스트레스 증상은 T3 시점의 주관적 행복감을 낮추는 역할을 했다, $\beta = -0.453$, $p < .001$. 각 변수들의 영향관계를 직접효과와 간접효과로 분해하여 보다 구체적으로 살펴보았는데, 이 과정에서 간접효과의 유의성 검증은 부트스트래핑(Bootstrapping) 방법을 사용하여 검증하였다. 먼저, 사고피해가 신체증상을 매개로 외상 후 스트레스 증상에 미치는 영향에 대한 간접효과가 유의하였고, 상관계수를 통한 간접효과의 크기는 .338(95% CI [0.251, 0.430])으로 나타났다. 또한 사고피해가 외상 후 성장에 영향을 미치는데 가구소득 감소가 이를 매개하는 것으로 확인되었으며, 효과크기는 .566(95% CI [0.432, 0.681])이었다. 사고피해가

외상 후 성장을 통해 현재행복에 미치는 간접효과도 효과크기 .183(95% CI [0.072, 0.281])로 유의하였다. 그리고 과정변인들이 현재행복에 미치는 영향에 대한 간접효과도 살펴보았는데, 사회적 지지는 외상 후 성장을 매개로 현재행복에 영향을 미치는 간접경로가 유의한 것으로 나타났고, 효과크기는 .055(95% CI [0.420, 0.691])이었다. 신체증상도 외상 후 성장을 통해 현재행복에 영향을 미치며 간접효과의 크기는 .060(95% CI [0.042, 0.081])으로 확인되었다.

두 번째 경로모형에서는 외상 후 스트레스와 외상 후 성장의 시점을 반대로 바꾸어 분석하였다. 두 변인을 제외한 모든 변인의 시점은 동일하게 유지한 채, 3차 시점의 외상 후 성장과 4차 시점의 외상 후 스트레스 변인을 활용하여 그 경로를 살펴보았다. 통계적으로 유의하지 않은 경로계수를 제거하기 전 모형의 적합도는 $\chi^2 = 24.208$, CFI=.830, TLI=.801, RMSEA=.075로 유의하지 않은 경로를 제거한 모형이 더 좋은 모형으로 나타나, 제거 후

모형을 최종 모형으로 확정하였다($\chi^2=26.344$, CFI=.923, TLI=.894, RMSEA=.063). 제거된 경로는 피해 노출 수준이 외상 후 성장에 미치는 영향에 대한(사회적 지지→외상 후 성장) 경로였다.

첫 번째 모형과 차이점을 보이는 경로를 중심으로 각각의 경로를 살펴보면, 피해 노출 수준이 높을수록 T2 시점의 외상 후 성장도 높은 것으로 나타났고 $\beta=0.098$, $p=.001$, 경제적 손실이 클수록 T3 시점의 외상 후 스트레스 증상 $\beta=4.442$, $p<.001$ 을 높이는 영향을 미쳤다. 첫 번째 모형과 동일하게 신체증상은 외상 후 성장과 외상 후 스트레스에 모두 정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀졌으나, 외상 후 성장이 높으면 주관적 행복이 낮아지는 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다 $\beta=-0.067$, $p=.013$. 다음으로 간접효과를 살펴보면, 피해노출 수준이 신체증상을 매개로 외상 후 스트레스 증상에 미치는 영향에 대한 간접효과가 유의했다. 상관분해를 통한 간접효과의 크기는 .219(95% CI [0.301, 0.425])였다. 피해 노출 수준이 외상 후 성장에 영향을 미치는데 경제적 손실이 이를 매개하는 것으로 검증되었고, 효과크기는 .037(95% CI [0.021, 0.046])이었다.

논 의

본 연구에서 유의했던 결과들을 바탕으로 함의점을 논의해 보고자 한다. 외상사건을 경험한 사람들의 외상 후 성장은 외상사건 발생 8개월 후에 가장 높았고, 20개월 후에 낮아져 32개월까지 비슷한 수준으로 유지되는 양상을 보였던 반면, 외상 후 스트레스 증상의 경우 8개월 시점부터 32개월 시점까지 꾸준히 감소

되는 양상을 보였다. 이는 사건에 대한 직접적인 영향이 사건발생 초기에 높았다가 시간이 지나면서 서서히 사라지는 효과를 반영할 수 있으며, 외상 후 성장의 경우에는 사건 초기에는 긍정적 착각의 요소나 현실의 왜곡을 반영할 수 있지만, 시간이 흐르면서 이 요소들이 사라진다고 주장하는 학자들(Danoff-Burg & Revenson, 2005)의 의견과 일치하는 결과로 해석할 수 있다. 사건에 대한 직접적인 반응으로서 외상 후 스트레스와 외상 후 성장을 꼽는다면, 둘 사이의 변화양상은 같아야 할 것이다. 그런데 외상 후 스트레스 증상은 계속해서 감소하지만 외상 후 성장은 초기에 낮아진 후 유지되는 양상을 보인다는 것은 20개월 시점 이후의 외상 후 성장은 긍정적 착각의 요소가 사라진 질적인 변화일 수 있다.

다음으로 변인들 간의 관계를 살펴보면, 모든 시점의 외상 후 성장은 8개월 시점의 외상 후 스트레스와 정적 상관이 있었으며, 8개월 시점과 20개월 시점에서 동일 시점의 두 변인의 정적 상관이 나타났다. 이는 본 연구에서 세웠던 초기의 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장은 정적인 상관이 있을 것이라는 가설과 일치하는 결과이다. Joseph(2018)는 외상 후 스트레스는 외상에 대한 자연스러운 결과이며, 이것은 성장을 위한 필요조건이라고 이야기 한다. 또 성장이 일어나기 시작하면 이 관계는 반전되어 성장이 외상 후 스트레스를 감소시키는 작용을 할 수 있을 것이라고 제안한다. 같은 맥락에서 Calhoun과 Tedeschi(2006)는 외상사건으로 인한 침투적 사고가 의도적 반추로 전환될 때, 이것이 진정한 성장을 이끈다고 주장한다. 따라서 외상 사건을 겪은 사람들이 외상사건에 대한 침투

적 재경험을 많이 경험할수록 이것은 의도적 반추를 이끌 가능성을 높일 것이고, 이 과정을 통해 진정한 성장이 되기까지는 외상 후 스트레스 증상과 외상 후 성장이 정적 관계에 있을 것이다. 그렇다면 이전 시점 외상 후 스트레스 증상과 이후 시점의 외상 후 성장 사이에는 인지적 재구성 과정이 있을 것이고, 그것을 확인하기 위해 두 변인을 매개하는 스트레스 대처방식이 무엇인지 살펴보았다.

그 결과 T1 시점의 외상 후 스트레스와 T2 시점의 외상 후 성장을 매개하는 스트레스 대처 방식으로는 적극적 대처와 회피적 대처가 확인되었다. 외상사건 경험 후 약 8개월의 시간이 흐른 뒤 외상 후 스트레스 증상이 높았던 사람들은 사건 해결을 위해 더 적극적인 노력을 했으며, 이것이 20개월 후의 외상 후 성장을 이끌었다고 볼 수 있다. 이는 문제중심적 대처를 했던 사람들이 더 높은 외상 후 성장을 보고했고(Armeli et al., 2001; Evers et al., 2001), 문제해결적 행동적 대처가 외상 후 성장에 유의한 영향을 미친다는 선행연구의 결과(최승미 등, 2013)들과 일치하는 결과이다. 그러나 적극적 대처의 매개효과는 다음 시점에서는 유의하지 않았는데, 이러한 현상은 태안 기름유출사고가 갖고 있는 사건 자체의 특성과 진행에 기인한 것이라고 해석할 수 있다. 본 사건은 책임소재가 비교적 명확한 인적 재난으로, 보상문제가 민감하게 관여되어 있었으며, 보상이 이루어지는 과정에서 개인 간, 주민 간, 조직 간 갈등이 지속적으로 발생하였다(노진철 등, 2010). 이러한 상황에서 적극적 대처는 문제 해결로 이어지기보다 갈등을 심화시키는 결과로 이어졌을 가능성이 있으며, 이는 적극적 대처가 항상 적응적인 결과로 이어지는 것은 아님을 시사한다. 또

다른 경로로는 외상 후 스트레스 증상이 높았던 개인이 고통을 잊고자 하는 회피적 노력들이 이후 시점의 외상 후 성장을 높이는 결과로 이어졌다는 점이다. 이는 외상사건에 대한 초기의 회피적 대처가 외상 피해자들의 자존감을 보호하고 고통으로부터 압도되는 것을 막아주는 기능을 할 수 있다는 선행연구(Karanci & Erkhani, 2007)와 일치한다. 그러나 이러한 회피의 효과는 일시적이며, 사건에 대한 의미를 찾는 과정이 뒤따르지 않을 경우 진정한 성장으로 이어지기 어렵다는 점도 함께 고려해야 한다(Joseph et al., 2005).

한편 20개월 시점의 외상 후 스트레스와 32개월 시점의 외상 후 성장 간의 관계에서는 긍정적 해석이 매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 이는 외상 경험에 대한 긍정적 재해석과 의도적 반추가 진정한 성장으로 이어지는 핵심 기제임을 보여주며, Calhoun과 Tedeschi(2006)의 이론적 모형을 지지하는 결과라고 할 수 있다. 사건 초기에 보고하는 외상 후 성장은 착각의 요소를 반영할 수 있다는 데에는 대부분의 학자들이 동의하며(임선영, 2013), 진정한 성장은 침투적 반추가 의도적 반추로 전환되는 시간과 노력이 필요한 과정이라고 설명한다(Calhoun & Tedeschi, 2006). 그렇기 때문에 많은 선행연구들에서 외상 후 성장과 외상 후 스트레스의 관계가 일관되지 않은 결과를 보이는 것은 두 변인 간의 시간에 대한 고려가 부족했기 때문이라고 할 수 있다. 본 연구에서는 사건발생 후 20개월 시점과 32개월 시점의 외상 후 성장을 비교하여 약 1년의 시간차를 두고 살펴보았다. 이러한 시간은 외상 후 성장에서 ‘긍정적 착각’의 요소가 점차 감소하고 보다 실제적인 의미의 성장으로 이행되는 데 필요한 과정적

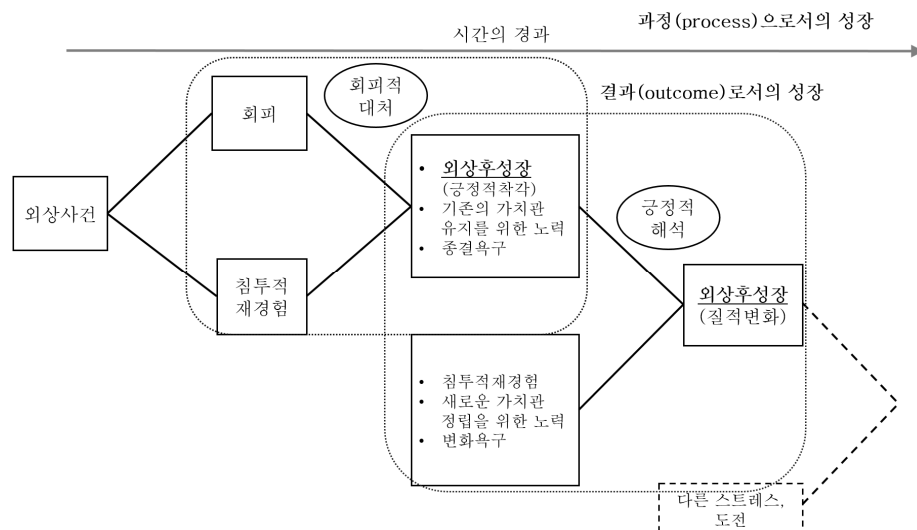
시간으로 이해될 수 있을 것이다.

이러한 일련의 연구 결과들을 바탕으로, 본 연구에서는 서론에서 가정하였던 외상 후 성장의 변증법적 모형을 제안하고자 한다(그림 7). 사건 초기 외상사건을 경험한 개인들은 고통과 성장이라는 대립적인 요소가 동시에 존재하는 외상의 변증법적 상황에 놓이게 된다. 태안지역 주민들은 본 연구의 일환인 전화조사와 질적연구 면담에서 “하루에도 수십 번씩 새까만 바다가 떠오른다”, “코 끝에서 문득문득 기름냄새가 나는 것 같다”고 호소하며 침투적 재경험을 보고하였고, 동시에 “사고 관련된 얘기는 웬만하면 하지 않으려고 한다”, “생각하지 않으려고 애쓴다”와 같은 회피 반응 역시 나타났다. 이는 외상 후 스트레스 장애를 진단하는 대표적인 증상들로 설명될 수 있으며(APA, 2013), 외상 이후 개인이 경험하는 고통과 그것을 회피하려는 반응이 동시에 존재함을 보여준다. 이처럼 외상 경험 이후 개인은 외상 후 스트레스라는 고통의 상

태와 외상 후 성장이라는 반응이 동시에 나타나는 양면적 상태에 놓이게 되며, 이러한 긴장은 시간의 흐름 속에서 변화한다. 초기에는 외상 후 스트레스와 외상 후 성장이 정적 관계를 보이며 공존하지만, 이후 외상 경험에 대한 반복적인 사고와 해석, 그리고 긍정적 재해석과 같은 인지적 과정을 통해 외상 경험은 점차 개인의 삶의 서사 속으로 통합된다. 이 과정에서 초기의 외상 후 성장이 포함하고 있던 긍정적 착각의 요소는 점차 약화되고, 보다 실제적인 의미의 성장으로 전환된다. 이러한 점에서 본 연구의 결과는 외상 후 성장이 고통과 분리된 독립적인 결과가 아니라, 고통과의 긴장 속에서 형성되고 변화하는 변증법적 과정임을 보여준다.

한편, 본 연구의 결과는 태안 기름유출사고라는 특정 재난 맥락에서 도출되었지만, 이후 국내에서 발생한 다양한 재난 사건들과의 맥락 속에서도 이해될 필요가 있다. 예를 들어 세월호 참사와 같은 대규모 재난을 대상으로

그림 7. 외상 후 성장의 변증법적 모형



한 연구들에서도 외상 경험 이후 개인의 삶에 대한 인식 변화, 관계의 재구성, 의미 부여와 같은 외상 후 성장의 경험이 보고되고 있다 (최승미 등, 2013; 한정민 등, 2020). 이러한 결과는 외상 후 성장 과정이 특정 사건에 국한된 현상이 아니라 다양한 재난 상황에서 공통적으로 나타날 수 있음을 시사한다. 다만 기존 연구들은 주로 특정 시점에서의 경험을 중심으로 이루어진 경우가 많아, 외상 후 성장과 외상 후 스트레스 간의 관계가 시간의 흐름 속에서 어떻게 변화하는지에 대한 검증은 충분히 이루어지지 못하였다. 이러한 점에서 본 연구는 외상 후 성장 과정을 종단적으로 검증하고, 이를 변증법적 관점에서 설명하였다는 점에서 기존 연구들을 보완하는 의미를 가진다고 할 수 있다. 향후 연구에서는 다양한 재난 상황에서의 외상 후 성장 과정을 비교·검토함으로써, 본 연구에서 제안한 변증법적 과정이 보다 일반적인 현상으로 확장될 수 있는지에 대한 검증이 필요할 것이다.

마지막으로 본 연구를 바탕으로 실제 외상 사건을 경험한 사람들에게 대한 개입 방법을 제안하고자 한다. 본 연구에서는 외상 후 성장의 야누스 모형을 확장하여 변증법적인 관점으로 조망한 모형을 제안하였다. Maercker와 Zoellner(2006)의 외상 후 성장에 대한 야누스 모형에 따르면, 외상 후 성장은 대처 과정이자 대처 결과이다. 본 연구자도 이에 동의하여 외상 후 성장의 두 가지 측면을 모두 살펴 보았다. 그리고 여기에 더하여 변증법적인 관점에서 이 모든 과정을 변화하는 세상속에서 각 시점의 외상 후 성장은 그 자체로는 ‘결과’일 수 있고, 시간의 흐름속에서 본다면 하나의 ‘과정’이라고 할 수 있다고 보았다. 그리고 착각적 성장은 진정한 성장과 반대되거나

지양해야 할 상태가 아니라, 진정한 성장에 이르는 한 과정일 수 있다는 통합적인 입장을 취했다. 따라서 임상장면에서 외상사건 피해자를 다룰 때, 외상으로 인한 고통을 없애는 데만 초점을 맞출 것이 아니라, 이 고통을 충분히 느끼면서 재해석하고 그 안에서 의미를 찾을 수 있도록 돕는 것이 좋은 치료방법이 될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 고경봉. (2011). 스트레스와 정신신체의학(2판). 일조각.
- 고유라. (2017). 신체증상장애의 이해와 접근: 새로운 DSM-V 기준을 바탕으로. *스트레스研究*, 25(4), 213-219.
<https://doi.org/10.17547/kjsr.2017.25.4.213>
- 권선중, 김교현. (2007). 한국판 스트레스 관련 성장 척도(K-SRGS-R)의 타당화 연구. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 2007(1), 542-543, 8월 22-24일. 대명콘도.
- 권선중. (2008). 외상 경험과 침묵적 재경험이 외상 후 스트레스 장애 및 공병장애 증상에 미치는 영향 [박사학위논문, 충남대학교 대학원].
dCollection. <http://cnu.dcollection.net/common/orgView/200000536608>
- 김광일, 김재환, 원호택. (1984). *간이정신진단 검사 실시요강*. 서울: 중앙적성출판사.
- 김교현, 권선중. (2008). 허베이 스프리트호 기름유출사고가 태안 주민들의 심리적 건강에 미친 영향. *환경사회학연구 ECO*, 12(1), 83-107.
- 김진호, 홍세희, 추병대. (2007). *경영학 연구*

- 에서의 구조방정식 모형의 적용: 문헌연구와 비판. *경영학연구*, 36(4), 897-923.
- 김청송. (2015). 사례중심의 이상심리학. 싸이북스.
- 노진철, 박진섭, 위평량, 이재은, 박동균, 양기근, 박태순, 유현정, 김혜선, 김겸훈, 이평주. (2010). 태안은 살아있다. 동녘.
- 이경주. (1997). 청소년의 스트레스와 사회적 지지 및 행동문제 [박사학위논문, 전남대학교 대학원].
- 이선미, 은헌정. (1999). 한국판 사건 충격 척도의 신뢰도 및 타당도에 관한 연구. *대한신경정신과학회지*, 38(3), 501-513.
- 임선영. (2013). 외상적 관계상실로부터 성장에 이르는 과정에 대한 질적 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 25(4), 745-772.
- 전경구, 김교현, 조신웅, 노명래, 손정락. (1994). 다차원적 대처 척도의 개발. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 13(1), 114-135.
- 조성겸. (1990). 전화조사 응답자의 표집방법으로서 CNU 방법과 비례확률 표집방법의 비교연구. *언론정보연구*, 27, 93-106.
- 최승미, 김영재, 권정혜. (2013). 인지적, 문제해결적 행동 대처 및 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향. *인지행동치료*, 13(2), 307-328.
- 한정민, 장정은, 전종설. (2020). 세월호 참사 단원고 생존자의 외상 후 성장. *보건사회연구*, 40(2), 9-59.
<https://doi.org/10.15709/hswr.2020.40.2.9>
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. 5th ed.* American Psychiatric Press.
- Armeli, S., Gunthert, K. C., & Cohen, L. H. (2001). Stressor appraisals, coping, and post-event outcomes: The dimensionality and antecedents of stress-related growth. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(3), 366-395.
- Boyas, J., & Wind, L. H. (2010). Employment-based social capital, job stress, and employee burnout: A public child welfare employee structural model. *Children and Youth Services Review*, 32(3), 380-388.
<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2009.10.009>
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2004). The foundations of posttraumatic growth: New considerations. *Psychological Inquiry*, 15(1), 93-102.
https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_03
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2013). *Posttraumatic growth in clinical practice*. Routledge.
- Danoff-Burg, S., & Revenson, T. A. (2005). Benefit-finding among patients with rheumatoid arthritis: Positive effects on interpersonal relationships. *Journal of Behavioral Medicine*, 28(1), 91-103.
<https://doi.org/10.1007/s10865-005-2720-3>
- Evers, A. W., Kraaimaat, F. W., van Lankveld, W., Jongen, P. J., Jacobs, J. W., & Bijlsma, J. W. (2001). Beyond unfavorable thinking: the illness cognition questionnaire for chronic diseases. *Journal of Consulting and Clinical*

- Psychology*, 69(6), 1026-1036.
- Joseph, S., Linley, P. A., & Harris, G. J. (2005). Understanding positive change following trauma and adversity: Structural clarification. *Journal of Loss and Trauma*, 10(1), 83-96.
<https://doi.org/10.1080/15325020490890741>
- Joseph, S. (2018). 외상 후 성장의 과학 [What Doesn't Kill Us: The New Psychology of Posttraumatic Growth]. (임선영, 김지영 역). 학지사. (원전은 2013에 출판)
- Joseph, S., Murphy, D., & Regel, S. (2012). An affective-cognitive processing model of post traumatic growth. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 19(4), 316-325. <https://doi.org/10.1002/cpp.1798>
- Karanci, A. N., & Erkam, A. (2007). Variables related to stress related growth among Turkish breast cancer patients. Stress and health: *Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 23(5), 315-322.
<https://doi.org/10.1002/smi.1154>
- Palinkas, L. A., Petterson, J. S., Russell, J., & Downs, M. A. (1993). Community patterns of psychiatric disorders after the Exxon Valdez oil spill. *The American Journal of Psychiatry*, 150(10), 1517-1523.
<https://doi.org/10.1176/ajp.150.10.1517>
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1996). Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of Personality*, 64(1), 71-105.
- Roesch, S. C., Rowley, A. A., & Vaughn, A. A. (2004). On the dimensionality of the stress-related growth scale: A revised version. *Journal of Traumatic Stress*, 8(3), 281-290.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8203_04
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- 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>
- Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology: A critical review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology review*, 20(5), 626-653.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.01.008>

원고접수일: 2026년 3월 27일

논문심사일: 2026년 4월 20일

게재결정일: 2026년 4월 20일

A Dialectical Model of Posttraumatic Growth: Focusing on the Longitudinal Dynamics of Posttraumatic Stress and Growth

Kim Soohyun

Chun, Woo Young

Dept. of Psychology, Chungnam National University

This study sought to conceptualize Posttraumatic Growth (PTG) as a dynamic, dialectical process where distress and growth interact and evolve, moving beyond the simplistic ‘constructive’ versus ‘illusory’ growth debate. We analyzed longitudinal data from 228 individuals across three waves, approximately 32 months following the Hebei Spirit oil spill in Taean. The findings empirically validated our proposed dialectical transition model of PTG. Initially, we observed the ambivalence of growth in the early stages, where PTG correlated positively with posttraumatic stress and negatively with subjective well-being. This suggests PTG may function as a defensive mechanism to cope with distress. Second, coping styles mediated this dialectical transition. While avoidant coping initially contributed to growth, ‘positive reinterpretation’ emerged as the primary driver moving growth toward constructive maturity over time. Third, by 32 months post-trauma, the correlation between distress and growth disappeared, and PTG significantly predicted subjective well-being. This indicates a state of dialectical synthesis, where the traumatic experience is fully integrated into the individual’s life narrative. This research is significant for providing longitudinal evidence that PTG is not a static outcome but a dynamic transitional process achieved through an intense struggle with distress. Moreover, it offers a theoretical basis for time-specific health psychology interventions aimed at supporting the long-term adaptation of trauma survivors.

Keywords: posttraumatic growth, posttraumatic stress, dialectical model, longitudinal study, coping styles, ambivalence