

## 북한이탈주민의 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인

김윤아<sup>1</sup>, 김미영<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>가야대학교 간호학과

### Factors Influencing Posttraumatic Growth of North Korean Defectors in South Korea

Yun Ah Kim<sup>1</sup>, MiYoung Kim<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Department of Nursing, Kaya University

**요약** 본 연구는 북한이탈주민의 외상 후 성장을 조사하여, 심리적 특성에 따른 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인을 파악함으로써 향후 북한이탈주민의 정신건강사업에 필요한 기초자료를 제공하고자 한다. 연구대상은 B시와 G시에 거주하는 북한이탈주민 145명으로 2016년 2월 1일~3월 10일까지 외상 후 성장, 사건 충격척도, 외상적 반추, 자아존중감, 적응유연성을 설문조사하였다. 수집된 자료는 빈도와 백분율, 평균과 표준편차, t-test, one-way ANOVA, Pearson's correlation coefficient, hierarchial multiple regression으로 분석하였다. 연구결과 북한이탈주민의 외상 후 성장은 평균 29.64점이고, 여성인 경우, 종교가 있는 경우, 외상적 반추 및 적응유연성의 점수가 높을수록 외상 후 성장의 점수가 높았으며, 이 차이는 통계적으로 유의하였다. 북한이탈주민의 외상 후 성장에 영향을 미치는 예측요인은 적응유연성, 긍정적 자존감, 의도적 반추로 설명력은 총 54.2%( $F=29.36, p<.001$ )로 나타났다. 따라서 북한이탈주민의 외상 후 성장과 적응유연성 및 긍정적 자존감을 촉진하고, 외상적 반추를 활성화하는 중재가 체계적으로 제공되어야 함을 시사한다.

**Abstract** This study examined the posttraumatic growth of North Korean defectors, the relation between their characteristics and posttraumatic growth and the factors influencing their posttraumatic growth, and explored methods of improving their mental health status. 145 North Korean defectors, who were trained in B city and G city, participated in the survey from February 1 to March 10, 2016. The posttraumatic growth, resilience, self-esteem, deliberate rumination, and impact of the (traumatic) event were measured using the PTGI (Posttraumatic Growth Inventory), RS (Rumination Scale, Resilience Scale), SES (Self-esteem Scale) and ISR (Impact of Event). The data were analyzed using the t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficient and stepwise multiple regression. The mean scores were 29.64 for posttraumatic growth. There were significant positive correlations between posttraumatic growth and resilience and between posttraumatic growth and rumination. The influence of the independent variables on the total posttraumatic growth was examined using regression analysis. Models including the variables (resilience, positive self-esteem, and rumination) explained 54.2% of the variance for the posttraumatic growth. These findings demonstrate that it is essential for nurses to continuously intervene and help North Korean defectors so as to promote their posttraumatic growth and resilience. Furthermore, it is also necessary for nurses to find ways to develop ideal interventions in order to activate deliberate rumination.

**Keywords** : Growth; Resilience; Rumination; Refugees

\*Corresponding Author : MiYoung Kim(Kaya Univ.)

Tel: +82-51-330-1172 email: minocin@daum.net

Received March 24, 2016

Revised (1st April 7, 2016, 2nd April 25, 2016)

Accepted May 12, 2016

Published May 31, 2016

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

북한이탈주민은 북한에 주소, 직계가족, 배우자, 직장 등을 두고 있는 자로 북한을 벗어난 후 외국의 국적을 취득하지 아니한 자이며, 남한 국민으로 살아가고 있는 우리 민족이다[1]. 국내 입국한 북한이탈주민의 수는 2009년 4월 현재 2만 4천여 명을 넘어섰다[1]. 이들은 생사를 초월하는 다양한 외상적 사건을 경험한 후 국내에 정착하였지만, 여러 가지 부적응문제를 경험하고 있다[2].

특히, 북한이탈주민은 북한에서의 아사, 사고, 공개 처형 등으로 인한 타인의 죽음 목격, 수감이나 인질 등의 강제로 감금, 심각한 사건이나 사고, 공안체포나 강제 복송과 같은 극단적 경험을 한다[3]. 이와 같이 북한이탈주민은 외상적 사건으로 인하여 정신건강문제 측면에 초점을 맞춘 연구들이 주류를 이루었다. 하지만 최근에는 외상경험이 부정적인 결과만이 아니라 긍정적인 변화에도 관심이 증가하고 있다[4]. 이러한 긍정적인 변화는 자기신의 모습에 대한 지각의 변화, 새로운 가능성[4] 등을 발견하여 인생의 가치와 자신의 중요성을 발견하여 변화를 가져올 수 있으므로 외상 후 성장에 대해 알아보고자 한다.

국내의 북한이탈주민의 외상 후 성장 연구는, 청소년 대상이 높은 비율을 차지하고 있다. 그러나 국내 유입되는 북한이탈주민의 성인이 주로 탈북과정을 주도하고 있기에[5], 청소년은 성인에 비해 외상적 경험이 적을 수 있다. 그러므로 성인을 대상으로 한 연구가 필요하다. 외상 후 성장모형[6]에서 개인은 사건 충격으로 인하여 극심한 정서적 고통을 경험하며, 외상사건은 신념체계 및 인생 목표에 영향을 준다. 또한, 사건 충격 이후에는 인지적 처리과정인 반추를 통하여 고통스런 감정에 반복적으로 휩싸일 수 있지만, 반추의 과정이 반복되면서 사건의 원인, 의미, 긍정적인 면에 대해 의도적 반추를 형성하며[6], 이는 기존인식 체계의 붕괴를 초래하여 외상 후 성장에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다[5-7]. 이러한 상태가 외상 후 성장이며, 외상 후 성장은 사건충격과 반추의 과정을 통하여 지속되는 심리내적과정이라고 볼 수 있다.

외상 후 성장의 다른 주요개념은 개인의 성격적 특성과 관련이 있다[7]. 개인의 성격 특성에서 외상 후 성장

과 관련성이 있는 것은 자아존중감[7, 8], 적응유연성[7]으로 나타났다. 자아존중감은 자기효능감, 자긍심 등으로 자신을 존중하는 것으로[9], 자존감이 높을수록 외상 후 성장을 도모하여 긍정적 자기실현에 도움을 주는 것으로 나타났다[8]. 즉, 낮은 자존감은 외부 환경의 자극을 위협적으로 인지하여 사건의 충격을 극대화시킬 수 있으며, 반대로 높은 자존감은 사건충격을 긍정적으로 받아들이고 적극적인 성격특성으로 나타날 수 있다. 적응유연성은 북한이탈주민의 남한생활 적응에 중요한 역할을 하며[10], 적응은 스트레스 등에 대한 대처기전을 효율적으로 변경[9] 및 외상 후 성장[11]에도 영향을 주는 것으로 나타났다. 적응유연성은 외상 이후 자신의 삶에 유연한 대처방법 중에 하나이기[11], 새로운 남한 생활에 대한 적응의 어려움을 보이거나, 남한 상황에 유연하게 대처하여 긍정적인 발달을 도모하는 특성이다. 즉, 적응유연성은 상황에 유연하게 대처[7, 11]하는 특성으로 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인으로 설정하고 이를 규명하고자 한다.

따라서 본 연구에서는 북한이탈주민을 대상으로 외상 후 성장정도와 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인을 규명하여 북한이탈주민의 성장을 도모하는 간호중재 개발을 위한 기초자료를 제시하고자 한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 북한이탈주민을 대상으로 외상 후 성장 과정을 알아보고, 북한이탈주민의 일반적 특성 및 심리학적 변인과 외상 후 성장과의 관련성을 파악하여, 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인을 규명하는 서술적 조사연구이다.

### 2.2 연구대상

#### 2.2.1 연구대상 선정기준

B시와 G시에 거주하는 북한이탈주민을 연구의 모집단으로 선정하였다. 다음으로 통일관 담당자를 통하여 자발적으로 질문지 응답이 가능한자, 설문지의 내용을 이해하고 응답할 수 있는 자, 본 연구의 목적을 이해하고 참여를 동의한 자를 연구대상으로 선정하였다.

### 2.2.2 표본수 선정

대상자의 표본크기를 G\*power3. 1. 3[12]을 사용하여 유의수준( $\alpha$ )은 .05, 효과크기( $R^2$ )는 중간정도인 .15, 검정력( $1-\beta$ )은 .95, 예측변수를 4개로 설정하여 145명으로 산출되었다.

### 2.3 연구대상의 윤리적 고려

본 연구는 기관생명윤리위원회의 승인(Kaya IRB No. 59)을 받은 후 시행되었으며, 담당자의 협조를 받은 후 연구자가 북한이탈주민의 모임에서 연구의 목적, 설문지 작성요령과 유의사항을 충분히 설명하고 설문지를 배부하였다. 대상자에게 자료수집 시 자발적으로 참여하고, 설문 참여에 동의하는 경우 연구 설문지를 서면으로 작성하도록 하였다. 설문에 참여하는 도중 언제라도 본인이 원하는 경우 그만 둘 수 있음을 알리고, 설문자료는 연구목적으로만 사용할 것과 대상자의 익명성과 비밀이 보장됨을 사전에 설명하였다. 또한, 배포된 설문지를 받았더라도 동의하지 않는다는 것을 자유롭게 설문지 앞에 표시할 수 있도록 하였으며 그 대상자는 연구에서 제외하여 윤리적 고려를 하였다.

### 2.4 연구도구

#### 2.4.1 외상 후 성장

북한이탈주민의 외상 후 성장은 남한 적응과정에 어려움을 극복하는 북한이탈주민이 경험하는 긍정적인 심리적 변화를 의미하는 것으로, 본 연구에서는 Tedeschi와 Calhoun[4]이 개발한 Posttraumatic Growth Inventory (PTGI)를 국내에서 번안하고 타당화한 K-PTGI [13]를 사용하여 측정하였으며, 원도구 개발당시 연구의 목적일 경우 무료로 사용할 수 있으며, 국내저자에게 도구의 사용승인을 받았다. K-PTGI는 총 16문항으로 4가지 하위 요인 ‘자기 지각의 변화’, ‘대인관계의 깊이 증가’, ‘새로운 가능성의 발견’, ‘영적·종교적 관심의 변화’로 구성된 6점 Likert 척도이며, ‘이러한 변화를 경험하지 못하였다’가 0점, ‘매우 많이 경험하였다’가 5점이다. 점수범위는 0~80점으로 점수가 높을수록 성장을 많이 한 것을 의미한다. 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 개발 당시 .92였고, 본 연구에서는 .92이었다.

#### 2.4.2 사건 충격척도

사건충격척도(Impact of Event; ISR)는 북한이탈주민

을 대상으로 국내에서 신뢰도와 타당도 연구를 한 Eun 등[14]의 연구도구를 사용하였다. 이 도구는 총 22문항으로 구성된 자가보고식 5점 Likert 척도이다. 도구 개발 당시의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90이었다.

#### 2.4.3 의도적 반추

외상사건과 관련한 반복된 생각을 측정하기 위해 Calhoun 등[7]이 사용한 Rumination Scale을 Shin과 Chung[5]이 번안한 척도를 사용하였다. 척도의 내용으로는 사건에 관해서 개인이 보고하는 침입적인 사고, 사건을 이해하기 위한 임의적 사고, 사건에 대처해 나가면서 도움이 되는 것 찾기 외상 경험에서 유익한 점 찾아보기와 삶의 목적이나 의미에 대해서 깊이 생각해보기 등을 측정하고 있다. 총 14문항으로 되어 있고, ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 7점 Likert 척도이다. 측정된 점수가 높을수록 더 많은 반추 경험이 많은 것을 의미한다. 도구개발당시의 반추외상 경험은 Cronbach's  $\alpha$ 는 .81이고, 의도적 반추는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .88이었다. 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .86이었다.

#### 2.4.4 자아존중감

자아존중감은 자기존중 정도를 측정하기 위하여 Rogenberg[9]가 저작권 없이 전 세계의 모든 연구자가 자유롭게 사용하도록 개발한 Self-esteem Scale (SES)을 번안하여 사용한 Jeon [15]의 연구도구를 사용하였다. 이 도구는 긍정적 자아존중감 5문항과 부정적 자아존중감 5문항의 1~5점의 총 10문항으로 구성된 자가보고식 5점 Likert 척도이다. 총 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 도구 개발 당시의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .85이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .86이었다.

#### 2.4.5 적응유연성

적응유연성(Resilience Scale; RS)은 북한이탈주민을 대상으로 국내에서 개발한 Kim과 Kim[10]의 연구도구를 사용하였다. 이 도구는 강인성 7문항, 종교성향 6문항, 친밀감 7문항, 사회적지지 6문항, 꿈과 목표 5문항, 실존적 영성 6문항, 인내심 5문항의 7개 하위요소로 총 42문항으로 구성된 자가보고식 5점 Likert 척도이다. 도구 개발 당시의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89이었다.

### 2.5 자료수집

자료수집은 2016년 2-3월 기간 중 북한이탈주민 모임 시 연구자가 연구의 목적을 설명하고 연구 참여에 동의하여 자발적인 참여의지가 있는 150명의 대상자에게 설문지를 배부하였으며, 15-20분 정도 소요되었다. 설문지는 그 자리에서 회수하였으나, 일반적 특성을 기재하지 않은 5부를 제외한 145부(96.7%)의 설문지가 최종 분석하였다. 설문지는 자기 기입방식으로 이루어졌으며, 설문지에 참여한 대상자에게는 소정의 답례품을 제공하였다.

### 2.6 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 18.0 Program을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 북한이탈주민의 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도분석과 기술통계분석을 실시하였다. 일반적 특성에 외상 후 성장정도를 비교하기 위해 평균, 표준편차, t-test, one-way ANOVA로 분석하였다.

둘째, 북한이탈주민의 사건충격척도, 의도적 반추, 자아존중감, 적응유연성, 외상 후 성장과의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다.

셋째, 북한이탈주민의 외상 후 성장과의 관련된 요인들을 파악하기 위하여 hierarchial multiple regression을 실시하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 대상자의 일반적 특성

북한이탈주민의 성별은 남성 36명(21.0%), 여성 109명(79.0%)로 여성이 대다수를 차지하였으며, 여성이 남성에 비해 외상 후 성장이 통계적으로 유의하게 높았다 ( $p=.010$ ). 나이는 40대가 56명(38.6%), 북한에서의 최종 학력은 고등학교 64명(44.1%)로 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 남한에서의 종교가 있는 경우는 73명(50.3%)이었는데, 종교가 있는 경우에 그렇지 않은 경우보다 외상 후 성장이 통계적으로 유의하게 높았다 ( $p=.002$ ). 남한에서의 결혼 상태는 기혼이 96명(66.9%), 경제적 수입은 100만 원 이상이 62명(42.8%)로 결혼 및 경제적 수입에 따른 외상 후 성장은 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

Table 1. Posttraumatic Growth according to the General Characteristics of North Korean Defectors in South Korea (N=145)

| Characteristics                            |            | n(%)      | Posttraumatic Growth M±SD | t or F (p)   |
|--|------------|-----------|---------------------------|--------------|
| Gender                                     | Male       | 36(21.0)  | 25.05±10.06               | -2.61 (.010) |
|  | Female     | 109(79.0) | 31.16±12.77               |              |
| Age  | 20-29      | 15(10.3)  | 31.26±11.13               | 2.268 (.083) |
|  | 30-39      | 31(21.4)  | 27.41±10.86               |              |
|  | 40-49      | 56(38.6)  | 30.94± 9.89               |              |
|  | ≥50        | 43(29.7)  | 29.00±12.40               |              |
|  | Elementary | 10(6.9)   | 30.80±11.39               |              |
| Education in North Korea                   | Middle     | 53(36.6)  | 28.24±10.17               | .319         |
|  | High       | 64(44.1)  | 32.15±14.49               |              |
|  | ≥College   | 18(12.4)  | 24.22± 8.90               |              |
| South Korea via southeast Asian            | <1         | 96(66.9)  | 28.61±10.69               | -1.39 (.166) |
|  | ≥1         | 48(33.1)  | 31.66±15.30               |              |
| Religion in South Korea                    | No         | 72(49.7)  | 26.48±11.11               | -3.14 (.002) |
|  | Yes        | 73(50.3)  | 32.76±12.89               |              |
| Marital status in South Korea              | Unmarried  | 48(33.1)  | 31.66±15.30               | 1.39 (.166)  |
|  | Married    | 96(66.9)  | 28.61±10.69               |              |
| Monthly income in South Korea (10,000 won) | <100       | 83(57.2)  | 31.24±13.68               | 1.80 (.074)  |
|  | ≥100       | 62(42.8)  | 27.51±10.17               |              |

### 3.2 대상자의 외상 후 성장, 사건충격척도, 의도적 반추, 자아존중감, 적응유연성의 상관관계

외상 후 성장은 평균 29.64±12.40점이었고, 외상 후 성장과 의도적 반추( $r=.22, p=.009$ ), 적응유연성( $r=.68, p<.001$ )과 정적 상관관계가 있었으며, 사건충격은( $r=.06, p=.474$ ), 자아존중감의 총 점수( $r=-.04, p=.675$ )는 유의하지 않았으나, 긍정적 자아존중감( $r=.42, p<.001$ ), 부정적 자아존중감( $r=.43, p<.001$ )은 유의하게 나타났다(Table 2).

Table 2. Mean Scores and Correlations for Posttraumatic Growth, Impact of event, Deliberate rumination, Self-esteem, Resilience (N=145)

| Variables                 | Total M±SD  | Posttraumatic growth |       |
|---------------------------|-------------|----------------------|-------|
|                           |             | r                    | p     |
| Posttraumatic growth      | 29.64±12.40 | 1.00                 |       |
| Change perception of self | 11.60±4.77  | .96                  | <.001 |
| New possibility           | 5.80±2.53   | .91                  | <.001 |
| Relating to others        | 8.94±4.13   | .94                  | <.001 |
| Spiritual change          | 3.29±1.94   | .83                  | <.001 |
| Impact of event           | 2.23±0.83   | .06                  | .474  |
| Deliberate rumination     | 3.65±1.54   | .22                  | .009  |
| Self-esteem total         | 33.69±4.06  | -.04                 | .675  |
| Positive self-esteem      | 20.16±3.42  | .42                  | <.001 |
| Negative self-esteem      | 16.46±3.82  | .43                  | <.001 |
| Resilience                | 3.47±0.54   | .68                  | <.001 |

### 3.3 대상자의 외상 후 성장 관련요인

북한이탈주민의 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 단변량 분석에서 외상 후 성장과 유의한 차이가 있었던 성별, 종교유무에 대해 통제된 후 외상적 반추, 자존감의 하위요인, 적응유연성과 하위요인과 외상 후 성장의 설명력을 파악하기 위하여 위계적 회귀 분석을 실시하였다. 우선 회귀분석의 기본가정을 확인한 결과, 잔차의 분포는 정규성을 만족하였고, 독립변수 간의 다중 공선성을 검정하였을 때, 다중 공선성의 문제가 없음을 확인하였다. Model 1의 경우에는 Durbin-Watson 검정값은 1.70으로 공차한계는 .99로 0.1 이상이었고, 분산팽창인자 값은 1.0으로 10보다 작아 다중공선성의 문제도 없었다. 일반적 특성에 대한 단변량 분석에서는 여자인 경우와 남한에서 종교를 가진 경우에 외상 후 성장이 높은 것으로 나타났으며, 이들 요인의 설명력은 9.4%였다. Model 2에서는 독립변수인 의도적 반추를 포함한 위계에서는 Durbin-Watson 검정값은 1.97로 공차한계는 .84에서 .98로 0.1 이상이었고, 분산팽창인자 값은 1.0에서 1.1로 10보다 작아 다중공선성의 문제가 없었다. 의도적 반추( $\beta=1.93, p=0.15$ )는 외상 후 성장에 유의한 관련요인으로 나타났으며, 12.5%의 설명력을 보였다. Model 3에서는 독립변수인 의도적 반추, 긍정적 자존감, 부정적 자존감을 포함한 위계에서는 Durbin-Watson 검정값은 1.75로 공차한계는 .99로 0.1 이상이었고, 분산팽창인자 값은 1.0으로 10보다 작아 다중공선성의 문제가 없었다. 의도적 반추( $\beta=3.59, p=0.15$ ), 긍정적 자존감( $\beta=4.39, p<.001$ ), 부정적 자존감( $\beta=4.25, p<.001$ )은 외상 후 성장에 유의한 관련요인으로 나타났으며, 37.7%의 설명력을 보였다. Model 4에서는 독립변수인 의도적 반추, 긍정적 자존감, 부정적 자존감, 적응유연성을 포함한 위계에서는 Durbin-Watson 검정값은 2.15로 공차한계는 .57에서 .97로 0.1 이상이었고, 분산팽창인자 값은 1.0에서 1.7로 10보다 작아 다중공선성의 문제가 없었다. 의도적 반추( $\beta=0.15, p=0.008$ ), 긍정적 자존감( $\beta=0.27, p<.001$ ), 적응유연성( $\beta=0.53, p<.001$ )은 외상 후 성장에 유의한 관련요인으로 나타났으며, 일반적 특성을 제외하고 54.2%의 설명력을 보였다(Table 3).

Table 3. Multiple Regression Analysis of Posttraumatic Growth (N =145)

| Variables                 | Model 1     |      |      | Model 2     |      |      | Model 3      |      |       | Model 4      |      |       |
|---------------------------|-------------|------|------|-------------|------|------|--------------|------|-------|--------------|------|-------|
|                           | $\beta$     | t    | p    | $\beta$     | t    | p    | $\beta$      | t    | p     | $\beta$      | t    | p     |
| Gender                    | .21         | 2.57 | .011 | .20         | 2.57 | .011 | .13          | 2.06 | .041  | .10          | 1.82 | .071  |
| Religion in South Korea   | .25         | 3.11 | .002 | .23         | 2.97 | .004 | .20          | 3.14 | .002  | .06          | 1.07 | .285  |
| Deliberate rumination     |             |      |      | 1.93        | 2.47 | .015 | .23          | 3.59 | <.001 | .15          | 2.67 | .008  |
| Positive self-esteem      |             |      |      |             |      |      | .31          | 4.39 | <.001 | .27          | 4.38 | <.001 |
| Negative self-esteem      |             |      |      |             |      |      | .30          | 4.25 | <.001 | .03          | 0.41 | .067  |
| Resilience                |             |      |      |             |      |      |              |      |       | .53          | 7.14 | <.001 |
| Adjusted R <sup>2</sup>   | .094        |      |      | .125        |      |      | .377         |      |       | .542         |      |       |
| R <sup>2</sup> change (p) |             |      |      | .031        |      |      | .252         |      |       | .165         |      |       |
| F (p)                     | 8.44(<.001) |      |      | 7.87(<.001) |      |      | 18.39(<.001) |      |       | 29.36(<.001) |      |       |

\*Dummy variable; Gender:Female=1, Male=0, Religion in South Korea: Yes=1, No=0

## 4. 논의

본 연구는 북한이탈주민을 대상으로 외상 후 성장 정도를 조사하고, 외상 후 성장과 관련된 요인을 파악하고자 시도되었다. 연구결과는 일반적 특성을 통제된 후 위계적 회귀분석을 실시한 결과, 의도적 반추, 긍정적 자존감, 적응유연성이 외상 후 성장의 54.2%를 설명하는 것으로 나타났다.

그 중에서도 적응유연성이 가장 큰 영향요인으로 나타났다. 적응유연성은 충격사건 이후에 성장을 도모할 수 있는 영향력[16]과 일치하는 결과이다. Banyard와 Cantor [16]의 연구에서는 외상 생존자에게 적응유연성은 삶에 대한 지각을 확대시켜주며, 회피하고 축소되는 대인관계의 변화를 초래한다고 보았다. 이는 외상 후 성장의 자기지각의 변화와 대인관계 깊이 증가의 하위요인으로 외상 후 성장을 도모하는 것을 보여주는 것이다. 결국 북한이탈주민은 남한에 정착하는 과정에서 두고 온 가족에 대한 걱정[17], 생활품종의 차이, 문화[18] 등으로 어려움을 호소하였다. 이는 외상 사건에서부터 최초의 어려움을 초래하고[6], 남한 적응에서 재차 어려움[17, 18]을 발생시킨다고 볼 수 있다. 이는 북한이탈주민은 자신이 경험한 사건을 해결하기 보다는 미해결된 감정으로 계속 인지할 수 있다. 선행연구에서도 외상 후 스트레스 장애는 미해결된 감정으로 인하여 트라우마를 유지하는 것으로 나타났다[19]. 이런 트라우마를 해결하기

위한 긍정적인 대처를 적응유연성으로 보았기에[19], 외상 후 성장을 촉진하는 요인으로 볼 수 있다. 외상 경험이 있는 북한이탈주민은 적응유연성이 저하될 수 있으며, 남한 사회에서 부적응적인 행동으로 표출될 수도 있다. 그러므로 외상 사건에 대한 자기표출로 문제해결을 할 수 있도록 도모하는 방법으로 적응유연성을 증진시킬 수 있는 프로그램 개발이 무엇보다 중요할 수 있다.

긍정적 자존감은 사건을 긍정적으로 받아들이고 적극적으로 능동적인 문제해결을 통해 타인과 더불어 삶을 살고자 하는 것[9]으로 외상 후 성장에 중요한 영향요인이라 할 수 있다. 북한이탈주민의 한국 내 문화적응[17]에서 미래에 대한 희망을 가지고 현실을 극복하는 표현은 삶을 살고자 하는 능동적인 자세로 긍정적인 자존감의 표현일 수 있다. 낮은 자존감은 외부환경의 자극 및 외상을 받은 후 더 많은 스트레스와 위협을 받는다[20]. 또한, 외상적 사건에 긍정적인 적응을 할 수 있도록 도움을 줄 수 있는 자존감은 성장을 촉진[21, 22]한다는 연구결과와 일치한다. 그러므로 긍정적이고 건강한 삶의 가치를 부여하기 위한 자존감 향상 훈련이 필요할 것으로 보인다.

의도적 반추가 외상 후 성장에 영향을 미치고 있었는데, 이는 Calhoun과 Tedeschi[6]가 여러 요소 중에서도 의도적 반추와 같은 인지과정이 성장과 직접적으로 관련이 있다고 한 것과 맥락을 같이 한다. 이와 같이 의도적 반추는 긍정적으로 인지적 도식을 수정할 가능성을 높이는 역할을 하므로 간호사는 대상자가 사건의 의미에 대해 생각하고 삶에 대해 통찰할 수 있도록 지지해 주는 것이 중요하겠다. 즉, 북한이탈주민이 경험한 사건충격에 대하여 성장을 도모할 수 있는 질문을 던져 삶에 대한 지각의 변화와 새로운 가능성을 발견할 수 있는 긍정적인 변화를 증가시킬 필요성이 있다. 이러 부분은 전문가의 인지치료중재를 통하여 인지적 도식을 수정하는 방법을 활용할 수 있다. 그러나 대상자의 재정자원 등을 고려하여 활용하는 데 한계가 있을 수 있으므로, 대상자의 성장을 도모하는 주도적 방법으로 내적 질문을 하면서 글쓰기 방법을 통하여 성장을 확장해 나아갈 수 있는 방안을 모색할 필요가 있다. 이를 뒷받침하기 위해서는 의도적 반추 및 성장을 도모할 수 있는 내적질문에 대한 개발이 필요하며, 이런 내적 질문으로 글쓰기를 하고, 글쓰기 내용을 모니터하여 추가적인 내적질문으로 지속적인 성장을 도모할 수 있는 체계구축이 필요할 것으로 보

인다.

이 연구는 북한이탈주민의 외상 후 성장과 관련된 변수들 중에서 일부변수에만 초점을 두어 연구를 진행하였기 때문에 다양한 변수에 대한 연구가 이루어지지 못한 한계점을 지니고 있다. 즉, 외상사건 경과기간, 타국의 체류기간 등의 시간경과가 성장에 영향을 미칠 수 있는데, 본 연구에서는 남한에서 정착한 북한이탈주민을 거주기간에 따른 분류 없이 다양하게 포함되었기 때문에 외상 후 성장정도에 차이가 있을 수 있다. 또한, 외상사건의 분류에 따른 외상 후 성장의 차이에 대해서는 추후 연구가 필요할 것으로 생각된다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 북한이탈주민의 외상 후 성장정도에 대해 알아보고, 성장에 영향을 미치는 요인을 규명하고자 시도되었다. 의도적 반추, 긍정적 자존감, 적응유연성이 높을수록 외상 후 성장을 도모하는 것으로 나타났다. 따라서 대상자가 적응유연성을 높일 수 있도록 돕고, 개인의 긍정적 자존감을 증진시킬 수 있도록 활성화하며, 의도적 반추를 통하여 긍정적인 도식이 유지되도록 돕는 것이 필요하겠다. 본 연구는 북한이탈주민의 외상 후 성장정도에 대한 이해를 통해 심리적 성장을 도모하는 간호중재 개발을 위한 기초자료를 제시하였다.

## References

- [1] Ministry of Unification. *Report of North Korean refugees*. 2012. Seoul: Author.
- [2] W. T. Jeon, D. Y. Yoon, J. S. Eom, "Survey results of adaptation and life of North Korean defectors in South Korea 2001", *Korean Unification Research*, Vol.7 No.1, pp.155-208, 2003.
- [3] H. K Kim, "Difference on complex PTSD and PTSD symptoms according to types of traumatic events in North Korean Refugees", *Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol.31 No.4, pp.1003-1022, 2012.
- [4] R. G. Tedeschi, L. G. Calhoun, "The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma", *Journal of Traumatic Stress*, Vol.9 No.3 pp.455-472, 1996.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- [5] S. Y. Shin, N. W. Chung, "The effect of meaning in life and social support on posttraumatic growth: Rumination as a mediating variable", *Journal of Human Understanding*

and Counseling, Vol.33 No.2, pp.217-235, 2012.

[6] Calhoun L. C, Tedeschi R. G, *The foundation of posttraumatic growth: An expanded framework*. In: Calhoun LG, Tedeschi RG, editors. Handbook of posttraumatic growth: Research and practice. p.3-23, Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 2006.

[7] L. G. Calhoun, A. Cann, R. G. Tedeschi, J. McMillan, "A correlational test of relationship between posttraumatic growth, religion, and cognitive processing", *Journal of Traumatic Stress*, Vol.13 No.3 pp.521-527, 2000.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1023/A:1007745627077>

[8] S. W. Han, H.S. Kim. Factors influencing post-traumatic growth with police officer. *Crisisonom*. 2015;11(3): 189-205.

[9] Rosenberg M. *Society and adolescent self-esteem*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965.

[10] H. A. Kim, S. H. Kim, "The study of construct validity a resilience scale from MMPI, well-being, economic and physical satisfaction, deviant behavior, and employment level for dislocated North Koreans in South Korea", *Korea Journal of Counseling*, Vol.8 No.4 pp.1355-1375, 2007.

[11] Stephen Z. L, Avital L, Einat S, Yaira H. R, Zahava S. "Examining the relationship between resilience and posttraumatic growth", *Journal of Traumatic Stress*, Vol. 22, No. 4 pp. 282 - 286, 2009.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1002/jts.20409>

[12] F. Faul, E. Erdfelder. A. Bunchner AG Lang. "Statistical power analyses using G\*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses", *Behavior Research Methods*, Vol. 41, No. 4 pp. 1149-1160, 2009.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>

[13] S. H. Song, H. S. Lee, J. H. Park, K. H. Kim, "Validity and reliability of the Korean version of the posttraumatic growth inventory", *Korea Journal of Health Psychology*, Vol.14, No.1 pp.193-214, 2009.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.17315/kjhp.2009.14.1.012>

[14] H. J. Eun, T. W. Kwon, S. M. Lee, T. H. Kim, M. R. Choi, S. J. Cho, "A Study on reliability and validity of the Korean version of Impact of event scale-revised", *Journal of The Korean Neuropsychiatric Association*, Vol.44, No.3 pp.303-310, 2005.

[15] B. J. Jeon, "Self-esteem: A test of its measurability", *Yonsei Research Institute*, Vol.11, No.1 pp.107-130, 1974.

[16] V. L. Banyard, E. N. Cantor, "Adjustment to college among trauma survivors: An exploratory study of resilience", *Journal of College Student Development*, Vol.45, No.2, pp.207 - 221, 2004.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1353/csd.2004.0017>

[17] J. S. Han, "A study on acculturation of north Korean Defectors in South Korea", *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol.12, No.11, pp.5027-5033, 2011.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2011.12.11.5027>

[18] W. T. Jeon, D. R. Yoon, J. S. Eom, "Survey results of adaptation and life of North Korean defectors in South Korea, 2001", *Korean Unification Studies*, Vol.7 No.1

pp.155-208, 2003.

[19] C. E. Agaibi, J. P. Wilson, "Trauma, PTSD, and resilience: A review of the literature", *Trauma Violence & Abuse*, Vol. 6, No.3, pp.195-216, 2005.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1177/1524838005277438>

[20] C. C. Benight, A. Bandura, "Social cognitive theory of posttraumatic recovery: The role of perceived self-efficacy", *Behaviour Research and Therapy*, Vol. 42, No.10, pp.1129 - 1148, 2004.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2003.08.008>

[21] A. Luszczynska, N. Mohamed, R. Schwarzer, "Self-efficacy and social support predict benefit finding 12 months after cancer surgery: The mediating role of coping strategies", *Psychology, Health & Medicine*, Vol.10, No.4, pp.365 - 375, 2005.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/13548500500093738>

[22] S. Joseph, P. A Linley, "Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity", *Review of General Psychology*, Vol.9, No.3, pp.262 - 280, 2005.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.9.3.262>

김 윤 아(Yun Ah Kim)

[정회원]



- 2011년 2월 : 인제대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2014년 2월 : 인제대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2014년 9월 ~ 현재 : 가야대학교 간호학과 교수

<관심분야>

여성건강증진, 보완대체

김 미 영(MiYoung Kim)

[정회원]



- 2010년 2월 : 부산대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2014년 8월 : 부산대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2014년 9월 ~ 현재 : 가야대학교 간호학과 교수

<관심분야>

정신재활, 정신건강증진