



암 환자 가족보호자의 외상 후 성장에 대한 개념분석

김경희¹ · 신용순²

¹세경대학교 간호학과, ²한양대학교 간호학부

A Concept Analysis of Posttraumatic Growth in Family Caregivers of Cancer Patients

Kim, Kyoung Hee¹ · Shin, Yong Soon²

¹Department of Nursing, Saekyung College, Kangwondo; ²School of Nursing, Hanyang University, Seoul, Korea

Purpose: The purpose of this article was to identify and define concepts of post-traumatic growth of family caregivers of cancer patients. **Methods:** This study was conducted according to the method of Walker and Avant (2005)'s, focusing on research articles and books published from 2000 to 2017. **Results:** There were five attributes of the concept: personal growth, reinforcing relationships with others, understanding of others, finding meaning of care, and gratitude for life. Furthermore, antecedents were as follows: cancer diagnosis of a family member, cancer severity, role acceptance of caregiver, caregiving related burden, self-esteem, and hope. The consequences, therefore, were promoting patient's posttraumatic growth and psychological well-being, increased the quality of life, health related habits change, balance of life, satisfaction of life, and continuation of care. **Conclusion:** Knowing the factors of posttraumatic growth in nursing can be used to devise an intervention to enhance the posttraumatic growth of family caregivers of cancer patient, which can then be applied to a variety of nursing areas.

Key Words: Neoplasms, Post-Traumatic, Growth, Family Caregivers

서 론

1. 연구의 필요성

암 진단은 생존에 위협을 느끼는 외상 경험으로 우울·불안과 같은 정신적 스트레스를 유발한다.¹⁾ 암 진단을 받은 환자의 가족은 암 환자가 호소하는 다양한 증상에 대한 일차적 대처와 함께 사회 생활의 희생, 경제적 손실 등을 포함한 스트레스 증가와 정신적·육체적 건강의 어려움 등도 경험한다.²⁾ 가족보호자가 돌봄을 제공하는 동안 경험하는 부정적 감정은 환자의 건강에도 영향을 미치므로³⁾ 가족보호자의 스트레스를 줄이기 위한 연구가 지속되었다.

그러나, 선행연구를 살펴보면 암 발병과 치료 과정 동안 경험하는 개인적·사회적 스트레스는 부정적으로만이 아니라 긍정적으로도 변화하며,¹⁾ 암 환자 가족보호자도 돌봄을 제공하면서도 긍정적

경험을 한다.³⁾ 돌봄을 제공하면서 긍정적 부분을 경험한 암 환자 가족보호자는 어려운 상황을 더 잘 극복하며 삶의 궁극적 목표를 더 성공적으로 수행하였다.⁴⁾ 또한 돌봄을 통해 성장을 경험한 보호자들은 우울·불안, 돌봄 부담감 등을 포함한 정신적 디스트레스를 덜 경험하였다.⁵⁾ 이에 암 환자를 돌보는 가족을 이해하고 지지하기 위해 암 환자 가족의 긍정적 돌봄 경험에 관한 연구가 지속되고 있다.

암 환자 가족보호자가 돌봄을 제공하면서 경험하는 긍정적 심리 변화는 이익의 발견(benefit finding), 개인적 성장(personal growth), 스트레스 관련 성장(stress-related growth) 등 다양한 용어로 사용되고 있는데 이러한 용어들의 기본개념은 비슷하다.⁶⁾

Tedeschi와 Calhoun⁷⁾은 질병을 포함한 강력한 스트레스를 경험한 뒤 부정적 변화만이 아니라 긍정적 변화를 경험하는 것을 외상 후 성장(post-traumatic growth)이라고 명명하였으며, 자기 자신에 대한 개념의 변화, 타인과의 관계 변화, 인생철학의 변화를 포함한다. 외상 후 성장 개념은 초기에는 심리학 분야에서 주로 다루어졌지만, 최근에는 상담학, 의학, 간호학 등의 다양한 분야에서 이 개념을 이해하고 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인을 파악하고, 적용하기 위한 연구가 진행되고 있다.^{1,8-10)}

암 환자가 경험하는 외상 후 성장 속성에 대한 선행연구결과로는

주요어: 암, 외상 후 성장, 가족보호자

Address reprint requests to: Shin, Yong Soon

School of Nursing, Hanyang University, 222 Wangsimni-ro, Seongdong-gu, Seoul 04763, Korea

Tel: +82-2220-0798 Fax: +82-2-2220-1163 E-mail: ysshin2k@hanyang.ac.kr

Received: Nov 07, 2018 Revised: Dec 24, 2019 Accepted: Feb 12, 2019

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution NoDerivs License. (<http://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/>) If the original work is properly cited and retained without any modification or reproduction, it can be used and re-distributed in any format and medium.

삶에 대한 감사, 자신의 강점 발견, 건강 관련 신념, 타인에 대한 연민, 강화된 관계, 삶의 우선순위 영역에서 변화를 경험한다.¹⁾ 암은 개인적 질병이 아니라 가족 전체가 경험하는 위기이므로 암 환자를 돌보는 가족도 외상 후 성장을 경험하게 된다.⁸⁾

암 환자 가족보호자의 외상은 가족의 암 진단으로 돌봄을 제공하기 위해 환자 중심으로 생활이 변화하면서 가족보호자 자신의 요구나 감정은 뒤로 미루게 된다.^{11,12)} 즉, 외상을 입은 상태에서 돌봄을 제공해야 하는 상황은 이차적인 외상이 더해지는 것이므로 다른 외상으로 인해 발생하는 것과는 구별되는 독특한 속성이 있을 것으로 생각된다. 하지만, 돌봄을 제공하는 가족보호자의 외상 후 성장에 대한 개념분석은 이루어지지 않은 채 외상 후 성장에 영향을 미치는 인구사회학적인, 개인의 성향, 외상 후 성장의 효과에 관한 연구들이 진행되었다.^{8,13)}

일반적으로 개념을 연구에 적용하거나 활용하고자 할 때에는 그 개념 자체 의미를 충분히 이해하는 것이 우선되어야 한다.¹⁴⁾ 개념 분석은 개념의 기본 요소를 검증하여 기본 속성을 이해하는 것이다.¹⁴⁾ 그러나, 암 환자를 돌보는 가족보호자의 외상 후 성장 개념을 이론적으로 분석한 연구가 없어 개념의 의미 및 속성을 파악하기란 쉽지 않다. 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장을 분석하여 그 개념의 속성을 규명하여 조작적 정의를 내린다면 암 환자 가족보호자의 돌봄과 관련된 이론 형성과 연구를 위해 현상을 측정할 수 있는 바탕이 되어, 암 환자 가족보호자를 대상으로 간호중재 개발과 의료 팀원 간의 원활한 의사소통 방식을 제공할 수 있을 것이다.

이러한 배경으로 본 연구는 Walker와 Avant¹⁴⁾의 개념분석틀에 따라 암 환자를 돌보는 가족보호자의 외상 후 성장 속성을 규명하고 의미를 조직화하여 이론적 근거를 마련하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 목적은 Walker와 Avant¹⁴⁾의 개념분석 틀을 따라 암 환자를 돌보는 가족보호자의 외상 후 성장 의미와 속성을 파악하고 개념의 선례와 결과를 확인하며 개념을 정의하여 이해를 높이고 이론적 근거를 제공하는데 있다.

연구방법

1. 연구설계

암 환자를 돌보는 가족의 외상 후 성장 개념분석을 위해 Walker와 Avant¹⁴⁾ 방법을 적용하였다. 구체적인 절차로는 개념 선정, 개념 분석의 목적 설정, 개념 사용 확인, 개념의 결정적 속성 확인, 개념 모델사례 제시, 부가사례(반대사례, 유사사례, 관련사례) 제시, 개념의 선행요인과 결과 확인, 개념의 경험적 증거를 확인하는 개념

분석연구이다.

2. 자료수집 및 분석

본 연구의 문헌검색은 국외 문헌은 PubMed, SCOPUS, CHINAL에서 'cancer', 'caregiver', 'family', 'caregiving experience', 'posttraumatic growth', 'benefit finding', 'personal growth', 'stress-related growth'을 주제로 검색하였다. 국내 문헌은 한국교육학술정보원(www.riiss4u.net), 국립과학기술정보센터(National Digital Science Library, NDSL)에서 '암', '보호자', '가족', '돌봄 경험', '외상 후 성장', '이의 찾기', '개인적 성장', '스트레스 관련 성장'을 주제로 검색하였다. 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장 개념이 시작된 2000년 1월 1일부터 2017년 12월 31일까지 발표된 외국 논문 4722편, 국내 논문 4997편 중 암 환자를 돌보는 가족보호자 1814편이 검색되었다. 초록 또는 원문을 제공한 논문 중 돌봄을 제공하는 가족보호자의 논문은 83편이며, 이 중 중복된 출판물 35편, 한국어와 영어를 제외한 다른 언어로 기술된 출판물 3편, 원문에 접근이 불가능한 출판물 2편을 제외 한 43편을 대상으로 여러 차례 정독을 실시하였다. 본문을 여러 차례 읽어 암 환자 주 돌봄제공자로 경제적, 심리적, 신체적 돌봄을 제공하고 있다고 판단된 논문 중 암 환자를 돌보는 가족보호자가 경험하는 긍정적인 부분을 담고 있는 국외 논문 11편과 국내 논문 4편, 총 15편을 최종적으로 선정하였다(Table 1).

연구자는 선정된 문헌 내에서 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장이 어떻게 사용되었는지 확인하였고 자료표를 이용하여 문헌의 유형, 개념의 의미와 속성을 추출하고 기록하여 체계적인 개념 분석이 가능하도록 하였다. 자료표는 저자명, 출판일, 연구설계, 연구대상, 개념의 활용, 개념의 속성, 개념의 선행요인과 결과를 포함하여 작성하였다. 작성된 자료표는 문헌을 일차적으로 고찰하는 과정에서 포괄적 검토를 수행하기 위해 작성되었으며, 작성표를 근거로 자료들을 재평가하고 필요 시 개념 분석의 각 절차를 반복하여 시행하였다. 개념의 결정적 속성을 파악하고 모델사례 및 부가사례, 선행요인과 결과를 도출하여 이를 조직화하여 이론적 정의를 유도하였다.

연구결과

1. 개념 선정

개념이 명확하지 않은 암 환자를 돌보는 가족보호자의 외상 후 성장 개념에 대한 분석을 실시하였다.

2. 개념 분석 목적

본 연구의 목적은 암 환자를 돌보는 가족보호자의 외상 후 성장

Table 1. A Journal Lists for Literature Review

No	Author	Year	Title
1	Cormio et al.	2014	Psychological well-being and posttraumatic growth in caregivers of cancer patients
2	Li & Loke	2013	The positive aspects of caregiving for cancer patients: a critical review of the literature and directions for future research
3	Lesure & Chongkham-ang	2015	The experience of caregivers living with cancer patients: a systematic review and meta-analysis
4	Owensworth et al.	2015	Support after brain tumor means different things: family caregivers' experiences of support and relationship
5	Mosher et al.	2017	Positive changes among patients with advanced colorectal cancer and their family caregivers: a qualitative analysis
6	Choi	2014	Posttraumatic growth in family caregivers of patients with cancer
7	Choi & Kim	2012	Experience of family caregivers of patients with terminal cancer
8	Lee & Tak	2016	Experiences of spouses of patients with hematologic malignancies: finding way to get out of the endless tunnel
9	Teixera & Pereira	2013	Factors contributing to posttraumatic growth and its buffering effect in adult children of cancer patients undergoing treatment
10	Balfe et al.	2016	What factors are associated with posttraumatic growth in head and neck cancer carers?
11	Lee	2009	A study of effect on quality of life of cancer patient's caregiver: focusing on the mediating effect of feeling of burden and growth
12	Duggleby et al.	2017	A metasynthesis study of family caregivers' transition experiences caring for community-dwelling persons with advanced cancer at the end of life
13	Levesque & Maybery	2012	Parental cancer: catalyst for positive growth and change
14	Young & Snowden	2017	A systemic review on the factors associated with positive experiences in carers of someone with cancer
15	Kim et al.	2007	Cancer caregivers' quality of life: effects of gender, relationship, and appraisal

의 의미와 속성을 파악하고 개념의 선례와 결과를 확인하여 개념을 정의하는데 이해를 높이고 이론적 근거를 제공하는데 있다.

3. 개념 사용 확인

1) 외상 후 성장에 대한 사전적 정의

외상(外傷)에 대한 사전적 정의는 '몸의 겉에 생긴 상처를 통틀어 이르는 말'을 의미한다.¹⁵⁾ 영어로는(external)injury, wound, trauma 의미로 사용된다. Trauma의 의미로 사용될 때는 "a mental condition caused by severe shock, especially when the harmful effects last for a long time", "an unpleasant experience that makes you feel upset and/or anxious"¹⁶⁾ 로 심리, 정서적 외상 혹은 충격적인 경험의 의미로 심리, 의학에서 사용되고 있다.

성장(成長)은 '사람이나 동식물 따위가 자라서 점점 커짐, 사물의 규모나 세력 따위가 점점 커짐, 『생물』 생물체의 크기·부피가 증가하는 일로 형태의 변화가 따르지 않는 증량(增量)을 이른다'로 표기된다.¹³⁾ 영어로는 "the growth of a person, animal, or plant is its process of increasing in size", "an increase in the size or the importance of something", "a lump growing on the outside of a person, animal, or plant that is caused by a disease", "something that has grown"¹⁷⁾ 로 사람·동식물의 성장, 크기 양 정도의 증가, 경제의 성장, 비슷한

동의어로는 increase, development, expansion이 있다. 사전의 의미를 종합해 볼 때 외상 후 성장의 의미는 심리·정서적 의미가 포함될 충격적 경험으로 인한 성장함 혹은 성숙함으로 정의할 수 있다.

2) 문헌에서의 개념사용

(1) 타 학문에서의 개념사용

외상 후 성장 개념은 2000년 초반 심리학, 상담학에서 삶의 위기 경험으로 외상 후 스트레스 증후군을 경험하기도 하지만, 반대로, 외상을 경험하고도 긍정적 심리적 변화를 경험함을 발견하게 되면서 연구가 시작되었다.^{7,18)} 외상 후 성장 개념은 대처결과 모델, 대처전략 모델, 야누스얼굴 모델 혹은 2-요인 모델을 기초로 한다. 대처결과 모델은 외상 후 성장이란 위기 상황에서 투쟁의 결과물로 긍정적 심리변화를 경험하는 것으로 보고 있다.⁷⁾ 대처 전략 모델은 외상 후 성장이 외상과 투쟁한 결과가 아니라 투쟁의 과정으로 보며, 외상 경험 후 고통을 완화시키기 위해 외상에 의미를 부여하는 대처전략과정 일환으로 본다.¹⁹⁾ 야누스 얼굴 모델 혹은 2-요인 모델은 대처결과와 대처과정 모델을 모두 수용하여, 외상 경험 후 초기에는 주관적이고 착각적 성격도 있지만 시간이 지남에 따라 결과로서의 긍정적 변화가 있다고 설명한다.¹⁸⁾ 문헌고찰 결과 3가지 외상 후 성장 모델의 연구 초점은 외상 후 성장을 이루는 사회인구학적

요인, 인지적 요인, 정서적 요인, 관계적 요인, 성격적 특성요인, 대처 기전으로 이루어졌다.⁹⁾

최근에는 의학에서도 2014년 4월 발생한 대형 선박 재난 사고가 발생한 이후 외상 후 스트레스 장애(post-traumatic stress disorder, PTSD)에 관심이 집중되면서 정신건강의학과 영역의 치료 시 PTSD 치료를 넘어서 외상 후 개인이 긍정적으로 변화할 수 있도록 돕는 연구가 활발히 진행되고 있다. 정신질환의 진단 및 통계 편람 제 5판(The Fifth Edition of the Diagnostic and Statistical manual of Mental Disorder; DSM-5)에서 외상의 분류는 실제적이거나 위협적인 죽음, 심각한 부상, 또는 성폭력에 직접 노출되는 것과 함께, 그 외상 사건이 다른 사람에게 일어나는 것을 직접 목격하거나 외상 사건이 가까운 가족이나 친구에게 일어났음을 알게 되는 것, 외상 사건의 혐오스러운 세부내용에 반복적으로 또는 극단적으로 노출되는 것이다.²⁰⁾ 특히, 외상 후 성장이 긍정적 심리 변화만이 아니라 신경생물학적 요인 및 기전의 변화와 연관성이 있다고 보고 뇌 영상 연구도 이루어지고 있다.¹⁰⁾ 상기와 같은 문헌고찰 결과 외상 후 성장은 외상 경험 후 심리·정서적, 사회적으로 외상 이전 보다 더 성숙해지는 것을 의미한다.

(2) 간호학에서의 개념사용

간호학에서 외상 후 성장이라는 개념은 주로 암 환자의 건강 및 안녕에 초점을 두었다. 암 진단과 치료의 과정은 개인의 삶에 부정적인 영향을 지속적으로 미치며, 삶의 계획을 수정하게 하는 외상 경험으로, 암으로 인해 변화된 삶에 긍정적으로 적응하고 재정립하는 것을 말한다.²¹⁾ 또한, 삶을 위협하는 질병을 겪은 환자들이 질병과 투쟁하여 이루는 긍정적 변화의 과정이면서, 질병 경험 이후 좀 더 적극적인 삶의 의지가 발생하는 현상으로 삶의 지혜, 삶의 목적, 삶의 의미 증가 등으로 보며, 외상 후 성장을 증진시키기 위한 간호중재로는 인지행동 관리요법 등을 사용하고 있다.¹⁾ 가족 일원의 암 진단은 가족전체에 영향을 미치는 외상사건으로 암 환자를 돌보는 가족보호자를 '이차 혹은 대리 환자'로 분류하고 있다.⁴⁾ 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인으로는 사회적 지지, 가족기능, 돌봄 어려움 등이 있다.^{8,13,22)} 최근에는, 일상적인 삶에서 발생할 수 있는 가족 간의 갈등, 갱년기 증상, 자녀교육 문제 등도 외상 경험으로 보며, 인생 전환 시점에서 삶을 긍정적으로 맞이하고 성공적으로 이루는 과업의 결과로 받아들여지고 있다.²³⁾

4. 개념의 결정적 속성

1) 암 환자 가족보호자 외상 후 성장의 잠정적 기준 목록

① 돌봄 제공과 관련된 어려움을 조정하고 힘든 상황을 인내하고 다룰 수 있는 내적 힘이 발생한다.^{2,3,5,8,22,24)}

② 자신이 더 강인해졌으며 다른 어떤 상황에서도 잘 견딜 수 있는 자신에 대한 신뢰가 발생한다.^{4,25)}

③ 슬픈 감정을 편하게 말할 수 있는 감정적 성숙이 증가한다.³⁾

④ 돌봄 제공과 관련된 부정적 감정을 극복할 수 있는 역량이 증가한다.²⁾

⑤ 환자의 옹호자가 되어 치료를 위한 상황을 만들어 간다.^{6,11,12,26)}

⑥ 일상생활에서 환자와의 관계가 친밀해진다.^{3,5,26)}

⑦ 가족 간 긍정적인 의사소통이 증가되고 서로 힘을 북돋아 준다.^{3,13,22)}

⑧ 도움을 주는 사람과 관계가 강화된다.^{4,6,24,27)}

⑨ 어려움을 겪는 사람들에 대한 공감과 연민이 증가한다.^{6,26)}

⑩ 돌봄 제공이 환자와의 충돌과 불만이 해결되는 기회가 제공됨을 깨닫게 되고, 돌봄 제공자의 역할이 의미 있는 일임을 발견한다.^{3,26-28)}

⑪ 돌봄 제공이 자아존중감을 북돋아 주는 행위임을 발견한다.²⁸⁾

⑫ 일상적인 삶에 감사하게 된다.^{6,22,25)}

⑬ 삶의 우선순위가 사람중심으로 변경된다.^{3,6)}

⑭ 직업적, 개인적 목표를 재평가하고 삶에 대하여 새로운 통찰력으로 본인에게 더 맞는 삶을 살아가는 방법으로 재조정한다.²⁶⁾

2) 암 환자 가족보호자 외상 후 성장의 속성 확인

본 연구에서 확인한 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장에 대한 속성은 개인적 성장, 관계의 강화, 타인에 대한 공감 증가, 돌봄 의미 발견, 삶의 성숙이다. 첫째, 개인적 성장이란 돌봄 제공과정에서 어려운 부분을 조정하고 부정적 감정을 극복하여 자신의 역량이 증가됨을 깨닫는 것이다. 돌봄 제공 시 자신이 잘 수행하고 있으며, 다른 어떤 상황에서도 견딜 수 있다는 자신에 대한 신뢰감을 갖게 되는 것이다. 자신이 감정적으로 성숙하였으며 돌봄제공자의 역할 증가로 인해 발생하는 문제점을 재조정하고 현 상황을 슬기롭게 견딜 수 있는 경험적 지혜가 증가하는 것이다(①②③④).

둘째, 관계의 강화란 환자와의 관계가 친밀해지고 다른 가족과의 관계가 강화되는 것이다. 암을 앓고 있는 환자의 옹호자 역할을 함으로서 친밀한 관계가 유지된다. 또한 환자를 돌보는 가족보호자는 자신에게 심리적, 실제적 도움을 주는 다른 가족과의 관계가 강화되고 친밀해진다(⑤⑥⑦⑧).

셋째, 타인에 대한 공감 증가는 본인과 직접적인 관계가 없음에도 고통을 당하는 타인에 대한 연민이 증가하는 것이다. 타인에 대한 공감 증가는 다른 사람과의 관계에서 깊이가 증가하게 하는 바탕이 된다(⑨).

넷째, 돌봄 의미를 발견함은 돌봄을 제공하는 것이 환자와 가족 간 오랜 충돌과 불만이 해결되는 기회를 제공하며, 환자가 편안해짐을 발견하는 것이다. 돌봄을 자아존중감을 복돋는 행위로 받아들이며, 돌봄 제공자의 역할이 의미 있는 일임을 발견하게 된다(⑩⑪).

다섯째, 삶의 성숙은 개인적, 직업적 목표를 재평가하는 기회가 되며 삶에 대한 새로운 통찰력으로 본인에게 더 맞는 삶을 살아가는 방법으로 삶을 재조정하게 된다. 일상의 삶에서 의미를 찾고, 본인이 처한 현 상황의 의미를 발견하게 되어 삶의 우선순위를 사람에게 두게 된다(⑫⑬⑭).

5. 사례 개발

1) 모델 사례(Model Case)

모델 사례는 분석 대상 개념의 모든 속성을 포함하여 정확하게 그 개념이 무엇인지 보여주는 사례이다.¹⁴⁾ 이 모델사례에는 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장의 5가지 주요 속성인 개인적 성장, 관계의 강화, 타인에 대한 공감 증가, 돌봄 의미 발견, 삶의 성숙 모두 포함되어 있다.

유방암 3기를 진단받고 투병생활을 하는 어머니를 돌보고 있는 A씨는 약 1년 전부터 어머니와 같은 집에 거주하고 있다. 어머니의 건강관리를 위해 매 월마다 병원 방문 시 함께하고 가정에서도 어머니가 규칙적으로 약을 복용하도록 하고, 매일 조금씩 운동하는 것을 모두 챙기고 있다. A씨는 직장생활을 하고 있으므로 매 주 한 번씩은 가까이에 살고 있는 동생들이 집으로 찾아와 집안 청소, 어머니와 산책하기 등을 시행하고 있다. 어머니를 돌보기 전에는 아픈 어머니를 모시고 산다는 것에 대한 두려움이 있었지만 현재는 집안일, 병원 방문, 어머니 보살피기 등 일의 우선순위를 정하여 시행하며 필요 시 다른 가족에게 도움을 요청하여 받고 있다. 물론, 본인 스스로 우선순위를 정하여 잘해나가고 있지만, 때로는 어머니의 질병 상황이 더 나빠질까 두려워하기도 한다. 그러나, 돌봄을 제공하는 본인의 삶이 힘들다는 생각보다는 더 어려운 일이 닦쳐도 잘 일어설 수 있는 힘이 생겼음을 느끼고 있다(개인적 성장). 최근에는 어머니의 암이 재발하여 힘들어하는 어머니를 위로하고 있다. 가장 최선의 치료방법을 찾기 위해 의료진으로부터 다양한 치료방법에 대해 질문하고 치료 선택에 따른 장·단점을 충분히 들은 뒤 어머니와의 대화를 통해 어머니가 원하는 것이 무엇인지 알아가고 있다. 어머니와 함께 보낼 수 있는 시간이 많이 남아있지 않을 수도 있다는 생각에 가족들이 매 주 일정한 시간에 찾아와서 서로 만나는 시간이 많아지면서 서로 마음속에 있던 생각들을 나눌 수 있는 계기가 되어 형제자매들이 더 친밀해짐을 느꼈다(관계의 강화). 항암화학요법을 시행하는 동안 어머니와 같은 병실을 사용

하고 있는 환자가 처음 암 진단을 받고 치료를 기다리는 초초한 모습과 돌봐주는 가족이 없음에 안타까웠으며, 치료과정 동안 도와주고 편안한 마음으로 치료를 시작하는 것을 도와주고 싶었다(타인에 대한 공감 증가). 어머니를 돌보면서 어머니가 더 편안해 지고 가족 간의 대화가 더 깊어지고 많아짐에 따라 서로를 이해하게 되어 자신이 더 성장함을 알게 됐다. 어머니를 돌보는 일이 내 삶에서 중요한 의미로 작용함을 깨닫게 되어 돌봄을 지속할 수 있음을 발견하였다(돌봄의 의미 발견). 어머니를 돌보면서 매일 일상의 생활을 같이하게 됨을 감사하고 있다. 남들보다 같이 있는 시간이 더 적을 수 있지만 그렇기 때문에 일상생활이 더 감사하며, 인생의 행복이 직장에서 더 빨리 승진하거나 나만을 위한 시간을 더 많이 가지는 것 보다 가족과 타인들과 함께 천천히 가는 것도 의미 있는 삶인 것을 깨달았다(삶의 성숙).

2) 반대 사례(Contrary Case)

반대사례는 대상개념의 속성을 전혀 포함하고 있지 않는 사례이다.¹⁴⁾

위암 3기로 판정 받은 남편을 돌보는 B씨는 항암화학요법 치료를 시행 받고 있는 남편을 돌보고 있다. 자녀는 아들이 2명 있으며 모두 결혼을 한 뒤 아버지의 암 진단 후 치료를 시작하였음에도 자주 오지도 않는 것에 많이 힘들어 한다. 가부장적 성격인 남편이 어렵지만 한 B씨는 남편이 치료를 시작 한 뒤 오심, 구토가 시작되면서 남편을 보살피는 게 버겁기만 하다(개인적 성장 부재). 남편은 짜증을 자주 내며 아이들은 자주 오지도 않아 힘든 일을 혼자서만 감당하고 아무도 도와주지 않는다는 생각에 하루하루가 힘들기만 하다. 이 세상에 자신이 가장 불행하다는 생각이 들기만 하다(관계의 강화 부재, 타인에 대한 공감 부재, 삶의 성숙 부재). B씨는 남편 병간호로 본인이 즐겨 나가던 모임에도 나갈 수 없고 간병으로 인해 지누르는 느낌이 지속되므로 남편에게는 미안하지만 지긋지긋한 병수발이 빨리 끝났으면 한다(돌봄 의미 발견 부재).

3) 유사 사례(Borderline Case)

개념의 중요한 속성 중 일부만을 포함하고 있어 그 개념으로 볼 수 없는 사례로 경계사례라고도 불린다.¹⁴⁾

최근에 폐암진단을 받은 아버지를 돌보는 C씨는 그 동안 가족에게 너무 소홀히 했던 게 아쉽다. 항상 무뎠다고 느꼈던 아버지였지만, 이제는 아버지와 같이 있는 시간이 많아지면서 대화를 통해 서로 좀 더 깊이 알아가게 되고 서로 의지하게 된다는 것을 알게 되었다(관계의 강화). 때로는 아버지가 오랫동안 C씨와 같이 보낼 수 없을 거라는 생각에 눈물이 나기도 하지만 아버지의 통증 조절을 위해 일정한 시간에 약을 복용하도록 돕고, 가까운 곳에 산책

하기도 하며, 증상이 더 나빠질 것 같으면 병원에 직접 연락하기도 해서 아버지의 상황이 더 나빠지지 않도록 조절하면서 본인이 잘 해쳐나가고 있음에 만족하고 있다(개인적 성장). 그러나, 본인은 아버지를 돌보기 위해 직장까지 그만두었는데, 다른 가족은 모두 직장생활을 하고 있으며 아버지를 돌보는데 도움을 주지 않고 있어 서운한 감정이 있다. 하지만 가족 간 다툼이 있을지도 몰라 표현을 하지 못하고 있다. 아버지와 관계는 좋아졌지만 전적으로 아버지만 돌보는 상황에 본인이 조금씩 지쳐가고 있어 언제까지 이렇게 살아야 하는지 고민을 하고 있다.

4) 관련 사례(Related Case)

분석하는 개념과 비슷하며 관련은 있지만 중요한 속성은 포함하고 있지 않아서 자세히 검토하면 다른 의미를 가진 사례이다.¹⁴⁾

위암 초기 남편을 돌보는 D씨는 남편의 암이 초기에 발견된 거에 감사하고 있다. 치료 후에도 남편이 대부분의 일은 혼자 할 수 있고 본인은 가끔 남편이 피곤해 하지 않는지 정도만 확인하면 되는 상황이 다행이라고 생각한다. 암 환자 가족 동호회 모임에 가끔 참석하여 암 환자를 위한 건강관리 강좌에 참석하고 있다. 암이 초기에 발견된 이유가 건강검진 덕분이니 만나는 친구들에게 건강검진을 정기적으로 실시하라고 수시로 얘기하고 있다. 가족의 건강을 위해 건강한 먹거리를 준비하고 규칙적인 운동, 건강검진을 매년 시행하리라 다짐한다.

6. 선행요인과 결과 확인

선행요인은 개념 발생 이전에 발생하는 사건이나 부수적인 조건을 말하며, 결과는 개념 발생 결과로 나타나는 사건이나 부수적인 조건을 의미한다. 개념이 일반적으로 사용되는 사회적 상황을 반영하며 개념의 속성을 다듬는데 도움을 준다.¹⁴⁾

본 연구에서 확인된 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장 속성을 중심으로 개념발생 전에 나타나는 선행요인으로는 가족 일원의 암 진단 지각, 암의 심각성, 돌봄제공자 역할 수용, 돌봄부담감, 자아존중감, 희망 등으로 확인되었다. 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장 속성 결과는 돌봄을 제공 받는 환자의 외상 후 성장 촉진 및 정신적 웰빙 증가, 돌봄을 제공하는 자신의 정신적 삶의 질 증가, 건강 관련 습관 변화, 삶의 균형유지, 삶의 만족, 돌봄의 지속으로 확인되었다. 가까이에 있는 사람으로부터 관심과 도움을 받는 사회적 지지는 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장을 강화하는 촉진인자로 나타났다.

7. 개념의 경험적 준거

개념분석의 마지막 단계인 경험적 준거의 결정은 어떤 개념이 있

거나 발생했다는 것을 설명하는 실제 현상에 대한 구분이나 범주이다.¹²⁾ 즉, 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장 개념을 측정하기 위한 준거를 제시하는 것이다. 암 환자 돌봄제공자나 가족을 대상으로 외상 후 성장을 측정하는데 일반적으로 사용되는 도구는 Tedeschi와 Calhoun²⁹⁾의 외상 후 성장 척도(The Posttraumatic Growth Inventory: PTGI)이다. 이는 일반적으로 외상을 경험한 대상자에 적용되며 '다른 사람과의 관계', '삶의 새로운 가능성', '삶에 대한 감사', '영적 변화', '개인적 힘'으로 구성되어 있다. 본 연구의 관심대상인 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장 속성과 비교해 볼 때 개인적 성장, 관계의 강화, 타인에 대한 공감 증가, 삶의 성숙을 포함하고 있다. PTGI 도구와의 차이점은 돌봄 의미 발견과 영적 변화이다. 암 환자 가족보호자는 돌봄을 제공하는 특수한 환경에 처하고 있으므로 돌봄 의미를 발견하지만 영적 변화는 본 연구의 속성에는 포함되어 있지 않다. 외상을 겪는 대상자들의 환경이나 문화가 다르고 대상자 집단에 따라 외상 사건 경험의 차이가 있으므로 세분화된 외상 후 성장 척도 개발이 필요하다.

본 연구에서 확인된 '암 환자 가족보호자의 외상 후 성장'의 속성에 대한 경험적 준거는 다음과 같다.

(1) 개인적 성장: 돌봄 제공 시 발생하는 어려움을 조절하는 능력을 발휘하고 새로운 역할에 적응하고 다른 어떤 상황에서도 잘 견뎌낼 수 있는 자신에 대한 신뢰감.

(2) 관계의 강화: 환자와 서로 알게 되며, 돌봄 제공 시 도움을 주는 다른 가족과의 관계가 깊어짐.

(3) 타인에 대한 공감 증가: 고통을 당하는 사람에 대한 공감 증가.

(4) 돌봄 의미 발견: 돌봄 제공이 자아존중감을 복돋는 행위를 알게 됨.

(5) 삶의 성숙: 삶의 우선순위를 사람에게 두게 되며, 본인에게 더 맞는 삶을 찾게 됨.

이상에서 제시된 개념의 5가지 속성, 선행요인 및 결과에 기초하여 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장의 작업적 정의를 다음과 같이 내릴 수 있다. '암 환자 가족보호자의 외상 후 성장'이란 가족 일원의 심각한 암 진단의 충격과 함께 돌봄 제공자의 역할을 수용하면서 5가지 속성 즉, 돌봄 제공 시 발생하는 어려움을 잘 감당할 수 있는 개인적 성장, 환자 및 다른 가족과의 관계 강화, 고통을 당하는 타인에 대한 공감 증가, 돌봄 제공의 긍정적 의미 발견, 본인에게 더 적합한 삶을 발견하여 재조정하는 삶의 성숙을 경험하는 것이다.

지금까지 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장 정의에 기초하여 형상화된 개념적 기틀은 Fig 1과 같다.

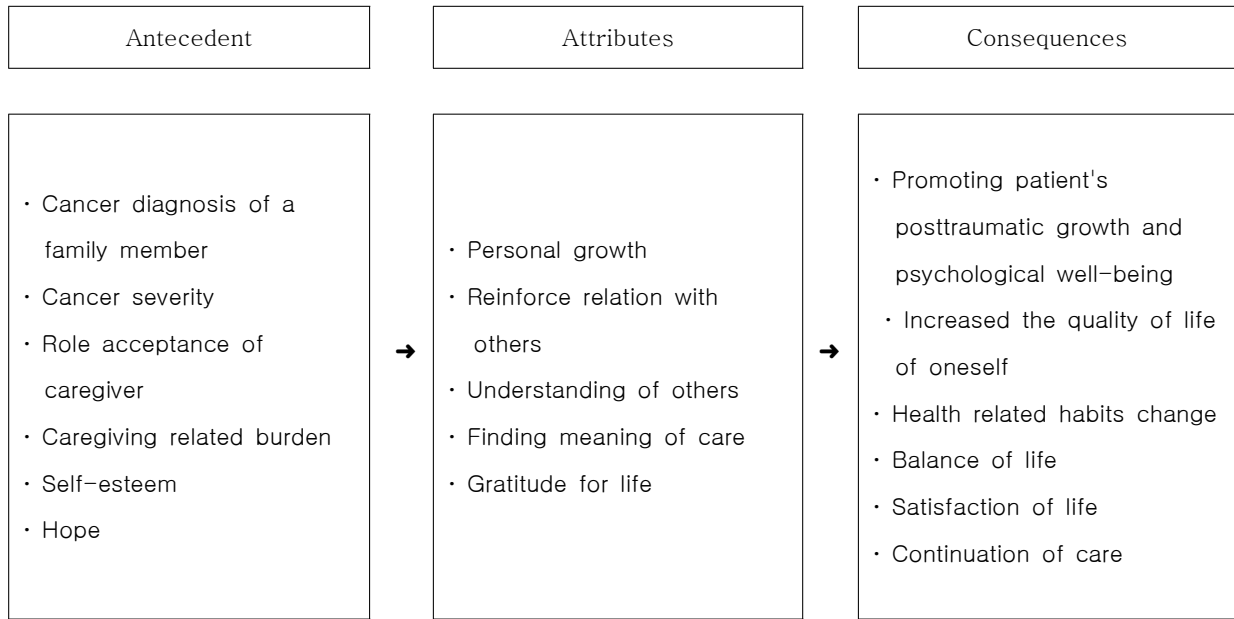


Fig. 1. A conceptual map of posttraumatic growth in family caregivers of cancer patient.

논 의

암 환자를 돌보는 가족들도 외상 후 성장을 경험하며, 이는 가족 보호자의 외상 후 스트레스 감소, 건강 관련 습관의 변화를 이끌어 삶의 질을 향상할 수 있다는 연구결과가 나타나고 있다.^{2,6,13} 그러나, 간호학 분야에서 수행되어 온 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장의 연구는 대부분 외상 후 성장을 촉진하는 개인적 성향, 외상 후 성장 정도, 사회적 지지 정도 등의 요인 규명에 국한되어 있다.^{2,13,22} 이에 암 환자를 돌보는 가족보호자의 외상 후 성장개념에 대한 이해를 확대하여 암 환자에게 일차적인 돌봄을 제공하는 가족에 대한 간호의 제공이 활발하게 수행되도록 하기 위하여 암 환자 가족 보호자의 외상 후 성장의 의미와 특성을 명확히 하고자 하였다.

외상 후 성장 개념적 속성은 '개인적 성장', '관계의 강화', '타인에 대한 공감증가', '돌봄 의미 발견', '삶의 성숙'이었다. 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장 개념분석을 위해 첫 번째 단계인 개념에 대한 정의를 살펴본 결과, 암 환자 가족보호자가 경험하는 외상 후 성장은 가까운 가족의 암 진단으로 인한 심리적 외상과 함께 돌봄 제공자의 역할을 담당하면서 발생하는 실제적(신체적, 정신적, 감정적) 외상이 발생하지만, 돌봄을 제공하면서 돌봄 제공 이전 보다 더 삶이 성숙해지고 지혜로워지는 것으로 발견되었다. 이는 Tedeschi와 Calhoun²⁹⁾의 외상 후 성장 이론에서 외상을 경험한 뒤 발생한 성장은 자신에 대한 개념의 변화, 타인과의 관계 변화, 삶에 대한 철학의 변화와 비슷한 결과를 보였다. 본 연구의 개념적 속성 중 Tedeschi

와 Calhoun²⁹⁾의 외상 후 성장 이론과 암 환자 외상 후 성장과 암 환자의 외상 후 성장과도 구별된 특징은 돌봄 의미 발견이었다. 돌봄 의미란 돌봄을 제공하는 자신과 돌봄 제공 상황에 대한 긍정적인 신념으로, 돌봄 의미를 긍정적으로 평가하는 것은 가족보호자의 삶의 질과 관련이 있다. 본 연구에서는 가족보호자의 돌봄 제공은 자아존중감을 복돋아 주며 돌봄 제공자의 역할이 부담감이 아닌 의미 있는 일임을 발견한 것이다. 의미를 찾는 것은 기본적 동기부여의 힘으로 주로 어려운 상황에서 발견된다.³⁰⁾ 암 환자의 가족보호자가 된다는 것은 본인의 삶에서 의도하지 않았던 삶의 부정적 사건이며, 이러한 상황에서 긍정적 의미를 찾는 것은 환자와 환자 가족에게 어려움을 극복할 수 있는 중요한 측면이다.²⁸⁾ 돌봄 제공으로 인해 돌봄의 의미를 발견할 수 있으며 이는 돌봄 부담감을 줄여준다.^{24,28)} 하지만, 돌봄 제공 자체가 부담감 혹은 스트레스로 작동하기도 하므로 돌봄에 대한 태도가 의문나 어려운 것이라고 받아들여지지 않도록 사회적 지지를 강화하는 간호중재의 개입이 필요함을 알 수 있다. 사회적 지지로는 매일의 일상생활에서 잠깐 동안 만이라도 가족보호자의 역할을 쉴 수 있는 여유를 주는 것이다. 암 환자 가족보호자가 개인적인 시간을 갖게 하는 것 등 꾸준한 실제적 도움, 어려움을 토로할 수 있는 정서적 지지, 실제 환자를 돌보면서 발생할 수 있는 상황에 대해 조절할 수 있는 능력 향상시키기 등 다양하고 풍성한 간호지지를 통해 지치지 않고 돌봄을 지속할 수 있는 역량을 높일 수 있는 도움이 필요하다.

암 환자 가족보호자의 외상 후 성장에 관한 외국의 선행연구와

의 차이점은 국내연구에는 돌봄을 제공하면서 본인이 보상받는 느낌이 드는 것과 건강 관련 습관의 향상을 찾아볼 수는 없었다.^{3,6)} 비슷한 상황에서 외상을 겪는 대상자들이지만 환경, 문화가 다르고 대상자 집단에 따라 외상 사건 경험의 차이가 있으므로 국내 암 환자 가족보호자가 겪는 외상 후 성장에 대한 세심한 연구가 지속되며 이를 바탕으로 국내 암 환자 가족보호자에게 맞는 세분화된 도구 개발이 필요하다.

암 환자 가족보호자의 외상 후 성장의 선행요인은 가족일원의 암 진단 지각, 암 심각성, 돌봄제공자 역할 수용, 자아존중감, 희망, 돌봄 부담감으로 파악되었다. 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장과 만성질환자를 돌보는 가족보호자의 외상 후 성장과 다른 점은 가족 일원의 심각한 암 진단으로 죽음에 대한 공포와 생존에 위협을 주는 가장 큰 위기임을 지각하는 것이다. 심각한 스트레스 상황에서 의도하지 않게 돌봄 제공자의 역할을 수용하게 되므로 돌봄 부담감의 증가가 선행요인으로 발생한다. 여기에 암 환자 가족보호자의 성격요인인 자아존중감과 현 상황에서 가질 수 있는 실제적인 희망이 더해져 외상 후 성장이 이루어지는 선행요인이 된다. 선행요인의 결과로는 환자의 외상 후 성장 촉진, 정신적 삶의 질 증가, 외상 후 스트레스 장애 감소, 건강 관련 습관 변화, 삶의 균형 유지, 돌봄을 지속함이었다.

암 환자 치료방법이 다양해지면서 신중한 의사결정이 더 많이 요구되며, 환자 돌봄이 가정 혹은 지역사회로 이행되고 있는 것은 암 환자를 돌보는 가족보호자의 역할이 점점 더 많아지고 있음을 시사한다. 암 환자를 돌보는 가족보호자의 외상 후 성장 경험은 본인의 정신적 영역, 신체적 영역을 포함한 전반적인 삶의 질에도 영향을 주며 일상생활의 균형을 유지하면서 돌봄을 지속할 수 있는 원동력이 된다. 이와 더불어 환자의 외상 후 성장 촉진에도 영향을 주므로 암 환자 가족보호자를 대상으로 자기 관리, 건강한 라이프 스타일 증진, 가족 중심 간호 등 우리나라 상황에 적합한 암 환자 가족 돌봄 간호중재 모델이 필요한 것으로 생각된다.

본 연구는 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장 개념의 의미를 명확히 하고 조작적 정의를 내려 이론적 근거를 제공하기 위해 Walker와 Avant¹⁴⁾의 개념분석방법을 적용하였다. 그러나, 개념의 사용과 맥락을 구별하거나, 실제 간호나 환자 상황에서 나온 실증적 사례를 사용하지 못한 한계가 있음을 밝힌다.

결론

본 연구는 최근 주목 받고 있는 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장에 대한 개념을 명확히 하고 조작적 정의를 내리기 위해 Walker와 Avant¹⁴⁾ 방법을 이용하여 개념선정, 분석목적, 개념의 모

든 사용 확인, 개념 속성 판단, 모델사례, 추가사례, 선행요인과 결과 확인, 경험적 증거 결정과정을 수행하였다. 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장 속성은 개인적 성장, 관계의 강화, 타인에 대한 공감 증가, 돌봄 의미 발견, 삶의 성숙이다. 선행요인으로는 가족 일원의 암 진단 지각, 암의 심각성, 돌봄 제공자 역할 수용, 돌봄 부담감, 자아존중감, 희망이었으며, 결과로는 환자의 외상 후 성장 촉진 및 정신적 웰빙 증가, 돌봄을 제공하는 자신의 정신적 삶의 질 증가, 건강 관련 습관 변화, 삶의 균형유지, 삶의 만족, 돌봄의 지속으로 확인되었다. 본 연구의 의의는 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장의 특이점에 초점을 두고 분석하였으며, 암 환자를 돌보는 가족보호자와 관련된 간호중재 및 연구를 위한 기초자료를 확보했다는 데 의의가 있다. 따라서 이상의 연구결과를 바탕으로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장을 측정할 수 있는 도구 개발과 관련된 연구가 필요하다. 둘째, 암 환자 치료진을 대상으로 외상 후 성장에 대한 연구를 확대하여 이들의 외상 후 성장 개념과 중복되거나 명확하지 않은 개념을 체계적으로 분석할 필요가 있다. 셋째, 임상현장에서 적용 가능한 암 환자 가족 돌봄 프로그램의 개발 및 적용을 통해 외상 후 성장의 결과를 확인할 수 있는 지속적인 연구가 필요하다. 마지막으로 암 환자 가족보호자의 외상 후 성장이 본인 및 암 환자의 삶의 질을 포함하여 실제적이고 구체적인 삶의 변화에 영향을 확인하는 연구가 필요함을 제언한다.

ORCID

김경희 orcid.org/0000-0001-8893-5166

신용순 orcid.org/0000-0002-9854-9549

REFERENCES

- Morris BA, Shakespeare-Finch J, Scott JL. Posttraumatic growth after cancer: the importance of health-related benefits and newfound compassion for others. *Support Care Cancer*. 2012;20:749-56.
- Cormio C, Romito F, Viscanti G, Turaccio M, Lorusso V, Mattioli V. Psychological well-being and posttraumatic growth in caregivers of cancer patients. *Front Psychol*. 2014;5:1342.
- Li Q, Loke AY. The positive aspects of caregiving for cancer patients: a critical review of the literature and directions for future research. *Psychooncology*. 2013;22:2399-407.
- LeSeure P, Chongkham-Ang S. The experience of caregivers living with cancer patients: a systematic review and meta-synthesis. *J Pers Med*. 2015;5:406-39.
- Owensworth T, Goadby E, Chambers SK. Support after brain tumor means different things: family caregivers' experiences of support and

- relationship changes. *Front Oncol.* 2015;5:33.
6. Mosher CE, Adams RN, Helft PR, O'Neil BH, Shahda S, Rattray NA, et al. Positive changes among patients with advanced colorectal cancer and their family caregivers: a qualitative analysis. *Psychol Health.* 2017;32:94-109.
 7. Tedeschi RG, Calhoun LG. Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychol Inq.* 2004;15:1-18.
 8. Choi SO. Posttraumatic growth in family caregivers of patients with cancer. *Korean J Hosp Palliat Care.* 2014;17:1-9.
 9. Choi ES, Kim KS. Experiences of family caregivers of patients with terminal cancer. *J Korean Acad Nurs.* 2012;42:280-90.
 10. Lee YS, Tak YR. Experiences of spouses of patients with hematologic malignancies - finding a way to get out of the endless tunnel. *Asian Oncol Nurs.* 2016;16:46-57.
 11. Teixeira RJ, Pereira MG. Factors contributing to posttraumatic growth and its buffering effect in adult children of cancer patients undergoing treatment. *J Psychosoc Oncol.* 2013;31:235-65.
 12. Walker LO, Avant KC. *Strategies for theory construction in nursing*, 4th ed. Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall; 2005.
 13. National Institute of Korean Language. Standard Korean language dictionary. Available from: http://stdweb2.korean.go.kr/search/List_dic.jsp [Accessed September 14, 2018].
 14. Hornby AS, Wehmeier S, McIntosh C, Turnbull J, Ashby M. *Trauma*. In: Oxford advanced learner's dictionary. 7th ed. London: Oxford University Press; 1997:1634.
 15. Hornby AS, Wehmeier S, McIntosh C, Turnbull J, Ashby M. *Growth*. In: Oxford advanced learner's dictionary. 7th ed. London: Oxford University Press; 1997:687.
 16. Zoellner T, Maercker A. Posttraumatic growth in clinical psychology - a critical review and introduction of a two component model. *Clin Psychol Rev.* 2006;26:626-53.
 17. Folkman S. Positive psychological states and coping with severe stress. *Soc Sci Med.* 1997;45:1207-21.
 18. Lee IJ. A systematic review of posttraumatic growth in cancer. *Soc Work Pract Res.* 2009;6:81-113.
 19. Gwon JS. *Desk reference to the diagnostic criteria from DSM-5*. Seoul: Hakjisa; 2018.
 20. Jeon SW, Han C, Choi J, Paik JW, Pae CU, Chae JH. Post-traumatic growth: the conception and neurobiology. *Korean J Psychopharmacol.* 2015;26:1-9.
 21. Jim HS, Jacobsen PB. Posttraumatic stress and posttraumatic growth in cancer survivorship: a review. *Cancer J.* 2008;14:414-9.
 22. Balfe M, O'Brien K, Timmons A, Butow P, O'Sullivan E, Gooberman-Hill R, et al. What factors are associated with posttraumatic growth in head and neck cancer carers? *Eur J Oncol Nurs.* 2016;21:31-7.
 23. Lee SH, Jang HS, Yang YH. The influence of subjective health status, post-traumatic growth, and social support on successful aging in middle-aged women. *J Korean Acad Nurs.* 2016;46:744-52.
 24. Lee YS. A study of effect on quality of life of cancer patient's caregiver: focusing on the mediating effect of feeling of burden and growth. *Korean J Soc Welf.* 2009;61:325-48.
 25. Duggleby W, Tycholiz J, Holtslander L, Hudson P, Nikolaichuk C, Mirhosseini M, et al. A metasynthesis study of family caregivers' transition experiences caring for community-dwelling persons with advanced cancer at the end of life. *Palliat Med.* 2017;31:602-16.
 26. Levesque JV, Maybery D. Parental cancer: catalyst for positive growth and change. *Qual Health Res.* 2012;22:397-408.
 27. Young J, Snowden A. A systematic review on the factors associated with positive experiences in carers of someone with cancer. *Eur J Cancer Care (Engl).* 2017;26:e12544.
 28. Kim Y, Baker F, Spillers RL. Cancer caregivers' quality of life: effects of gender, relationship, and appraisal. *J Pain Symptom Manage.* 2007; 34:294-304.
 29. Tedeschi RG, Calhoun LG. The Posttraumatic Growth Inventory: measuring the positive legacy of trauma. *J Trauma Stress.* 1996;9:455-71.
 30. Frankl VE. *The unheard cry for meaning: psychotherapy and humanism*. Paju: Chunga; 2005.