

성인의 분노표현 영향요인

Factors Influencing Anger Expression of Adults

김효정

수원여자대학교 간호학과

Hyo-Jung Kim(bluebisang@swc.ac.kr)

요약

본 연구는 성인의 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음, 분노표현의 정도를 파악하고, 분노표현에 미치는 영향요인을 파악하고자 시도되었다. 자료수집은 2017년 9월 3일부터 10월 10일까지 일반 성인 272명을 대상으로 설문지를 통해 이루어졌다. 수집된 자료는 SPSS 24.0 프로그램으로 분석하였다. 연구결과, 대상자의 삶의 만족도는 평균 14.75±4.51점, 스트레스는 27.30±5.15점, 정당한 세상에 대한 믿음은 25.17±6.93점, 분노표현은 26.57±9.16점이었다. 분노표현은 삶의 만족도($r=-.361, p<.001$), 정당한 세상에 대한 믿음($r=-.419, p<.001$)과 유의한 부적 상관관계가 나타났으며 스트레스($r=.494, p<.001$)와는 유의한 정적 상관관계를 나타내었다. 분노표현의 영향요인은 성별, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음으로 나타났으며 이들의 설명력은 33.5%이었다. 본 연구는 현대인의 분노표현에 영향을 미치는 요인을 규명했다는 점에서 의의가 있다. 부적절한 분노표현을 줄이기 위하여 스트레스 관리가 필요하고 정당한 세상에 대한 믿음을 높이기 위한 사회적, 제도적 노력이 필요할 것이다. 또한 성별에 따라 분노표현의 차이를 고려한 분노조절 프로그램이 요구된다.

■ 중심어 : | 분노표현 | 삶의 만족도 | 스트레스 | 정당한 세상에 대한 믿음 |

Abstract

This study was conducted to investigate the levels of life satisfaction, stress, belief in a just world, anger expression and to find factors influencing anger expression. Data were collected from September 3 to October 10, 2017 using questionnaires. The participants were 272. Data were analyzed using the SPSS 24.0 program. The results of this study were as follows: the mean score of life satisfaction was 14.75±4.51, stress was 27.30±5.15, and belief in a just world was 25.17±6.93 and anger expression was 26.57±9.16. There was a negative correlation between anger expression and life satisfaction, and belief in a just world, while there was a positive correlation between anger expression and stress. Factors influencing anger expression were sex, stress, belief in a just world. These factors explain 33.5% of the variance in anger expression. It is necessary to reduce stress for anger adjustment. Social institutional efforts are also needed to increase the belief in a just world. And anger control programs are required, considering the differences in expressing anger according to sex.

■ keyword : | Anger Expression | Life Satisfaction | Stress | Belief in a just world |

I. 서론

1. 연구의 필요성

현대인들은 일상생활에서 다양한 사람을 만나고 경험하면서 기쁨, 슬픔, 분노 등 여러 가지 감정을 느끼며 살아간다. 이러한 감정은 인간의 행동에 영향을 미칠 수 있는데 특히 분노나 우울과 같은 감정은 자살, 폭력적 행위 등 개인과 사회에 부정적인 영향을 미칠 수 있기 때문에[1][2] 적절하게 관리되어야 한다. 하지만 이를 개인의 문제로 여길 뿐 이에 대한 관심이나 해결책이 부족한 실정이다.

분노는 일상생활에서 생길 수 있는 여러 감정 중 하나이며 외부 자극에 의해 발생하는 일반적이며 중요한 감정이다[3]. 하지만 적절하게 조절되지 못할 경우 신체 및 정신건강에 부정적인 영향을 미칠 수 있다[4]. 분노는 자신의 욕구 실현이 좌절되거나 사회적으로 부당하다고 생각되어 표출되는 불쾌한 감정으로[5] 개인의 가치 혹은 기본 신념을 보존하려는 의지가 좌절되었을 때 적대감을 포함하는 공격성으로 이어지는 것으로 격정, 화냄, 위협, 비난, 괴롭힘 등이 포함된다[6]. 분노를 경험하게 되는 상황은 보통 무시, 부당한 취급, 강요당하는 경우 등 자신의 권리가 무시되고 자기가치가 부정당할 때 분노를 경험할 수 있는데[5] 이는 학교생활, 직장생활 등 어떠한 상황에서도 발생할 수 있다. 분노에 대한 또 다른 정의를 살펴보면 인정과 의리의 정당함에 위배될 때 그리고 무시와 모욕으로부터 분노가 발생한다고 하였으며 특히 서양에서는 주로 무시나 경멸에 대한 반응이나 부당함과 연결된 감정이라 하였다[7].

분노는 폭력, 분쟁 등의 사회적 문제뿐만 아니라 여러 질환과의 연관성도 나타나는데, 뇌졸중 환자가 정상인에 비하여 분노 수준이 높게 나타났고 분노는 뇌졸중에 대한 유의한 심리적 요인이라 하였다[8]. 또한 분노가 높으면 수축기 및 이완기 혈압이 높게 나타나고 우울 정도가 높게 나타났으며 대인 갈등이 더 많고 부정적 건강결과를 표현하였다[9]. 이렇듯 분노는 개인의 건강에 부정적인 영향을 미칠 수 있어 특히 관심을 갖고 적절하게 관리되어야 할 것이다.

현대인이 자신의 삶에 대하여 긍정적인 평가를 내리

고 만족한다면 부정적인 감정에서 다소 벗어난 삶을 살 수 있을 것이다. 욕구나 기대 등 자신이 가진 기준과 비교하여 자신의 삶을 긍정적으로 평가하는 것을 삶의 만족도라 한다[10]. 삶의 만족도는 긍정적인 정서를 유지하고 부정적인 감정을 완화시키는 능력과 관련성이 있기 때문에[11] 자신의 삶을 부정적으로 평가하고 삶에 대한 만족도가 낮으면 분노의 표출 기회가 더 많을 것이라 추측할 수 있다. 삶의 만족도와 분노와의 관계를 살펴보면, 삶의 만족도가 높을수록 분노표출 정도가 낮게 나타나 음의 상관관계가 있었으며[12], 중학생의 학교생활에 대한 만족도가 분노에 미치는 영향을 연구한 결과, 학교생활에 대한 만족도가 높을수록 분노조절력이 높아졌으며 만족도는 분노표출에 유의미한 영향을 미쳤다[13]. 즉, 자신의 삶을 긍정적으로 평가하는 경우 분노를 일으키는 상황에서도 이를 조절하여 부정적인 분노표출이 적다는 것을 알 수 있다.

현대인은 대학생할 스트레스, 양육 스트레스, 직무 스트레스 등 수많은 스트레스를 겪는다. 직장인은 평균 이상의 직무 스트레스를 경험하며[14], 자녀를 돌보는 어머니는 자녀의 활동성이 증가하면서 양육 스트레스가 다소 증가하여 중 정도의 양육 스트레스를 느끼는 등[15] 취업 여부와 성별을 불문하고 현대인들은 다양한 스트레스를 경험하고 있다. 많은 연구에서 스트레스는 분노에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 스트레스가 분노반응에 미치는 영향을 살펴본 연구에서 스트레스가 높을수록 부적절한 분노 표현 방식인 분노억제 및 분노표출이 크게 나타났으며[16] 대학생을 대상으로 대인관계 스트레스와 분노와의 관계를 살펴본 연구에서 대인관계 스트레스 중 가족관계 스트레스가 높은 경우 부적절한 분노표현 정도가 높아졌다[17].

한편, 정당한 세상에 대한 믿음이란 자신이 사는 세상은 기본적으로 정당하다고 믿는 것을 의미한다[18]. 실제로 정당한 세상에 대한 믿음이 높을수록 자신의 삶에 대하여 만족하였고 다른 사람으로부터 공정하게 대우받는다고 느꼈으며 괴로움을 덜 느꼈다[19]. 분노의 정의에서 알 수 있듯이 분노는 부당한 취급이나 정당함에 위배될 때 발생할 수 있다[5][7]. 실제로 정당한 세상에 대한 믿음이 강한 사람은 분노를 덜 경험한다고 하

였다[20]. 즉, 내가 공정하게 대우를 받으며 부당한 일이 많지 않다고 느끼는 사람은 분노 수준이 낮음을 추측할 수 있다. 이는 정당한 세상에 대한 믿음 수준이 높은 사람은 사회를 안정적인 것으로 인식하고 부조리한 경험을 겪더라도 이를 수용하며 자신이 처한 위기 상황에 대하여 분노하기 보다는 유연하게 받아들이기 때문이라 볼 수 있다[21]. 또한 정당한 세상에 대한 믿음은 부정적인 정서를 완화시켜 환경에 대한 긍정적 태도를 형성하게 하므로[21] 부적절한 분노표현이 줄어들 것이다.

지금까지 분노와 관련된 논문은 분노 관리 프로그램의 효과를 살펴본 연구[22][23], 분노가 신체화 증상에 미치는 영향[24][25] 등이 연구되었다. 분노표현과 관련된 연구를 살펴보면 어머니[26], 대학생[27], 청소년[28] 등 특정 집단을 대상으로 한 연구가 많았고, 분노표현을 독립변수로 둔 연구가 있었다[29-31]. 또한 정당한 세상에 대한 믿음과 분노의 상관성을 연구한 논문은 드물었다. 이에 본 연구에서는 일반 성인 전체를 대상으로 하며 분노표현을 결과변수로 두고 삶의 만족도와 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음이 분노표현에 영향을 미치는지를 확인하고자 한다. 이를 통하여 추후 현대인의 분노조절을 위한 방안을 모색하는데 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 성인의 분노표현 정도와 분노표현에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 것으로 구체적인 연구의 목적은 다음과 같다.

- 첫째, 대상자의 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음, 분노표현 정도를 파악한다.
- 둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음, 분노표현의 차이를 파악한다.
- 셋째, 대상자의 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음, 분노표현의 상관관계를 파악한다.
- 넷째, 대상자의 분노표현에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 성인의 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음이 분노표현에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상자는 연구 목적을 이해하고 자발적으로 참여를 동의한 만 19세 이상의 성인 272명이다. 표본 수 산출을 위하여 G*power 프로그램을 이용하였다. 대상자 수는 회귀분석을 기준으로 본 연구와 근접한 선행 연구[29]를 참고하여 검정력 0.95, 유의수준 0.05, 중간 효과크기 0.15로 하였고 예측요인은 14개로 계산하였다. 그 결과 194명이 산출되었으며 탈락자를 고려하여 총 278명을 모집하였고 대담이 불성실한 것을 제외하고 최종 272명을 대상으로 하였다. 본 연구는 온라인과 오프라인으로 대상자를 모집하였는데 온라인 모집의 경우 동시다발적 접속을 통해 응답이 이루어진다. 이에 응답자 수를 정확하게 통제하기가 어려워 산출된 대상자보다 많은 수의 대상자가 모집되었다.

3. 연구도구

본 연구의 도구는 대상자의 일반적 특성 10문항, 삶의 만족도 5문항, 스트레스 10문항, 정당한 세상에 대한 믿음 7문항, 분노표현 24문항(분노조절 8문항, 분노표출 8문항, 분노억제 8문항)으로 총 56문항으로 구성되었다.

3.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 나이, 성별, 종교, 거주지, 교육 수준, 결혼 상태, 소득, 직업, 음주 빈도, 흡연 유무로 구성되었다.

3.2 삶의 만족도

대상자의 삶의 만족도를 측정하기 위하여 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin[32]이 개발한 Satisfaction

with the life scale(SWLS)을 차경호[33]가 번안한 도구를 사용하였다. 차경호의 연구에서 7점 척도였으나 본 연구에서 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '매우 그렇다' 5점까지로 구성된 5점 척도로 수정하여 사용하였다. 5점 척도 도구의 타당도를 확인한 결과, 총 5문항 모두 공통성이 0.6 이상이었고 KMO 값이 0.88, Bartlett의 구형성 검정이 .000으로 도구의 타당도를 갖추었다고 할 수 있다. 도구는 '나는 대체로 내 이상에 가까운 생활을 하고 있다.', '현재 나는 아주 좋은 생활 조건들을 가지고 있다.' 등의 총 5문항으로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높음을 의미한다. 차경호[31]의 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .84$ 이었으며 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .91$ 이었다.

3.3 스트레스

스트레스를 측정하기 위하여 Cohen, Kamarck와 Mermelstein[34]이 개발한 지각된 스트레스 척도를 이정은[35]이 번안한 도구를 사용하였다. 이 도구는 일상 생활에서의 상황이 스트레스로 느껴지는 주관적 지각을 강조하며 특정 집단을 대상으로 하지 않고 일반적인 상황에 초점을 두고 있어 넓은 범위에서 사용 가능하다. 본 연구에서는 특정 집단이 아닌 일반 성인을 대상으로 하기 때문에 적절한 도구라 할 수 있다. 이 도구는 선행연구에서 타당도를 확인하였으며[36] 총 10문항으로 각 문항은 '전혀 없었다' 1점에서 '매우 자주 있었다' 5점까지의 Likert 척도이다. 점수가 높을수록 지각된 스트레스 정도가 높음을 의미한다. 문항 중 4, 5, 7, 8번 문항은 역문항으로 역점수로 채점하였다.

이정은[35]의 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .78$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .76$ 이었다.

3.4 정당한 세상에 대한 믿음

정당한 세상에 대한 믿음을 측정하기 위하여 Dalbert[20]가 자신이 경험하는 정당성에 대한 믿음을 측정하기 위하여 개발한 Personal Belief in a Just World를 이호진[37]이 번안한 도구를 사용하였다. 총 7문항으로 구성되어 있으며 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '매우 그렇다' 6점까지로 구성된 Likert 척도로 점수가

높을수록 정당한 세상에 대한 믿음이 강한 것을 의미하며 점수가 낮은 경우 자신이 경험하는 것이 부당하다고 느끼는 것을 의미한다.

이호진[37]의 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .89$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .95$ 이었다.

3.5 분노표현

대상자의 분노표현을 측정하기 위하여 Spielberger[38]가 개발한 상태-특성 분노표현 척도(State-Trait Anger Expression Inventory, STAXI)를 전경구 등[39]이 번안하여 우리나라에 맞게 표준화한 한국판 STAXI-K 도구를 사용하였다. 이 도구는 상태분노, 기질분노, 분노표현 양식을 한 번에 측정할 수 있게 구성되어 있다. 본 연구에서는 분노표현 도구만을 사용하여 측정하였다. 분노표현은 분노조절 8문항, 분노표출 8문항, 분노억제 8문항으로 총 24문항으로 구성되어 있으며 분노표현 점수가 높을수록 분노에 대하여 부적응적 대처를 함을 의미한다. 분노억제는 분노에서 유발되는 감정을 겉으로 드러내지 않고 안으로 담아두는 것을 뜻하며, 분노표출은 분노 감정을 언어적 혹은 신체적 반응으로 외현화하는 것이다. 분노조절은 분노 상태를 진정시키기 위하여 다양한 방법을 구사하는 것을 의미한다[40]. 분노표현 총점은 [분노억제+분노표출-분노조절+16]으로 계산하였으며 16점은 음수가 나오지 않도록 하기 위한 계수로 분노표현 총점은 0점에서 72점 범위이다[41]. 각 문항은 '거의 전혀 아니다' 1점부터 '거의 언제나 그렇다' 4점으로 이루어진 4점 Likert 척도로 구성되어 있다.

전경구 등[39]의 연구에서 Cronbach's α 값은 분노억제가 .73, 분노표출 .74, 분노조절 .81이었다. 본 연구에서는 분노억제가 .70, 분노표출 .72, 분노조절 .79이었다.

4. 자료수집

자료수집은 일반 성인을 대상으로 하였다. 선정기준은 (1) 만 19세 이상의 남녀 성인, (2) 본 연구의 목적을 이해하고 연구 참여에 동의한 자로 하였다. 설문은 온라인과 오프라인을 통하여 진행하였으며 2017년 9월 3일부터 10월 10일까지 이루어졌다. 온라인 설문은 구글 설문지를 통하여 연구자가 직접 설문지를 제작하였으

며 인터넷 카페에 설문 요청 글을 게시한 후 설문에 응답할 수 있는 링크를 제공하여 응답하도록 하였다. 설문을 시작하기 전 설문내용에 대하여 자세히 기재하고 자발적인 동의에 체크를 한 경우만 설문을 시작할 수 있도록 하였다. 오프라인 설문은 서울 지역 거주자를 대상으로 하였으며 연구자가 직접 은행, 아파트 및 역사주변을 찾아가 성인을 대상으로 연구의 목적을 설명한 후 설문지를 수거하였다. 설문 전 연구 내용에 대하여 충분히 설명하였고 스스로 동의를 한 경우 설문에 응답하도록 하였다. 응답 내용에 대한 비밀 보장이 이루어짐과 설문에 참여하지 않아도 불이익이 없으며 결과는 연구 목적 외에는 사용되지 않음을 충분히 설명하였다. 설문 문항에 응답하는데 소요되는 시간은 약 10분 정도였고 총 278부가 회수되었으며 이 중 응답이 불성실한 6부를 제외하고 최종 272명을 대상으로 하였다.

5. 자료분석방법

- 자료의 분석은 SPSS 24.0 프로그램을 이용하였다.
- (1) 대상자의 일반적 특성, 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음, 분노표현은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 산출하였다.
 - (2) 대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음, 분노표현의 차이는 t-test와 ANOVA, Kruskal-Wallis를 시행하였다.
 - (3) 대상자의 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음, 분노표현의 상관관계는 Pearson's correlation으로 분석하였다.
 - (4) 대상자의 분노표현에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 더미화한 성별, 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음 변수를 투입하여 다중회귀분석을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

본 연구의 대상자는 30대가 48.2%, 20대가 34.6% 순

으로 많았으며, 남성이 48.2%, 여성이 51.8%로 남녀의 비율은 비슷하였다. 종교는 무교가 50.4%로 가장 많았고 기독교가 31.3%로 그 뒤를 이었다. 대도시 거주자가 63.6%로 중소도시나 농어촌 거주자에 비해 많았으며, 4년제 대학 졸업자가 46.3%로 가장 높은 비율을 나타내었다. 결혼 여부는 미혼이 50.7%, 기혼이 48.5%로 비슷한 수준이었고, 소득 수준은 200~300만원이 23.2%, 300~400만원이 20.2%로 그 뒤를 이었다. 대상자의 직업은 사무직이 26.8%로 가장 많았고, 음주 빈도는 한 달에 2~4회가 30.1%로 가장 많았으며 흡연을 하지 않는 대상자가 84.6%이었다[표 1].

표 1. 대상자의 일반적 특성 (N=272)

변수	내용	n(%)
나이	20~29	94(34.6)
	30~39	131(48.2)
	40~49	34(12.5)
	50~59	10(3.7)
	≥60	3(1.1)
성별	남	131(48.2)
	여	141(51.8)
종교	기독교	85(31.3)
	천주교	18(6.6)
	불교	27(9.9)
	무교	137(50.4)
	기타	5(1.8)
거주지	대도시	173(63.6)
	중소도시	77(28.3)
	농어촌	22(8.1)
교육 수준	고등 졸업	65(23.9)
	전문대 졸업	45(16.5)
	4년제 졸업	126(46.3)
	대학원 졸업	36(13.2)
결혼 상태	미혼	138(50.7)
	기혼	132(48.5)
	이혼	2(0.7)
소득	100~200만원	44(16.2)
	200~300만원	63(23.2)
	300~400만원	55(20.2)
	400만원 이상	40(14.7)
	기타	70(25.7)
직업	사무직	73(26.8)
	서비스직	23(8.5)
	생산직	6(2.2)
	전문직	38(14.0)
	자영업	20(7.4)
	학생	47(17.3)
	무직	29(10.7)
	기타	36(13.2)
	전혀 마시지 않음	69(25.4)
음주 빈도	≤ 한 달에 한 번	64(23.5)
	한 달에 2~4회	82(30.1)
	일주일당 2~4회	51(18.8)
	≥ 일주일에 4회	6(2.2)
흡연	한다	42(15.4)
	하지 않는다	230(84.6)

2. 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음과 분노표현의 정도

대상자의 삶의 만족도는 평균 14.75±4.51점이었고, 스트레스는 평균 27.30±5.15점이었다. 정당한 세상에 대한 믿음은 평균 25.17±6.93점을 나타내었다. 분노표현의 총점은 26.57±9.16점이었으며 하루 항목인 분노조절은 19.83±4.91점, 분노표출은 14.51±4.05점, 분노억제는 15.89±4.11점을 나타내어 분노조절의 점수가 가장 높았다[표 2].

표 2. 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음, 분노표현 정도 (N=272)

변수	범위	M±SD
삶의 만족도	5-25	14.75±4.51
스트레스	10-50	27.30±5.15
정당한 세상에 대한 믿음	7-42	25.17±6.93
분노표현 총점	0-72	26.57±9.16
분노조절	8-32	19.83±4.91
분노표출	8-32	14.51±4.05
분노억제	8-32	15.89±4.11

3. 일반적 특성에 따른 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음과 분노표현의 차이

대상자의 삶의 만족도는 직업($\chi^2=15.24, p=.033$)과 흡연($t=-2.64, p=.009$)에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 흡연을 하지 않은 그룹이 흡연을 하는 그룹보다 삶의 만족도가 1.98점 높았다.

대상자의 스트레스는 성별($t=-2.04, p=.042$)과 소득($F=3.45, p=.009$)에서 통계적으로 유의한 차이를 나타내었다. 여성이 남성에 비하여 스트레스 점수가 1.27점 높았고, 사후분석 결과, 소득이 200~300만원인 그룹이 400만 원 이상인 그룹에 비하여 스트레스 점수가 3.62점 높았다.

대상자의 정당한 세상에 대한 믿음은 성별($t=2.38, p=.018$)과 음주($\chi^2=12.7, p=.015$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 남성이 여성에 비하여 정당한 세상에 대한 믿음 점수가 1.99점 높았다.

대상자의 분노표현은 일반적 특성인 나이, 종교, 사는 곳, 학력, 결혼 상태, 소득 수준, 직업, 음주, 흡연과는 유

의한 차이를 보이지 않았다. 분노표현은 성별($t=-4.65, p<.001$)에 따라서만 유의한 차이를 보였는데 남성의 분노표현 점수는 23.99점, 여성은 28.97점으로 여성의 분노표현 점수가 더 높았다[표 3].

4. 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음과 분노표현의 상관관계

대상자의 분노표현은 삶의 만족도($r=-.361, p<.001$), 정당한 세상에 대한 믿음($r=-.419, p<.001$)과 유의한 부적 상관관계가 나타났으며 스트레스($r=.494, p<.001$)와는 유의한 정적 상관관계를 나타내었다. 삶의 만족도는 스트레스($r=-.452, p<.001$)와는 유의한 부적 상관관계, 정당한 세상에 대한 믿음($r=.598, p<.001$)과는 유의한 정적 상관관계를 나타내었다. 스트레스는 정당한 세상에 대한 믿음($r=-.435, p<.001$)과 통계적으로 유의한 부적 상관관계가 나타났다[표 4].

5. 분노표현에 대한 영향요인

대상자의 분노표현에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 일반적 특성 중 유의한 차이가 있었던 성별을 포함하여 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음 총 4개의 변수를 독립변인으로, 분노표현을 종속변인으로 지정하여 다중회귀분석을 시행하였다. 성별은 남, 여 2개로 이루어진 명목척도로 더미화하기 위하여 한 범주를 1, 다른 범주를 0으로 입력하여 분석하였다[42]. 회귀분석 결과, Durbin-Watson값이 1.85로 2에 가까워 오차의 자기상관이 없는 것을 확인하였다. 또한 VIF(variation inflation factor)값이 10이하로 나타나 다중공선성의 문제가 없는 것으로 확인되었다. 다중회귀분석의 결과 대상자의 성별, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음이 분노표현을 33.5% 설명하였으며, 대상자의 분노표현에 영향을 미치는 요인은 성별, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음이었다. 스트레스가 높을수록($\beta=0.35, p<.001$), 정당한 세상에 대한 믿음이 낮을수록($\beta=-0.19, p=.003$) 부적응적인 분노표현이 높은 것으로 나타났다[표 5].

표 3. 일반적 특성에 따른 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음, 분노표현의 차이 (N=272)

변수	내용	삶의 만족도		스트레스		정당한 세상에 대한 믿음		분노표현	
		M±SD	F/t/x ² (p)	M±SD	F/t/x ² (p)	M±SD	F/t/x ² (p)	M±SD	F/t/x ² (p)
나이	20~29	15,01±4,80		26,80±5,54		25,49±7,47		25,56±9,68	
	30~39	14,66±4,36		28,01±5,30		24,56±6,69		27,39±9,14	
	40~49	14,26±4,62	1,70 (.780)	26,24±3,43	4,14 (.387)	25,65±7,03	3,59 (.465)	26,41±8,25	4,15 (.386)
	50~59	15,60±3,34		26,50±3,62		28,10±2,99		27,50±7,01	
	≥60	12,67±5,50		26,67±4,04		26,33±7,63		21,33±10,07	
성별	남	14,98±4,53	0,83 (.402)	26,64±4,45	-2,04 (.042)	26,20±7,08	2,38 (.018)	23,99±8,48	-4,65 (.001)
	여	14,52±4,49		27,91±5,66		24,21±6,65		28,97±9,15	
종교	기독교	14,69±4,41		27,46±4,63		26,06±6,42		25,59±9,35	
	천주교	14,72±3,92		26,44±4,14		24,83±7,26		28,06±10,84	
	불교	14,26±5,09	0,16 (.997)	26,04±4,34	4,86 (.302)	25,89±7,77	2,31 (.679)	25,63±9,50	4,23 (.376)
	무교	14,90±4,58		27,62±5,73		24,57±7,00		27,04±8,88	
	기타	14,20±4,43		25,60±3,36		23,80±7,79		30,20±4,55	
거주지	대도시	14,73±4,39		27,63±4,86		24,95±6,78		26,40±8,88	
	중소도시	14,86±4,96	0,22 (.897)	26,44±5,97	5,18 (.075)	25,27±7,35	2,29 (.319)	26,64±10,45	0,20 (.903)
	농어촌	14,50±3,91		27,68±3,88		26,55±6,65		27,68±6,40	
교육수준	고등 졸업	14,65±5,21		27,17±5,70		26,15±7,50		24,75±10,36	
	전문대 졸업	14,09±3,76	1,31 (.270)	27,84±4,17	0,36 (.779)	25,00±6,36	1,14 (.332)	28,07±9,24	1,32 (.268)
	4년제 졸업	14,67±4,26		27,35±5,10		24,44±6,89		26,90±8,39	
	대학원 졸업	16,03±4,79		26,67±5,49		26,14±6,56		26,86±9,26	
결혼상태	미혼	14,56±4,39		27,64±5,20		25,80±6,72		25,99±9,40	
	기혼	14,98±4,63	0,85 (.653)	26,98±5,10	4,45 (.108)	24,61±6,96	1,36 (.506)	27,14±8,96	1,41 (.495)
	이혼	12,50±6,36		24,50±3,53		18,50±16,16		29,00±5,65	
소득	100~200만원 ^a	14,16±4,47		26,86±5,16		24,18±7,42		26,32±9,24	
	200~300만원 ^b	14,13±4,04		28,84±5,24		24,57±6,05		28,16±7,84	
	300~400만원 ^c	14,36±4,34	1,56 (.187)	27,82±4,41	3,45 (.009) (d)(b)†	24,85±7,09	1,06 (.377)	26,20±9,76	0,63 (.639)
	400만원 이상 ^d	15,95±4,85		25,23±4,07		25,23±7,22		26,18±8,93	
	기타 ^e	15,29±4,79		26,96±5,74		26,54±7,01		25,83±9,90	
직업	사무직	14,23±3,91		27,90±4,49		24,33±6,88		27,90±8,20	
	서비스직	15,30±4,41		27,35±3,67		24,04±6,46		26,43±7,92	
	생산직	10,33±4,76		28,67±3,93		24,00±4,56		24,83±12,48	
	전문직	14,89±4,67	15,24 (.033)	26,79±5,22	3,89 (.793)	24,68±7,16	12,95 (.073)	27,55±10,85	10,69 (.153)
	자영업	15,05±4,48		26,05±4,22		26,60±7,11		24,05±7,28	
	학생	16,51±4,51		26,30±5,69		27,79±6,94		23,40±9,14	
	무직	14,83±4,40		28,41±6,42		26,03±6,44		27,07±10,36	
	기타	13,47±4,94		27,44±5,85		23,39±7,01		28,36±8,63	
	전혀 마시지 않음	13,99±4,98		26,99±5,41		22,75±7,92		26,97±9,61	
음주빈도	≤한달에 한 번	15,02±4,34		28,58±5,10		25,91±6,68		28,30±9,16	
	한 달에 2~4회	14,98±4,41		27,02±5,47		25,22±6,63		25,77±9,21	
	일주일에 2~4회	14,86±4,28	4,57 (.334)	26,84±4,16	5,58 (.233)	26,96±5,71	12,7 (.015)	25,39±8,41	4,06 (.399)
	≥ 일주일에 4회	16,50±4,03		24,83±4,11		29,17±2,22		24,67±9,15	
흡연	한다	13,07±4,33	-2,64 (.009)	28,12±3,40	1,13 (.262)	24,83±5,78	-0,34 (.733)	27,19±89,16	0,47 (.636)
	하지않는다	15,05±4,48		27,15±5,40		25,23±7,12		26,46±9,21	

† Scheffe 검정 결과임

표 4. 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음, 분노표현 간의 상관관계 (N=272)

변수	삶의 만족도	스트레스	정당한 세상에 대한 믿음	분노표현
삶의 만족도	1			
스트레스	-.452 (.001)	1		
정당한 세상에 대한 믿음	.598 (.001)	-.435 (.001)	1	
분노표현	-.361 (.001)	.494 (.001)	-.419 (.001)	1

표 5. 분노표현에 영향을 미치는 요인 (N=272)

변수	B	SE	β	t	p
(Constant)	19.98	4.25		4.70	<.001
성별	-3.61	0.93	-0.20	-3.90	<.001
삶의 만족도	-0.16	0.13	-0.08	-1.19	.235
스트레스	0.62	0.10	0.35	6.08	<.001
정당한 세상에 대한 믿음	-0.25	0.09	-0.19	-2.98	.003

$R^2=.335$, Adjusted $R^2=.325$, $F=33.67(p<.001)$, Durbin-Watson= 1.85

IV. 논의

본 연구는 성인의 분노표현에 미치는 영향요인을 파악하여 현대인의 분노조절을 위한 교육 및 중재 프로그램 개발에 활용하고자 시행되었다.

본 연구 대상자의 분노표현 점수는 평균 26.57점이었으며 세부 항목인 분노조절이 19.83점, 분노표출이 14.51점, 분노억제가 15.89점으로 분노조절 점수가 가장 높았다. 고등학생을 대상으로 한 연구결과와 비교해 보면, 고등학생은 분노조절이 19.01점, 분노표출이 14.89점, 분노억제가 14.86점으로[43] 20세 이상 성인의 분노조절, 분노억제 점수가 더 높았다. 질풍노도의 시기인 고등학생은 분노 상황에서 자신의 기분 상태를 그대로 밖으로 표출하는 분노표출이 성인에 비하여 높고, 성인은 분노상황에서 이를 외부로 공격적으로 표현하기보다는 내부로 억압하거나 조절하려는 경향을 보여 차이점이 있음을 알 수 있다. 또한 청소년기 여성과 비교하면 성인은 분노조절 점수가 더 높고, 분노억제 점수는 더 낮았다[44]. 즉, 일반 성인은 청소년기 여성에 비하여 분노조절은 잘 하고 분노를 내부로 표현하는 분노억제는 여고생이 더 많이 하는 것으로 나타났다.

대상자의 일반적 특성 중에서 성별이 분노표현에 영

향을 미치는 것으로 나타났다. 여성의 분노표현 점수는 28.97점, 남성은 23.99점으로 여성이 남성보다 분노표현을 부적절하게 하는 것으로 나타났다. 이는 남녀 대학생 대상 연구에서 여자대학생이 남자대학생에 비하여 분노표출과 분노억제의 점수가 높아 여자대학생이 남자대학생에 비하여 부적절한 분노표현을 하고 있다는 결과와 일치하였다[45]. 여성은 어린 시절부터 상냥하고 남에게 피해를 주지 않도록 교육을 받으며 성장하는데 이러한 학습의 영향으로 분노상황에서도 이를 적절히 표현하거나 해소하지 못하고 있다고 여겨진다. 따라서 분노상황에서 분노를 적절하게 표현하고 해소할 수 있는 방안에 대한 교육이 필요하며, 남녀가 분노 상황에서 분노를 공격적으로 표출하는지 내부로 억압하는지에 대한 구체적인 연구결과를 토대로 성별 특성에 맞는 교육이 이루어져야 할 것이다.

성인의 분노표현 영향요인은 성별, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음이었으며, 이들의 설명력은 33.5%이었다. 본 연구에서 스트레스 점수는 평균 27.3점이었으며 스트레스가 분노표현에 유의한 영향을 미친다는 결과는 김용희[16]의 스트레스가 분노표현과 분노억제에 미치는 효과가 유의하다는 결과와 안가연 등[17]의 스트레스가 분노표출과 분노억제에 영향을 미친다는 연

구결과와 일치하였다. 스트레스를 많이 받으면 분노 상황에서 이를 적절히 조절하지 못하고 부적절한 표현방식을 사용하게 됨을 알 수 있다. 즉, 지각된 스트레스가 높으면 분노가 일어날 수 있는 상황에서 폭력적으로 분노를 표현하거나 혹은 감정을 적절하게 표출하지 못하고 내부에 쌓이는 경우가 많아질 수 있다. 또한 이는 부당함이나 불신 등의 외적 스트레스 사건으로 인하여 분노가 유발될 수 있다는 의견[16]과도 일치한다. 따라서 부적절한 분노표현을 줄이기 위해서 스트레스 관리의 필요성이 요구된다. 스트레스의 수준이 높으면 적절하지 않은 분노로 표출될 가능성이 커질 수 있다는 것을 인지하고 이를 스트레스 관리 프로그램에 반영해야 할 것이다. 스트레스를 해소할 수 있는 다양한 방법을 파악하여 분노 상황에서 적절히 대처할 수 있도록 하고 스트레스로 인해 분노가 가중되지 않도록 해야 할 것이다.

대상자의 정당한 세상에 대한 믿음 점수는 25.17점으로 나타났으며 성별에 따라 유의한 차이가 있었다. 본 연구에서는 남성의 점수가 더 높게 나타나 남성이 여성보다 정당한 세상에 대한 믿음이 강한 것으로 나타났다. 즉, 남성이 여성보다 자신이 사는 세상이 정의롭다고 생각하며 공정하게 대우받고 있다고 여기고 있었고 여성은 공정하게 대우받지 못한다고 생각하고 있었다. 이는 교육 환경에서 여학생이 남학생보다 정당한 세상에 대한 믿음이 높은 것으로 나타난 연구결과[19]와는 상반되었다. 학생들만을 대상으로 한 연구와는 달리 본 연구의 대상자는 일반 성인으로 기혼 여성의 경우 가사와 육아의 많은 부분을 전담하는 반면 이에 대한 대우나 보상이 적절히 이루어지지 않는 점, 남성과 동등하게 경제활동을 하면서도 가족의 대소사를 챙기는 것의 상당 부분을 기혼여성이 하고 있는 점 등에 대하여 공정하지 못하다는 인식을 가질 수 있다[18]. 이를 해결하기 위해서는 모든 국민이 자신이 공정하게 대우받는다고 생각할 수 있도록 사회적, 제도적 노력이 우선적으로 필요할 것이다.

또한 정당한 세상에 대한 믿음은 분노표현에 유의미한 부적 영향을 주었다. 즉, 자신이 정당하게 대우받고 있다고 생각하는 경우 부적절한 분노표현이 줄어든다. 정당한 세상에 대한 믿음과 분노에 대한 선행연구는 미

비하여 직접적인 비교는 어렵지만 정의로운 세상에 대한 믿음이 강할수록 화병수준이 낮다는 결과[46]와 유사하다고 볼 수 있다. 화병은 억울하고 분한 감정을 오랫동안 억압한 결과로 발생하는데 이는 분노표현 중 분노억제와 비슷하다고 볼 수 있다. 정당한 세상에 대한 믿음이 작을수록 분노표현이 부적절하게 나타나는 것은 자신의 노력에 비하여 적합하고 공정한 보상을 받지 못하면 분노와 같은 심리적 문제를 초래할 수 있다고 해석할 수 있다. 따라서 현대인의 분노를 예방하기 위해서는 정당한 세상에 대한 믿음을 강화시킬 수 있는 방안을 모색해야 할 것이다. 이는 개별적인 교육보다는 사회적으로 정당한 보상을 받을 수 있는 여건이 형성되어야 할 것이다. 정당한 세상에 대한 믿음은 자신이 공정하게 대우 받느냐 불공정하게 대우받느냐에 대한 개인의 인지로 개인적인 부분도 영향을 미치지만, 실제로 노력한 만큼 정당하게 보상이 주어지는가와 같은 사회적인 영향이 클 것이다. 따라서 공정성의 가치가 우선시 되는 사회 분위기 형성과 제도적 장치가 필요하다.

한편, 본 연구 결과 삶의 만족도는 분노표현에 영향을 미치지 않았다. 이는 삶의 만족도가 분노표현에 영향을 미친다는 연구[13]와 상반된 결과였다. 이는 자신의 삶에 대한 긍정적인 평가를 하더라도 개인의 기질과 성향에 따라 부적절한 분노표현이 나타날 수 있을 것으로 사료된다. 이에 추후 연구를 통해 이를 확인해볼 필요가 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 성인을 대상으로 삶의 만족도, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음 및 분노표현과 이들의 관계를 살펴보기 위한 연구로 현대인의 분노를 이해하고 분노중재 프로그램을 위한 기초자료를 제공하고자 연구되었다.

연구결과 삶의 만족도는 평균 14.75점, 스트레스는 27.30점, 정당한 세상에 대한 믿음은 25.17점, 분노표현은 26.57점이었다. 대상자의 분노에 영향을 주는 요인은 성별, 스트레스, 정당한 세상에 대한 믿음이었으며 이는

분노의 33.5%를 설명하였다. 현대인의 분노 증재를 위하여 스트레스를 줄이는 프로그램이 필요하며 개인이 자신의 기여한 만큼 공정하게 대우를 받을 수 있다는 믿음을 가질 수 있도록 불평등과 불공정을 해결할 수 있는 여러 가지 사회적 해결방안이 요구된다.

본 연구는 일반 남녀 성인을 대상으로 진행된 연구로 추후 연구에서 다음과 같은 부분을 고려하기를 제안한다. 우선, 성별에 따른 분노표현의 차이가 있었으므로 남성과 여성을 구분하여 각 성별의 분노에 대한 보다 구체적인 연구가 필요할 것이다. 또한, 현대인의 분노에 영향을 미치는 다양한 요인을 바탕으로 분노 증재 프로그램을 개발하기 위한 연구가 진행되어야 할 것이다.

참 고 문 헌

- [1] 조아미, “학교폭력에서 분노의 매개효과와 부모 애착의 조절효과,” 청소년학연구, 제21권, 제9호, pp.177-199, 2014
- [2] 강상경, “우울이 자살을 예측하는가?: 우울과 자살태도 관계의 성별·연령 차이,” 사회복지연구, 제41권, 제2호, pp.67-99, 2010.
- [3] 전현숙, 손정락, “역기능적 분노표현 및 비합리적 신념과 마음챙김의 관계,” 한국심리학회지: 일반, 제30권, 제2호, pp.377-396, 2011.
- [4] 김혜란, 박경, “생활스트레스와 분노가 여성의 신체화에 미치는 영향,” 심리치료: 다학제적 접근, 제6권, 제1호, pp.47-63, 2006.
- [5] 김대균, “분노조절능력 향상을 위한 윤리상담 프로그램,” 윤리교육연구, 제43권, pp.27-48, 2017.
- [6] 안정미, 안권순, “청소년의 분노정서경험 관련 요인에 관한 연구,” 청소년학연구, 제19권, 제3호, pp.267-292, 2012.
- [7] 김경호, “분노로부터 마음의 평정-분노의 동역학을 중심으로,” 철학탐구, 제34권, pp.37-64, 2013.
- [8] 전경구, 강수근, 고효민, “뇌졸중 환자와 정상인의 분노 비교,” 미술치료연구, 제7권, 제1호, pp.69-85, 2000.
- [9] 박영주, 백순임, 신현정, 윤지원, 천숙희, 문소현, “중년남성의 분노, 심혈관 건강과 우울의 관계: 사회적 지지의 매개효과,” 대한간호학회지, 제36권, 제5호, pp.863-871, 2006.
- [10] 박자경, 엄명용, “사회적 지지와 장애인의 삶의 만족도 관계 분석: 장애수용 요인의 매개효과를 중심으로,” 재활복지, 제13권, 제4호, pp.1-23, 2009.
- [11] 이시연, “청소년의 정서조절증력과 삶의 만족도와 의 관계에서 대인관계역량의 매개효과,” 디지털융복합연구, 제15권, 제8호, pp.445-454, 2017.
- [12] 태양실, *REBT 집단상담 프로그램이 시각장애 아 어머니의 공격성, 분노, 양육스트레스, 삶의 만족도에 미치는 영향*, 건국대학교 대학원, 박사학위논문, 2008.
- [13] 박경선, “문혁준 중학생의 완벽주의, 가족건강성, 학교생활만족도가 분노표현방식에 미치는 영향,” 인간발달연구, 제20권, 제3호, pp.57-80, 2013.
- [14] 김혜숙, 최은영, 김성민, “호남 지역 일부 직장인의 직무스트레스와 스트레스 대처방식의 관계,” 스트레스연구, 제19권, 제2호, pp.147-154, 2011.
- [15] 박영숙, Kanzaki Mitsuko, 박연환, 김윤미, “3세 미만 유아를 둔 도시 어머니의 양육 스트레스와 가족기능,” 스트레스연구, 제17권, 제4호, pp.349-357, 2009.
- [16] 김용희, “스트레스와 역기능적 신념 및 방어기제가 분노반응에 미치는 영향,” 사회과학연구, 제48권, 제2호, pp.59-74, 2009.
- [17] 안가연, 김종운, 김미희, “이공계 대학생의 대인관계 스트레스와 분노표현양식 및 대처 전략 간의 관계,” 학습자중심교과교육연구, 제16권, 제7호, pp.481-498, 2016.
- [18] 김은하, 김혜림, “기혼여성의 생활스트레스와 화병간의 관계: 내외통제성을 통한 정당한 세상에 대한 믿음의 매개된 조절효과,” 상담학연구, 제16권, 제5호, pp.39-53, 2015.
- [19] I. Correia and C. Dalbert, “Belief in a just world, justice concerns, and well-being at Portuguese schools”, *European Journal of Psychology of*

- Education, Vol.22, No.4, pp.421-437, 2007.
- [20] C. Dalbert, "The world is more just for me than generally: About the personal belief in a just world scale's validity," *Social Justice Research*, Vol.12, No.2, pp.79-98, 1999.
- [21] 정은교, 안도희, "고등학생의 정당한 세상에 대한 믿음과 학교 참여 간의 관계에 대한 교사 정당성 경험과 교사-학생 관계의 매개 효과: 성별에 따른 다집단 분석," *교육 심리연구*, 제31권, 제2호, pp.215-237, 2017.
- [22] 이정숙, 이현, 안윤영, 유정선, 권선주, "분노관리 프로그램이 대학생의 분노와 우울에 미치는 영향," *청소년학연구*, 제18권, 제1호, pp.105-126, 2011.
- [23] 김혜민, 손정락, "분노 조절 프로그램이 사회복지시설 거주 정신장애인의 분노, 대인관계기술 및 자아존중감에 미치는 효과," *스트레스연구*, 제21권, 제2호, pp.109-119, 2013.
- [24] 강지숙, 신미경, "질병의 수, 특성분노 및 분노표현양식이 노인의 신체화 증상에 미치는 영향," *스트레스연구*, 제19권, 제4호, pp.343-350, 2011.
- [25] 최성일, 김중술, 신민섭, 조맹제, "분노표현방식과 우울 및 신체화 증상과의 관계," *신경정신의학*, 제40권, 제3호, pp.425-433, 2001.
- [26] 박동영, "유아 어머니의 양육스트레스, 분노, 분노표현 유형의 관계," *한국산학기술학회논문지*, 제13권, 제3호, pp.1170-1177, 2012.
- [27] 안가연, 김중운, 김미희, "이공계 대학생의 대인관계 스트레스와 분노표현양식 및 대처전략 간의 관계," *학습자중심교과교육연구*, 제16권, 제7호, pp.481-498, 2016.
- [28] 장혜주, 임지영, "청소년의 스트레스, 부모와의 대화정도, 스트레스 대처 방식 및 분노표현방식이 청소년의 삶의 만족도에 미치는 영향," *열린부모교육연구*, 제5권, 제1호, pp.17-35, 2013.
- [29] 김은경, 고진강, "어머니의 양육스트레스와 분노, 신체화 증상과의 관계," *스트레스연구*, 제24권, 제3호, pp.151-160, 2016.
- [30] 김혜란, 박경, "생활스트레스와 분노가 여성의 신체화에 미치는 영향," *심리치료:다학제적 접근*, 제6권, 제1호, pp.47-63, 2006.
- [31] 장혜주, 임지영, "청소년의 스트레스, 부모와의 대화정도, 스트레스 대처 방식 및 분노표현방식이 청소년의 삶의 만족도에 미치는 영향," *열린부모교육연구*, 제5권, 제1호, pp.17-35, 2013.
- [32] E. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larsen, and S. Griffin, "The satisfaction with life scale," *Journal of Personality Assessment*, Vol.49, No.1, pp.71-75, 1985.
- [33] 차경호, "한국과 미국대학생의 주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 관계," *청소년학연구*, 제11권, 제3호, pp.321-337, 2004.
- [34] S. Cohen, T. Kamarck, and R. Mermelstein, "A global measure of perceived stress," *Journal of Health and Social Behavior*, Vol.24, pp.386-396, 1983.
- [35] 이정은, *자기복잡성과 자기효능감이 우울과 지각된 스트레스에 미치는 영향*, 아주대학교 대학원, 석사학위논문, 2005.
- [36] S. Cohen and G. M. Williamson, *Perceived stress in a probability sample of the United States*, In S. Spacapan and S. Oskamp(Eds), Newbury Park, CA: Sage, 1988.
- [37] 이호진, *스트레스 및 부당함 평가, 분노대처행동이 중년기혼여성의 화병증상에 미치는 영향*, 고려대학교 대학원, 석사학위논문, 2009.
- [38] C. D. Spielberger, *CProfessional manual for the State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI)*, Tampa, FL: Psychological Assessment Resources, 1988.
- [39] 전겸구, 한덕웅, 이장호, "Korean adaptation of the State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI-K): The case of college students," *한국심리학회지: 건강*, 제3권, pp.18-32, 1998.
- [40] 소영, *분노반추와 분노의 관계에서 사고통제감의 조절효과*, 가톨릭대학교대학원, 석사학위논문, 2011.

- [41] C. D. Spielberger, E. C. Kransner, and E. Solomon, *The Experience, Expression, and Control of Anger*, In M. P. Janisse(Ed.), New York: Springer, 1988.
- [42] 이학식, 임지훈, *SPSS 24 매뉴얼*, 집현재, 2017.
- [43] 김진영, 고영건, "청소년의 분노표현 양식과 지각된 정서적 유능성이 학교분노에 미치는 효과," 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 제17권, 제1호, pp.63-79, 2011.
- [44] 천숙희, "청소년기 여성의 섭식행동과 우울, 분노, 분노표현 및 개인적 특성에 관한 연구," 여성건강간호학회지, 제13권, 제4호, pp.310-319, 2007.
- [45] 구연익, *남녀 대학생의 완벽주의와 분노표현양식의 관계: 애착차원의 조절효과*, 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문, 2010.
- [46] 김은하, 김혜림, "상담일반: 기혼여성의 생활스트레스와 화병간의 관계: 내외통제성을 통한 정당한 세상에 대한 믿음의 매개된 조절효과," 상담학연구, 제16권, 제5호, pp.33-47, 2015.

저 자 소 개

김 효 정(Hyo-Jung Kim)

정회원



- 2011년 2월 : 서울대학교 대학원 (간호학 석사)
- 2017년 2월 : 서울대학교 대학원 (간호학 박사)
- 2017년 3월 ~ 현재 : 수원여자대학교 간호학과 교수

<관심분야> : 건강, 스트레스, 간호