

외상 사건으로 인한 부적 정서경험과 자살사고가 주관적 안녕에 미치는 효과: 자기노출의 조절효과*

김 민 정 김 수 현 김 교 현†

충남대학교 심리학과

본 연구는 2007년 12월 7일 태안군 앞 바다에서 발생한 유조선 허베이 스피리트호 기름유출사고의 피해자들이 경험한 스트레스 반응을 시간의 흐름을 바탕으로 살펴보고, 재난 피해자들의 스트레스 반응을 최소화할 수 있는 대처 방법을 탐색해보고자 하였다. 1차(2008년 2월), 2차(2008년 9월), 3차(2009년 9월) 시점 조사에 모두 참여한 충청남도 태안군에 거주하는 20대 이상의 성인 186명을 대상으로 자료를 분석하였으며, 전화를 통한 면접방식으로 조사가 진행되었다. 우선, 각 시점의 측정치들을 시간의 흐름에 따라 경로를 설정하고 분석하였고, 다음으로 외상 사건으로 인한 자살사고가 이 후의 주관적 안녕 저하에 영향을 미치는 데 자기노출이 중재할 수 있는지를 위계적 회귀분석을 사용하여 검증하였다. 그 결과, 태안주민들은 사고 피해정도가 클수록 1차 시점의 우울, 불안, 적대감과 2차 시점의 자살사고를 더 높게 보고하였고, 1차 시점의 우울은 2차 시점의 자살사고와 3차 시점의 주관적 안녕 저하에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 2차 시점의 자살사고는 3차 시점의 주관적 안녕을 저하시켰다. 또한 사고피해정도는 우울을 매개로 하여 자살사고에 영향을 미쳤으며, 사고피해정도는 우울과 자살사고를 매개로 하여 주관적 안녕 저하에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다음으로 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출의 삼원상호작용효과가 통계적으로 유의미하였다. 끝으로 본 연구의 의의, 제한점 및 후속 연구를 위한 시사점을 논의하였다.

주요어 : 외상 사건, 스트레스 반응, 자기노출, 주관적 안녕

* 이 논문은 제 1저자의 석사학위 논문을 정리한 것임.

† 교신저자(Corresponding Author) : 김교현 / 충남대학교 사회과학대학 심리학과 / (305-764) 대전광역시 유성구 대학로 99 / Fax : 042-823-9448 / Email : kyoheonk@cnu.ac.kr

2007년 12월 7일 태안군 앞 바다에서 발생한 유조선 허베이 스피리트호의 기름유출사고로 인하여 태안 주민들은 경제적인 손실뿐만 아니라 신체적·정신적인 피해를 받았으며 그들의 삶은 더욱 위협을 받게 되었다(노진철, 2009). 게다가 허베이 스피리트호 기름유출사고와 같은 환경 재해는 생태 환경이 원상태로 회복되는 데 많은 노력과 시간이 필요하기 때문에 만성적인 스트레스원(stressor)으로 작용할 가능성이 크다고 볼 수 있다(김교현, 권선중, 2007). 따라서 재난 피해자들이 경험하는 스트레스 반응을 충분히 이해하기 위해 사고 이후 피해자들의 삶의 질을 저하시키는 심리적인 반응을 살펴볼 필요가 있으며 만성화될 가능성이 있는 재난 피해자들의 스트레스 반응을 최소화 할 수 있는 대처 방법을 탐색해볼 필요가 있다.

허베이 스피리트호 기름유출사고와 같은 재난 사건이 발생했을 때, 피해자들은 삶을 뒤흔들 정도의 충격적인 외상을 경험하게 되는데, 특정 사건에 의해 유발된 스트레스가 개인의 생명 혹은 정체성을 위협하는 외상 수준이거나, 심리사회적 자원을 소진시킬 만큼 지속될 경우 다양한 후속 적응 문제가 발생한다(김교현, 김수현, 권선중, 2012). 이러한 적응 문제는 정서적·인지적 측면으로 나누어 살펴볼 수 있는데 본 연구에서는 외상 사건을 경험한 사람들이 나타내는 대표적인 정서적 적응문제로 우울, 불안, 적대감을 살펴보고자 하며, 인지적인 적응문제로 자살사고를 살펴보고자 한다.

우울은 외상으로 인한 대표적인 정서적 측면의 적응문제라고 할 수 있으며, 외상 후 스트레스장애와 더불어 외상 경험자가 흔히 겪는 정신 장애로 이들 집단의 정신건강을 반영

하는 지표로 사용되기도 한다(Hinton et al., 1998; Hinton, Tiet, Tran, & Chesney, 1997; 정희진, 2008에서 재인용). 우울의 주된 증상은 자기비하적인 생각을 자주하며 타인과 세상은 비정하고 적대적이며 냉혹하다고 생각을 하는 것이다. 따라서 미래에 대해서 비관적이고 절망적으로 여기며, 인생에 대해 허무주의적인 생각이 증가되어 죽음과 자살에 대한 생각을 자주하는 경향이 있다(권석만, 2009). 외상 후 스트레스 장애와 우울증과의 관계에 대해 살펴보면 외상 피해자들이 우울한 기분, 심한 좌절감, 무기력 및 자기 비하감 등의 우울 증상을 나타낸다고 보고 하였고(Horowitz et al, 1980: 한보람, 2012에서 재인용), Bryant(1996)와 Goenjian 등은(2000: 한보람, 2012에서 재인용) 외상 후 스트레스 장애와 우울이 동시에 발생한다고 보고하였다. 따라서 본 연구에서는 외상 사건과 우울증에 영향을 미칠 것이라고 가정하고 이에 대해 알아보하고자 한다.

외상경험 후 나타날 수 있는 또 다른 정서 문제로는 불안증상이 있다. 불안은 미래에 있을 것 같은 위협이나 위협에 대한 걱정에서 비롯되는 불편함 혹은 긴장상태로서, 공포(fear)와는 달리 대상이 일정하지 않고, 모호하며 불명확하게 느끼는 심적 동요상태이다(Sieber, 1977). 어느 정도의 적당한 불안은 위협하거나 위협적인 상황에서 우리 자신을 보호하지만, 과도하고 지속적인 불안은 심리적인 고통을 유발하며 현실적인 적응에 심각한 어려움을 겪게 할 수 있다(권석만, 2009). 이러한 불안 반응은 인질 피해자, 재해 피해자 등 거의 모든 외상 후 스트레스 대상자 집단에서 보고되었고(김순진, 김환, 2000), 외상 후 스트레스 장애와 불안과의 관계에 대해 Horowitz 등은(1980: 한보람, 2012에서 재인용) 외상 피

해자들이 긴장감, 공포감, 갑작스러운 두려움 등의 불안 증상을 나타낸다고 보고 하였다. 이와 같이 외상 사건을 경험한 대상자는 불안 증상을 경험하게 된다.

특히 홍수나 지진, 태풍 등의 자연 재해와는 다르게 기름유출사고와 같은 기술 재해의 경우에는 배상이나 보상과 관련된 책임의 소재나 정도와 관련해서 갈등과 불신 및 적대감이 조장될 가능성이 높다(김교현, 권선중, 2007). 이처럼 외상 사건은 개인에게 분노와 적대감 및 공격을 유발할 수 있는데, 실제로 외상사건 경험이 분노 수준의 증가와 관련이 있음을 보고하였다(Meffert et al., 2008). Spielberg, Johnson, Russell, Crane, Jacobs 및 Worden(1985) 그리고 Smith(1992: 김교현, 전경구, 1997에서 재인용)에 따르면, 분노, 적대감 및 공격성 이 세 가지 성분은 밀접하게 연관되지만 각기 정서와 인지 및 행동 성분으로 구분하여 접근할 수 있다. 또한 Barefoot(1992)나 Williams와 Williams(1993: 김교현, 전경구, 1997에서 재인용)는 분노와 공격을 적대감의 하위요인으로 개념화하여 보다 포괄적인 의미의 적대감을 정의했다. 이와 같이 분노, 적대감 그리고 공격은 밀접한 관계가 있으며, 이것을 아우르는 적대감 증후군의 의미로 ‘적대감’이라는 용어를 사용할 수 있을 것이다.

또한 허베이 스피리트호 기름유출사고와 같은 재난 사건 피해자의 경우 세상에 대한 자신의 노력이나 사회적 지원을 통해 미래의 바람을 달성할 수 없다는 생각이나 판단에 기초하여 만성적으로 스트레스를 경험하지만 이를 해결하지 못하는 상황으로 인해 부정적인 생각을 하기도 한다. 부정적인 사고 중에서도 자살과 관련된 사고는 외상 경험자들 사이에서 특히 주의를 기울여야 할 필요가 있는데,

자살사고(suicide ideation)는 자살에 대한 의도를 가지고 있지만 자살을 시도하거나 그로인해 사망에 이르지 않는 경우가 해당된다(박명실, 2005).

많은 경우 외상 사건은 자살사고와 자살행동을 예측한다(Adixon, Rumford, Heppner, & Lips, 1992; Wilburn & Smith, 2005). 실제로 태안에서도 몇 건의 자살사건이 발생했는데, ‘특별법 제정을 위한 대정부 촉구대회’에서 50대 주민이 분신자살한 사건이 있었고, 2010년 2월에는 지연되는 손해배상과 사건해결의 기미가 보이지 않는 현실을 비판한 전파해민대책위원회 위원장이 자살하는 사건이 있었다(오마이뉴스, 2010). 이처럼 외상 사건이나 심각한 스트레스 사건으로 인하여 자살사고가 발생할 수 있으며, 자살행위라는 치명적인 결과가 초래될 우려가 있다. 따라서 자살사고에 대한 이해는 실제 자살시도의 위험을 이해하고 자살을 예방하는 데 도움이 될 수 있으며, 자살 예방을 위해 자살에 이르게 하는 관련변인들에 대한 연구가 필요하다.

자살생각과 자살행위가 우울증 진단 준거에 포함된 사실을 보면 쉽게 알 수 있듯이(APA, 1994) 우울은 자살사고와 매우 밀접한 관련이 있다고 볼 수 있는데 우울은 그 자체로서 자살사고의 직·간접적인 단일요인이 되기도 하지만 스트레스의 매개효과로 인정되기도 한다. 선행연구에 따르면 스트레스는 우울을 매개로 자살사고에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다(우채영, 박아청, 정현희, 2010). 또한 외상 사건을 경험한 사람들이 주요하게 나타내는 정서반응 중 하나인 불안증상 역시 우울증과 마찬가지로 자살로 이어질 가능성이 높는데(원호택, 2000), 고등학생들의 불안과 자살사고의 관계를 살펴본 연구에서는 불안증상이 심

할수록 자살사고가 증가하는 것으로 나타났다(이강찬, 2003). 따라서 허베이 스피리트호 기름유출사고와 같은 외상 사건을 경험한 피해자들은 사고 피해로 인해 야기된 불안으로 인하여 자살사고가 증가할 수 있다. 한편, 태안 주민들은 사고 이후 시간이 경과한 후에도 해결되지 않는 문제들로 인하여 분노, 적대감 및 공격성이 유발될 가능성이 높는데 적대감은 분노감으로 인해 발생하는 인지적인 측면으로서 신체적 공격성을 유발하는 요인이 될 수 있다. 따라서 적대감으로 인한 지나친 분노경험은 충동적으로 문제를 해결 하도록 할 수 있으며, 다양한 부적응 행동을 야기할 우려가 크다. 실제로 청소년들의 스트레스로 인한 분노는 자살사고에 영향을 미쳤다(정동하, 정미현, 2011).

지금까지 자살사고와 관련된 요인으로 우울, 불안, 적대감을 중심으로 살펴보았는데, 우울, 불안, 적대감 중 어떤 요인이 외상 사건 피해자들의 자살사고에 더욱 영향을 미치는지 탐색해보는 것은 의미 있는 일이라 할 수 있겠다. 그런데 외상 사건으로 인해 경험하게 된 우울, 불안, 적대감과 같은 부정적인 정서 경험이나 자살사고와 같은 부정적인 사고는 일반 스트레스 경험과 달리 쉽게 회복되지 않는다. 이처럼 외상 사건 경험 후에 나타나는 부정적인 정서나 사고가 감소되지 않고 지속된다면 그 문제는 더욱 심각해질 것이며, 사고 이 후 시간이 지나더라도 개인의 삶의 질은 저하될 것이다. 그러므로 외상 경험자의 주관적 안녕을 연구하는 것은 외상 경험의 역경이나 상처를 극복하는 기제를 발견하기 위해 중요하며, 외상 경험자들이 자신의 삶에 보다 더 잘 적응하기 위해 필요하다.

주관적 안녕(subjective well-being)이란 자신이

삶에서 얼마나 행복감을 느끼는지를 평가하는 것으로 긍정적인 정서를 보다 많이 경험하고, 부정적인 정서를 보다 적게 경험하면서 삶에 대한 만족이 높은 상태가 주관적 안녕이 높은 상태라 할 수 있다(Diener & Lucas, 1999). 그러나 외상 사건을 경험한 사람들은 지속되는 심리적인 고통으로 인하여 주관적 안녕이 저하되지만 모든 사람들이 동일한 방식으로 경험하는 것은 아니다. 같은 외상 사건을 경험하더라도 극심한 스트레스를 경험하고 고통 속에서 힘들어하는 사람들이 있는 반면 다른 사람들은 외상 사건으로 인해 발생한 심리적인 고통을 극복하고 대처하며 더 나아가 주관적 안녕에 긍정적인 변화를 나타내기도 한다.

대부분의 외상 사건을 경험한 사람들은 자신이 현재 겪고 있는 심리적인 고통을 완화하기 위해 외상을 상기시키는 사건과 상황들을 회피하려고 시도하고, 때로는 외상의 중요한 측면들을 실제로 망각하기도 한다(Calloun & Resnick, 1993). 그러나 외상경험에 관한 생각이나 기억을 억제하거나 회피하려는 시도는 심리적 상처 경험에 대한 적절한 대처라고 할 수 없으며 그보다는 외상경험에 적극적으로 접근하여, 자신의 생각과 감정을 인식하고 표현하는 것이 적응에 도움이 될 것이다(Goleman, 1995; Pennebaker, 1997; Salovey & Mayer, 1990). 이런 방법 중 하나로 자기노출은 자신에 관한 개인적인 정보를 언어를 통해 타인에게 의사소통을 하는 것으로 정의할 수 있다(김교현, 1986). 본 연구에서는 자기노출이 스트레스를 유발한 외상사건에 대한 대처과정에 미치는 영향을 다루기 때문에 언어적 정보 전달에 초점을 맞추어 ‘자신에 관한 사적 정보를 언어를 통해서 타인에게 전달하는 행동’으로 그 범위를 제한하고자 한다.

자기노출의 개인내적 기능에 대해 자세히 살펴보면, 사람들은 정서가 유발되었을 때 이를 표현하려는 욕구를 지니는데 정서를 표현하려는 자연스런 욕구를 억제할 때는 기본적인 욕구를 막는 데서 유래하는 신체적 및 심리적 긴장이 유발 될 수 있다. 따라서 Stiles(1987)는 자기의 고통을 타인에게 성공적으로 표현하는 데서 유래하는 원초적인 안도감이 존재한다고 보았으며, 강한 스트레스 사건으로 인해 발생한 부정적 정서를 노출함으로써 ‘가슴에서 내려놓는 듯한’ 정화감을 경험한다고 주장한다. Pennebaker(1992)는 외상이나 중요한 생활 스트레스 사건에 관한 자기노출이 대처 과정을 가속화시키고 대처 효과를 높이는 배경을 직면-억제(confrontation-inhibition) 모형으로 설명한다. 그의 직면-억제 모형에 따르면, 스트레스 경험과 관련된 정서, 사고 및 행동의 억제는 신체적 작업을 필요로 하고, 스트레스와 관련된 질병이 유발될 가능성을 높인다. 반면 자기노출로 대표될 수 있는 직면은 억제의 부작용을 없애고, 스트레스 경험을 다른 시각에서 조망할 수 있도록 하며, 궁극적으로 경험을 자기 개념으로 동화시킬 수 있도록 한다.

Pennebaker 등은 외상 사건이나 스트레스 경험과 관련된 생각과 감정을 억압하지 않고 털어놓는 것이 신체적 건강과 심리적 건강 및 행동적 측면에 긍정적인 영향을 준다는 연구 결과를 발표하였다. 외상적 사건이나 스트레스적 경험과 관련된 생각과 감정을 털어놓는 것은 신체적 건강에 도움을 줄 뿐 아니라 부정적 정서 경험을 감소시키며(Paez, Velasco, & Gonzalez, 1999) 무의식적인 인지적 처리과정을 반영하는 작업기억 용량의 증가와 심리적 안녕의 증진을 도왔다(Klein & Boals, 2001;

Pennebaker, 1997; Pennebaker & Beall, 1986).

국내에서 진행된 자기노출의 순기능에 관한 선행연구들을 살펴보면 평소에 불안을 경험하는 수준이 높으면서 스트레스를 유발한 사건에 대하여 생각하지 않고 회피하는 수준이 높지만 그 사건에 대하여 털어놓고 이야기하는 수준이 높으면 신체건강에 긍정적인 영향을 미쳤다(한덕웅, 박준호, 김교현, 2004). 또한 평소 분노 억제 경향이 높거나 낮은 남자 대학생들이 스트레스 사건에 관해 깊은 수준의 자기노출을 하게 되면 피상적으로 노출한 사람들에 비해 생리적 각성과 부정적 정서 경험이 적고 자기와 상호작용 상태를 덜 부정적으로 평가하였다(김교현, 2005).

지금까지 국내와 국외에서 자기노출의 순기능에 관한 연구들이 상당수 진행되었다. 그러나 환경재난 이라는 특수한 스트레스 사건을 경험한 사람들을 대상으로 자기노출의 효과에 관한 연구는 거의 전무하여 본 연구에서는 허베이 스피리트호 기름유출사고와 같은 재난사건을 경험한 태안 주민들을 대상으로 자기노출의 효과를 살펴보고자 하였다. 아울러 본 연구는 어떤 특정한 외상 사건, 즉 허베이 스피리트호 기름유출사고로 인해 발생한 부정적인 정서 및 사고를 상태(state) 정서 및 사고로 간주하고, 자살사고에 대한 자기노출이 이후의 주관적 안녕에 미치는 효과를 살펴보고자 한다. 또한 대부분의 자기노출의 긍정적인 효과에 관한 선행연구들은 자기노출이 부정증상의 완화에 미치는 영향이나 또는 신체건강에 미치는 긍정적인 효과에 초점을 맞추어 연구를 진행하였는데, 본 연구는 외상 사건으로 인한 부정적인 사고 즉, ‘자살사고’에 대한 자기노출의 효과와 함께 주관적 안녕의 증진에 도움을 줄 수 있는지 살펴보고자 한다.

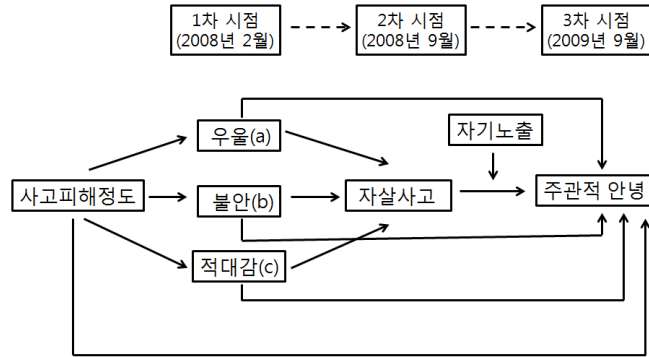


그림 1. 연구 모형

따라서 본 연구는 종단적 자료를 사용하여 외상 사건으로 인한 우울, 불안, 적대감 및 자살사고가 이 후의 주관적 안녕에 미치는 효과를 살펴보고자 한다. 더불어 외상 사건으로 인한 자살사고가 자기노출을 한 후 시간이 지난 뒤, 주관적 안녕에 미치는 영향을 살펴봄으로써, 자기노출의 시점의 변화에 따른 효과를 검증해 보고자하며, 종단자료를 통하여 인과 추론의 내적 타당도를 높이고자 하였다.

본 연구는 이상의 논의를 종합하여 아래와 같은 연구문제 및 가설과 그림 1과 같은 연구모형을 설정하였다.

연구문제 I. 외상 사건으로 인한 부적 정서 경험 및 자살사고가 이 후의 주관적 안녕에 어떤 영향을 미칠 것인가?

가설 1-1. 외상 사건으로 인한 피해 정도가 클수록 사고 피해 당시의 우울(a), 불안(b) 및 적대감(c) 경험이 높을 것이다.

가설 1-2. 사고 당시의 우울(a), 불안(b) 및 적대감(c) 경험이 높을수록 2차 시점(1년 뒤)의 자살사고가 높을 것이다.

가설 1-3. 외상 사건으로 인한 피해 정도는 사고 당시의 우울(a), 불안(b) 및 적대감(c) 경험과 2차 시점의 자살사고를 통해 3차 시점(2년

뒤)의 주관적 안녕을 낮출 것이다.

연구문제 II. 외상 사건으로 인한 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출의 상호작용효과가 이후의 주관적 안녕에 어떤 영향을 미치는가?

가설 2. 사고피해정도가 높은 집단에서는 자살사고를 높게 경험하는 사람들이 자기노출을 많이 하면 적게 하는 경우보다 더 높은 주관적 안녕을 경험할 것이지만, 사고피해정도가 낮은 집단에서는 자살사고와 자기노출의 상호작용효과가 유의하지 않을 것이다.

방 법

참여자¹⁾

본 연구는 충청남도 태안군에 거주하는 20

1) 본 연구는 2008년도 정부재원(교육과학기술부 학술연구조성사업비)으로 한국학술진흥재단의 지원을 받아 수행된(KRF-2008-321-B00113); 허베이 스피리트호 기름유출사고의 사회경제적·심리적 영향과 사고에 대한 사회적 대응에 관한 연구의 원자료를 사용하여 이루어진 것임.

세 이상의 성인으로, 1차 시점에 참여한 464명, 2차 시점에 참여한 500명, 3차 시점에 참여한 407명 중 1차(2008년 2월), 2차(2008년 9월), 3차(2009년 9월) 시점 조사에 모두 참여한 성인 186명(남성 82명, 평균연령 59.3세 ($SD=11.8$)세; 여성 104명, 평균연령 56.4세 ($SD=14.9$ 세)을 대상으로 자료를 분석하였다. 한편 전화를 했을 당시 기타 여러 상황으로 인해 부재 중이었을 경우, 개인 전화번호 변경, 전화 면담 목적에 대한 이해 부족, 기름유출사건에 대해 다시 생각하는 것을 거부하는 태도, 전화 면담을 하는 것 자체에 대한 거부적인 태도 등으로 인해 1차, 2차, 3차 시점 조사에 모두 참여하는 것이 불가능 했던 사람들은 분석에서 제외되었다.

측정도구

사고피해정도

미국 엑손 발데즈(Exxon Valdez)호의 기름유출사고에 관한 연구(Mcfarland & Alvano, 2000)에 활용된 사고 피해 노출 측정 문항은 번역 과정을 통해 우리 실정에 맞게 일부 수정하여 사용했다. 각 질문에 “그렇다” 혹은 “아니다”로 응답하는 일곱 문항(예: 기름 유출이나 방제작업으로 인해 재산상의 피해를 입었습니까? 기름 유출로 인해 귀하 가족의 수산물 채취에 직접 피해를 입었습니까? 등)으로 구성되어 있고, 총합점수가 높을수록 사고피해정도가 심한 것을 의미하며 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's α 값으로 측정, 이하 동일)는 .70으로 나타났다.

우울, 불안, 적대감

본 연구는 전화면접을 통한 자료수집 방법

과 고령인 참여자들을 고려하여 문항 내용이 쉽고, 문항 수가 적어 단 시간 내에 간단히 실시할 수 있는 간이정신진단검사(SCL-90-R; 김광일, 김재환, 원호택, 1984)를 사용했다(신영아, 2007). 간이정신진단검사(SCL-90-R)는 성(sex)과 연령대별 표준점수가 마련되어 있고, 총 90문항이며 9개의 척도로 구성되어 있는데 본 연구는 그 중 우울, 불안, 적대감 척도를 사용하였다. 0점에서 4점까지 응답하는 리커트식 5점 척도로 구성되어 있고, 총합점수가 높을수록 부적정서가 심한 것을 의미하며 본 연구에서 얻어진 각 척도의 내적 합치도는 우울 .91, 불안 .93, 적대감 .88로 나타났다.

자살사고

본 연구에서 사용한 한국판 Morey 성격평가 질문지(Personality Assessment Inventory; 이하 PAI, 김영환, 김지혜, 오상우, 임영란, 홍상황, 2001)는 총 344문항으로 구성되어 있고, 4개의 타당도 척도, 11개의 임상 척도, 5개의 치료 고려 척도, 2개의 대인 관계 등 총 22개의 척도로 구성되어 있으며, 본 연구는 치료 고려 척도 중 자살 척도(SUI)를 사용했다. 원척도는 12개의 문항으로 구성되어 있으나 그 중 외상 사건으로 인해 발생한 자살사고의 내용과 관련된 4개(차라리 죽었으면 하고 바랄 때가 있다. 죽으면 모든 문제가 해결될 것 같다. 아무리 생각해도 살아야 할 이유를 찾을 수 없다. 나와 가족의 미래가 절망적으로 느껴진다)의 문항을 선별하여 사용했다. 0점에서 3점까지 응답하는 리커트식 4점 척도로 구성되어 있고, 총합점수가 높을수록 자살사고가 높은 것을 의미하며 본 연구에서의 내적 합치도는 .87로 나타났다.

자기노출

한덕웅, 박준호, 김교현(2004)이 자신이 경험한 스트레스 사건에 대하여 자기노출한 정도를 측정하기 위해 개발하였다. 이 척도는 모두 9문항으로 구성되어 있으며, 그 중 스트레스를 유발시킨 외상 사건에 관한 내용과 그 사건으로 인해서 느낀 정서를 타인에게 털어놓고 이야기한 수준을 측정하는 2문항을 선별하여 사용했다(예: 당신은 그 사건에 관해서 다른 사람에게 어느 정도 속마음을 털어놓고 이야기했습니까?, 당신은 그 사건에 관해서 어느 정도 자신이 느끼는 감정이나 정서를 털어놓고 이야기했습니까?). 1점에서 7점까지 응답하는 7점 척도로 구성되어 있고(1=전혀 털어놓지 않았음; 7=매우 많이 털어놓았음) 총합점수가 높을수록 자기노출을 많이 한 것을 의미하며 본 연구에서의 내적 합치도는 .86으로 나타났다.

주관적 안녕

Diener와 Lucas(2000)가 행복 수준을 측정하기 위해 사용한 10개의 정서들 중 고령인 참여자들을 고려하여 이해하기 쉬운 문항 내용 6개를 선별하여 사용하였다(비참하다/즐겁다, 공허하다/충만하다, 보람없다/보람있다). 원척도의 응답방식은 ‘요즘 자신의 삶에 대해서 어떻게 느끼는지’에 대해서 -3점에서 3점까지 응답하도록 되어 있으나 본 연구에서는 참여자의 연령대를 고려하여 0점에서 6점까지 응답하는 리커트식 7점 척도로 구성 하였다. 총합점수가 높을수록 주관적 안녕이 높은 것을 의미하며 본 연구에서의 내적 합치도는 .89로 나타났다.

절차

본 연구는 임상 및 건강심리학 전공 대학원생 및 학부생 7~9명이 전화를 통한 면접방식으로 조사를 진행했는데 사건발생 후, 2008년 2월에 1차 조사, 2008년 9월에 2차 조사, 2009년 9월에 3차 조사를 실시했다. 조사에 착수하기 전, 임상심리전문가 1인, 심리학과 교수 1인의 지도하에 모든 조사원들은 오리엔테이션을 통해 면접도구에 대한 이해와 돌발 상황에서 대처법 등을 숙지하였다. 조사는 오전 9시부터 오후 9시까지 교내의 유선전화와 방음 시설이 갖추어진 전문 사회조사실에서 실시했으며, 조사원의 휴식은 충분히 고려되었다(김교현 등, 2012). 또한 대상 가구를 추출하기 위해 한국통신 전화번호 데이터베이스에서 태안지역 ‘4개 급지’ 별로 전화번호를 무선 표집하고, 다음으로 표집 된 전화번호를 이용하여 비례확률 표집법(조성검, 1990)으로 응답자를 선정했다. 4개 급지별 인구수는 상이하지만, 각 급지별로 100사례 이상의 표본이 추출되도록 했다. 참고로 본 연구의 분석에 포함된 1차 시점 자료를 김교현과 권선중(2008)의 연구에서, 2차 시점의 자료는 김교현과 권선중(2009)의 연구에서, 그리고 3차 시점의 자료는 김교현, 김수현, 권선중(2012)의 연구에서 인용한 것이다. 이 연구에서 분석에 사용한 자료는 <KRF-2008-321-B00113> 에 기반을 두고 있다.

자료분석

본 연구는 수집된 종단자료를 사용하여 외상 사건으로 인한 부적 정서경험 및 자살사고가 이 후의 주관적 안녕에 미치는 효과를 살

해보기 위해 외상 사건 이후 시점의 변화를 바탕으로 경로를 분석한 후, 검증하기 위하여 Amos 20.0v를 사용하였다. 참고로 Amos 프로그램에서 Bootstrap을 활용할 경우 자료에 결측치가 있으며 분석자체가 불가능하므로 결측치는 제거(listwise 방식)하고 분석을 실시했다.

다음으로 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출의 상호작용효과가 이 후 주관적 안녕에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 중다회귀분석을 실시하였다. 또한 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출의 삼원상호작용효과를 구체적으로 살펴보기 위해서 평균값을 기준으로 사고피해정도가 큰 집단과 적은 집단으로 나눈 뒤 각 집단을 자살사고가 높은 집단과 낮은 집단으로 나누고 각 집단별로 자기노출이 주관적 안녕에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 단순회귀분석을 실시하였다. 분석은 SPSS 18.0v를 사용하였다.

결 과

변인들의 기술 통계치

각 척도에 대한 평균, 표준편차의 기술 통계치를 산출하였으며 그 결과는 표 1과 같다.

외상 사건으로 인한 부적 정서경험 및 자살사고가 이 후의 주관적 안녕에 미치는 효과

표 1. 변인들의 기술 통계(N=186)

시점	변인	평균(표준편차)
1차	사고피해정도	3.35(1.97)
	우울	1.85(.82)
	불안	1.37(.87)
	적대감	1.09(.80)
2차	자살사고	2.41(3.31)
	자기노출	6.48(3.59)
3차	주관적 안녕	10.40(3.61)

경로모형의 적합도 분석

본 연구에서 모형의 적합도는 χ^2 검증을 이용하는 방법과 RMSEA, CFI, TLI를 사용하였다. RMSEA(Root Mean Square Error Of Approximation)가 .05이하이면 적합도가 좋은 모형, .08이하이면 적절한 모형으로 간주하며, CFI, TLI는 .90이상하면 좋은 적합도 지수라고 본다(홍세희, 2000). 따라서 본 연구에서 설정한 모형과 수집한 자료간의 일치 정도를 검정한 결과 $\chi^2=2.26(df=1)$, RMSEA=.074로서 모형이 자료를 잘 반영하는 것으로 나타났으며, CFI=.998, TLI=.971로 나타난 본 연구의 모형은 적합한 모형으로 볼 수 있다(표 2).

외상 사건으로 인한 부적 정서경험 및 자살사고가 이 후의 주관적 안녕에 미치는 효과에 대한 경로 분석

경로계수에 대해서 살펴보면, 먼저 사고피해정도는 1차 시점의 우울, 불안, 적대감 및 2차 시점의 자살사고와 직접적인 관계가 있는

표 2. 연구모형의 적합도(N=186)

적합도 지수	χ^2	CFI	TLI	RMSEA(90% CI)
수치	2.26	.998	.971	.074(.000~.207)

것으로 나타났는데, 구체적으로 사고피해정도가 높으면 우울($\beta=.39, p<.001$), 불안($\beta=.36, p<.001$), 적대감($\beta=.29, p<.001$)이 높았으며, 이후의 자살사고($\beta=.20, p<.01$)가 증가하는 것으

로 나타났다. 다음으로 1차 시점의 우울과 2차 시점의 자살사고가 직접적인 관계가 있는 것으로 나타났는데($\beta=.40, p<.05$), 이는 우울이 심할수록 이후의 자살사고가 증가하는 것을

표 3. 외상 사건으로 인한 부정 정서경험 및 자살사고가 이 후의 주관적 안녕에 미치는 효과에 대한 경로계수: 종단연구($N=186$)

경로	<i>B</i>	β	<i>S.E.</i>	<i>C.R.</i>
사고피해→우울(1차 시점)	2.27	.39	.36	6.36***
사고피해→불안(1차 시점)	1.74	.36	.29	5.93***
사고피해→적대감(1차 시점)	.61	.23	.17	3.61***
사고피해→자살사고(2차 시점)	.34	.20	.10	3.28**
사고피해→주관적 안녕(3차 시점)	-.17	-.07	.14	-.89
우울(1차 시점)→자살사고(2차 시점)	.12	.40	.11	2.10*
불안(1차 시점)→자살사고(2차 시점)	.12	.14	.04	1.20
적대감(1차 시점)→자살사고(2차 시점)	.06	.09	.06	.97
우울(1차 시점)→주관적 안녕(3차 시점)	-.10	-.36	.03	-3.09**
불안(1차 시점)→주관적 안녕(3차 시점)	-.08	-.18	1.51	-.13
적대감(1차 시점)→주관적 안녕(3차 시점)	-.04	-.05	.08	-.52
자살사고(2차 시점)→주관적 안녕(3차 시점)	-.39	-.30	.09	-4.38***

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

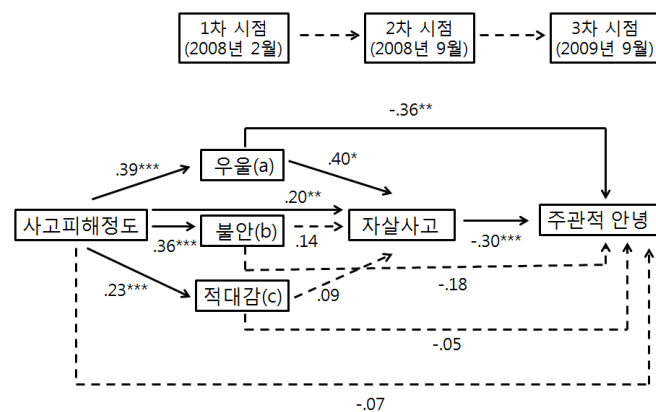


그림 2. 외상 사건으로 인한 부정 정서경험, 자살사고 그리고 이 후의 주관적 안녕간의 관계를 설명하는 경로모형: 종단연구(제시된 수치는 표준화 추정치, 점선화살표는 유의미하지 않은 경로)

의미한다. 반면 1차 시점의 불안과 2차 시점의 자살사고 그리고 1차 시점의 적대감과 2차 시점의 자살사고의 직접적인 관계는 유의미하지 않았다.

또한 1차 시점의 우울과 3차 시점의 주관적 안녕($\beta = -.36, p < .01$)의 직접적인 관계는 유의미하였으나 1차 시점의 불안, 적대감과 3차 시점의 주관적 안녕의 직접적인 관계는 유의미하지 않았다. 즉 우울이 심할수록 이후의 주관적 안녕은 저하되었다. 그리고 2차 시점의 자살사고와 3차 시점의 주관적 안녕($\beta = -.30, p < .001$)이 직접적인 관계가 있는 것으로 나타났는데, 이는 자살사고가 높을수록 이후의 주관적 안녕이 저하되는 것을 의미한다 (표 3, 그림 2).

연구모형의 경로계수 효과 분해

경로모형의 분석결과, 연구모형이 적합한

것으로 나타나 각 변수들 간의 영향관계를 직접효과와 간접효과로 분해하여 보다 구체적으로 살펴보았다. 또한 간접효과의 유의성 검증을 위해 부스트래핑(Bootstrapping) 방법을 사용하였다(홍세희, 2001).

분석 결과, 사고피해정도와 1차 시점의 우울($\beta = .39, p < .05$), 불안($\beta = .36, p < .05$), 적대감($\beta = .23, p < .05$) 및 2차 시점의 자살사고($\beta = .20, p < .05$)의 직접효과가 유의미하였다. 즉 사고피해정도가 클수록 우울, 불안 및 적대감이 심한 것을 알 수 있고, 이후의 자살사고가 높다는 것을 알 수 있다. 따라서 가설 1-1이 지지되었다. 또한 1차 시점의 우울과 2차 시점의 자살사고($\beta = .40, p < .05$) 및 3차 시점의 주관적 안녕($\beta = -.36, p < .05$)의 직접효과가 유의미하였다. 반면 1차 시점의 불안, 적대감과 2차 시점의 자살사고의 직접효과는 유의미하지 않았다. 따라서 사고 당시의 우울 경험이 높을수록 이

표 4. 연구모형의 경로계수 효과 분해(표준화계수) ($N = 186$)

경로	총효과	직접효과	간접효과
사고피해→우울(1차 시점)	.39	.39*	-
사고피해→불안(1차 시점)	.36	.36*	-
사고피해→적대감(1차 시점)	.23	.23*	-
사고피해→자살사고(2차 시점)	.43	.20*	.23*
사고피해→주관적 안녕(3차 시점)	-.16	-.07	-.09*
우울(1차 시점)→자살사고(2차 시점)	.40	.40*	-
불안(1차 시점)→자살사고(2차 시점)	.14	.14	-
적대감(1차 시점)→자살사고(2차 시점)	.09	.09	-
우울(1차 시점)→주관적 안녕(3차 시점)	-.48	-.36*	-.12*
불안(1차 시점)→주관적 안녕(3차 시점)	-.22	-.18	-.04
적대감(1차 시점)→주관적 안녕(3차 시점)	-.08	-.05	-.03
자살사고(2차 시점)→주관적 안녕(3차 시점)	-.30	-.30*	-

* $p < .05$

후의 자살사고가 높을 것이라는 가설은 지지되었으나 사고 당시의 불안, 적대감 경험이 높을수록 이 후의 자살사고가 높을 것이라는 가설은 기각되어 가설 1-2는 부분적으로 지지되었다. 마지막으로 2차 시점의 자살사고와 3차 시점의 주관적 안녕의 직접효과가 유의미하였는데($\beta=-.30, p<.05$), 사고피해로 인한 자살사고가 심할수록 이후의 주관적 안녕은 저하된다는 것을 알 수 있다.

다음으로 사고피해정도와 2차 시점의 자살사고($\beta=.23, p<.05$), 사고피해정도와 3차 시점의 주관적 안녕($\beta=-.09, p<.05$)과의 간접효과가 유의미하였으며, 1차 시점의 우울과 3차 시점의 주관적 안녕($\beta=-.12, p<.05$)의 간접효과가 유의미하였다. 즉 사고피해정도가 우울을 매개로 자살사고에 영향을 미쳤으며, 1차 시점의 우울이 2차 시점의 자살사고를 매개로 하여 이후의 주관적 안녕 저하에 영향을 미쳤다. 또한 사고피해정도가 우울과 자살사고를 매개로 하여 이후의 주관적 안녕 저하에 영향을 미쳤지만 사고피해정도가 불안과 자살사고

그리고 적대감과 자살사고를 매개로하여 이후의 주관적 안녕 저하에 영향을 미치지 않았다. 따라서 가설 1-3은 부분적으로 지지되었다(표 4).

주관적 안녕에 대한 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출의 상호작용효과

주관적 안녕에 대한 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출의 상호작용효과를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 먼저, 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출을 1단계에 투입하고, 세 변인의 상호작용항을 2단계에 투입하여 각 변인의 주효과를 통제된 후 상호작용의 효과를 알아보았다.

분석결과, 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출의 주효과를 통제한 후, 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출이 상호작용하여 이 후의 주관적 안녕에 유의미한 영향을 미쳤다($\beta=.18, p<.01$)(표 5).

따라서 사고피해정도, 자살사고 및 자기노

표 5. 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출의 상호작용효과가 이 후의 주관적 안녕에 미치는 영향에 대한 위계적 회귀분석($N=186$)

단계	예측변인	B	SE	β	t	F	ΔR^2
1	사고피해정도	-.32	.23	-.09	-1.40	$F_{(3,182)}=20.13^{***}$	.25
	자살사고	-1.59	.23	-.44	-6.69 ^{***}		
	자기노출	.45	.24	.13	1.91		
2	사고피해정도	-.23	.23	-.06	-.99	$F_{(4,181)}=17.55^{***}$	.03
	자살사고	-1.50	.24	-.42	-6.37 ^{***}		
	자기노출	.49	.23	.18	2.09*		
	사고피해정도 *자살사고 *자기노출	.54	.20	.18	2.76 ^{**}		

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

출의 상호작용효과를 좀 더 구체적으로 살펴보기 위하여 평균값을 기준으로 사고피해정도를 큰 집단과 적은 집단으로 나눈 뒤 자살사고와 자기노출의 상호작용효과를 살펴보았다. 그 결과 사고피해정도가 큰 집단의 경우 자살사고와 자기노출의 상호작용효과가 유의미하였으며($\beta=.36, p<.01$)(표 6), 사고피해정도가 적은 집단의 경우에도 자살사고와 자기노출의 상호작용효과가 유의미하였다($\beta=-.32, p<.05$)(표 7). 따라서 가설 2의 내용 중 사고피해정도가 낮은 집단에서는 자살사고와 자기노출의 상호작용효과가 유의하지 않을 것이라는 가설은 기각되었다.

또한 사고피해정도, 자살사고 및 자기노출의 상호작용효과를 그래프로 살펴보기 위하여 평균값을 기준으로 사고피해정도가 큰 집단과 적은 집단으로 나눈 뒤 각 집단을 자살사고가 높은 집단과 낮은 집단으로 나누고, 각 집단별로 자기노출이 주관적 안녕을 예측하는 회귀계수를 구하였다(표 8). 분석 결과, 사고피해정도가 큰 집단의 경우에는 자살사고가 높을 때 자기노출이 주관적 안녕에 미치는 영향이 유의미하였으나($\beta=.40, p<.05$), 자살사고가 낮을 때 자기노출이 주관적 안녕에 미치는 영향은 유의미하지 않았다. 또한 사고피해정도가 적은 집단의 경우에는 자살사고가 높을 때 자

표 6. 사고피해정도가 큰 집단에서 자살사고와 자기노출의 상호작용효과가 이 후의 주관적 안녕에 미치는 영향에 대한 위계적 회귀분석($N=101$)

단계	예측변인	B	SE	β	t	F	ΔR^2
1	자살사고	-.48	.12	-.40	-4.18***	$F_{(2,98)}=10.50^{***}$	.18
	자기노출	.07	.10	.07	.73		
2	자살사고	-.79	.16	-.65	-4.99***	$F_{(3,97)}=9.96^{***}$	.06
	자기노출	-.09	.10	-.10	-.88		
	자살사고 * 자기노출	.08	.03	.36	2.74**		

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

표 7. 사고피해정도가 적은 집단에서 자살사고와 자기노출의 상호작용효과가 이 후의 주관적 안녕에 미치는 영향에 대한 위계적 회귀분석($N=85$)

단계	예측변인	B	SE	β	t	F	ΔR^2
1	자살사고	-.50	.09	-.50	-5.37***	$F_{(2,82)}=20.95^{***}$	.34
	자기노출	.21	.10	.19	2.05*		
2	자살사고	-.25	.15	-.25	-1.62***	$F_{(3,81)}=15.99^{***}$	.03
	자기노출	.36	.12	.34	2.93**		
	자살사고 * 자기노출	-.05	.03	-.32	-2.09*		

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

표 8. 사고피해정도 고/저, 자살사고 고/저 집단의 자기노출이 이 후의 주관적 안녕에 미치는 영향에 대한 회귀분석($N=186$)

사고피해 정도	자살 사고	예측 변인	B	SE	β	t	F	R^2
고 ($n=101$)	고 ($n=38$)	자기 노출	.40	.15	.40	2.64*	$F_{(1,36)}=6.97^*$	.16(Adjust $R^2=.14$)
	저 ($n=63$)	자기 노출	-.03	.11	-.03	-.27	$F_{(1,61)}=.07$	.00(Adjust $R^2=-.02$)
저 ($n=85$)	고 ($n=32$)	자기 노출	.15	.17	.16	.90	$F_{(1,30)}=.81$	.03(Adjust $R^2=-.01$)
	저 ($n=53$)	자기 노출	.31	.12	.34	2.55*	$F_{(1,51)}=6.50^*$	.11(Adjust $R^2=.10$)

* $p<.05$

기노출이 주관적 안녕에 미치는 영향이 유의미하지 않았으나 자살사고가 낮을 때 자기노출이 주관적 안녕에 미치는 영향은 유의미하였다($\beta=.34, p<.05$).

따라서 사고피해정도, 자살사고, 및 자기노출의 상호작용효과를 그래프로 살펴보기 위해 사고피해정도가 큰 집단과 적은 집단에서 자살사고와 자기노출에 따른 주관적 안녕의 평균과 표준편차를 구하였다(표 9, 표 10). 그 결과, 사고피해정도가 높으면서 자살사고를 높게 경험하는 집단에서는 자기노출을 낮게 하는 사람들에 비해 높은 자기노출을

하는 사람들이 더 높은 주관적 안녕을 경험하는 것으로 나타났다. 또한 사고피해정도가 적 으면서 자살사고가 낮은 집단의 경우, 자기노출을 많이 하는 사람들이 적게 하는 사람들에 비해 이후의 주관적 안녕을 높게 지각하는 것으로 나타났다(그림 3). 따라서 가설 2의 내용 중 사고피해정도가 높은 집단에서는 자살사고를 높게 경험하는 사람들이 자기노출을 많이 하면 적게 하는 경우보다 더 높은 주관적 안녕을 경험할 것이라는 가설은 지지되었다.

표 9. 사고피해정도가 큰 집단에서 자살사고와 자기노출에 따른 주관적 안녕의 평균과 표준편차

		자살사고			
		고		저	
		$M(SD)$	n	$M(SD)$	n
자기노출	고	3.12(1.26)	16	3.70(.99)	37
	저	2.60(1.35)	22	3.75(1.06)	26

표 10. 사고피해정도가 적은 집단에서 자살사고와 자기노출에 따른 주관적 안녕의 평균과 표준편차

		자살사고			
		고		저	
		<i>M(SD)</i>	<i>n</i>	<i>M(SD)</i>	<i>n</i>
자기노출	고	2.83(1.38)	20	4.07(.95)	26
	저	2.69(.72)	12	3.73(.78)	27

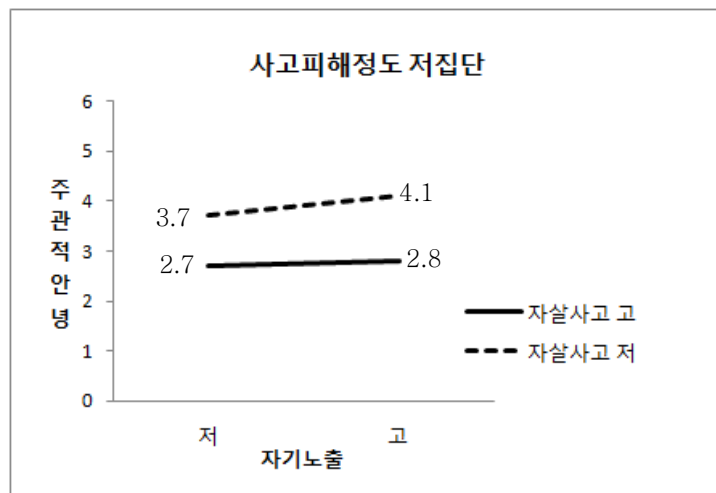
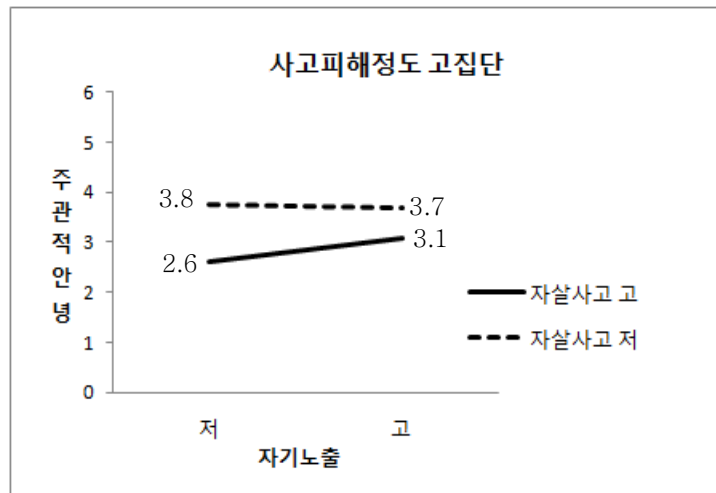


그림 3. 사고피해정도 고/저 집단에서 자살사고와 자기노출이 이후의 주관적 안녕에 미치는 영향

논 의

본 연구에서는 외상 사건이 시간의 흐름에 따라 부정적 정서, 자살사고 그리고 개인의 주관적 안녕 저하에 미치는 직·간접 효과에 대해 검증하고, 외상 사건으로 인한 자살사고가 주관적 안녕을 저하시키는데 자기노출이 중재할 수 있는지 살펴보았다.

먼저, 각 시점의 측정치들을 시간의 흐름에 따라 경로를 설정하고 관계를 살펴본 결과 직·간접효과가 유의했던 경로에 대해서 살펴보면 태안 주민들은 사고피해정도가 클수록 1차 시점의 우울, 불안, 적대감과 2차 시점의 자살사고를 더 높게 보고했다. 그리고 1차 시점의 우울은 2차 시점의 자살사고와 3차 시점의 주관적 안녕 저하에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 2차 시점의 자살사고는 3차 시점의 주관적 안녕을 저하시켰다.

이러한 결과를 외상 사건 중심으로 살펴보면, 사건의 영향은 사건으로 인한 부정적 정서와 사고에는 직접적으로 영향을 미쳤으나, 시간이 흐른 뒤 개인의 주관적 안녕을 직접적으로 저하시키지는 않는 것으로 나타났다. 이는 외상 경험 후 개인의 삶의 질의 변화는 외상 사건으로 인한 직접적인 피해 자체이기보다는 외상 경험으로 비롯된 다른 요인들과의 상호작용의 결과일 가능성이 시사된다.

또한 위의 결과를 부정적 정서를 중심으로 조망할 수도 있는데, 특히 부정적 정서들 중 우울증상만 자살사고와 주관적 안녕에 영향을 미쳤다. 이는 다양한 연령층에서도 우울은 자살사고 및 자살시도와 가장 밀접한 상관을 보이는 심리적 문제로 간주된다는 White(1989)의 연구 결과와도 일치한다. 따라서 자살사고에 영향을 미치는 변인 중 가장 강력한 것은 우

울이며, 우울이 자살사고에 이르게 하는 직접적인 원인이 될 수 있음을 시사한다. 이와 같은 결과는 우울증의 특성을 살펴보면 알 수 있는데, 우울증이 심한 사람들은 즐거운 활동에서도 흥미를 쉽게 잃고 사회적 활동에도 관심이 적으며 비관적인 생각을 수용하는 심리적 작용으로서 사건이 발생하기 전에 미리 실패를 생각한다. 이와 같이 행동과 사고의 속도가 느려 활기가 감소되고 행동이 둔해지는 성향을 보이며, 초조, 좌불안석하는 불안이 행동으로 이어지면서 심각한 자학적 행동의 형태로서 자살을 시도하게 되는 것으로 볼 수 있다(권석만, 2000). 또한 사고피해정도는 우울증상을 매개로 2차 시점의 자살사고에 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 즉 우울은 스트레스의 영향을 받아 높아지며, 높아진 우울은 자살충동에 영향을 주게 되어 스트레스와 자살충동 사이를 매개하는 역할을 하는 것으로 볼 수 있다(장미희, 김윤희, 2005).

아울러 사고피해정도는 우울증상과 2차 시점의 자살사고를 매개하여 3차 시점의 주관적 안녕 저하에 영향을 미치는 이중 매개모형도 지지되었다. 이는 사고피해정도가 시간 경과 후의 개인의 주관적 안녕 저하에 직접적인 영향을 미치지 않는다는 결과에 대한 대안적 설명을 가능하게 해주는 결과라고 할 수 있다. 외상 사건으로 인한 피해는 우울증상을 유발하고, 이 우울증상은 자살사고에 영향을 미치며, 결국 이 극단적인 부정적인 사고가 개인의 주관적 안녕 저하에 영향을 미친다는 해석이 가능하다.

한편 불안과 적대감은 이후의 자살사고와 주관적 안녕에 직접적인 영향을 미치지 않는다는 결과가 나타났다. 이는 본 연구는 특수한 외상 사건 즉, 재난 사건으로 인해 발생한

‘상태불안’, ‘재난 사건으로 인해 발생한 적대감’을 경험한 일반인들을 대상으로 살펴본 연구이며, 아울러 시간의 흐름에 따른 변인들 간의 인과관계를 살펴본 연구이다. 따라서 재난 사건으로 인한 불안 및 적대감을 경험한 사람들 중 일반인들은 시간이 어느 정도 지나면서 사건을 잊게 되거나 또는 스스로 문제를 대처하고, 해결하기 위해 노력하는 태도로 인해 사건에 대한 부정적인 정서 및 사고가 감소된 것으로 예상해 볼 수 있겠다. 이로 인해 불안, 적대감 등 심리적 부정적 증상들이 시간이 흐른 뒤 어느 정도 완화되어 자살사고, 주관적 안녕 등 정신건강에 직접적인 영향을 미치지 않는 것으로 예상해 볼 수 있겠다. 그럼에도 불구하고, 부정 정서들 중 우울은 시간이 어느 정도 흐른 뒤에도 자살사고와 주관적 안녕 등 정신건강에 직접적인 영향을 미친다는 결과가 나타났는데 이는 우울이 다른 부정 정서들에 비해 자살 및 주관적 안녕에 직접적인 영향을 미치는 강력한 예측인자임을 지지하는 결과라고 볼 수 있겠다.

다음으로, 외상 사건으로 인한 피해가 시간의 흐름에 따라 위와 같은 경로를 거쳐 주관적 안녕을 저하시키는데 자기노출이 중재할 수 있는지 알아보았다. 그 결과, 사고피해정도가 높으면서 자살사고를 높게 경험하는 집단의 경우에 자기노출을 많이 하는 사람들이 적게 하는 사람들에 비해 더 높은 주관적 안녕을 경험하는 것으로 나타났다. 이는 가설과 부분적으로 일치하는 결과로서, 외상 사건으로 인해 피해가 컸던 주민들은 모든 것을 포기하고 싶고, 극단적으로 해석하는 자살사고를 하게 되었을 것이다. 이 과정에서 자기노출을 많이 했던 사람들은 이런 부정적인 인지들을 스스로 재구조화하게 되면서 주관적 안

녕이 낮아지는 것을 보호 할 수 있었으며 자기노출의 효과는 인지재구조화를 통해 나타난다고 해석할 수 있다. 따라서 사고피해정도가 크면서 자살사고가 높은 집단의 경우에 자기노출의 완충효과가 나타난 것으로 볼 수 있는데 이는 사건에 관해서 정보를 소통하는 행위가 그 사건에 대해서 어느 정도 조직화나 구조화를 이루도록 만들고 또한 사건에 대해서 여러 차례 이야기를 함으로써 그 경험의 개별 부분들을 두드러지게 만들거나 혹은 평범하게 만들어서 자기이해를 돕는다고 주장한 Pennebaker(1988)의 주장을 뒷받침하는 결과이다. 하지만 사고피해정도가 높으면서 자살사고를 낮게 경험하는 집단의 경우 자기노출의 효과가 없었는데 이는 심각한 외상 사건을 경험한 사람들은 자살사고와 같은 부정적인 사고를 경험하지 않을 때 보다 부정적인 사고를 경험할 때 자기노출이 더욱 효과가 있다는 것을 지지하는 결과라고 볼 수 있다.

반면 사고피해정도가 적으면서 자살사고가 낮은 집단의 경우에 자기노출을 많이 하는 사람들이 적게 하는 사람들에 비해 이 후의 주관적 안녕을 높게 지각하는 것으로 나타났다. 즉, 사고피해정도가 적고, 자살사고가 낮으면서 평소 주위사람들에게 자기의 정서경험을 자유롭게 노출하는 사람들이 주관적 안녕이 높은 것으로 해석할 수 있다. 반면 사고피해정도가 적으면서 자살사고가 높은 집단의 경우에는 자기노출의 효과가 나타나지 않았는데 이는 외상 사건을 경험한 사람들은 사고 피해 이외의 다른 여러 가지 원인으로 인해 발생한 부정적인 사고보다 재난 사건과 같은 외상 사건으로 인해 발생한 부정적인 사고에 자기노출이 더욱 효과적이라고 볼 수 있다.

본 연구의 결과를 바탕으로 살펴보면, 자기

노출은 인지적인 측면에서 효과적으로 나타났는데, 자기노출은 자신의 사적 측면에 대해서 언어를 사용하여 타인에게 전달하는 것이므로 사고의 모호함이나 비밀관성 등을 줄이고 상대가 이해할 수 있는 형태로 정보를 전달해야 한다. 따라서 자기노출을 통한 인지적 자기 이해는 정서 정확보다 깊은 처리를 요구하기 때문에 정서 정확을 바탕으로 그 효과가 나타나거나 우세해지는 기능인 것으로 추론할 수 있다.

마지막으로 본 연구의 전체적인 의의를 살펴보고자 한다. 먼저, 기존의 연구들은 외상을 경험한 후 심각한 고통을 호소하는 소수의 외상 후 스트레스 장애 환자들을 대상으로 그 경로나 요인, 영향을 탐색하고자 하였다면, 본 연구는 외상을 경험하고도 평범하게 일상을 살아가는 대부분의 사람들을 대상으로 일반화 가능성을 넓혔다. 기름유출사고를 경험했던 태안주민들의 경우, 사고 후 32개월 시점에서 외상 후 스트레스 증상을 부적응 수준으로 보고했던 사람들은 약 42%였다(김교현 등, 2012). 다시 말해 기름유출사고를 경험하고도 평범하게 살아가는 사람이 반 이상을 차지한다는 의미이다. 따라서 본 연구는 보다 일반적인 사람들에게 적용할 수 있는 외상사건에 대한 이해의 틀을 제공했다고 할 수 있다.

또한, 본 연구를 통해 검증된 자기노출의 효과를 살펴보면 외상 사건을 경험한 사람들 중 사고피해정도가 큰 집단에서 자살사고가 높은 경우와 사고피해정도가 적은 집단에서 자살사고가 낮은 경우에 자기노출을 했을 때 이후의 주관적 안녕을 높게 지각하였다. 따라서 자기노출은 외상 사건을 경험한 사람들의 사건에 대한 객관적인 이해를 도우며, 외상 사건 피해자들이 일상생활에서 언제든지

실행할 수 있는 경제적이고 효과적인 스트레스 대처방법으로서 활용할 수 있을 것이다.

그리고 본 연구에서 사용한 중단자료는 횡단자료에 비해 인과성 추론의 내적 타당도를 조금 더 높일 수 있으며 조사 자료는 완벽한 인과성을 검증할 수는 없지만 본 연구는 중단 자료를 사용하여 인과관계에 대한 추론을 통해 외상 사건의 영향에 대한 과정을 탐색할 수 있도록 했다. 외상 사건 경험 후 횡단자료만을 분석하게 되면, 외상 사건으로 인한 직후의 반응과 매개하는 변인들이 한꺼번에 혼재되어 있을 가능성이 크다. 따라서 외상 사건의 경험이 어떠한 과정을 거쳐 개인의 안녕을 위협하는지, 또 그 과정에서 어떤 요인들이 어떻게 작용하는지 제대로 알 수 없기 때문에 보호요인이나 중재요인을 알아내는 것 또한 명확하지 않다. 이러한 한계점들을 극복하기 위해 본 연구에서는 타당화된 측정도구와 함께 세 시점의 중단자료를 사용하여 변인들 사이의 인과관계를 추론하고자 하였고, 이를 통해 외상 사건이 개인의 안녕을 저하시키는 전체적인 과정에 대한 경로를 탐색할 수 있었으며, 중재요인의 효과도 확인할 수 있었다.

이어서 본 연구의 제한점에 대해 언급하고자 한다. 우선 본 연구에 참여한 대상자들의 평균 연령이 50세 이상으로 높은 편이다. 따라서 본 연구에서는 태안에 거주하는 아동, 청소년 및 20, 30대 젊은 층인 사람들의 심리적 고통에 대한 정보 및 자기노출의 효과를 반영하지 못해 결과를 일반화 하는데 제한이 따른다. 추후 연구에서는 고령자들뿐만 아니라 다양한 연령층의 주민들을 대상으로 탐색하여 일반화 가능성을 알아볼 필요가 있다.

다음으로는, 외상 사건으로 인한 신체적인

반응을 고려하지 못했다는 점이다. 스트레스에 대한 신체적 반응은 매우 자동적이며 심리적인 반응 못지않게 개인의 주관적 안녕을 저하시키는 중요한 요인으로 작용할 수 있다. 스트레스에 대한 유기체의 생리적 반응을 강조한 Selye의 일반적응증후군 모델에서는 스트레스를 경험한 개인은 만성적 질병을 얻게 되거나 끝내 죽음에까지 이를 수 있다고 이야기한다(Selye, 1982; Brannon & Freist, 2010에서 재인용). 실제로 태안의 경우, 고령인구가 비교적 많은 한국 어촌사회의 특성과 유류사고에서 유기화학물질이 인체에 미치는 부작용으로 인해 다른 외상 사건보다 신체적인 건강 문제의 영향이 클 수 있다.

또한, 애매하거나 모호한 개념들에 대해 보다 명확한 해결을 하지 못했다는 점이다. 본 연구에서 사용한 적대감 측정도구 SCL-90-R은 오랜 시간 전문가들 사이에서 널리 사용되어 왔으며 적대감(Hostility: HOS)을 정신증상 차원의 하나로 측정하고 있다. 그러나 적대감은 정서, 인지 및 행동성분 중에서 인지적인 성분으로 구분될 수 있는데(Spielberger 등, 1985; 김교현, 전경구, 1997에서 재인용) SCL-90-R에서 측정하고자 하는 적대감에 대한 개념은 인지적 속성 뿐 아니라 정서와 행동적인 측면도 포함하고 있다. 따라서 SCL-90-R에서 측정하고자 하는 적대감에 대한 개념을 설명할 때는 Spielberger 등(1985; 김교현, 전경구, 1997에서 재인용)이 분노, 적대감, 공격의 밀접한 관련성을 표현하기 위해 명명한 'AHA(anger-hostility-aggression) 증후군'으로 설명하는 것이 후속 연구에서 발생할 수 있는 적대감의 개념에 대한 혼란을 예방할 수 있을 것이라고 제안한다.

아울러 본 연구에서는 측정하고자 하는 변

인들을 평균값을 기준으로 고집단/저집단으로 분할하여 상호작용 효과분석을 실시하였는데, 자살사고의 경우 평균값이 척도의 점수 범위를 고려했을 때 낮은 수준인 것으로 나타났다. 따라서 평균점수보다 높은 집단이 모두 자살사고가 매우 높은 사람들이라고 단정 지을 수는 없으나 본 연구에서는 변인들의 고집단/저집단 기준을 다소 임의적으로 분할한 점을 고려하여 자살사고가 다소 높은 집단과 낮은 집단으로 구분하여 해석해 볼 수 있겠다. 추후 연구에서는 더욱 타당화된 연구를 위해 자살사고 상태를 자세하게 살펴 볼 수 있는 측정도구의 사용, 자살사고에 대한 심층적인 면담 등을 통해 수정, 보완하여 자살사고에 대해 더욱 구체적으로 검증해보는 것이 필요하겠다.

마지막으로, 자기노출의 중재효과에 대해 자기보고식 측정을 했다는 점이다. 자기노출에 대해 자기보고식으로 측정을 함으로써 노출의 내용, 노출의 목표 등과 같은 여러 가지 혼입될 변인들을 통제 하지 못하였고, 어떤 기제를 통하여 실제로 어떻게 작용했는지 명확하게 예측하기가 어렵다. 따라서 추후연구에서는 실험연구를 통하여 보다 더욱 엄격하게 통제하고, 연구를 진행한다면 훨씬 더 명확한 자기노출의 중재효과를 알아볼 수 있을 것이다. 또한 본 연구에서는 직접적으로 검증하지는 않았지만 성별, 연령, 직업 등 사회인구학적 변인들과 자기노출 효과를 관련지어 살펴본다면 자기노출 효과를 더욱 구체적으로 알아볼 수 있을 것이고, 아울러 더욱 타당한 연구 결과를 얻을 수 있을 것이다.

그러나 본 연구는 보다 일반적인 사람들에게 적용 가능한 외상사건의 영향에 대한 과정을 모형화 하고 중재변인을 탐색하고자하는 시도에 해당하는 연구라고 할 수 있으며, 특

히 외상 사건의 영향에 대한 심리적 과정에 초점을 맞추었다. 따라서 후속 연구에서는 본 연구에서 고려하지 못했던 신체적 반응을 모형에 포함시킴으로써, 외상 사건이 개인의 삶에 미치는 영향에 대해 보다 완전한 이해를 도모할 수 있을 것이다. 또한, 본 연구에서 확인된 자기노출의 중재효과를 보다 엄격한 실험을 통하여 그 효과성을 검증할 수 있다면, 앞으로 외상을 경험하는 사람들에게 치료 뿐 아니라, 예방의 목적으로 일반적인 개입이 가능할 것이다.

참고문헌

- 권석만 (2000). 우울증: 침체와 절망의 늪. 서울: 학지사.
- 권석만 (2009). 현대 이상심리학. 서울: 학지사.
- 김광일, 김재환, 원호택 (1984). 간이 정신 진단 검사 실시요강. 서울: 중앙적성출판사.
- 김교현 (1986). 자기노출 행동이 노출대상에 대한 매력에 미치는 영향. 성균관대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김교현 (1992). 친교 관계에서 자기노출의 기능. 한국심리학회지: 임상, 11(1), 196-222.
- 김교현 (2005). 분노 스트레스 상황에서 자기노출이 생리적 각성, 정서 및 경험 이해에 미치는 효과. 한국심리학회지: 임상, 14(1), 237-252.
- 김교현, 권선중 (2007). 허베이 스프리트호 기름유출사고가 태안 주민들의 심리적 건강에 미친 영향. ECO: 환경사회학연구, 12(1), 83-107.
- 김교현, 권선중 (2008). 허베이 스프리트호 기름유출사고가 주민들의 심리적 건강에 미친 영향. ECO: 환경사회학연구, 12, 83-107.
- 김교현, 권선중 (2009). 태안 주민들의 재난 후 스트레스 반응: 사고 후 2개월과 8개월 시점의 지역별 비교를 중심으로. ECO: 환경사회학연구, 13(1), 89-125.
- 김교현, 김수현, 권선중 (2012). 허베이 스프리트호 기름유출사고 후 3년간의 심리적 부적응 증상 변화 추세: 피해 지역별 차이 비교를 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 17(4), 1045-1065.
- 김교현, 전검구 (1997). 분노, 적대감 및 스트레스가 신체건강에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 2(1), 79-95.
- 김순진, 김 환 (2000). 외상후 스트레스 장애: 충격적 경험의 후유증. 서울: 학지사.
- 김영환, 김지혜, 오상우, 임영란, 홍상황 (2001). PAI 표준화 연구: 신뢰도와 타당도. 한국심리학회지: 임상, 20, 311-329.
- 노진철 (2009). 고도 불확실성의 재난 상황에서 삶의 질 저하에 대한 인지와 소통: 허베이 스프리트호 기름유출 사고를 중심으로. ECO: 환경사회학연구, 13(1), 49-88.
- 박명실 (2005). 대학생 자살위험 집단유형의 분류, 평가 및 집단 상담치료 적용. 중앙대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 신영아 (2007). 대구지하철 화재 부상자들의 시간경과에 따른 정신과적 임상 특성의 변화. 경북대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 오마이뉴스 (2010). <http://www.ohmynews.com>. 2013년 1월 26일 인출.
- 오현자 (2007). 가출청소년의 외상경험에 대한 자기노출이 부적 정서경험과 침입적 외상 재경험에 미치는 영향. 충남대학교 대학원 석사학위 청구논문.

- 우채영, 박아청, 정현희 (2010). 성별 및 학교 급별에 따른 청소년의 인간관계, 스트레스, 우울과 자살생각 간의 구조적 관계. *교육심리연구*, 24(1), 19-38.
- 원호택 (2000). *이상 심리학*. 서울: 법문사.
- 이강찬 (2003). 일반계 고등학생들의 부적응 행동, 공격성, 학교불안과 자살생각과의 관계. *한국교원대학교 대학원 석사학위 청구논문*.
- 이은정 (2005). 신경증과 외향성이 주관적 안녕감에 미치는 영향: 우울과 긍정적 정서의 중요성. *연세대학교 대학원 석사학위 청구논문*.
- 장미희, 김윤희 (2005). 노인의 스트레스, 우울 및 자살생각간의 관계. *정신간호학회지*, 14(1), 33-42.
- 정동하, 정미현 (2011). 청소년 스트레스가 비행행동과 자살생각에 미치는 영향에 관한 경로분석. *한국가족복지학*, 16(3), 171-187.
- 정희진 (2008). 여성의 복합외상경험이 자기역량의 변화와 우울에 미치는 영향. *이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문*.
- 조성겸 (1990). 전화조사 응답자의 표집방법으로서 CNU방법과 비례확률 표집방법의 비교연구. *언론정보연구*, 27, 93-106.
- 한보람 (2012). 경찰 공무원의 외상성 사건과 PTSD 증상 및 우울의 관계: 직무스트레스의 조절 효과. *성신여자대학교 대학원 석사학위 청구논문*.
- 한덕웅, 박준호, 김교현 (2004). 스트레스 사건에 관한 자기노출, 반복생각 및 정서경험이 신체건강에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 9(1), 99-130.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 167-177.
- 홍세희 (2001). 임상심리학의 이론의 경험적 검증을 위한 최신 연구방법론: 구조방정식 모형을 이용한 매개모형과 잠재평균 모형의 분석. *한국임상심리학회 워크샵 자료집*.
- Adixon, W. A., Rumford, K. G., Heppner, P., & Lips, B. J. (1992). Use of different sources of stress to predict hopelessness and suicide ideation in a college population. *Journal of Counseling Psychology*, 39, 342-349.
- American Psychiatric Association (1994). *정신장애의 진단 및 통계 편람 제4판*. (이근후 외 역). 한국: 하나의학사.
- Brannon, L., & Freist, J. (2010). *건강 심리학*. (한덕웅 외 역). 서울: 센게이지러닝코리아(주).
- Calhoun, K. S., & Resnick, P. A. (1993). Posttraumatic stress disorder. In D. H. Barlow (Ed.), *Clinical Handbook of Psychological Disorder* (pp.48-98). New York: Guilford.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, and N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The Foundation of Hedonic Psychology*. New York: Russell-Sage.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (2000). Subjective emotional well-being. In M. Lewis and J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of Emotion* (pp. 325-414). New York: Guilford Press.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Klein, K., & Boals, A. (2001). Expressive writing can increase working memory capacity. *Journal of Experimental Psychology: General*, 130(3), 520-533.

- Mcfarland, C., & Alvaro, C. (2000). The impact of motivation on temporal comparisons: Coping with traumatic events by perceiving personal growth. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 327-343.
- Meffert, S., Metzler, T., Henn-Haase, C., McCaslin, S., Inslicht, S., Chemtob, C., et al. (2008). A Prospective study of trait anger and PTSD symptom in police. *Journal of Trumatic Stress*, 21(4), 410-416.
- Paez, D., Velaco, C., & Gonzalez, J. L., (1999). Expressive writing and the role of alexithymia as a dispositional definition self-disclosure and psychologica health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 630-641.
- Pennebaker, J. W., & Beall, S. K. (1986). Confronting a traumatic event: Towards an understanding of inhibition and disease. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(3), 274-281.
- Pennebaker, J. W. (1988). Confiding traumatic experience and health. In S. Fisher and J. Reason (Eds.), *Handbook of Life Stress, Cognition and Health* (pp.669-682). New York: John Wiely & Sons.
- Pannebaker. J. W. (1992). Inhibition as the linchpin on health. In H. S. Friedman (Ed.), *Hostility, coping, & health* (pp.127-139). Washington, DC: American Psychological Association.
- Pennebaker, J. W. (1997). Writing about emotional experiences as a therapeutic process. *American Psychological Society*, 8, 162-166.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Schimmack, R., Oishi, S., Furr, R. M., & Funder, D. C. (2004). Personality and Life Satisfaction: A Facet-Level Analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(8), 1062-1075.
- Sieber, J. E. (1977). *Anxiety, Learning, and Instruction*. New York: John Wiley & Sons.
- Stiles, W. B. (1987). I have no talk somebody: A fever model of disclosure. In V. J. Derlega & J. H. Berg (Eds.), *Self-disclosure* (pp. 257-282). New York: Plenum Press.
- White, J. L. (1989). *The Troubled Adolescent*. New York: Pergamon Press.
- Wilburn, V. R., & Smith, D. E. (2005). Stress, self-esteem, and suicidal ideation in late adolescents. *Adolescence*, 40, 33-45.

원고접수일 : 2014. 03. 20.

수정원고접수일 : 2015. 02. 11.

게재결정일 : 2015. 02. 11.

Effects of Negative Emotion Experience and Suicide Ideation from Traumatic Events on Subjective Well-being: Moderating Effect of Self-disclosure

MinJung Kim

SooHyun Kim

KyoHeon Kim

Department of Psychology, Chungnam National University

The purpose of this study was to examine stress response of people who have experienced a disaster and to determine stress coping methods for victims in order to minimize suffering from stress resulting from the Hebei Spirit oil spill accident, which occurred in the Taean coastal area on December 7th, 2007. A total of 186 residents of Taean aged older than 20s were chosen for this study. The subjects were interviewed by telephone three times; first in Feb 2008, second in Sep 2008, and third in Sep 2009. First, a path model was built up using older data collected, and was analyzed. Next, hierarchical regression was used to examine whether self-disclosure intervenes in the process in which suicide ideation after traumatic events lowers subjective well-being. It was found that the worse damage suffered by Taean residents, the more depression, anxiety, and hostility for the first test. It was also reported that the worse damage they suffered, the higher the score for suicide ideation for the second test. In addition the first time-point depression score decreased the second suicide ideation and the third subjective well-being. Likewise suicide ideation on the second test decreased the third subjective well-being. The level of damage had an effect on suicide ideation by depression as a mediator, and the level of damage also influenced the subjective well-being by depression and suicide ideation as mediators. Next, three factors interaction effect of level of damage, suicide ideation, and self-disclosure were statistically significant. In the discussion, other limitations and suggestions for future study were presented.

Key words : traumatic event, stress response, self-disclosure, subjective well-being