

INTISARI

Penelitian ini membahas mengenai representasi gangguan spektrum autisme dan wujud stres pasca-trauma yang dialami oleh tokoh Mun Sang-tae dalam drama Korea yang berjudul "*It's Okay to Not Be Okay*" (사이코지만 괜찮아) melalui pendekatan psikologi sastra. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gangguan autisme pada tokoh utama dan wujud pasca-trauma yang dapat memperkuat gejala autisme tokoh tersebut. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu kualitatif, berdasarkan teori gangguan spektrum autisme Hallahan dan Kauffman (2014) dan teori stres pasca-trauma *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder* (DSM V).

Hasil penelitian ini menemukan bahwa Mun Sang-tae dalam drama '*It's Okay to Not Be Okay*' menunjukkan berbagai gejala gangguan spektrum autisme dan stres pasca-trauma, yang saling berhubungan dan mempengaruhi kesehatan emosionalnya. Sang-tae mengalami kesulitan dalam interaksi sosial, komunikasi, dan perilaku karena gangguan spektrum autisme. Ia sangat patuh terhadap rutinitas, sering mengalami kesulitan dalam memahami ekspresi emosional orang lain, dan berbicara dengan cara yang kaku dan berulang. Namun, kondisinya semakin diperparah dengan trauma yang dialaminya semasa kecil setelah menyaksikan secara langsung kejadian tragis yang menimpa ibunya. Memori traumatis masa kecilnya ini terus menghantuinya dalam bentuk ingatan yang muncul secara berulang dan tidak disengaja, reaksi panik ketika dihadapkan pada situasi yang mengingatkannya pada kejadian tersebut, dan ketakutan yang mendalam pada kupu-kupu yang melambangkan traumanya. Selain itu, ia menunjukkan berbagai tanda stres pasca-trauma, seperti ketidakstabilan emosi, kemarahan yang meledak-ledak secara tiba-tiba, dan kesulitan untuk menjalin hubungan yang lebih dalam dengan orang-orang disekitarnya. Hal ini menunjukkan bahwa trauma yang belum terselesaikan dapat memperburuk gangguan mental lainnya dan bagaimana emosi seseorang dapat diekspresikan dengan berbagai cara, baik verbal maupun nonverbal.

Kata kunci: psikologi sastra, gangguan autisme, stres pasca-trauma, drama, *It's Okay to Not Be Okay*

ABSTRACT

This study examines the representation of autism spectrum disorder (ASD) and the role of post-traumatic stress experienced by the character Mun Sang-tae in the Korean drama called *It's Okay to Not Be Okay* (사이코지만 괜찮아) through a literary psychology approach. The aim of this study is to identify the characteristics of autism spectrum disorder in the main character and examine the role of trauma in provoking these symptoms. The research applies a qualitative descriptive method, referring to the autism spectrum disorder theory proposed by Hallahan and Kauffman (2014) and the post-traumatic stress disorder theory outlined in the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM V).

This study found that Mun Sang-tae in this drama 'It's Okay to Not Be Okay' exhibits various symptoms of autism spectrum disorder and post-traumatic stress, which are correlated and affect his emotional health. Sang-tae has difficulties in social interaction, communication, and behavior due to autism spectrum disorder. He was very routine-oriented, often had difficulty in understanding the emotional expressions of others, and spoke in a rigid and repetitive manner. However, his condition was further worsened by the trauma he experienced as a child after witnessing firsthand the tragic events that befell his mother. This traumatic memory continued to haunt him in the form of recurrent and involuntary memories, panic reactions when faced with situations that reminded him of the incident, and a deep fear of butterflies that symbolized his trauma. In addition, he showed signs of post-traumatic stress, such as emotional instability, sudden outbursts of anger, and difficulty in establishing deeper relationships with those around him. This shows that unresolved trauma can worsen other mental disorders and how one's emotions can be shown in many ways, both verbal and nonverbal.

Keywords: literary psychological, autism disorder, post-traumatic stress, drama, *It's Okay to Not Be Okay*.

초록

본 연구는 한국 드라마 '사이코지만 괜찮아' 속 문상태라는 인물이 경험하는 자폐 스펙트럼 장애(ASD)의 표현과 외상 후 스트레스의 역할을 심리학적 문학적 접근을 통해 살펴보고자 한다. 본 연구는 해당 인물의 자폐 스펙트럼 장애를 규명하고, 외상 경험이 그의 자폐 증상을 더욱 심화시키는지 확인하는 것을 목표로 한다. 연구 방법으로는 Hallahan과 Kauffman(2014)의 자폐 스펙트럼 장애 이론과 *정신장애 진단 및 통계 편람 -5* (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders - V)에 제시된 외상 후 스트레스 장애 이론을 바탕으로 한 질적 서술적 연구를 적용하였다.

이 연구에서는 드라마 '사이코지만 괜찮아' 속 문상태가 자폐 스펙트럼 장애와 외상 후 스트레스 증상을 보이며 이 두 가지가 서로 연결되어 그의 감정 상태에 영향을 준다는 것을 발견했다. 상태는 자폐 장애로 인해 사회적 상호작용, 의사소통, 행동에서 어려움을 겪는다. 그는 규칙적인 생활을 매우 중요하게 여기고 다른 사람들의 감정을 이해하는 데 어려움을 가지며 말할 때 딱딱하고 반복적인 방식으로 표현한다. 하지만 어린 시절 어머니에게 일어난 비극적인 사건을 직접 목격한 후 그가 받은 트라우마는 그의 상태를 더 악화시켰다. 이 끔찍한 기억은 계속해서 그를 괴롭히며 갑자기 떠오르는 기억, 과거의 사건을 떠올리게 하는 상황에서 공황 반응, 그리고 그의 트라우마를 상징하는 나비에 대한 깊은 두려움으로 나타난다. 또한, 그는 감정이 불안정하고, 갑자기 화를 내거나 주변 사람들과 깊은 관계를 맺기 어려워하는 등 외상 후 스트레스의 증상을 보인다. 이는 해결되지 않은 트라우마가 다른 정신적 문제를 악화시킬 수 있으며 사람의 감정이 말뿐만 아니라 행동과 표정으로도 표현될 수 있음을 보여준다.

키워드: 문학심리학, 자폐성장애, 외상 후 스트레스, 드라마, 사이코지만 괜찮아.