

The Effect of a Growth-Writing Program on the World Assumptions and Fear of Intimacy of Survivors of Dating Violence

Hye In Hong Myoung Ho Hyun[†]

Department of Psychology, Chung-Ang University, Seoul, Korea

This research examines the effect of a growth-writing program on the world assumptions and fear of intimacy of survivors of dating violence. Research subjects included women between 19 and 38 years who had experienced dating violence and were not currently dating. The writing practice was completed during four days, and participants' world assumptions (WAS) and fear of intimacy (FIS) were measured before and after the program and in the follow-up (2 weeks) period. The number of participants in the growth-writing, expressive-writing, and control groups was 10, 11, and 7 respectively. Analyses were performed using, one-way ANOVA, repeated measurement ANCOVA, and paired sample *t*-test. Results indicated that, the first hypothesis, which proposed that a growth-writing program would enhance positive world assumptions in survivors of dating violence, was mostly supported. Although scores on world assumptions did not increase significantly immediately after finishing the growth-writing program, they showed significant improvements during the follow-up phase. On the other hand, the second hypothesis, which proposed that a growth-writing program would reduce the fear of intimacy in survivors of dating violence, was proven invalid. This study's results indicated that, although four days of treatment could not improve the world assumptions of survivors of dating violence, it was confirmed that it could have a positive effect in the long term. However, results also implied that there is a limit for self-disclosure in reducing fear of intimacy in human relationships. Finally, the significance and limitations of the study are described, and suggestions for future research are provided.

Keywords: growth-writing program, dating violence survivor, world assumptions, fear of intimacy

이성교제는 미혼남녀가 서로에 대한 애정을 가지고 만남을 시작하는 것으로 20~30대 시기에 발달상 자연스러운 현상이다. 개인은 이 성교제를 통해 자신의 정체감과 친밀감을 형성하고(Furman & Wehner, 1994) 이성과 적응하는 방법을 학습하며 대인관계 기술을 향상시킨다(Park, Shin, & Kim, 2012). 특히 이성교제에서의 남녀관계는 다른 사회적 관계에 비해 상호작용 빈도가 높아 서로에 대한 영향력이 매우 강하다. 이에 따라 의견의 불일치가 비교적 많이 발생하고(Gelles & Straus, 1979), 부정적 양상의 한 형태로 데이

트 폭력이 발생할 가능성이 높다.

데이트 폭력은 결혼하지 않은 상태에서 교제하는 사람 간에 발생하는 신체적, 심리적, 성적 폭력(Lee, Hyun, & Yoo, 2007)을 말한다. 신체적 폭력은 물리적 힘이나 도구를 이용한 위해(危害) 행동으로, 상대방의 신체에 고통과 상해를 가할 의도를 갖고 수행한 것이다. 예를 들어, 뺨 때리기, 물건 던지기 등이 해당된다. 심리적 폭력은 언어나 비언어적 형태로 이루어지는 폭력이다. 고함치기, 침묵으로 저항하기 등이 여기에 속한다. 마지막으로 성적 폭력은 상대방이 동의하지 않음에도 성적 행위를 강요하는 것이다. 예를 들어, 신체 일부의 밀착접촉, 성교 강요하기 등이 있다.

데이트 폭력의 피해자는 외상을 야기한 대상이 사람이고 고의성이 개입되어 있다는 점에서 자연재해나 교통사고 피해자에 비해 더 큰 심리적 고통을 경험한다(Allen, 2008/2010). 대인 간 외상의 주요 형태인 가정폭력과 아동학대 등에 대한 연구(Briere & Runtz,

[†]Correspondence to Myoung Ho Hyun, Department of Psychology, Chung-Ang University, 84 Heukseok-ro, Dongjak-gu, Seoul, Korea; E-mail: hyunmh@cau.ac.kr

Received Apr 6, 2018; Revised Aug 10, 2018; Accepted Aug 15, 2018

This work was based on the master's thesis of Hye In Hong, was presented at the 2015 convention of the Korean Clinical Psychological Association.

1988; Browne & Finkelhor, 1986; Hotaling & Sugarman, 1986)에 더하여 사회적 상호작용의 측면에서 영향력이 큰 미혼 남녀 간에 발생하는 데이트 폭력 역시 주목할 필요가 있다(Lewis & Fremouw, 2001).

데이트 폭력은 이를 경험한 피해자에게 인지, 정서, 사회적으로 부정적인 영향을 미친다. 특히 폭력 당시 상황에 대한 침투기억과 위험신호에 대한 과잉경계(Walker, Torkelson, Katon, & Koss, 1993)는 폭력 피해자에게서 빈번히 관찰되는 증상이다. 또한 세상과 타인 그리고 자신에 대한 관점이 변화하여(Lilly, Howell, & Graham-Bermann, 2015) 부정적 세계관이 형성되기도 한다. 정서적 측면에서는 우울, 불안, 분노(Bohn & Holz, 1996; Fergusson, Swain-Campbell, & Horwood, 2002)를 경험하거나 무기력감과 두려움(Burgess & Holmstrom, 1974; Koss & Cook, 1998)을 호소할 수 있다. 사회적 상호작용의 어려움, 대인관계의 결함(Cook, Riggs, Thompson, Coyne, & Sheikh, 2004)과 같은 사회적 기능의 저하 현상도 인지적, 정서적 어려움과 더불어 나타날 수 있다.

개인은 성장하면서 세상과 타인, 자기 자신에 대한 고유의 인지 도식을 형성한다. 이러한 인지 도식은 새로운 정보에 직면했을 때, 주의 및 해석을 위한 안내자로서 개인이 해당 정보를 받아들이거나 수정하게 한다. 이를 Janoff-Bulman(1989)은 ‘기본 세계관’이라고 명명하였다. 기본 세계관은 세상이 선하고 우호적이라는 가정, 합리적인 세상에 대한 가정, 가치 있는 자기에 대한 가정으로 구성되어 있다. 데이트 폭력과 같이 기본 세계관과 배치되는 심리적 충격을 경험하게 되면, 궁정적 세계관은 조각나고 세상은 위험한 곳이며, 타인은 믿을 수 없고 내면세계는 부적절하다는 부정적 인지 도식을 형성하게 된다(Janoff-Bulman, 2006). 이것이 바로 ‘조각난 세계관’이다.

선행연구를 보면, 외상을 경험한 학생은 세상과 자기 자신에 대해 부정적 인지를 형성하였는데 이러한 부정적 인지는 외상 후 스트레스 장애를 예언하였다(Jee & Cho, 2015). 또한 친밀한 파트너에 의한 심각한 폭력과 이후의 기본 세계관은 부적 상관이 있었다(Lilly et al., 2015). 더불어 피해를 경험한 대학생 집단이 피해를 경험하지 않은 집단에 비해 세상을 우호적으로 보지 않고 자신을 부정적으로 인식한다는 연구도 있다(Janoff-Bulman, 1989).

인간은 사회적 존재이기 때문에 타인과 친밀한 관계를 맺고자 하는 기본 욕구를 가지고 있다. 그러나 이러한 욕구 이면에는 다른 사람과 가까워짐으로써 자신의 정체성을 상실할 수 있다는 불안과 자신의 생각과 감정을 타인과 공유하여 정신적 일체감을 느끼고 싶은 상반된 동기가 공존한다(Han, 2005; Sullivan, 2013). 만일 정체성 상실에 대한 불안이 비정상적으로 증가하면 타인과 친밀해

지고자 하는 동기를 포기하게 된다. 이처럼 자신의 생각과 느낌을 개방하지 못하여 친밀감 형성에 어려움을 겪는 특성을 ‘친밀한 관계에 대한 두려움’이라고 한다(Descutner & Thelen, 1991). 친밀한 관계에 대한 두려움은 불특정한 사람이 아닌 의미 있는 감정적 교류가 전제된 밀접한 관계에서 나타난다는 점에서 사회불안과 차이가 있다. 친밀한 관계에 대한 두려움은 개인 정보를 타인과 공유하는 것을 꺼리는 비공유, 친밀한 관계를 형성한 사람과 서로에 대한 강한 감정을 보이지 않는 감정의 은폐, 친밀한 관계에 있는 사람에 대해 신뢰나 존중감이 결여된 취약성이라는 세 가지 형태로 나타난다.

데이트 폭력과 같은 대인 간 외상은 자신을 개방하고 타인과 가까워지는 것에 대한 두려움을 야기하며 결과적으로 다른 사람과 친밀한 관계를 형성하고 유지하는 능력을 저하시킨다(Dekel, Solomon, Elklit, & Ginzburg, 2004; Herman, 1992). 선행연구에서도 어린 시절 피학대경험이 있는 사람(Repic, 2007)이나 강간 생존여성 (Thelen, Sherman, & Borst, 1998)이 친밀한 관계에 대한 두려움을 크게 보고하였다. 더불어 성적 및 신체적 학대를 복합적으로 경험하거나 강렬한 심리적 학대를 경험한 경우에 친밀한 관계에 대한 두려움이 높게 나타났다(Davis, Petretic-Jackson, & Ting, 2001).

외상 사건은 이를 경험한 사람에게 새로운 많은 정보를 던져준다. 외상 기억은 초기에 파편화된 형태로 작업 기억에 저장되었다가 이후 외상관련 사고, 이미지, 꿈, 감정 등의 형태로 의식 수준에 반복하여 나타난다. 이때 사람들은 부인, 회피, 억압 등의 방식으로 이러한 침투기억을 처리하려고 한다. 그러나 이는 적응적인 대처방식이 아니어서 외상 기억과 인지 도식 사이의 불일치를 줄이지 못한다(Horowitz, 1986). 그러므로 자기노출과 같은 적응적 대처를 통해 외상 사건을 재평가하거나 기존 인지 도식을 확장하는 방식으로 새로운 정보를 통합할 필요가 있다.

데이트 폭력과 같이 심리적으로 중요한 사건을 겉으로 드러내지 않고 억제하는 것은 장기적인 측면에서 질병 및 기타 스트레스 관련 장해의 발생 위험을 증가시킨다(Selye, 1976). 그러므로 억압과 회피로 인해 표현하지 못했던 외상관련 사고와 정서를 효과적으로 노출할 수 있게 도와주는 것이 중요하다(Stiles & Shapiro, 1995).

자기노출과 인지적 재구성을 촉진할 수 있는 개입에 글쓰기 치료가 있다. 글쓰기는 자기노출을 통해 정서를 정화하는 효과가 있다(Greenberg & Stone, 1992; Greenberg, Wortman, & Stone, 1996; Pennebaker, 1993). 그뿐만 아니라 글쓰기는 다른 사람에게 직접 자신의 어려움을 이야기하는 것보다 정서적으로 안전하다는 특징이 있다. 대인관계 상황의 자기노출은 상대방으로부터 부정적 반응을 받을 수 있는 위험을 내포하고 있는데 이러한 점으로 인해 일

부는 대인관계 상황에서 자신의 사적 감정이나 생각을 노출하는 것을 불편해하여 긍정적인 자기노출을 방해한다(Ifeagwzi, 2008). 반면, 글쓰기는 타인을 배제한 개인적 작업이기 때문에 시간과 장소의 제약이 없으며 자기노출로 인한 심리적 부담감과 압박감이 상대적으로 적다. 이러한 점에서 글쓰기는 데이트 폭력 피해자에게 적절한 개입이 될 수 있다.

데이트 폭력과 같은 대인외상 경험자를 대상으로 글쓰기 개입을 실시한 연구결과도 글쓰기가 피해자에게 긍정적 영향을 준다는 사실을 보여준다. 친밀한 파트너로부터 폭력을 경험한 여성에게 외상에 초점을 둔 글쓰기를 실시했을 때, 중립적인 주제에 대해 글을 쓴 집단과 비교하여 우울감이 낮아졌다(Koopman et al., 2005). 또한 용서 글쓰기를 한 대학생 성 피해자의 경우 수치심과 우울감이 감소하였고 외상 후 성장을 보고하였다(Ha, Bae, & Hyun, 2011). 용서 글쓰기 치료를 한 대인외상 경험자는 희망이 증가하였고 공감적 이해, 정적 정서 및 고차원적 사고가 촉진되었으며 부적 정서가 해소되었다(Park & Hong, 2010).

심리치료를 위해 사용되기 시작한 글쓰기에 표현글쓰기가 있다. 이는 외상 사건에 대한 자신의 깊은 감정과 생각을 자유롭게 쓰게 하여 신체와 정신 건강을 향상시키는 기능을 한다(Pennebaker & Beall, 1986). 그러나 이러한 비구조적 글쓰기는 주제선택에 글쓴이의 편향이 작용할 수 있고, 역기능적 반추사고에 몰입할 경우 치료 효과는 현저히 떨어진다(Pennebaker, Mayne, & Francis, 1997; Suedfeld & Pennebaker, 1997). 국내 글쓰기 치료 연구를 메타 분석한 결과는 비구조적 글쓰기가 구조적 글쓰기에 비해 효과크기가 작았다(Lee, 2014).

표현글쓰기에 대한 대안으로 외상 후 성장모델(Tedeschi, Park, & Calhoun, 1998)에 바탕을 둔 성장글쓰기가 있다. 이는 구조적 글쓰기로써 노출, 재평가, 이점 찾기라는 일련의 인지행동적 처리과정이 하나의 글쓰기 과정에 통합된 것이다. 이를 ‘다중정서처리 과정’이라 한다(Guastella & Dadds, 2009). 우선 노출 단계에서는 회피하고 억압했던 외상기억에 대한 점진적 습관화(Foa & Kozak, 1986)를 경험한다. 그 후 심리적 고통을 야기하는 원인을 파악하고 부정적 신념과 역기능적 인지 도식을 재평가하는 단계를 거친다(Davey, 1997; Ehlers & Clark, 2000; Janoff-Bulman, 1989). 마지막으로 이점 찾기를 통해 외상 경험의 세계, 타인, 자신에 대한 믿음에 미치는 영향과 그것의 긍정적 의미를 생각해보고 현재에 머물러 있는 관점을 미래까지 확장하는 인지 도식의 재구조화에 초점을 둔다(Burt & Katz, 1987; Taylor, Lichtman, & Wood, 1984). 특히, 이점 찾기 과정은 외상 후 성장과 관련이 큰 단계로서(Guastella & Dadds, 2009) 외상 후 형성된 부정적 인지와 외상 후 성장의 관계를 조절하

는 요인으로 용서가 중요하게 언급된다(Park & Chung, 2016).

Baumeister, Exline과 Sommer(1999)는 용서를 개인내적 용서와 대인관계적 용서로 구분하였다. 개인내적 용서는 피해자의 심리적, 정서적 상태의 변화를 의미하는 것인 반면, 대인관계적 용서는 가해자와 관계를 회복하고 친사회적인 행동을 보이려는 의도와 관련 있다. 그러나 대인관계적 용서는 외상을 경험한 피해자의 부정적 정서를 유의하게 감소시키지 못하였고 오히려 가해자와의 화해를 유도하는 방식은 외상 피해자의 불안 증가와 관계가 있었다(Cardi, Milich, Harris, & Kearns, 2007). Cha, Hyun, Ra와 Yoon(2009)의 연구에서도 대인관계적 용서에 비해 개인내적 용서가 부정적 정서를 유의하게 감소시킨 것으로 나타났다. 이처럼 외상 후 부정적 인지로부터 외상 후 성장으로 나아가기까지 개인 내적 심리적, 정서적 상태의 변화가 효과적이어서 성장 글쓰기 단계의 이점 찾기는 자기 용서에 기반한 개인내적 상태의 변화에 초점을 두었다.

대학생 198명을 대상으로 성장글쓰기와 정서 글쓰기의 효과를 비교한 연구(Guastella & Dadds, 2008)에서는 성장글쓰기가 장기적인 효과가 더 커졌다. 특히 노출 단계는 침투 및 회피 증상을 감소시켰고, 이점 찾기 단계는 긍정적 성장을 증진시키는 역할을 하였다. 또한 성장글쓰기 집단이 표현글쓰기 집단과 비교하여 용서 수준이 증가하였고(Choi, 2015), 소아암 환아 어머니의 불안, 죄책감, 희망에 긍정적인 영향을 주었다(Jeong, Heo, & Hyun, 2017).

상기 내용을 종합해 보았을 때, 성장글쓰기의 치료적 특징은 데 이트 폭력 피해자가 경험하는 기본 세계관 문제와 친밀한 관계에 대한 두려움에 도움을 줄 것이다. 우선, 성장글쓰기의 구조화된 지시문은 부정적 관점에서 긍정적 관점으로 주의를 전환하게 한다. 또한 인지적 적응 모델에 의하면, 외상 경험으로부터 이점 및 의미를 찾는 것은 적응적인 대처과정이다. 경험으로부터 얻은 이익 혹은 교훈 등을 강조함으로써 피해자는 그래도 세상은 우호적이고 공정하며 자신은 가치 있는 사람이라는 믿음을 유지할 수 있다. 다시 말해, 이점 찾기 단계는 외상경험으로 인한 부정적 정서를 보다 효과적으로 다루게 하고, 인지적 측면에서 자기 효능감을 향상시킨다. 나아가 자기 자신 그리고 삶의 긍정적인 면에 초점을 두고 폭력의 의미를 재해석하도록 함으로써 새로운 의미와 관점으로 외상 후 삶에 적응할 수 있게 한다(Janoff-Bulman, 2004).

선행연구를 보았을 때, 역경으로부터 이점을 찾는 과정이 개인으로 하여금 자신, 타인, 세계를 보는 관점을 재형성하는 데에 도움을 주었다(Affleck & Tennen, 1996). 이러한 점에서 이점 찾기 단계를 포함한 성장글쓰기의 다중정서처리 과정은 역기능적 인지 수정에 초점을 두는 효과적인 인지행동치료(Seo & Chae, 2006)를 확장하여 데이트 폭력 피해자의 기본 세계관 개선에 보다 긍정적 영향을

줄 것으로 보인다.

성장글쓰기와 같이 비사회적인 표현방식은 특히 사회관계망 안에서 자기노출을 제한해야 한다고 생각하는 사람에게 유용하다. 사람과 직접 접촉하지 않고 개인 공간에서 스트레스관련 사고 및 미해결된 감정을 안전하게 마주하고 처리할 수 있기 때문이다 (Lepore, Greenberg, Bruno, & Smyth, 2002). 그러므로 글쓰기를 통한 자기노출은 현실 속 대인관계에서 불안과 두려움을 최소화하면서 자신을 드러내기 위한 연습과정에 해당된다.

Lee, Heo와 Hyun(2015)은 용서글쓰기 치료가 불안적 애착 경험 청소년의 분노, 불안과 더불어 친밀한 관계에 대한 두려움을 효과적으로 낮추었음을 확인하였다. 아울러 Kim과 Song(2014)은 아동기 정서적 학대 경험과 친밀한 관계에 대한 두려움 관계를 자기체계의 손상이 완전 매개한다고 하였다. 이처럼 글쓰기를 통한 부정적 정서의 정화효과는 친밀감과 같은 긍정적 정서 및 동기유발에 기여 할 수 있다. 또한 손상된 자아상의 회복을 통해 데이트 폭력으로 인해 높아진 친밀한 관계에 대한 두려움의 수준을 감소시킬 것이다. 본 연구에서는 성장글쓰기 프로그램이 데이트 폭력 피해자의 기본 세계관과 친밀한 관계에 대한 두려움 개선에 미치는 영향을 알아보자 한다. 지금까지의 논의에 근거한 본 연구의 가설은 다음과 같다.

가설 1. 성장글쓰기 프로그램은 데이트 폭력 피해자의 긍정적 세계관을 증가시킬 것이다.

가설 2. 성장글쓰기 프로그램은 데이트 폭력 피해자의 친밀한 관계에 대한 두려움을 감소시킬 것이다.

연구 방법

연구대상

데이트 폭력 피해 여부를 확인하기 위해 과거 이성교제 경험이 있으나 현재는 이성교제 중이 아닌 만 19세부터 만 38세까지의 여성 을 대상으로 갈등책략척도(CTS-2)를 실시하였다. 자발적으로 설문에 응답한 사람 중 척도 총점이 25점 이상이면서 마지막 폭력을 경험하고 3주 이상 경과한 사람에게 프로그램 참여를 요청하였다. 3주 이상을 기준으로 한 것은 심리적 외상을 경험한 사람이 약 1~3 주 사이에 가장 큰 심리적 혼란을 경험하므로 이 시기에는 글쓰기를 시작하는 것이 적절하지 않다는 연구결과에 근거한 것이다 (Pennebaker & Beall, 1986).

동의서 작성 순서대로 참여자를 성장글쓰기 프로그램 집단, 표현글쓰기 프로그램 집단에 할당하고자 하였으나 개인사정으로 글쓰기 참여가 어려운 사람은 통제 집단에 배정하였다. 그 결과 각 집

단에 14명씩 총 42명이 배정되었다. 글쓰기 프로그램 참가자 중, 1회 기 참여 후 개인사정으로 참여를 포기한 사람은 성장글쓰기 집단 1명, 표현글쓰기 집단 2명이었으며, 통제 집단 1명은 연락이 두절되어 제외하였다.

연구도구

데이트 폭력

연인과 갈등이 생겼을 때, 상대방이 자신에게 사용했던 갈등책략을 측정하기 위해 Straus, Hamby, Boney-McCoy와 Sugarman(1996)의 The Revised Conflict Tactics Scales(CTS-2)를 Kim과 Kim(1999)이 번안한 것을 사용하였다. 데이트 폭력 척도는 신체적 폭력 7문항, 심리적 폭력 11문항, 성적 폭력 4문항, 총 22문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 1점(없음)에서 5점(매우 자주)으로 평정하며, 전체 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .91이었다.

기본 세계관

선하고 우호적인 세상, 의미 있는 세상, 가치 있는 자기라는 명제에 동의하는 정도를 측정하기 위해 Janoff-Bulman(1989)이 개발한 World Assumptions Scale(WAS)을 연구자가 번안하였다. 우선 연구자가 문항을 한글로 번역한 후 이중언어(한국어/영어)를 사용하는 임상심리학 석사과정생 1명이 검토하였다. 이어서 다른 이중언어자(한국어/영어)는 번역한 한글 문항을 역번역하였다. 마지막으로 다른 임상심리학 석사과정생 1명이 한글로 재번역한 문항과 연구자가 번안한 것을 비교하여 수정하였다. 최종 문항은 연구진이 함께 검토하여 확정하였다. 탐색적 요인분석을 실시한 결과, 이 척도는 선하고 우호적인 가정 8문항, 공정성, 통제력, 무작위성, 자기가 치, 자기통제력, 행운 각 4문항씩 7개 하위영역에 총 32문항으로 구성되었다. 각 문항은 1점(매우 동의하지 않음)에서 6점(매우 동의함)으로 평정하고, 전체 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .84로 나타났다.

친밀한 관계에 대한 두려움

친밀한 관계에서 나타나는 심리적 불안은 Han(2005)이 번안한 Descutner와 Thelen(1991)의 Fear of Intimacy Scale(FIS)을 사용하여 측정하였다. 이 척도는 현재 친밀한 관계에서 나타나는 심리적 불안을 측정하는 30문항, 과거의 일반적인 대인관계 양상을 측정하는 5문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 현재 친밀한 관계에 대해 측정한 30문항만을 분석에 사용하였다. 각 문항은 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)으로 평정하고, 전체 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .92였다.

연구절차

본 연구는 중앙대학교 기관윤리심의위원회의 승인을 받아 진행하였다.

Pennebaker(2000)는 단회기보다 3회 이상, 그리고 1회기당 최소 15분 이상이 적절하다고 제안하였고, 국내 글쓰기 치료에 대한 메타 분석 연구(Lee, 2014)에서도 회기당 15~20분 정도로 3~4회기의 글쓰기를 하는 것이 일반적인 형태로 나타났다. 이에 따라 본 연구에서는 성장글쓰기의 기본 모델(Guastella & Dadds, 2009)을 참고하여 회기당 최소 20분인 4회기의 글쓰기 프로그램을 구성하였다.

치료결과 측면에서 손 글씨와 타자를 통한 글쓰기의 차이가 없다는 선행연구(Brewin & Lennard, 1999)를 기반으로 참여자에게 방문 글쓰기와 온라인 글쓰기 중 편한 방식을 선택하게 하였는데 모든 글쓰기 참여자가 온라인 글쓰기를 선택하였다. 이에 따라 연구자는 총 4회기 동안 E-mail을 통해 참여자가 원하는 시간에 글쓰기 자료를 발송하고 동시에 확인 문자를 전송하였다. 글쓰기 자료는 12시간 이내에 작성하여 연구자에게 회신할 것을 요청하였다.

사후 설문지의 경우 마지막 처치 자료와 함께 E-mail로 전달되었으며, 추수 설문지는 프로그램 종료 2주 후에 문자로 발송되었다. 통제 집단에는 글쓰기 프로그램이 제공되지 않았고, 문자를 통해 사후, 추수 설문지만 전달하였다. 연구에 참여한 연구대상자 중 회신이 늦어져 사전-사후 응답기간이 5일 이상인 성장글쓰기 집단 2명, 표현글쓰기 집단 1명, 통제 집단 5명과 사후 응답 이후 추수 설문지 완료까지 15일 이상 소요된 성장글쓰기 집단 1명, 표현글쓰기 집단 1명, 통제 집단 1명은 분석에서 제외되었다. 결과적으로 성장글쓰기 집단 10명, 표현글쓰기 집단 11명, 통제 집단 7명의 자료가 분석되었다. 사전-사후 글쓰기 기간의 경우, 성장글쓰기 집단 4일 ($SD = .516$), 표현글쓰기 집단 4일($SD = .522$)로 나타났으며, 사후-추수 기간은 모두 14일로 동일하였다.

성장글쓰기

성장글쓰기 프로그램은 Guastella와 Dadds(2009), Choi(2015), Jeong, Heo와 Hyun(2015)의 성장글쓰기 프로그램을 참고하여 총 4회기로 구성하였다. 구체적인 프로그램 구성은 다음과 같다.

1회기는 과거 데이트 폭력 상황을 떠올리며 ‘현재’가 아닌 ‘당시 상황’에 초점을 맞추어 경험과 느낌, 감정, 생각 등을 최대한 자세하게 쓰도록 하였다. 2회기는 데이트 폭력 경험 중에서 현재 자신을 고통스럽게 하는 원인과 그 이유를 찾고 이를 지금까지 해보지 않았던 방향으로 재평가하도록 하였다. 3회기는 데이트 폭력으로 어떤 삶의 변화가 있었는지를 나, 타인, 세상의 측면에서 생각해보게 하였으며, 그 안에 긍정적인 이점은 없었는지 탐색하게 하였다. 4회

기는 지난 회기에서 찾은 변화와 긍정적 이점을 기반으로 앞으로 자신의 미래가 어떠할지 적어보게 하였다.

표현글쓰기

표현글쓰기 프로그램은 Pennebaker & Beall(1986)과 Pennebaker (2004)의 “글쓰기 치료” 프로그램을 참고하여 총 4회기로 구성하였다. 구체적인 표현글쓰기 프로그램은 4일 동안 자신이 경험한 데 이트 폭력에 대한 감정과 생각을 주제 및 형식에 구애받지 않고 자유롭게 작성하는 것이었다.

자료 분석

본 연구에서 자료는 SPSS 18.0을 사용하여 분석하였다. 처치 전 집단 간 동질성 여부를 확인하기 위해 연령과 사전 점수를 대상으로 일원배치 분산분석을 하였다. 각 집단과 측정시기의 기본 세계관, 친밀한 관계에 대한 두려움 차이를 확인하기 위해 3(집단) \times 3(측정 시기) 반복측정 공분산분석을 하였다. 마지막으로 개별 집단의 측정시기에 따른 효과를 알아보기 위해 사전-사후, 사후-추수, 사전-추수 대응표본 t-검증을 하였다.

결 과

기술 통계 및 집단 간 사전 동질성 비교

성장글쓰기 집단, 표현글쓰기 집단, 통제 집단의 인구통계학적 측정치와 연구변인의 사전, 사후, 추수 평균과 표준편차는 Table 1에 제시하였다.

성장글쓰기와 표현글쓰기 프로그램에 참가한 최종 21명의 연령 분포는 만 19세에서 만 29세로 평균 23.18세($SD = 2.55$)였으며, 직업은 학생 20명(71.4%), 직장인 4명(14.3%), 무직 2명(7.1%), 기타 2명(7.1%)이었다. 이성교제 대상자 수는 4인 이상 10명(35.7%), 3인, 2인, 1인이 각각 6명(21.4%)이었다. 참가자 파트너의 연령은 평균 23.68 ($SD = 4.00$, 분포 만 16세에서 만 31세)세였으며, 직업은 학생 18명 (64.3%), 직장인 8명(28.6%), 무직 2명(7.1%)이었다. 파트너와의 교제 기간은 최소 1개월에서 최대 3년 8개월이었으며, 평균 11.75개월 ($SD = 10.46$)로 나타났다. 관계 종결의 경우, 본인 종결 18명(64.3%), 상대방 종결 7명(25%), 합의 종결 3명(10.7%)이었다. 여기서 관계 종결은 데이트 폭력이 있었던 상대방과의 관계 종결을 의미하며, 데이트 폭력이 있었던 관계가 2회 이상인 참가자는 가장 마지막 데이트 폭력이 있었던 관계의 상대방을 떠올리며 응답하게 하였다.

성장글쓰기 집단, 표현글쓰기 집단, 통제 집단의 동질성을 확인하기 위해 연령, 글쓰기 기간, 회기당 글쓰기 시간 및 사전검사 측정

Table 1. Pre-test, Post-test, Follow-up Results of Growth Writing, Expressive Writing, Control Group

	Growth writing group (n=10)			Expressive writing group (n=11)			Control group (n=7)		
	M (SD)			M (SD)			M (SD)		
	Pre	Post	Follow	Pre	Post	Follow	Pre	Post	Follow
Age	23.90 (3.41)	-	-	22.73 (1.68)	-	-	22.86 (2.41)	-	-
Dating violence	34.90 (12.63)	-	-	33.54 (5.26)	-	-	29.71 (8.32)	-	-
Psychological violence	21.80 (9.77)	-	-	20.27 (3.93)	-	-	17.43 (5.77)	-	-
Physical violence	8.30 (2.75)	-	-	7.64 (1.02)	-	-	7.57 (.98)	-	-
Sexual violence	4.80 (1.55)	-	-	5.64 (2.20)	-	-	4.71 (1.89)	-	-
World assumption	115.80 (10.00)	119.70 (15.39)	125.90 (11.61)	114.55 (16.36)	125.55 (13.74)	117.55 (9.68)	124.14 (18.11)	121.43 (17.85)	120.43 (19.39)
Fear of intimacy	66.80 (23.27)	61.00 (21.88)	59.50 (20.94)	79.45 (12.82)	78.90 (15.16)	76.45 (16.15)	73.29 (25.77)	74.14 (27.91)	75.14 (28.32)

Table 2. Variance Analysis of World Assumption According to the Group and Time

	SS	df	MS	F
Within group				
Time	164.83	2	82.42	1.88
Group*Time	821.67	4	205.42	4.68**
Error	2,020.50	46	43.92	
Between group				
Group	90.06	2	45.03	.08
Error	13,421.94	23	583.56	

** $p < .01$.

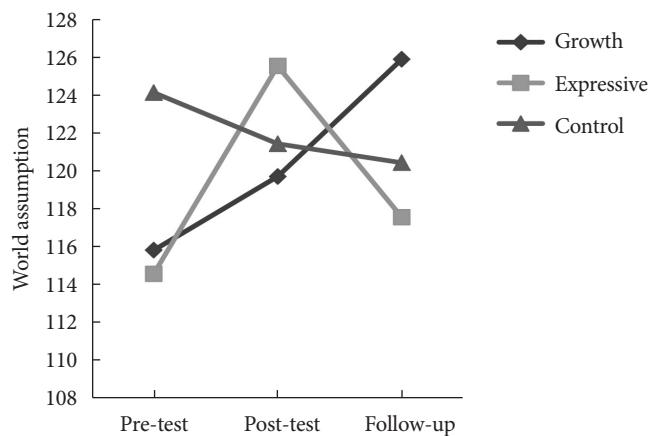
치에 대한 일원 분산분석을 실시하였다. 그 결과 글쓰기 기간, $F(1,19) = 1.24$, 1회기 글쓰기 시간, $F(1,19) = 4.20$, 2회기 글쓰기 시간, $F(1,19) = .15$, 3회기 글쓰기 시간, $F(1,19) = 1.55$, 4회기 글쓰기 시간, $F(1,19) = 2.02$, 데이트 폭력, $F(2,25) = 1.60$, 기본 세계관, $F(2,25) = 1.20$, 은사전점수의 집단 간 차이가 발견되지 않았다. 그러나 연령, $F(2,25) = 3.81$, $p = .036$, 과 친밀한 관계에 대한 두려움, $F(2,25) = 4.88$, $p = .016$, 은 사전점수의 집단 간 차이가 있었다.

성장글쓰기 프로그램 효과 검증

성장글쓰기가 기본 세계관에 미치는 영향

성장글쓰기가 기본 세계관에 미치는 영향을 확인하기 위해 연령과 친밀한 관계에 대한 두려움 사전점수를 공변량으로 투입한 3(집단) \times 3(측정시기) 반복측정 공분산분석을 실시하였다(Table 2). 분석 결과, 기본 세계관에 대한 집단 간, $F(2,23) = .077$, ns, 과 측정시기의 주효과는 유의하지 않았으나, $F(2,46) = 1.88$, ns, 집단과 측정시기의 상호작용 효과는 유의하였다, $F(4,46) = 4.68$, $p < .01$.

상호작용 효과가 나타남에 따라 기본 세계관에 대한 집단별 효과를 확인하기 위해 사전-사후, 사후-추수, 사전-추수 대응표본

**Figure 1.** World assumption according to the group and time.

t-검증을 실시하고, 그 결과를 Figure 1에 제시하였다. 분석 결과, 성장글쓰기 집단은 사전과 사후점수에 차이가 없었으나, $t(9) = -1.27$, ns, 사후에 비해 추수점수가 증가하는 경향성이 나타났으며, $t(9) = -1.91$, $p = .88$, 결과적으로 사전점수에 비해 추수점수가 유의하게 증가하였다. $t(9) = -3.04$, $p = .014$.

표현글쓰기 집단은 사전에 비해 사후점수가 증가하였으나, $t(10) = -2.77$, $p < .05$, 사후에 비해 추수점수가 감소하였다, $t(10) = 2.54$, $p < .05$. 결과적으로 사전점수에 비해 추수점수의 증가는 유의하지 않았다, $t(10) = -1.01$, ns.

통제 집단은 사전과 사후, 사후와 추수점수 간 차이가 모두 유의하지 않았다, $t(6) = 2.18$, ns, $t(6) = .72$, ns.

성장글쓰기가 친밀한 관계에 대한 두려움에 미치는 영향

성장글쓰기가 친밀한 관계에 대한 두려움에 미치는 영향을 확인하기 위해 연령과 친밀한 관계에 대한 두려움 사전점수를 공변량으로 투입하고 3(집단) \times 3(측정시기) 반복측정 공분산분석을 실시하여

Table 3. Variance Analysis of Fear of Intimacy According to the Group and Time

	SS	df	MS	F
Within group				
Time	8.26	2	4.13	.09
Group*Time	237.36	4	59.34	1.23
Error	2,215.96	46	48.17	
Between group				
Group	419.52	2	209.76	1.61
Error	3,000.70	23	130.47	

Table 3에 제시하였다. 분석 결과, 친밀한 관계에 대한 두려움이 집단 간 주효과, $F(2,23)=1.61$, ns, 측정시기의 주효과, $F(2,46)=.09$, ns, 집단과 측정시기의 상호작용 효과, $F(4,46)=1.23$, ns, 모두 유의하지 않았다.

논 의

본 연구는 성장글쓰기가 데이트 폭력 피해자의 기본 세계관과 친밀한 관계에 대한 두려움에 미치는 효과를 확인하고자 하였다. 본 연구를 통해 확인된 결과는 다음과 같다.

첫째, 성장글쓰기가 데이트 폭력 피해자의 긍정적 세계관을 증가 시킬 것이라는 첫 번째 가설은 부분적으로 지지되었다. 성장글쓰기 집단의 사전과 사후점수 차이는 통계적으로 유의하지 않았으나 사후와 추수점수에서 증가하는 경향이 나타났고, 최종적으로 사전과 추수점수를 비교하였을 때 기본 세계관의 개선이 나타났다. 이는 4일간의 글쓰기 처치 직후 부정적 인지 도식이 즉각적으로 개선되지 않았으나 14일이 지난 시점에서 인지 도식이 개선되는 효과가 나타났고 결과적으로 성장글쓰기가 데이트 폭력 피해자의 조각난 세계관 개선에 도움을 주었다는 사실을 보여준다.

본 연구에서 글쓰기 종료 직후 나타난 결과는 대인관계 성장글쓰기 후, 용서가 유의하게 증가하였다는 Choi(2015)의 연구와 일치하지 않는다. 용서와 세계관에 대한 성장글쓰기는 모두 부정적 인지의 개선에 초점을 둔 개입이라는 점에서 동일하다. 그럼에도 두 연구 결과가 다르게 나타난 것은 글쓰기 처치 구조에 기인한 것으로 보인다. 글쓰기 효과는 한 회기 동안 글을 쓴 시간이 길수록, 회기 간 간격이 길수록 더 크게 나타난다(Smyth, 1998). Choi(2015)의 경우 성장글쓰기를 하루 30분씩 일주일 간격으로 진행하였으나 본 연구에서는 하루 20분씩 24시간 간격으로 실시하였다. 기존의 인지행동치료가 한 회기당 60분에서 90분씩 9회기에서 10회기(Seo & Chae, 2006)로 진행되는 것과 비교하면 상대적으로 짧은 시간이다. 그러므로 4일이라는 시간은 세계관에 대한 성장글쓰기의

효과가 나타나기에 충분하지 않았던 것으로 보인다.

본 연구에서 글쓰기 종료 14일 후에 나타난 결과는 성장글쓰기가 표현글쓰기와 비교하여 심리적 측면에서 지속적인 변화를 야기한다는 Guastella와 Dadds(2009) 연구와 일치한다. 다시 말해, 성장글쓰기의 '다중정서처리 과정'이 단계적 인지처리를 유도하여 인지 도식의 근본적 변화를 촉진하였을 가능성을 시사한다.

성장글쓰기 프로그램은 인지행동 모델에서 강조한 인지재구조화에 맞추어 3단계로 구성하였다(Ehlers & Clark, 2000; Janoff-Bulman & Frantz, 1997). 노출 단계는 인지행동치료의 초기 작업으로서 노출치료(exposure therapy)와 동일하며 재평가 단계는 인지 재구성(cognitive restructuring)과정을 반영하고 있다. 마지막 이점 찾기 단계는 기존 인지행동모델에 외상 후 성장 모델을 적용한 것으로 외상의 긍정적 측면에 대한 탐색을 포함한다.

성장글쓰기의 개별 단계가 독립적인 치료효과를 가진다는 것은 선행연구를 통해 확인된 바 있다(Davey, 1997; Foa & Kozak, 1986; Taylor et al., 1984). 그러나 각각의 치료과정이 하나의 프로그램 내에서 결합되었을 때, 그 효과는 단순 합 이상으로 나타날 수 있다(Guastella & Dadds, 2009). 이러한 점에서 노출, 재평가, 이점 찾기로 구성된 성장글쓰기의 단계적 구조는 표현글쓰기와 비교하여 세계관 변화에 근본적이고 장기적인 영향을 준 것으로 생각된다.

표현글쓰기 참여자의 글을 보면, 표현글쓰기의 경우 회기별 주제가 제시되지 않아 초반에 무엇부터 작성해야 할지 몰라 당황스러웠다는 의견이 있었다. 또한 참여자 11명 중 10명이 4회기 동안 데이트 폭력의 부정적인 기억만을 기술하는 등 피상적인 수준에 머물렀다. 이는 특별한 지시가 없을 경우 외상경험 내에서 긍정적인 면을 발견하고 의미를 찾기까지 어려움이 있음을 보여준다. 또한 본 연구에서 나타난 성장글쓰기의 효과는 다양한 감각정보에 대한 처리와 고차원적 사고가 효과적인 심리치료의 핵심이라는 주장과도 일치한다(Brewin & Holmes, 2003; Guastella & Dadds, 2009).

표현글쓰기 집단에서도 글쓰기 처치 직후 기본 세계관이 개선되었다. 그러나 글쓰기 종료 14일 후에는 기본 세계관 점수가 감소하는 경향을 나타남에 따라 성장글쓰기 집단과 달리 그 효과가 지속되지 못하였다.

글을 쓰는 행위 자체는 개인의 감정과 삶에 대한 성찰을 유도한다. 이는 경험에 대한 개인의 지각을 변화시키고 정서적, 인지적 영역에 영향을 준다. 표현글쓰기가 단순노출 및 습관화를 통해 데이트 폭력으로 인한 병리적인 공포와 두려움 반응을 효과적으로 감소시킬 수 있으나(Foa & Kozak, 1986), 인지 도식의 조절이나 동화를 통한 세계관의 지속적인 변화를 야기하기에는 한계가 있었던 것으로 보인다. 이러한 점에서 표현적 글쓰기 후 긍정적 세계관이 증

가하였으나 이후 14일 동안 급격히 감소한 것을 이해할 수 있다.

둘째, 성장글쓰기가 데이트 폭력 피해자의 친밀한 관계에 대한 두려움을 감소시킬 것이라는 두 번째 가설은 기각되었다. 처치조건과 측정시기에 대한 어떤 효과도 유의하지 않았고 상호작용도 나타나지 않았다. 이는 글쓰기 처치만으로 대인 간 맥락에서 경험하는 두려움을 감소시키기에 한계가 있음을 시사한다.

친밀한 관계에 대한 두려움 감소의 궁극적 목적은 친밀감 형성에 있다. 친밀감에 대한 대인관계 과정 모델(Reis & Shaver, 1988)에 의하면, 친밀감은 자기노출과 더불어 상대방과의 심리적 거리, 지지 등을 기반으로 형성된다(Shulman, Levy-Shiff, Kedem, & Alon, 1997). 특히 자기노출은 타인에게 자신의 감정과 정보를 표현하는 것과 상대방으로부터 이해와 인정을 받는다는 느낌이 동반되어야 성취할 수 있다(Reis & Shaver, 1988). 이러한 측면에서 개인내적 작업인 글쓰기는 타인의 정서적 지지가 배제되었기 때문에 친밀감 두려움을 감소시키지 못한 것으로 보인다.

여성이 경험하는 친밀한 관계에 대한 두려움은 친밀감에 대한 욕구 문제라기보다 실제 대인관계에서 경험하는 친밀감과 관계가 크다(Hook, Gerstein, Detterich, & Gridley, 2003). 즉, 친밀한 관계에 대한 두려움 극복을 위한 개입은 단순히 두려움을 제거하고 동기를 증진시키는 수준이 아닌 행동 단계까지 포괄해야 한다. 자기노출을 통한 친밀한 관계에 대한 두려움 감소에만 초점을 맞추었던 본 연구의 개입은 글쓰기를 통한 효과가 실제 관계로 이어지기에는 한계가 있었다. 이를 보완하기 위해서는 개인 글쓰기 회기와 집단 글쓰기 회기를 함께 구성하여 자기노출 연습의 효과가 대인관계 맥락까지 확장될 수 있게 해야 할 것이다.

본 연구에서는 참여자가 글쓰기를 통해 감정 및 정보를 개방하는 연습을 하고 자기노출의 어려움을 극복함으로써 궁극적으로 친밀한 관계에 대한 두려움이 개선될 것이라 가정하였다. 그러나 불안정 애착 청소년을 대상으로 용서 글쓰기를 실시한 Lee 등(2015)의 연구에서는 자기용서를 통한 수치심 감소를 친밀한 관계에 대한 두려움 개선의 기제로 가정하였고, 결과 또한 유의한 것으로 나타났다. 즉, 개입의 초점이 달라서 두 연구에서 서로 다른 결과를 만든 것으로 생각된다. 연구 가정에 따라, 용서 글쓰기는 수치심 감소를 위해 자신을 위로하고 격려하는 단계를 포함시켰다. 그러나 본 연구에서는 글쓰기라는 자기노출 행위 자체가 친밀한 관계에 대한 두려움의 감소에 영향을 줄 것으로 생각하여 특정 단계를 설정하지 않았다. 다만 수치심 감소와 같이 자기노출을 촉진하는 개입이 효과적인 것으로 보아, 친밀한 관계에 대한 두려움 개선을 위해 자기노출을 방해하는 요인 제거에 우선적으로 초점을 맞출 필요가 있음을 시사한다. 예를 들어, 부정적 자기개념은 자기노출과 관련이

있으며 동시에 외상으로 인한 결과이기도 하므로 글쓰기 단계를 구성을 때 고려해야 할 것이다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 성장글쓰기가 표현글쓰기 처치에 비해 장기적인 측면에서 인지구조 변화에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 확인하였다. 이는 기본 세계관에서 긍정적인 변화를 보인 참여자의 글에서도 확인할 수 있다. “나는 그 어떤 상황에도 ‘잘 못한 사람’일 뿐이지 ‘맞아도 싼 인간’은 아니며 소중한 사람이기 때문에…”, “여성 인권에 대한 관심이 생겼다”와 같이 ‘나’라는 존재에 대한 가치관과 사고방식의 변화를 보고하였다. 또한 “내가 어려움을 겪을 때 이야기를 듣고 함께 화내 준 친구가 있었는데…”와 같이 주변의 지지체계를 확인하였고 “내 곁에서 나를 위로해준 친구를 보면서 세상에는 나쁜 사람보다 내 곁에 좋은 사람이 더 많다는 것을 깨닫게 되었다”와 같이 세상에 대한 긍정적 시각이 증가함을 보여주었다. 아울러 성장글쓰기가 데이트 폭력 피해자의 인지도식의 변화를 보다 안전한 방식으로 유도할 수 있는 방법이라는 이론적 토대를 마련하였고 데이트 폭력 피해자를 대상으로 한 개입 영역의 다양성 및 추후 활용가능 영역을 확장하였다.

본 연구는 다음과 같은 한계를 갖고 있다. 첫째, 표본 수가 적고 성별이 여성으로 제한되어 결과의 일반화에 어려움이 있다. 본 연구에서는 연애 경험은 있으나 현재 사귀는 사람은 없으며 데이트 폭력 척도의 총합이 25점 이상인 사람 중, 마지막 데이트 폭력을 경험한 지 3주 이상 경과한 사람을 대상으로 하였다. 따라서 참여자 모집에서의 어려움이 표본 수에 영향을 미쳤다. 또한 데이트 폭력으로 인한 여성의 피해가 남성에 비해 더 심각하다는 연구(Molidor & Tolman, 1998)를 바탕으로 남성을 배제하였는데, 2017년도 경찰청 통계에 따르면 데이트 폭력의 피해자는 대부분 여성(77.6%)으로 나타났으나 쌍방의 경우도 17.1%였으며, 남성도 5.3%나 차지하였다. 향후에는 남성 데이트 폭력 피해자를 대상으로 한 글쓰기 프로그램의 효과를 재확인할 필요가 있다.

둘째, 집단의 무선배정 원칙을 따르지 못하였다. 참가 동의서를 작성하는 순서대로 성장글쓰기 집단, 표현글쓰기 집단에 할당하였으나 개인 사정이나 직업적 사정으로 인해 글쓰기 참여가 어려운 사람의 경우 통제 집단에 배치하였다. 이는 글쓰기 집단과 통제 집단 참여자의 동기수준이 달랐을 가능성과 결과적으로 글쓰기 집단의 결과가 과대 추정되었을 가능성을 배제할 수 없다. 또한 이러한 점이 연령과 친밀한 관계에 대한 두려움의 사전점수가 다른 이유가 되었을 것으로 보인다.

셋째, 글쓰기 프로그램 진행과정에서 처치 이외의 요소가 개입되었을 가능성이 있다. 온라인을 통해 글쓰기가 진행되다 보니 글쓰기 장소, 시간, 주의 집중, 개인적 경험 등 연구 결과에 영향을 미

칠 수 있는 다양한 자극을 통제하지 못하였다. 보다 정확한 처치효과를 확인하기 위해 혼입변인을 최대한 통제한 후 프로그램이 진행되어야 할 것이다.

넷째, 글쓰기 참여자의 친밀한 관계에 대한 두려움 사전점수가 높지 않았다. 본 연구에서 친밀한 관계에 대한 두려움이란, 성별에 무관하게 경험하는 관계의 두려움을 의미한 것으로 해당 변인의 측정을 위해 ‘현재 당신과 가까운 한 명(동성, 이성 둘 다 가능)’이라는 지시를 제공하였다. 그 결과 설문에 응답한 대다수의 참여자가 친밀한 관계의 대상으로 ‘동성’을 기재하였다. 이는 ‘이성’의 폭력을 경험한 참여자 특성을 고려해 볼 때 친밀한 관계에 대한 두려움 점수가 낮게 나타나게 했을 수 있으며 바닥효과로 인해 글쓰기 처치의 영향이 제한되었을 가능성 있다. 향후 연구에서는 친밀한 관계를 ‘이성’으로 제한하여 글쓰기 처치의 효과를 재확인할 필요가 있다.

다섯째, 참가자가 작성한 글에 대한 질적인 분석이 실시되지 못하여 데이트 폭력 피해자의 심리내적인 변화를 확인하지 못하였다. 국내에서는 Lee, Sim과 Yoon(2005)¹⁰이 Pennebaker와 King(1999)¹¹ 개발한 LIWC 글 분석 프로그램을 국내 실정에 맞추어 신뢰도를 검증한 한국어판 글 분석 프로그램(K-LIWC)¹²이 주로 활용되고 있다. 예를 들어 Lee, Oh, Jung과 Lee(2007)¹³는 K-LIWC로 심리치료 축어록을 분석하여 내담자의 정서 변화를 확인하였다. 이후 연구에서는 글쓰기치료의 양적인 변화뿐 아니라 내용 분석을 통해 글쓰기 치료 효과의 질적 변화를 살펴보아야 하겠다.

마지막으로, 본 연구는 데이트 폭력 이후 피해자의 기본 세계관, 친밀한 관계에 대한 두려움과 같이 개인내적인 요소에만 초점을 맞추었다. 그러나 데이트 폭력은 단순히 연인 혹은 당사자 수준에서 해결되는 개인적인 문제가 아닌 ‘폭력’이라는 범주에 해당하는 법적사회적 문제이기에 데이트 폭력에 대한 관점을 넓힐 필요가 있겠다. 이러한 맥락에서 추후 연구에서는 데이트 폭력 피해자의 변화에 개인 외적인 요소가 영향을 미치는지, 개인 외적인 요소와 개인 내적인 요소와의 관계성은 어떠한지 등에 대한 연구가 필요하겠다.

References

- Affleck, G., & Tennen, H. (1996). Construing benefits from adversity: Adaptational significance and dispositional underpinnings. *Journal of Personality*, 64, 899-922.
- Allen, J. G. (2010). *Coping with trauma: hope through understanding*. (J. H. Kim, J. B. Cho, Y. R., Choi, H. K., Choi, Y. K., & Kwon, H. I., Trans.) Seoul, Korea: Hakjisa. (Original work published in 2008).
- Baumeister, R. F., Exline, J. J., & Sommer, K. L. (1999). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. In E. L. Worthington, (Ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives* (pp. 79-104). Philadelphia, PA: Templeton Foundation Press.
- Bohn, D. K., & Holz, K. A. (1996). Sequelae of abuse: Health effects of childhood sexual abuse, domestic battering, and rape. *Journal of Nurse-Midwifery*, 41, 442-456.
- Brewin, C. R., & Lennard, H. (1999). Effects of mode of writing on emotional narratives. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 12, 355-361.
- Brewin, C. R., & Holmes, E. A. (2003). Psychological theories of posttraumatic stress disorder. *Clinical Psychology Review*, 23, 339-376.
- Briere, J., & Runtz, M. (1988). Symptomatology associated with childhood sexual victimization in a nonclinical adult sample. *Child Abuse & Neglect*, 12, 51-59.
- Browne, A., & Finkelhor, D. (1986). Impact of child sexual abuse: A review of the research. *Psychological Bulletin*, 99, 66-77.
- Burgess, A. W., & Holmstrom, L. L. (1974). Rape trauma syndrome. *American Journal of Psychiatry*, 131, 981-986.
- Burt, M. R., & Katz, B. L. (1987). Dimensions of recovery from rape focus on growth outcomes. *Journal of Interpersonal Violence*, 2, 57-81.
- Cardi, M., Milich, R., Harris, M. J., & Kearns, E. (2007). Self-esteem moderates the response to forgiveness instructions among women with a history of victimization. *Journal of Research in Personality*, 41, 804-819.
- Cha, S. Y., Hyun, M. H., Ra, Y. S., & Yoon, S. Y. (2009). The effects of intrapersonal-interpersonal forgiveness on negative affect, perceived control, and intention to terminate the relationship in victims of dating violence. *Asian Women*, 28, 61-83.
- Choi, G. Y. (2015). The effects of the growth-writing about interpersonal relationship on forgiveness and subjective well-being. *Cognitive Behavior Therapy in Korea*, 15, 57-75.
- Cook, J. M., Riggs, D. S., Thompson, R., Coyne, J. C., & Sheikh, J. I. (2004). Posttraumatic stress disorder and current relationship functioning among World War II ex-prisoners of war. *Journal of Family Psychology*, 18, 36-45.
- Davey, G. C. L. (1997). A conditioning model of phobias. In G. C. L. Davey (Ed.), *Phobias: A handbook of theory, research and treatment* (pp. 301-322). Chichester, England: Wiley.
- Davis, J. L., Petretic-Jackson, P. A., & Ting, L. (2001). Intimacy dysfunction and trauma symptomatology: Long-term correlates of different types of child abuse. *Journal of Traumatic Stress*, 14, 63-79.
- Dekel, R., Solomon, Z., Elkliit, A., & Ginzburg, K. (2004). World assumptions and combat-related posttraumatic stress disorder. *The*

- Journal of Social Psychology, 144*, 407-420.
- Descutner, C. J., & Thelen, M. H. (1991). Development and validation of a Fear-of-Intimacy scale. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology, 3*, 218-225.
- Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy, 38*, 319-345.
- Fergusson, D., Swain-Campbell, N. R., & Horwood, L. J. (2002). Does sexual violence contribute to elevated rates of anxiety and depression in females? *Psychological Medicine, 32*, 991-996.
- Foa, E. B., & Kozak, M. J. (1986). Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin, 99*, 20-35.
- Furman, W., & Wehner, E. A. (1994). Romantic views: Toward a theory of adolescent romantic relationships. In R. Montemayor, G. R. Adams, & T. P. Gullotta (Eds.). *Personal relationships during adolescence. Advances in adolescent development: An annual book series* (pp. 168-195). Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc.
- Gelles, R. J., & Straus, M. A. (1979). Determinants of violence in the family: Toward a theoretical integration. In W. R. Burr, R. Hill, F. I. Nye, & I. L., Reiss (Eds.), *Contemporary theories about the family* (Vol. 1, pp. 549-581). New York, NY: Free Press.
- Greenberg, M. A., & Stone, A. A. (1992). Emotional disclosure about traumas and its relation to health: Effects of previous disclosure and trauma severity. *Journal of Personality and Social Psychology, 63*, 75-84.
- Greenberg, M. A., Wortman, C. B., & Stone, A. A. (1996). Emotional expression and physical health: Revising traumatic memories or fostering self-regulation? *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 588-602.
- Guastella, A. J., & Dadds, M. R. (2008). Cognitive-behavioural emotion writing tasks: A controlled trial of multiple processes. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 39*, 558-566.
- Guastella, A. J., & Dadds, M. R. (2009). Sequential growth in cognitive-behavioral emotion-processing: A laboratory study. *Cognitive Therapy and Research, 33*, 368-374.
- Ha, N., Bae, S. M., & Hyun, M. H. (2011). The mediating effects of forgiveness on the relationship between shame and depression in survivors of sexual abuse. *The Korean Journal of Health Psychology, 16*, 725-737.
- Han, S. Y. (2005). *College student's attachment to parents and fear of intimacy regarding intimate relationship* (Master's thesis) Ewha Womans University, Seoul, Korea.
- Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of Traumatic Stress, 5*, 377-391.
- Hook, M. K., Gerstein, L. H., Detterich, L., & Gridley, B. (2003). How close are we? Measuring intimacy and examining gender differences. *Journal of Counseling and Development, 81*, 462-472.
- Horowitz, M. J. (1986). Stress-response syndromes: A review of posttraumatic and adjustment disorders. *Psychiatric Services, 37*, 241-249.
- Hotaling, G. T., & Sugarman, D. B. (1986). An analysis of risk markers in husband to wife violence: The current state of knowledge. *Violence and Victims, 1*, 101-124.
- Ifeagwzi, C. M. (2008). Self-disclosure. *International Journal of Communication, 8*, 231-238.
- Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition, 7*, 113-136.
- Janoff-Bulman, R. (2004). Posttraumatic growth: Three explanatory models. *Psychological Inquiry, 15*, 30-34.
- Janoff-Bulman, R. (2006). Schema-change perspectives on post-traumatic growth. In L. G. Calhoun, & R. G. Tedeschi (Eds.). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice* (pp. 81-99). New York, NY : Lawrence Erlbaum Associates.
- Janoff-Bulman, R., & Frantz, C. M. (1997). The impact of trauma on meaning: From meaningless world to meaningful life. In M. J. Power, & C. R. Brewin (Eds.), *The transformation of meaning in psychological therapies: Integrating theory and practice* (pp. 91-106). New York, NY: Wiley.
- Jee, E. H., & Cho, Y. R. (2015). The influences of trauma-related negative cognitions and difficulties in emotion regulation on posttraumatic stress symptoms in a sample of traumatized university students. *Cognitive Behavior Therapy in Korea, 15*, 195-212.
- Jeong, E. S., Heo, J. S., & Hyun, M. H. (2017). The effect of the growth-writing program on anxiety, powerlessness, hope, and guilt in mother of children with cancer. *The Korean Journal of Stress Research, 25*, 23-29.
- Kim, I. H., & Song, H. J. (2014). The mediating effect of the traumatized self-system on the relationship between childhood emotional abuse and fear of intimacy. *Journal of Human Understanding and Counseling, 35*, 65-78.
- Kim, J. N., & Kim, K. S. (1999). College students' dating violence and coping behavior. *Family and Environment Research, 37*, 73-90.
- Koopman, C., Ismailji, T., Holmes, D., Classen, C. C., Palesh, O., & Wales, T. (2005). The effects of expressive writing on pain, depression and posttraumatic stress disorder symptoms in survivors of intimate partner violence. *Journal of Health Psychology, 10*, 211-221.
- Koss, M. P., & Cook, S. L. (1998). Facing the facts: Date and acquaintance rape are significant problems for women. In R. K. Bergen (Ed.), *Issues in intimate violence* (pp. 147-156). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Lee, C. H., Sim, J. M., & Yoon, A. S. (2005). The review about the

- development of Korean linguistic inquiry and word count. *Journal of Cognitive Science*, 16, 93-121.
- Lee, J. E., Hyun, M. H., & Yoo, J. M. (2007). The correction of the investment model regarding the maintenance of violent dating relationships focus on altruistic delusion. *The Korean Journal of Health Psychology*, 12, 983-995.
- Lee, J. W., Oh, J. H., Jung, J. S., & Lee, C. H. (2007). Counselor-client language analysis using the K-LIWC program. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 9, 2545-2567.
- Lee, S. M., Heo, J. S., & Hyun, M. H. (2015). The effects of other and self forgiveness writing therapy on shame, self concept clarity, and depression in interpersonal conflicts. *Korean Journal of Youth Studies*, 24(1), 239-261.
- Lee, Y. S. (2014). *Meta-Analysis on the effects of writing therapy* (Master's thesis). Seoul National University, Seoul, Korea.
- Lepore, S. J., Greenberg, M. A., Bruno, M., & Smyth, J. M. (2002). Expressive writing and health: Self-regulation of emotion-related experience, physiology, and behavior. In S. J. Lepore, & J. M. Smyth (Eds.), *The writing cure: How expressive writing promotes health and emotional well-being* (pp. 99-117). Washington, DC: American Psychological Association.
- Lewis, S. F., & Fremouw, W. (2001). Dating violence: A critical review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 21, 105-127.
- Lilly, M. M., Howell, K. H., & Graham-Bermann, S. (2015). World assumptions, religiosity, and PTSD in survivors of intimate partner violence. *Violence Against Women*, 21, 87-104.
- Molidor, C., & Tolman, R. M. (1998). Gender and contextual factors in adolescent dating violence. *Violence Against Women*, 4, 180-194.
- Park, E. Y., Shin, E. S., & Kim, H. J. (2012). The relationships between children's social play behavior and social competence: Focused on solitary play. *Korean Journal of Child Education and Care*, 12, 249-268.
- Park, H. J., & Hong, C. H. (2010). Effects of forgiveness therapy through writing on the psychological adjustment of sufferers of interpersonal trauma. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 29, 83-107.
- Park, J. E., & Chung, N. W. (2016). The moderating effect of forgiveness in the relationship between posttraumatic negative cognitions and posttraumatic growth. *Journal of Human Understanding Counseling*, 37, 167-185.
- Pennebaker, J. W. (1993). Putting stress into words: Health, linguistic, and therapeutic implications. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 539-548.
- Pennebaker, J. W., & Beall, S. K. (1986). Confronting a traumatic event: Toward an understanding of inhibition and disease. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 274-281.
- Pennebaker, J. W., & King, L. A. (1999). Linguistic styles: Language use as an individual difference. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1296-1312.
- Pennebaker, J. W., Mayne, T. J., & Francis, M. E. (1997). Linguistic predictors of adaptive bereavement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 863-871.
- Pennebaker, J. W. (2000). The effects of traumatic disclosure on physical and mental health: The values of writing and talking about upsetting events. In J. M. Violanti, D. Paton, & C. Dunning (Eds.), *Posttraumatic stress intervention: Challenges, issues, and perspectives* (pp. 97-114). Springfield, IL, US: Charles C Thomas Publisher.
- Pennebaker, J. W. (2004). *Writing to heal: A guided journal for recovering from trauma and emotional upheaval*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. *Handbook of Personal Relationships*, 24, 367-389.
- Repic, T. (2007). Fear of intimacy among married and divorced persons in association with physical abuse in childhood. *Journal of Divorce & Remarriage*, 46, 49-62.
- Selye, H. (1976). Dissecting a biologic mechanism. In H. Selye (Ed.), *The stress of life (revised)* (pp. 97-128). New York, NY: McGraw-Hill.
- Seo, H. J., & Chae, J. H. (2006). Recent cognitive behavioral therapy for posttraumatic stress disorder. *Cognitive Behavior Therapy in Korea*, 6, 117-129.
- Shulman, S., Levy-Shiff, R., Kedem, P., & Alon, E. (1997). Intimate relationships among adolescent romantic partners and same-sex friends: Individual and systemic perspectives. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 78, 37-51.
- Smyth, J. M. (1998). Written emotional expression: Effect sizes, outcome types, and moderating variables. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 174-184.
- Stiles, W. B., & Shapiro, D. A. (1995). Verbal exchange structure of brief psychodynamic-interpersonal and cognitive-behavioral psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63, 15-27.
- Straus, M. A., Hamby, S. L., Boney-McCoy, S., & Sugarman, D. B. (1996). The revised Conflict Tactics Scales (CTS2) development and preliminary psychometric data. *Journal of Family Issues*, 17(3), 283-316.
- Suedfeld, P., & Pennebaker, J. W. (1997). Health outcomes and cognitive aspects of recalled negative life events. *Psychosomatic Medicine*, 59, 172-177.
- Sullivan, H. S. (2013). The interpersonal theory of psychiatry. In H. S. Sullivan (Ed.), *The interpersonal theory of psychiatry* (pp. 158-171). New York, NY: Routledge.
- Taylor, S. E., Lichtman, R. R., & Wood, J. V. (1984). Attributions, beliefs about control, and adjustment to breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 489-502.
- Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G. (1998). Posttraumatic

- growth: Conceptual issues. In R. G. Tedeschi, C. L. Park, & L. G. Calhoun (Eds.), *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis* (pp. 1-22). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Thelen, M. H., Sherman, M. D., & Borst, T. S. (1998). Fear of intimacy and attachment among rape survivors. *Behavior Modification*, 22, 108-116.
- Walker, E. A., Torkelson, N., Katon, W. J., & Koss, M. P. (1993). The prevalence rate of sexual trauma in a primary care clinic. *The Journal of the American Board of Family Practice / American Board of Family Practice*, 6, 465-471.

국문초록

성장글쓰기가 데이트 폭력 피해자의 기본 세계관과 친밀한 관계에 대한 두려움에 미치는 영향

홍혜인·현명호

중앙대학교 심리학과

본 연구는 데이트 폭력 피해자를 대상으로 성장글쓰기 프로그램을 실시하여 기본 세계관과 친밀한 관계에 대한 두려움에 미치는 영향을 검증하였다. 연구 대상은 데이트 폭력 경험은 있으나 현재 이성교제 중이 아닌 만 19세에서 만 38세 사이 여성이다. 글쓰기는 4일간 연속 실시되었고 참여자는 사전, 사후, 추수(2주)에 걸쳐 기본 세계관(WAS)과 친밀한 관계에 대한 두려움(FIS)을 측정하였다. 최종 프로그램 참여자는 성장글쓰기 10명, 표현글쓰기 11명, 통제 7명이었다. 분석을 위해 일원분산분석, 반복측정 공분산분석, 대응표본 *t*-검증을 실시하였다. 연구 결과, 성장글쓰기가 데이트 폭력 피해자의 긍정적 세계관을 증가시킬 것이라는 첫 번째 가설은 부분 지지되었다. 성장글쓰기 직후 기본 세계관 점수의 증가는 유의하지 않았으나, 글쓰기 종료 14일 이후에는 사전 점수에 비해 유의한 증가를 보였다. 반면, 성장글쓰기가 데이트 폭력 피해자의 친밀한 관계에 대한 두려움을 감소시킬 것이라는 두 번째 가설은 기각되었다. 본 연구를 통해 성장글쓰기가 4일간의 치치 직후 데이트 폭력 피해자의 기본 세계관을 개선하지는 못하나 장기적인 관점에서 긍정적 영향을 줄 수 있음을 확인하였다. 다만, 단순한 자기노출만으로는 대인관계 맥락에서의 친밀한 관계에 대한 두려움을 감소시키기에 한계가 있음을 시사한다. 마지막으로 본 연구의 의의와 한계점, 추후 연구 제안을 기술하였다.

주요어: 성장글쓰기 프로그램, 데이트 폭력 피해자, 기본 세계관, 친밀한 관계에 대한 두려움