

이차적 분노사고와 대인관계 문제 및 신체화 증상과의 관계에서 분노표현 양상의 매개효과*

김 일 중[†]

서울대학교병원 정신건강의학과

권 석 만

서울대학교 심리학과

본 연구의 목적은 이차적 분노사고와 대인관계 문제 및 신체화 증상과의 관계에서 분노표현 양상의 매개효과를 탐색하는 것이다. 이차적 분노사고는 분노 상황에서의 대처 양상을 반영하는 주요한 인지적 요인으로서 타인비난/보복, 무력감 및 분노통제/건설적 대처라는 하위요인으로 구성되어 있다. 대학생 309명을 대상으로 이차적 분노사고 척도, 한국판 상태-특성 분노표현 척도, 대인관계 문제 원형 척도, 간이 정신진단 검사 수정판, 한국판 Beck 우울 척도를 실시하였다. 중다회귀분석 결과, 분노표출은 타인비난/보복사고와 지배의 대인관계 문제간의 관계를 부분 매개하는 것으로 나타났다. 분노억제는 무력감사고와 비독립성 및 (피)착취간의 관계를 완전 매개하는 것으로 나타났으며, 무력감사고와 냉담, 사회적 위축 및 비주장간의 관계를 부분 매개하였다. 무력감사고와 신체화 증상의 관계에서 분노억제의 매개효과는 나타나지 않았으나 추가적인 위계적 회귀분석 결과, 특성분노와 분노억제가 신체화 증상을 예측하는 모형에 무력감사고를 포함시켰을 때 발생한 추가적인 설명량이 유의하였다. 마지막으로 이러한 결과의 의의 및 한계에 대해 논의하였다.

주요어 : 이차적 분노사고, 분노표현 양상, 대인관계 문제, 신체화 증상

* 본 연구는 제1저자의 석사학위 논문을 수정, 보완한 것이며, 한국임상심리학회 주최 2013년 봄학술대회에서 포스터로 발표되었음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 김일중 / 서울대학교병원 정신건강의학과 / (03080) 서울시 종로구 대학로 101 서울대학교병원 6323호 / Tel : 02-2072-0725 / E-mail : iljung1203@naver.com

분노(忿怒)는 인간이 경험하는 가장 대표적인 부정 정서 중의 하나로서(한덕웅, 전경구, 1995) 정신병리와 밀접한 관련성을 지니고 있다. 분노는 외부의 공격자에게 자신을 위협하거나 방해하는 행동을 중단하라고 경고하는 역할을 한다는 점에서 적응적인 가치를 지니고 있다(DiGiuseppe & Tafrate, 2006). 그러나 분노는 '표적을 향한 공격 경향성을 수반하는 정서'로서(Berkowitz, 1993), 부적절하게 표출되거나 해소되지 못하고 장기간 마음속에 쌓아두게 되면 삶의 만족도를 낮추고 대인관계를 해치며 건강에도 악영향을 주는 것으로 알려져 있다(McKay, Rogers, & McKay, 2003). 이처럼 적응적/부적응적 가치를 모두 지닌 분노는 주관적으로 느끼는 분노 감정 자체뿐만 아니라 이를 표현하는 양상과 함께 연구되어 왔다. 분노사건을 수집하여 분석한 연구(Averill, 1983)에 따르면 사람들이 신체적 공격이나 처벌을 하고 싶은 충동을 느낀 경우는 전체 사례의 82%를 차지했지만, 그 중 60%가 평온한 반응을 보였고 59%가 분노 유발자에게 아무런 해가 없는 대화를 나누었다고 한다. 이를 통해, 분노에 수반된 공격적 충동이 억제되고 다른 행동으로 전환될 수 있음을 알 수 있다.

분노표현 양상과 그와 관련된 변인들

분노표현 양상과 관련된 연구에서 가장 널리 쓰이고 있는 개념적 분류는 Spielberger, Krasner와 Solomon(1988)의 제안에 따른 것이다. 그는 분노표현 양상을 분노표출(anger-out), 분노억제(anger-in) 그리고 분노통제(anger-control)로 구분하였다. 분노표출은 분노를 경험할 때 화난 표정을 짓거나, 욕을 하고, 과격하게 행동하는 것으로서 감정을 외적으로 드러내는

것을 의미한다. 분노억제는 분노를 느끼고 있지만 말을 하지 않거나 상대방을 피하고 속으로만 상대방을 비판하는 등 겉으로 분노 감정을 표현하지 않는 것을 가리킨다. 분노통제는 분노를 경험하고 있는 스스로의 상태에 대해 자각하는 것으로서 감정을 진정시키기 위해 여러 가지 책략을 구사하고 상대방을 이해하기 위해 노력하는 것을 의미한다.

분노를 표현하는 방식에 따라 정서, 행동, 건강상의 특징은 다르며(박혜성, 2004), 기존 연구자들은 분노표현 양상 중에서도 특히 부적응적인 것으로 여겨지는 분노표출과 분노억제에 관심을 가져왔다. 분노표출과 분노억제와 같은 분노표현 양상과 정신적·신체적 건강과의 관련성에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

먼저 분노표출과 관련하여, 분노표출은 알코올 관련 문제, 아동 및 배우자 폭력, 대인관계 손상, 심장혈관계 및 소화계 질환과 관련이 있는 것으로 보고되었다(김교현, 전경구, 1997; Hazaleus & Deffenbacher, 1986; Hubbard & Coie, 1994, Nomellini & Katz, 1983; Reid & Kavanagh, 1985). 또한 분노표출은 A유형 행동양식과 관련된다고 보고되었다(고영인, 1994).

한편, Sharkin(1988)은 유발된 분노가 제대로 표현되지 못하고 지나치게 억제될 때 다른 부정적인 행동과 정서로 대치될 수 있다고 제안하였다. 고영건과 안창일(2003)에 의하면 분노억제는 신경증을 초래하기도 하며, 다양한 정신·신체적 질환들을 유발할 수도 있다. 특히 분노억제와 심장혈관계 질환 및 소화계 질환과의 관련성은 여러 연구에서 발견되었다(김교현, 2000; 김교현, 전경구, 1997; 전경구, 1991). 신체화 증상과 유사한 증상을 보이는 '화병'도 분노억제가 원인인 것으로 알려져 있

으며 글자 뜻 그대로 영어로 번역하면 ‘분노 증후군’이다(APA, 1994). 뿐만 아니라 분노의 내적 억제제는 고혈압, 비주장성 및 우울(고영인, 1994), 불안 및 섭식장애(Zaitsoff, Geller, & Srikameswaran, 2002), 자살 위험성(Cautin, Overholser, & Goetz, 2001)과 관련된다. 최성일, 김중술, 신민섭과 조맹제(2001)는 분노억제와 우울 및 신체화 증상의 발생에 중요한 요인으로 작용한다고 제안하였다. 그 외에 분노억제는 두통(Packard, Andrasik, & Weaver, 1989), 암(Hiller, 1989), 요통(Albrecht, 2001), 천식(Yellowles & Ruffin, 1989) 및 당뇨와 류마티스성 장애(Phipps & Steele, 2002) 등의 만성적인 질환에도 영향을 주는 것으로 보고되었다.

분노의 유발 및 대처와 관련된 인지적 요인으로서의 이차적 분노사고

이처럼 분노표출·억제와 같은 분노표현 양상은 분노 감정 자체나 분노를 유발하는 상황적 요인의 영향을 받기도 하지만, 이는 개인의 의도대로 조작, 수정하기 어려운 요인이며, 분노표현 양상에 직접적으로 관여하면서 동시에 치료적 개입이 가능한 인지적 요인에 대한 관심이 모아져 왔다. 분노는 대부분 대인관계 상황에서(Averill, 1983) 자신의 목표가 방해 받고 자존감 유지나 증진에 위협이 된다고 ‘지각할 때, 그리고 이것이 타인의 탓이며 그 상황을 타인이 통제할 수 있었다고 ‘판단할 때(Lazarus, 1991) 발생한다. 또한 분노는 분노 촉발인이 부당하고 의도성이 있으며 통제 가능한 일일 때, 그리고 자신은 대처자원이 없고 이를 참을 수 없으며 분노가 적절한 반응이라고 ‘생각될 때(Deffenbacher, 1999) 발생한다. 이처럼 분노는 분노 사건 자체에 의해서 유발되

는 것이 아니라 개인이 사건에 주관적으로 부여한 해석이나 의미부여에 의해서 발생한다고 제안되어왔다(Beck, 2000). 분노가 발생한 일화에 대한 조사 연구(Averill, 1983)에서는 분노가 발생하는 전형적인 사건을 찾을 수 없었다. 사람들은 매우 다양한 상황에서 분노를 경험하였으며 의외의 상황에서 분노를 경험하기도 했다. 이는 그만큼 분노를 경험하는 상황이 다양하며 분노가 주관적으로 경험되는 정서라는 점을 시사한다. 분노 유발 과정에 인지적 요인이 특히 강조되는 이유도 이와 같은 맥락이다. 상황 자체의 특징보다 그 상황을 개인이 주관적으로 받아들이고 해석하는 방식이 분노 유발에 중요하게 작용한다는 점은 이미 여러 학자들에 의해 강조된 바 있다(서수균, 2004; Averill, 1983; Beck, 2000; Ellis & Tafrate, 1997; Kassinove & Sukhodolsky, 1995; Lazarus, 1991).

개인이 사건에 주관적으로 부여하는 해석이나 의미부여는 심사숙고하거나 논리적으로 따져본 생각이 아니며, 그렇기 때문에 인지적 오류가 발생할 가능성이 높다. Beck(1976)은 이를 자동적 사고라고 명명하였는데, 자동적 사고란 유발 사건에 의해 활성화된 비합리적 신념이 만들어 낸 일종의 인지적 산물로서 자신이 처한 상황의 위협성이나 대처능력 혹은 대처행동의 결과에 대해 순간적으로 떠오르는 구체적인 생각이나 심상이다(권정혜, 1993).

본 연구에서는 분노의 경험과 표현 사이를 매개 또는 조절하는 심리적 기제가 있음을 가정하고 인지적 접근에 기초하여 분노 상황에서의 대처 양상을 반영하는 자동적 분노사고인 이차적 분노사고에 초점을 맞추었다.

서수균과 권석만(2005)은 Beck의 인지매개이론을 정교화하여 분노 유발에 기여하는 자동

적 사고를 일차적 분노사고와 이차적 분노사고로 세분화하였으며, 분노 유발 과정을 설명하는 이중인지매개모형을 제안하였다. 이중인지매개모형은 비합리적 신념과 분노 사이를 일차적 분노사고와 이차적 분노사고가 순차적으로 매개하고 있음을 가정하며, 이중인지매개모형의 적합도가 다른 두 대안모형(병렬인지매개모형과 비매개인지모형)에 비해 상대적으로 더 우수한 모델임이 확인되었다.

본 연구에서 초점을 맞추고 있는 일차적 분노사고는 시간적으로 초기에 일어나며, 이차적 분노사고는 후기에 일어나고 일차적 분노사고에 이어서 일어난다. 일차적 분노사고는 타인이 자신을 부당하게 대하거나 무시한다는 상황 자체에 대한 부정적인 평가가 주가 된다. 여기에는 일상적으로 경험하는 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 민감성, 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감이 포함된다.

이차적 분노사고는 일차적 분노사고로 인한 불쾌감에 대한 반응으로 나타나는 것으로 흔히 대처 양상을 반영하는 충동이나 행동, 심리상태로 이루어진다. 이는 타인비난/보복사고, 무력감사고, 분노통제/건설적 대처사고를 포함한다. 타인비난/보복사고는 타인을 경멸하고 모욕하거나 정신적 혹은 물리적으로 보복하려는 내용을 반영하는 것으로서 신체적 공격성('이 자식을 죽여버려' '한 대 패주고 싶다'), 언어적 공격성('욕을 퍼붓고 싶다' '따지고 싶다'), 타인비난이나 경멸('나쁜놈' '재수없다'), 보복('인간 쓰레기처럼 보이게 다른 사람에게 이 사람의 실체를 다 알릴까보다' '앞으로 잘 해주지 말자')으로 구성된다. 무력감사고는 분노 상황에서 적극적으로 대처하지 못하고 무기력해지는 무력감을 반영하는 것으로서 체념('살기 싫다' '울고 싶다' '이 세상에 나 밖에

없구나)이나 부정적 정서반응('막 소리를 지르고 싶다'), 회피('모든 게 귀찮다' '아무 소리도 듣고 싶지 않고 말하고 싶지도 않다'), 자기비하적인 내용('난 왜 이렇게 못났을까?')이 주를 이룬다. 무력감사고는 상대방을 공격할 수 없는 무력한 자신에 대한 질책으로서 자기 자신에 대한 반응으로 볼 수 있다. 분노통제/건설적 대처사고는 분노 감정을 의식적으로 통제하고 분노 상황을 객관적으로 살펴보거나 문제해결적인 노력을 취하는 것을 반영하는 것으로서 '내가 어떻게 해야 하나?' '내 상황도 조금 고려해 보고 배려를 해주면 좋겠다' '내가 이렇게 흥분한 이유는 뭘까?'와 같은 생각으로 이루어져있다. 이러한 이차적 분노사고는 자신의 대처자원과 표현 양상에 대한 생각을 포함한다는 점에서 분노를 경험할 때 이를 어떻게 표현할 것인가를 결정짓는 주요한 예언변인이라고 할 수 있다. 이차적 분노사고의 세 가지 하위요인 중에서 타인비난/보복과 무력감은 부적응적인 것으로, 분노통제/건설적 대처는 적응적인 것으로 여겨진다.

Averill(1983)과 전경우(1999)의 연구에서 시사하는 바와 같이, 사람들이 분노를 경험할 때 이를 겉으로 표출하거나 내적으로 억제하는 표현 양상은 다를 수 있다. 또한 분노의 표현 양상이 다양한 심리·사회적 불편감으로 이어진다는 점을 감안하여 본 연구에서는 분노표현 양상을 중심으로 이에 영향을 줄 것으로 예상되는 이차적 분노사고와 부적절한 분노표현으로 인해 초래되는 결과인 심리·사회적 불편감(대인관계 문제, 신체화 증상)에 대해서 살펴보고자 하였다. 즉, 분노표현 양상에 선행, 혹은 동시에 발생하는 인지적 요인과 분노 표현의 결과를 두루 탐색하여 분노표현 양상의 전, 후 맥락을 확장하고자 한다.

이차적 분노사고와 분노표현 양상이 대인관계 문제에 미치는 영향

분노가 역기능적으로 표현되면 대인관계에 부정적인 영향을 미친다. 역기능적인 분노는 공격적인 행동과 적대감을 일으켜 문제해결을 방해하고, 대인관계에서 부정적인 인상을 심어준다. 정미리(2005)의 대학생들을 대상으로 한 연구에서는 특성분노가 높은 사람들이 그렇지 않은 이들에 비해 보다 더 비판적이고 공격적이며, 타인의 입장이나 처지를 배려하지 못하고 친밀하게 지내지 못하는 문제를 가질 수 있다고 보고하였다.

천현(2004)의 남자 고등학생을 대상으로 한 연구에서는 특성분노가 높은 집단이 낮은 집단에 비해 타인을 대할 때 경쟁적, 공격적, 과시적, 자기도취적, 반항적이라고 보고하였다. 분노표현 양상과 대인관계 성향을 알아본 결과, 분노의 내적 억제가 낮은 집단이 높은 집단에 비해 역할성향에서 지배적, 우월적, 독립적인 것으로 나타났고 사회관계에서도 더 사회적인 것으로 나타났다. 분노의 외적 표출이 높은 집단은 낮은 집단에 비해 역할성향에서 우월적이며 독립적인 것으로 나타났고 표현성향에서도 과시적인 것으로 나타났다.

이처럼 특성분노의 수준이나 분노표현 양상과 대인관계 문제를 살펴본 연구는 있으나 분노표현 양상에 주요한 영향을 미칠 것으로 예상되는 인지적 요인인 이차적 분노사고를 함께 고려한 연구는 없다. 이에 본 연구에서는 서로 다른 이차적 분노사고의 유형이 어떠한 양상의 대인관계 문제와 관련되는지 탐색하고자 하였다. 즉, 이차적 분노는 분노를 경험하는 상황에서의 대처 양상과 관련된 충동, 행동, 심리 상태로서, 이차적 분노사고의 유형

(타인비난/보복사고, 무력감사고)에 따라 분노표현 양상이 달라질 것이며, 결국 대인관계 문제로 이어질 것이라고 가정하였다.

이차적 분노사고와 분노표현 양상, 대인관계 문제의 관련성을 직접적으로 다룬 선행 연구는 없으나, 이차적 분노사고의 하위유형과 밀접한 관련이 있을 것으로 보이는 구성개념과 대인관계 문제와의 관련성을 탐색한 연구는 다음과 같다.

먼저, 타인비난/보복사고는 분노반추에서 관련성을 찾을 수 있다. Bushman, Bonacci, Pedersen과 Vasquez(2005)의 연구에 따르면, 분노반추를 많이 할수록 공격적 분노표출을 할 가능성이 높았다. Collins와 Bell(1997)에 따르면 분노에 대해 반추하는 경향이 높은 사람이 이전에 대인관계에서 분노를 일으켰던 상황이 다시 재현되었을 때 더 높은 공격성을 보이는 것으로 나타났다. 여기에서 분노반추란 분노를 경험하는 동안이나 경험한 후에 의도치 않게 반복되는 인지 과정으로서, 분노기억반추, 원인반추, 보복반추로 구성된다(이근배, 조현준, 2008). 특히 분노반추의 하위 유형인 보복반추는 화나게 한 사람을 응징하려는 내용의 반추로서 본 연구에서 살펴보고자하는 타인비난/보복사고, 즉 타인을 경멸하고 모욕하거나 정신적 혹은 물리적으로 보복하려는 내용을 반영하는 자동적 사고와 비슷한 내용으로 이루어져 있다. 임문영(2014)의 연구에 따르면, 보복반추는 대인관계 문제의 모든 하위영역과 유의한 정적 상관관계를 보였는데, 이러한 결과는 분노와 대인관계 문제의 관계에 있어 보복반추가 중요한 인지적 요인임을 시사한다. 그러나 본 연구에서는 과거의 분노 사건에 대해 돌이켜 곱씹는 반추와 같이 시간의 방향이 과거를 향한 생각보다는 분노 감정을 느끼고

있는 상황에서 떠오르는 현재의 자동적 사고에 초점을 맞추고, 타인비난/보복사고가 분노표출을 거쳐 어떠한 대인관계 문제로 이어지는지 살펴보고자 하였다.

한편, 무력감사고가 강하여 분노억제가 과한 경우에는 분노 상황에서 분노를 자기 자신으로 돌리고 무력감을 느껴 적극적으로 대처하지 못할 가능성이 높다고 가정하였다. Blatt, Quinlan, Chevron과 McDonald(1982)는 자기비판적 우울, 즉 자신에 대한 죄책감, 무가치감, 열등감, 좌절감을 주로하는 정서에 대한 취약성이라는 개념을 제안하였으며, 박은혜(2010)의 연구에서는 이러한 개념을 바탕으로 우울 취약성과 분노표현 양상이 대인관계에 미치는 영향을 탐색하였다. 그 결과, 자기비판적 우울 취약성은 분노표출과 분노억제 모두와 정적 상관을 지녔으며, 대인관계 문제에서는 냉담, 사회적 억제, 비주장성과 관련이 있었다. 이를 볼 때 자기비판적 우울취약성은 역기능적인 분노표현 양상, 즉 분노표출과 분노억제 모두와 관련이 있다는 점에서 중요한 특성임이 시사된다. 그러나, 상기한 연구에서는 분노와 직접적인 관련이 있는 분노 사고를 고려하지 않았으므로 본 연구에서는 분노 유발 상황에서 발생하는 자동적 사고인 무력감사고가 어떠한 대인관계 문제로 이어질 수 있는지 탐색하고자 하였다.

이차적 분노사고와 분노표현 양상이 신체화 증상에 미치는 영향

정신분석적 접근에서는 신체화 증상을 억제된 감정의 신체적 표현이라고 본다. 분노가 신체화 증상들과 밀접하게 관련되어 있다는 증거는 많은 임상 연구들을 통해 보고되어왔

으며(박영주 등, 2004; 신현균, 2006b; 안자영, 2009; 전경구, 2000), 특히 자신의 감정을 지나치게 억제하는 사람이 신체화 증상을 더 많이 보인다는 연구 결과가 보고되었다(Singer, 1990). 분노표현 양상과 신체화 증상을 살펴본 연구를 살펴보면, Kellner(1991)는 분노억제가 신체화 장애와 관련 있음을 보고하였으며 국내 연구에서도 최성일 등(2001)이 분노를 억제하는 경향이 정신과 환자 집단의 신체화 증상을 유의미하게 설명한다고 보고하였다.

그러나 기존 연구들에서는 분노억제와 신체화 증상을 연구할 때 주로 Spielberger, Krasner와 Solomon(1988)이 제안한 분노표현 양상이라는 걸로 드러나는 표현성만을 다루어왔다. 본 연구에서는 걸로 드러나는 분노표현 양상뿐만 아니라 내적 사고과정인 이차적 분노 사고를 함께 고려하여 신체화 증상을 설명하고자 한다. 그 이유는 다음과 같다.

첫째, Friedman, Harris와 Hall(1984)은 정서를 억제하는 것이 건강할 수 있다는 점을 들어 정서표현을 4가지 유형으로 분류하였다. 건강하지 않은 범주에는 '적대적 표현'과 '긴장되고 과다 통제하여 표현하지 않는 것'이 속하고, 건강한 범주에는 '카리스마적인 표현'과 '표현하지는 않지만 이완되어 있는 경우가 해당된다. 마지막 유형인 '표현하지는 않지만 이완되어 있는 경우와 같이 표현하지 않는다고 해서 반드시 부적절한 것은 아니며 표현성 자체 만으로는 심리적 건강을 구분할 수 없다고 볼 수 있다.

둘째, 분노억제를 측정하는 문항(Spielberger et al., 1988)을 보면 화가 난 상황에서 '말을 하지 않는다' '상대의 시선을 피한다'와 같은 행동적인 측면을 주로 포함하고 있는데, 이것이 반드시 역기능적이라고 할 수는 없다. 분

노를 겉으로 드러내는 행동을 하지 않는다고 해서, 즉 겉으로 보아 행동적으로 억제를 한다고 해서 이것이 반드시 심리내적인 억제를 의미한다고 볼 수는 없는 것이다. 예를 들어, 분노를 억제하는 행동을 하면서 내적으로는 안정을 되찾으려 노력하고 상황에 대해 재평가를 할 수도 있는 것이다.

본 연구에서는 행동적으로 억제를 하면서 체념이나 회피, 자기비하적인 사고와 같은 무력감사고가 동반될 때, 분노를 자기 자신에게로 돌리거나 억제하여 신체화 증상이 발생할 것이라고 예상했다. 그러므로 본 연구에서는 신체화 증상을 설명하기 위해서 분노 상황에서 분노를 자신에게 돌리는 내용의 자동적 사고인 무력감사고를 함께 고려하였다. 이를 위해 먼저 이차적 분노사고의 하위요인과 신체화 증상간의 상관관계를 살펴보고 중다회귀 분석을 통해 무력감사고와 신체화 증상의 관계를 분노억제가 매개할 것이라는 가설을 검증하였다.

구체적인 가설은 다음과 같다. 첫째, 이차적 분노사고의 하위요인들은 분노표현 양상의 하위요인들과 각기 다른 수준의 상관관계를 보일 것이다. 둘째, 분노표현 양상이 이차적 분노사고와 대인관계 문제간의 관계를 매개할 것이다. 셋째, 이차적 분노사고의 하위요인은 신체화 증상과 각기 다른 수준의 정적 상관관계를 보일 것이다. 넷째, 분노억제가 무력감사고와 신체화 증상의 관계를 매개할 것이다.

방 법

연구 대상

서울시 소재 대학교에서 심리학 관련 수업을 수강하는 대학생 참가자 309명을 대상으로 자기보고식 질문지를 실시하고 자료를 분석하였다. 전체 응답자의 평균 연령은 21.24세 (SD=2.35, Range=18~30세)였으며, 이 중 남자가 126명, 여자가 183명이었다.

측정 도구

이차적 분노사고 척도(Secondary Anger-Thought Scale)

서수균과 권석만(2005)이 분노 유발 상황에서 일어나는 이차적인 분노사고를 평가하기 위해서 개발한 척도이다. 이차적 분노사고는 일차적 분노사고에 이어서 일어나는 생각들로, 흔히 대처 양상을 반영하는 충동이나 행동, 심리상태를 반영한다. 최근 몇 주 동안 화가 났던 상황에서 얼마나 자주 이런 생각들이 머릿속에 떠올랐는지를 Likert 형의 5점 척도상에서 평정하도록 하였다. 타인비난/보복, 무력감, 분노통제/건설적 대처라는 3개의 하위척도로 구성되어 있으며 각 하위척도의 내적 신뢰도는 각각 .96, .78, .75였다.

한국판 상태-특성 분노표현 척도(State-Trait Anger Expression Inventory-Korean version, STAXI-K)

Spielberger, Krasner와 Solomon(1988)의 상태-특성 분노표현 척도를 전경구, 한덕웅, 이장호와 Spielberger(1997)가 한국판으로 개발한 것을 사용하였다. 본 연구에서는 STAXI-K에서 상태 분노와 분노통제 척도를 제외하고 특성분노(10문항), 분노억제(8문항) 및 분노표출(8문항)

의 하위척도를 사용하였다. 내적 합치도는 특성분노는 .82였으며(전경구 등, 1997), 분노표출, 분노억제는 각각 .73, .78이었다. 검사-재검사 신뢰도는 특성분노가 .81이었으며, 분노표출, 분노억제는 각각 .71, .67였다(전경구, 한덕웅, 이장호, 1998).

대인관계 문제 원형 척도(Inventory of Interpersonal Problem-Circumplex, IIP-C)

본 연구에서는 Alden, Wiggins와 Pincus(1990)가 제작한 대인관계 문제 원형척도를 김영환과 홍상황(1999)이 표준화한 것을 사용하였다. 하위차원은 지배(PA), 불신(BC), 냉담(DE), 사회적 위축(FG), 비주장성(HI), 비독립성 및 (피)착취(JK), 과양육(LM), 과관여(NO)로 구성되어 있다. 8개의 분원을 요약하면 다음과 같다. 지배(PA)는 타인을 지나치게 비판하고 공격하며 자신에게 맞게 조종하려는 문제를, 불신(BC)은 다른 사람의 입장이나 처지를 고려하지 못하고 과도하게 의심하는 것을 가리킨다. 냉담(DE)은 타인과 관련된 감정의 경험과 표현이 어려움을 겪고 친밀한 관계를 형성하지 못하는 것을 의미하며 사회적 위축(FG)은 대인관계에서 자신감을 가지지 못하고 철회되는 것을 말한다. 비주장(HI)은 타인과의 관계에서 자신의 욕구나 의사를 적절하게 표현하지 못하는 것을, 비독자성과 (피)착취(JK)는 다른 사람과의 관계에서 독립성을 유지하기 어렵고 너무 쉽게 설득, 이용당하는 것과 관련된다. 과양육(LM)은 자신의 처지를 신경쓰지 않고 타인의 욕구에 지나치게 민감하게 반응하며 책임지려는 문제를 의미하며, 과관여(NO)는 타인으로부터 호감이나 관심을 얻기 위해 지나치게 자신을 노출하는 문제를 의미한다. 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .85$ (PA), $.74$ (BC),

$.81$ (DE), $.84$ (FG), $.83$ (HI), $.73$ (JK), $.78$ (LM), $.70$ (NO), 전체에서 Cronbach's $\alpha = .90$ 으로 보고되었다(김영환, 홍상황, 1999).

간이 정신진단 검사 수정판(Symptom Checklist-90-Revised, SCL-90-R)

김광일, 김재환과 원호택(1984)이 제작한 자기 보고식 척도인 간이 정신진단 검사 수정판(SCL-90-R) 총 90문항에서 개인이 주관적으로 경험하는 신체증상들의 정도를 측정하는 신체화 척도 12문항을 발췌하여 사용하였다. 신체화 차원은 자율신경계의 영향 하에 있는 순환기, 소화기, 호흡기 및 기타 기관의 장애와 두통, 동통 등 신체적 기능이상에 대해 주관적으로 호소하는 증상으로 구성되어 있다. 1주 간격의 검사-재검사 신뢰도 계수는 .83이며 내적 일관성 신뢰도는 .72였다(김광일, 김재환, 원호택, 1984).

한국판 Beck 우울 척도(Beck Depression Inventory, BDI)

우울의 정서적, 인지적, 동기적 그리고 생리적 영역을 포괄한 우울증상을 측정하기 위해 Beck, Ward, Mendelson, Mock와 Erbaugh(1961)가 개발한 21문항의 자기보고식 질문지이다. 국내에서는 이영호와 송종용(1991)이 번안하였으며, 내적 합치도 계수는 .98이며 반분신뢰도는 .91로 보고되었다.

통계 분석

본 연구에서는 SPSS for Windows(version 18.0)를 이용하여 자료 분석을 하였다. 첫째, 이차적 분노사고와 분노표현 양상 및 신체화 증상이 지니는 상관계수의 차이를 검증하기 위해

Pearson's correlation coefficient를 구한 뒤 각 상관계수를 Fisher's Z transformation을 통해 변환하였다. $Z_{r \pm 1.96/\sqrt{N-3}}$ 공식을 통해 Z점수의 95% 신뢰구간을 계산하였으며, 이 때 두 개의 신뢰구간이 겹치지 않으면 유의수준 5% 수준에서 두 상관계수가 차이 난다고 말할 수 있다(Meng, Rosenthal, & Rubin, 1992).

둘째, 독립변인인 이차적 분노사고와 종속변인인 대인관계 문제 및 신체화 증상의 관계에서 분노표현 양상이 매개효과를 나타내는지 검증하기 위해서 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 일련의 회귀분석 방법을 사용하였다. 매개효과 검증 결과가 유효한지 알아보기 위해 Sobel(1982)이 제안한 간접효과(indirect) 검증 방법인 Sobel Test를 사용하였다.

결 과

참가자 309명의 자료에서 얻은 각 척도간의 상관 계수를 표 1에, 평균과 표준편차를 표 2에 제시하였다.

이차적 분노사고의 하위요인과 분노표현 양상 간의 관계

이차적 분노사고의 하위요인과 분노표현 양상의 하위요인 간의 관계를 살펴보기 위해 각 변인들 간의 상관계수를 구하고 상관계수의 차이가 유의한지 살펴보았다. 표 3에 제시된 바와 같이, 타인비난/보복사고는 분노표출($r=.45, p<.001$)과 분노억제($r=.45, p<.001$) 모

표 1. 분석에 사용된 척도들 간의 상관계수 (N=309)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. 타인비난/보복													
2. 무력감	.47**												
3. 분노표출	.45**	.25**											
4. 분노억제	.45**	.51**	.30**										
5. 특성분노	.53**	.36**	.63**	.34**									
6. 지배	.42**	.31**	.40**	.37**	.46**								
7. 불신	.37**	.47**	.22**	.49**	.31**	.55**							
8. 냉담	.23**	.44**	.11*	.43**	.18**	.43**	.78**						
9. 위축	.22**	.48**	.08	.50**	.18**	.35**	.65**	.78**					
10. 비주장	.18**	.35**	-.05	.50**	.06**	.19**	.50**	.55**	.75**				
11. 비독립성 및 (피)착취	.18**	.33**	.02	.47**	.14**	.26**	.44**	.44**	.69**	.78**			
12. 신체화 증상	.30**	.43**	.29**	.26**	.33**	.24**	.28**	.22**	.24**	.12*	.12*		
13. 우울	.29**	.60**	.18**	.39**	.28**	.29**	.46**	.42**	.51**	.35**	.32**	.57**	

주. 1 = 타인비난/보복, 2 = 무력감, 3 = 분노표출, 4 = 분노억제, 5 = 특성분노, 6 = 지배, 7 = 불신, 8 = 냉담, 9 = 위축, 10 = 비주장, 11 = 비독립성 및 (피)착취, 12 = 신체화 증상, 13 = 우울

* $p<.05$. ** $p<.01$, 양방향

표 2. 분석에 사용된 척도들의 평균과 표준편차 (N=309)

	평균(표준편차)			t
	남 (N=126)	여 (N=183)	전체 (N=309)	
이차적 분노사고				
타인비난/보복사고	47.06 (13.56)	48.13 (13.40)	47.70 (13.45)	-.68
무력감사고	14.42 (5.35)	16.95 (5.98)	15.92 (5.85)	-3.88***
STAXI				
특성분노	20.23 (5.00)	20.91 (5.17)	20.63 (5.10)	-1.15
분노표출	15.42 (4.05)	15.44 (3.74)	15.43 (3.86)	-.04
분노억제	18.19 (4.31)	18.77 (4.46)	18.53 (4.40)	-1.15
IIP-C				
지배	14.65 (4.66)	14.64 (4.89)	14.65 (4.79)	.01
불신	16.83 (4.84)	16.96 (4.93)	16.91 (4.89)	-.23
냉담	16.59 (6.46)	16.01 (6.07)	16.25 (6.23)	.79
사회적 위축	18.51 (6.84)	18.55 (6.61)	18.53 (6.70)	-.05
비주장	20.34 (6.51)	21.37 (7.20)	20.95 (6.94)	-1.29
비독립성 및 (과)착취	21.19 (5.59)	22.04 (5.48)	21.69 (5.53)	-1.33
SCL-90-R의 신체화 증상	7.21 (6.83)	9.34 (6.58)	8.47 (6.76)	-2.72**
BDI	8.82 (8.29)	10.24 (8.13)	9.66 (8.21)	-1.49

주. 이차적 분노사고 = Secondary Anger-Thought Scale, STAXI = State-Trait Anger Expression Inventory, IIP-C = Inventory of Interpersonal Problem-Circumplex, SCL-90-R = Symptom Checklist-90-Revised, BDI = Beck Depression Inventory

** $p < .01$, *** $p < .001$

표 3. 이차적 분노사고와 분노표현 양상의 하위 요인들 간의 상관 (N=309)

	분노표현 양상	
	분노표출	분노억제
이차적 분노사고		
타인비난/보복	.45***	.45***
무력감	.25*** (.26***)	.51*** (.51***)

주. 이차적 분노사고 = Secondary Anger-Thought Scale, 분노표현 양상 = State-Trait Anger Expression Inventory
*** $p < .001$, 양방향, 괄호 안은 성차를 통제한 편상관계수임

두와 비슷한 수준의 정적 상관을 보였다. 그러나 무력감사고는 분노표출보다 분노억제와 통계적으로 유의미하게 더 큰 정적 상관을 보였으며, 이는 무력감사고가 분노표출보다 분노억제와 더 큰 관련이 있음을 지지하는 결과이다.

이차적 분노사고와 대인관계 문제 간 관계에서 분노표현 양상의 매개효과

그림 1에 제시된 바와 같이 타인비난/보복 사고와 지배의 대인관계 문제 사이에서 분노

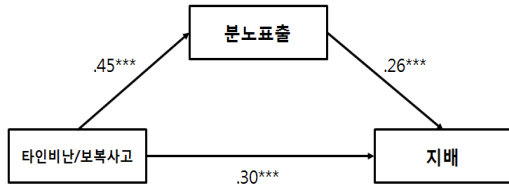


그림 1. 타인비난/보복사고와 지배의 관계에서 분노표출의 부분매개효과 ($N=309$)
(경로계수는 표준화된 계수이며 *** $p<.001$)

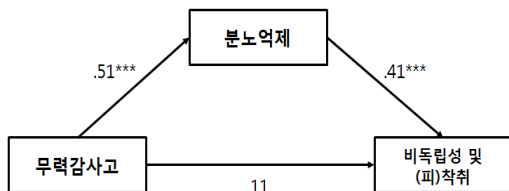


그림 2. 무력감사고와 비독립성 및 (피)착취의 관계에서 분노억제의 매개효과 ($N=309$)
(경로계수는 표준화된 계수이며 *** $p<.001$)

표출이 부분매개효과를 지닌다고 볼 수 있다 (Sobel's $Z=4.18, p<.001$). 그림 2에 나타난 바와 같이 무력감사고와 비독립성 및 (피)착취의 대인관계 문제 사이에서 분노억제가 완전매개효과를 지니는 것으로 볼 수 있다(Sobel's $Z=5.80, p<.001$).

그 외 무력감사고와 냉담, 사회적 위축, 비주장의 대인관계 문제 사이에서 분노억제가 부분매개효과를 지니는 것으로 나타났다 (Sobel's $Z=4.40, p<.001$; Sobel's $Z=5.34, p<.001$; Sobel's $Z=6.15, p<.001$).

이차적 분노사고 하위요인과 신체화 증상 간의 관계

이차적 분노사고의 하위요인인 타인비난/보복사고와 무력감사고가 신체화 증상과 각기

다른 수준의 정적 상관을 나타낼 것이라는 가설을 검증하기 위하여 변인들 간의 상관계수를 구하고 상관계수 크기의 차이가 유의미한 지 살펴보았다.

표 4에 따르면 기본적으로 타인비난/보복사고($r_1=.30, p<.001$)와 무력감사고($r_2=.43, p<.001$) 모두 신체화 증상과 유의미한 정적 상관을 보였다. 두 상관계수를 Fisher's Z transformation을 통해 Z 점수로 변환하면 각각 $Z_{r1}=.31, Z_{r2}=.45$ 가 된다. Z 점수의 95% 신뢰구간을 구하는 공식 $Zr \pm 1.96/\sqrt{N-3}$ 에 Z_{r1} 과 Z_{r2} 를 각각 대입한 결과 Z_{r1} 의 신뢰구간은 $.19 \leq Z_{r1} \leq .42(N=309)$, Z_{r2} 의 신뢰구간은 $.34 \leq Z_{r2} \leq .57(N=309)$ 로 추정되며 이 때 두 신뢰구간이 겹치므로 5% 유의수준에서 두 상관계수가 차이 난다고 말할 수 없다. 이러한 결과는 성차 변인을 통제한 편상관 계수의 비교에서도 일관성 있게 나타났다. 이는 이차적 분노사고의 하위 요인이 신체화 증상과 각기 다른 수준의 정적 상관관계를 보일 것이라는 가설을 지지하지 못하는 결과이다.

표 4. 이차적 분노사고의 하위요인과 신체화 증상 간의 상관 ($N=309$)

	신체화 증상
이차적 분노사고	
타인비난/보복	.30*** (.30***)
무력감	.43*** (.41***)

주. 이차적 분노사고 = Secondary Anger-Thought Scale, 신체화 증상 = Symptom Checklist-90-Revised
*** $p<.001$, 양방향, 괄호 안은 성차를 통제한 편상관계수임

신체화 증상에 대한 특성분노, 분노억제 및 무력감사고의 위계적 회귀분석

선행연구에서 밝혀진 특성분노와 분노억제가 신체화 증상을 설명하는 모형에 무력감사고의 독립변인이 포함되었을 때 추가적인 설명력을 가지는지 검증하기 위해 위계적 회귀 분석을 실시하였다. 분석에 포함된 변인들 간의 상관관계를 나타내는 다중공선성을 진단하기 위해 추정치의 허용도(Tolerance)와 모수 추정치의 분산팽창요인(VIF)를 살펴본 결과 변인들의 Tolerance가 .693~.835에 속하는 값으로 .10보다 크고, VIF가 1.197~1.444에 속하는 값으로 10.0보다 작아 다중공선성 진단기준을 수용할만한 수준이었다. 관련 변인의 회귀분석 결과가 표 5에 제시되어있다.

먼저 1단계 모형에서 특성분노와 분노억제가 신체화 증상을 설명하는 전체 모형은 유의미했으며 특성분노와 분노억제가 신체화 증상 변량의 13.9%를 설명하는 것으로 나타났다 ($F(2, 306) = 24.75, R^2 = .13, p < .001$). 이 때 특성분노($\beta = .27, p < .001$)와 분노억제($\beta = .17, p < .01$) 모두 신체화 증상에 대한 유의미한

예언변인이었다.

1단계 모형에 무력감사고를 추가하여 특성분노, 분노억제 및 무력감사고가 신체화 증상을 설명하는 2단계 모형은 유의미했으며 신체화 증상 변량에 대한 설명량이 8.3% 증가되어 전체 모형이 신체화 증상 변량을 22.2%를 설명하는 것으로 나타났다($F(3, 305) = 29.05, R^2 = .22, p < .001$). 이 때 무력감사고는 특성분노와 분노억제를 통제했을 때도 신체화 증상에 대한 유의미한 예언변인이었다($\beta = .34, p < .001$). 한편, 무력감사고가 추가되면서 특성분노($\beta = .20, p < .001$)는 여전히 신체화 증상에 대한 유의미한 예언변인이었지만 분노억제($\beta = .01, p = n.s.$)는 신체화 증상을 유의미하게 설명하지 못했다.

무력감사고와 신체화 증상의 관계에서 분노억제의 매개효과

분노억제가 무력감사고와 신체화 증상의 관계를 매개할 것이라는 가설을 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 일련의 회귀분석 방법을 사용하였다. 표 6에 나타난 바와

표 5. 신체화 증상에 대한 특성분노, 분노억제 및 무력감사고의 위계적 회귀분석 (N=309)

	단계	독립변인	B	SE B	β	t	R ²	ΔR^2
신체화 증상	1	특성분노	.36	.07	.27	4.88***	.13	
		분노억제	.26	.08	.17	3.07**		
	2	특성분노	.27	.07	.20	3.69***	.22	.08***
		분노억제	.02	.09	.01	.31		
		무력감사고	.40	.07	.34	5.70***		

주. 신체화 증상 = Symptom Checklist-90-Revised, 특성분노와 분노억제 = State-Trait Anger Expression Inventory, 무력감사고 = Secondary Anger-Thought Scale

** $p < .01$, *** $p < .001$

표 6. 무력감사고와 신체화 증상의 관계에서 분노억제의 매개효과 (N=309)

			β	t	R^2	F
1단계						
무력감사고	→	분노억제	.51	10.63***	.26	113.16***
2단계						
무력감사고	→	신체화 증상	.43	8.33***	.18	69.53***
3단계						
무력감사고	→	신체화 증상	.39	6.58***	.18	35.32***
분노억제	→		.06	1.04		

주. 무력감사고 = Secondary Anger-Thought Scale, 분노억제 = State-Trait Anger Expression Inventory, 신체화 증상 = Symptom Checklist-90-Revised

*** $p < .001$

같이 무력감사고와 신체화 증상의 사이에서 분노억제의 매개효과를 보면, 1단계에서 독립 변인인 무력감사고가 매개변인인 분노억제에 미치는 영향력이 유의미하였고($\beta = .51, p < .001$), 2단계에서 무력감사고가 신체화 증상에 미치는 영향력도 유의미하였다($\beta = .43, p < .001$). 그리고 3단계에서 분노억제는 무력감사고의 효과를 통제했을 때 신체화 증상에 대하여 유의한 영향력을 미치지 않는 것으로 나타나 매개효과를 지지하지 못하였다($\beta = .06, p = n.s.$).

분노억제와 신체화 증상의 관계에서 무력감사고의 매개효과

본 연구에서는 자동적 분노사고 척도를 개발한 서수균(2004)의 제안에 따라, 이차적 분노사고를 분노표현 양상에 대한 주요 예언변인으로 가정하고 분노억제가 무력감사고와 신체화 증상의 관계를 매개할 것이라고 가설을 세웠다. 여기서 무력감사고란 분노를 상대방에게 표현하지 못하는 자기 자신에 대한 질책

을 반영하는 사고이다. 이러한 측면에서 무력감사고는 분노억제를 유발할 수 있는 원인으로 작용할 뿐만 아니라 분노를 억제함으로써 발생할 수 있는 양 방향적 관계를 가질 수도 있으며, 무력감사고와 분노억제가 어떠한 관계를 맺으면서 신체화 증상에 영향을 미치는지에 대한 보다 다양한 대안적 설명을 제시하기 위해 추가적인 분석을 실시하였다. 즉 무력감사고와 분노억제의 선후관계를 뒤바꾸어 분노억제와 신체화 증상의 관계에서 무력감사고의 매개효과를 검증해보았다. 그 결과 표 7과 그림 3에서 보이는 바와 같이 무력감사고는 분노억제와 신체화 증상의 관계를 완

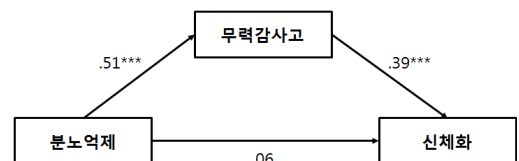


그림 3. 분노억제와 신체화 증상의 관계에서 무력감사고의 매개효과 (N=309)

(경로계수는 표준화된 계수이며 *** $p < .001$)

표 7. 분노억제와 신체화 증상의 관계에서 무력감사고의 매개효과 (N=309)

			β	t	R^2	F
1단계						
분노억제	→	무력감사고	.51	10.63***	.26	113.16***
2단계						
분노억제	→	신체화 증상	.26	4.89***	.07	23.92***
3단계						
분노억제	→	신체화 증상	.06	1.04	.18	35.32***
무력감사고	→		.39	6.58***		

주. 무력감사고 = Secondary Anger-Thought Scale, 분노억제 = State-Trait Anger Expression Inventory, 신체화 증상 = Symptom Checklist-90-Revised

*** $p < .001$

전매개하는 것으로 나타났다(Sobel's $Z = 4.93$, $p < .001$).

논 의

본 연구에서는 먼저 분노표출과 분노억제로 대표되는 상이한 부적응적 분노표현 양상이 이차적 분노사고 중 타인비난/보복사고와 무력감사고와 상관이 있을 것이라는 가설을 검증하였다. 이는 분노표현 양상을 이해함에 있어서 인지적 요인인 자동적 사고의 중요성을 강조하기 위한 것이었다. 또한 이차적 분노사고와 관련있는 분노표출과 분노억제가 초래할 것으로 예상되는 서로 다른 패턴의 대인관계 문제와 신체화 증상의 관계를 살펴보았다. 이를 통해 임상장면에서 분노로 인해 초래되는 갖가지 대인관계 문제와 신체화 증상을 보이는 내담자를 이해하고 치료할 때 자동적 분노사고의 탐색과 수정이 중요하다는 것을 강조하고자 하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 이차적 분노사고와 분노표현 양상의 관계를 살펴보면, 타인비난/보복사고의 경우 가설과 달리 분노표출과 분노억제 모두와 비슷한 수준의 정적 상관관계를 나타냈는데, 이를 통해 타인비난/보복사고가 분노표출과 분노억제 모두와 관련이 있다고 볼 수 있다. Berkowitz(1993)가 내린 분노의 정의인 '표적을 향한 공격 경향성을 수반하는 정서가 시사하는 바와 같이 타인비난/보복사고는 분노의 파괴적인 속성과 잘 부합하는 자동적 사고라고 볼 수 있다. 한편, 무력감사고의 경우 분노표출보다는 분노억제와 더 큰 정적 상관을 지니는 것으로 나타났는데, 이를 통해 무력감사고를 많이 할수록 분노를 겉으로 드러내기보다 억제할 가능성이 높다는 것을 알 수 있다.

둘째, 이차적 분노사고와 신체화 증상 간의 상관을 살펴보면 무력감사고와 신체화 증상의 정적 상관관계는 지지되었으나 타인비난/보복사고보다 무력감사고가 신체화 증상과 더 큰 정적 상관을 보일 것이라는 가설은 지지되

지 못했다. 신체화 증상을 설명함에 있어서 무력감사고뿐만 아니라 타인비난/보복사고 또한 중요한 인지적 요인인 것으로 보인다.

셋째, 분노표현 양상과 신체화 증상의 관계에 대해서 기존 연구자들은 분노억제가 신체화 증상과 정적 상관을 보일 것이라고 가설을 세웠다. 하지만 그 결과를 살펴보면 대부분 분노억제뿐만 아니라 분노표출 또한 신체화 증상과 정적 상관을 보였으며, 일부 연구에서는 분노억제보다 분노표출이 신체화 증상과 더 큰 상관관계를 나타냈다(신현균, 2006b, 전경구, 1991, 최성일 등, 2001). 이는 신체화 증상에 대한 정신분석적 설명과 상충되는 것이다.

신체화 증상과 관련하여 기존 연구들에서는 특성분노(김혜란, 박경, 2006), 정서 귀인양식(신현균, 1988b), 분노표현 양상(최성일 등, 2001)을 통해 신체화 증상을 설명했던 반면, 본 연구에서는 인지적 요인인 이차적 분노사고 중 무력감사고를 함께 고려하였다. 본 연구에서 분노표출과 신체화 증상 간의 상관은 $.29(p < .001)$ 로서 분노억제와 신체화 증상 간의 상관인 $.26(p < .001)$ 과 거의 동일한 수준이었는데 이는 무력감사고를 통해 해석해볼 수 있다. 무력감사고는 분노표출과 $.25(p < .001)$ 의 상관을, 분노억제와 $.51(p < .001)$ 의 상관을 지닌다. 이는 무력감사고를 하면서 분노를 표출하거나 억제할 수 있음을 의미하며 달리 말하면 분노를 표출하거나 억제하면서 내적으로는 무력감사고를 할 수 있음을 시사한다. 또한 본 연구에서는 무력감사고가 신체화 증상을 설명함에 있어서 주요한 예언변인으로 도출되었다. 이러한 점들을 고려해 볼 때, 분노표출과 신체화 증상의 정적 상관관계가 존재하는 이유는 분노를 표출하면서도 인지적으로 무력감사고

를 할 수 있고, 분노표현 양상과 상관없이 무력감사고가 신체화 증상으로 이어지기 때문이라고 추론할 수 있다.

기존에 분노표출과 분노억제 모두가 신체화 증상과 관련 있었던 연구결과는 감정의 억제가 신체화 증상을 초래한다는 정신분석적 이론과 상충되는 것이었는데, 무력감사고를 추가함으로써 부분적으로 이에 대한 대안적 설명을 해볼 수 있다. 즉, 겉으로 드러나는 분노표현 양상보다는 외현적으로 드러나지는 않지만 분노를 자신에게 돌리고 무기력해하는 무력감사고가 분노표현 양상과 관계없이 신체화 증상을 유발할 수 있다는 것이다. 그러므로 특성분노가 높은 내담자가 신체화 증상을 호소하는 경우, 내담자의 무력감사고를 탐색·수정하여 이것이 신체화 증상에 미치는 영향력을 줄여주는 방법을 고려해볼 수 있다.

한편, 무력감사고와 분노억제가 서로 어떤 관계를 맺으면서 신체화 증상에 영향을 미치는 것인지 재고해볼 필요가 있다. 선행연구의 동향은 주로 분노억제가 신체화 증상을 초래한다는 것이었다(최성일 등, 2001). 본 연구에서는 선행연구에서 한 발 더 나아가 서수균(2004)의 제안에 따라 자동적 분노사고 중 무력감사고가 분노억제를 유발하며 그로 인해 신체화 증상이 발생될 것이라고 예상하였다. 자동적 사고는 행동에 영향을 미칠 수 있다는 점에 착안하여 분노 상황에서 분노를 자기 자신으로 돌리는 무력감사고를 하면 그 결과 분노를 억제할 것이라고 가정한 것이다.

하지만 이처럼 무력감사고는 분노억제행동을 초래하는 자동적 사고일 수도 있지만 반대로 분노억제로 인해 발생하는 사고로 볼 수도 있다. 무력감사고는 분노를 표현하지 못하는 자신에 대해 좌절하는 내용을 담고 있으므로

분노를 억제한 결과 발생한 생각으로 볼 수도 있는 것이다. 이러한 견해는 이차적 분노사고가 분노표현 양상에 대한 주요 예언변인이라는 서수균(2004)의 제안과 상충된다. 그러므로 무력감사고와 분노억제간의 관계에 대해 재고해 볼 필요가 있다.

이에 대한 논의를 위해 본 연구에서 수집한 자료를 사용하여 무력감사고와 분노억제의 선후관계를 뒤바꾼 후 분노억제와 신체화 증상의 관계에서 무력감사고의 매개효과를 검증해보았다. 그 결과 무력감사고는 분노억제와 신체화 증상의 관계를 완전매개하는 것으로 나타났다 즉, 분노억제가 신체화 증상을 유발하기 위해선 무력감사고를 거쳐야 한다는 것이다. 신체화 증상은 한 두 개의 분노사건에서 분노를 억제하고 무력감사고를 한다고 해서 급작스럽게 발생하는 것이라기보다 오랜 기간 동안 여러 분노 상황에서 지속적으로 분노억제와 무력감사고를 했을 때 발생하는 것이라고 볼 수 있다. 위의 결과를 고려해 볼 때 그러한 과정에서 분노억제와 무력감사고는 일방향적이기보다 서로 영향을 주고받는 양방향적 관계를 가질 수 있음을 예상해볼 수 있다. 즉, 분노 상황에서 무력감사고를 하는 사람은 자연스럽게 분노를 억제할 것이고, 분노를 억제하게 되면 그로 인해 또다시 무력감사고를 하게 되는 연쇄적 반응이 반복될 때 신체화 증상으로 이어질 수 있다는 것이다. 하지만, 본 연구 설계에서는 이러한 양방향적 관계와 연쇄적 과정을 직접적으로 검증할 수 없으므로 후속 연구에서 이에 대해 더 논의해 볼 수 있을 것이다.

연구의 제한점 및 후속 연구 제안

본 연구는 몇 가지 제한점을 가지고 있기에 결과에 대해 조심스러운 해석이 필요하다. 첫째, 본 연구는 서울 소재 2개 대학교의 일부 대학생을 대상으로 실시되었기 때문에 연구결과를 전체 성인집단에 일반화하여 적용할 수는 없다. 특히 연령대에 따라서 분노표현 양상이 달라질 수 있을 것으로 예상되는 바, 각 연령대별로 분노표현 양상과 그로 인한 심리·사회적 결과를 구체적으로 살펴보는 연구가 이루어져야 할 것이다.

둘째, 이차적 분노사고 척도는 특성보다는 상태를 측정하는 것으로서 특정 상황에서 스쳐 지나가는 생각을 반영하는 것이다. 분노를 느끼는 상황은 매우 다양하며 상황에 따라 이차적 분노사고는 달라질 수 있으므로 특정한 두개의 상황에서 타인비난/보복사고와 무력감사고를 많이 한다고 해서 대인관계 문제나 신체화 증상이 초래될 것이라고 확언할 수는 없다. 대인관계 문제와 신체화 증상은 부적응적인 이차적 분노사고가 충분한 기간 동안 여러 분노 상황에서 지속적으로 나타날 때 발생할 수 있는 것이다. 그러므로 다양한 상황을 고려하여 이차적 분노사고가 여러 상황에 어느 정도의 빈도와 강도로 나타나는지 고려할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 분노 상황을 세분화하지 않고 서로 다른 분노 상황에서 발생하는 자동적 분노사고만을 다루었다. 분노는 매우 다양한 상황에서 발생할 수 있으며, 상황에 따라 자동적 사고의 의미 또한 달라질 수 있으므로 분노가 발생하는 다양한 상황을 대상, 사건 등에 따라 세분화하고, 그 중 하나에 집중하여 특정 상황에서 발생하는 분노에 대한

보다 심층적인 연구가 필요하다.

넷째, 모든 변인은 자기보고식식 질문지에 의한 것으로 연구 참여자들의 반응태도에 의해 왜곡될 가능성이 있다. 특히 신체화 증상을 자기보고식으로만 측정하여 연구대상자들이 보고한 신체증상이 신체화 증상인지, 혹은 실제로 의학적으로 이상이 있는 것인지를 확인하지 못하였다. 따라서 후속연구에서는 의학적인 검사, 면접과 실험 등 다양한 측정방법을 사용하여 결과의 타당성을 높이도록 해야 할 것이다.

다섯째, 본 연구에서는 인지-행동적 설명모델에 근거하여 이차적 분노사고가 대인관계 문제, 신체화 증상 및 분노표현 적절성에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보았다. 이러한 인과적 관계는 이론적으로는 가정할 수 있으나, 본 연구는 횡단적 연구이므로 변인간의 인과관계를 직접적으로 추론하는 데는 제한점이 있다.

마지막으로, 본 연구에서는 인지적 요인 중 자동적 분노사고에 초점을 맞추었는데, 이러한 자동적 분노사고의 기저에 있는 개인의 신념이 무엇인지 탐색해볼 필요성이 있다. 예를 들어, 대상에게 분노를 표출하고 싶지만 그렇게 하지 못하고 속으로만 삭히는 사람들이 어떠한 핵심신념을 가지고 있는지 살펴본다면, 개입에 있어서 자동적 사고 수준에서 더 깊이 들어가 핵심신념까지 다룰 수 있는 임상적 함의를 제공할 수 있을 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구에서는 기존 연구들에서 분노가 대인관계 문제와 신체화 증상에 미치는 영향을 설명할 때 고려하지 못했던 인지적 요인인 이차적 분노사고를 중점적으로 다루었다는 의의를 지닌다. 이는 분노로 인해 대인관계 문제와 신체화 증상을

호소하는 내담자에게 인지-행동적 접근에 기반을 둔 심리치료를 할 때 자동적 사고를 다루어야 하는 이론적 근거를 제공한다.

참고문헌

- 김혜란, 박 경 (2006). 생활스트레스와 분노가 여성의 신체화에 미치는 영향. 한국심리학회 논문집, 246-247.
- 고경봉, 박중규 (2005). 분노대응척도 개발. 신경정신의학, 44(4), 477-488.
- 고영건, 안창일 (2003). 분노-억압 집단의 방어적 투사. 한국심리학회지: 임상, 22(3), 641-600.
- 고영인 (1994). 대학생의 분노표현 양식과 우울 및 공격성과의 관계. 부산대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 권정혜 (1993). 인지행동치료의 실제. 1993년도 한국심리학회 동계연수회 자료집.
- 김교현 (2000). 분노억제와 고혈압. 한국심리학회지: 건강, 5, 181-192.
- 김교현, 전경구 (1997). 분노, 적대감 및 스트레스가 신체 건강에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 2, 79-95.
- 김광일, 김재환, 원호택 (1984). 간이정신진단검사. 서울, 중앙적성출판사.
- 김영환, 홍상환 (1999). 대인관계평가도구의 표준화 연구: 대인관계 문제검사와 원형척도. 성격논총, 30, 537-594.
- 민경환, 김지현, 황석현, 장승민 (1998). 성, 세대, 성격유형에 따른 정서반응 양식의 차이. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 12, 119-140.
- 박영주, 한금선, 신현정, 강현철, 천숙희, 문소

- 현, 이영식, 김현수 (2004). 청년기 여성의 분노 결과 예측모형. *대한간호학회지*, 34(1), 172-181.
- 박은혜 (2010). 우울취약성과 분노표현양식이 대인관계에 미치는 영향. *가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문*.
- 박혜성 (2004). 분노표현방식에 따른 감정표현기법과 인지이완기법의 효과. *부산대학교 대학원 석사학위 청구논문*.
- 서수균 (2004). 분노와 관련된 인지적 요인과 그 치료적 함의. *서울대학교 대학원 박사학위 청구논문*.
- 서수균, 권석만 (2005). 분노사고 척도 개발과 타당화 연구: 일차적 분노사고와 이차적 분노사고. *한국심리학회지: 임상*, 24(1), 187-206.
- 서수균, 김윤희 (2010). 대학생용 분노대처행동 척도 개발과 그 유용성. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(4), 973-992.
- 신현균 (1998b). 신체화 집단의 신체감각에 대한 해석, 추론 및 기억편향. *서울대학교 대학원 박사학위 청구논문*.
- 신현균 (2006b). 청소년의 신체증상 경험에서 부정적 정서의 영향 및 정서표현과 자기개념의 중재효과. *한국심리학회지: 임상*, 25(3), 727-746.
- 안자영 (2006). 청소년의 분노와 신체화의 관계에서 인지적 왜곡의 매개효과. *숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문*.
- 염태호, 김정규 (2003). 16PF(다요인 인성검사)의 이해와 활용. 서울: 한국가이던스.
- 이근배, 조현춘 (2008). 한국판 분노반추척도의 타당화 연구. *정서·행동 장애연구*, 24(1), 1-22.
- 임문영 (2014). 분노반추와 역기능적 분노표현이 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향. *경희대학교 일반대학원 석사학위 청구논문*.
- 전검구 (1991). 분노표현양식과 신체병리와의 관계. *한국심리학회 연차 학술발표대회 논문 초록*, 9-15.
- 전검구, 한덕웅, 이장호, Spielberg, C. D. (1997). 한국판 STAXI 척도 개발: 분노와 혈압. *한국심리학회지: 건강*, 2, 60-78.
- 전검구 (2000). 분노의 종합적 이해를 위한 시도. *미술치료연구*, 7, 1-31.
- 전검구 (2000). 정서와 건강간의 관계: 문화적 접근. *한국심리학회지: 사회문제*, 6(3), 175-199.
- 정미리 (2005). 분노와 스트레스 사건에 대한 반추가 대학생의 대인관계에 미치는 영향. *계명대학교 교육대학원 석사학위 청구논문*.
- 최성일, 김중술, 신민섭, 조맹제 (2001). 분노표현양식과 우울 및 신체화 증상과의 관계. *신경정신의학*, 40(3), 425-431.
- 천 현 (2004). 남자 고등학생의 분노수준과 분노표현양식과 대인관계성향. *대구대학교 대학원 석사학위 청구논문*.
- 한덕웅, 전검구 (1995). 퇴계심리학의 4단 7정론에 관한 정서 이론적 접근, 임능빈(편), *동양사상과 심리학*. 서울: 성원사.
- Albrecht, H. (2001). Medicinal Diagnostics of pain between myth and reality-Chronic lower back pain, an illness of the upright walk. *Forsch Komplementarmed Klass Natinheilkd*, 8, 288-294.
- Alden, L. E., Wiggins, J. S., & Pincus, A. L. (1990). Construction of Circumplex scales for the Inventory for Interpersonal Problems. *Journal of Personality Assessment*, 55, 521-536.
- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic*

- and statistical manual of mental disorder: DSM-IV(fourth edition.)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression: Implications for theories of emotion. *American Psychologist*, 38, 1145-1160.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International University Press.
- Beck, A. T. (2000). *Prisoner of hate: The cognitive basis of anger, hostility, and violence*. New York: Perennial.
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its cause, consequences, and control*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Blatt, S. J., Quinlan, D. M., Chevron, E. S., & Macdonald, C. (1982). Dependency and self-criticism: Psychological dimensions of depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50(1), 113-124.
- Bushman, B. J., Bonacci, A. M., Pedersen, W. C., Vasquez, E. A., & Miller, N. (2005). Chewing on it can chew you up: Effects of rumination on ytriggerred displaced aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(6), 969-983.
- Collins, K., & Bell, R. (1997). Personality and aggression: The dissipation-rumination scale. *Personality and Individual Difference*, 22, 751-755.
- Cautin, R. L., Overholser, J. C., & Goetz, P. (2001). Assessment of mode of anger expression in adolescent psychiatric inpatients. *Adolescence*, 36, 163-170.
- Chambers, L. (1999). *The relation among self-reported constructive and destructive anger verbal and resting blood pressure*. A dissertation for the degree of doctor in The Dalhausie University.
- Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Lynch, R. S., & Morris, C. D. (1996). The expression of anger and its consequences. *Behavior research and therapy*, 34(7), 575-590.
- Deffenbacher, J. L., (1999). Cognitive-behavioral conceptualization and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology*, 55, 295-309.
- Deffenbacher, J. L., & McKay, M. (2000). *Overcoming situational and general anger*. Oakland: New Harbinger.
- DiGiuseppe, R., & Tafrate, R. C. (2006). *Understanding anger disorders*, London: Oxford University Press.
- Edmondson, C. B., & Conger, J. C. (1996). A review of treatment efficacy for individuals with anger problems: conceptual, assessment, and methodological issues. *Clinical Psychology Review*, 16, 251-275.
- Ellis, A. E., & Tafrate, R. C. (1997). *How to control your anger before it controls you*. New York: Citadel Press.
- Friedman, H. S., Harris, M. J., & Hall, J. A. (1984). Nonverbal expression of emotion: Healthy charisma or coronary-prone behavior? In C. Vandyke, L. Temoshok, & L. S. Zegans(Eds.), *Emotions in health and illness*. SanDiego, CA: Grune & Stratton.
- Galen, B. R., & Underwood, M. K. (1997). A developmental investigation of social aggression among children. *Developmental Psychology*, 33(4), 589.
- Gottlieb, M. M. (1999). *The angry self. A comprehensive approach to anger management*.

- Phoenix, Arizona: Zeig, Tucker, & Co. Press.
- Hazaleus, S. L., & Deffenbacher, J. L. (1986). Relaxation and cognitive treatments of anger. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 54*, 222-226.
- Hiller, J. E. (1989). Breast cancer: A psychogenic disease? *Women health, 15*, 5-18.
- Hubbard, J. A., & Coie, J. D. (1994). Emotional correlates of social competence in children's peer relationships. Merrill-Palmer Quarterly: *Journal of Developmental Psychology*.
- Kassinove, H. & Sukhodolsky, D. G. (1995). Anger disorders: Basic science and practice issues. In H Kassinove(Ed). *Anger disorders: Definition, diagnosis, and treatment(pp.1-26)*. Washington, DC: Tatlor & Francis.
- Kellner, R. (1991). *Psychosomatic syndromes and somatic symptoms*. American Psychiatric Press, Inc.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.
- Leifer, R. (1999). Buddhist conceptualization and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology, 55*, 339-351.
- McKay, M., Rogers, P. D., & McKay, J. (2003). *When anger hurts: Quieting the storm within*, Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Nomellini, S., & Katz, R. C. (1983). Effects of control training on abusive parents. *Cognitive Therapy and Research, 7*, 57-68.
- Packard, R. C., Andrasik, F., & Weaver, R. (1989). When headaches are good. *Headache, 29*, 100-102.
- Pavio, S. C. (1999). Experiential conceptualization and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology, 55*, 311-324.
- Phipps, S., & Steele, R. (2002). Repressive adaptive style in children with chronic illness. *Psychosomatic Medicine, 64*, 34-42.
- Reid, T. B., & Kavanagh, K. (1985). A social interactional approach to child abuse: risk, prevention, and treatment. In M. A. Chesney & R. A. Rosenman (Eds.), *Anger and hostility in cardiovascular and behavioral disorder (pp.241-257)*. Washington, DC: Hemisphere.
- Sharkin, B. S (1988). The measurement and treatment of client anger counseling. *Journal of Counseling and Developmental psychology, 66*, 361-365.
- Singer, J. L. (1990). *Repression and dissociation: Implication for personality theory, psychopathology, and health*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Spielberger, C. D., Krasner, S. S., & Solomon, E. P. (1988). The experience, expression, and control of anger. In M. P. Janisse (Ed), *Health Psychology: Individual differences and stress(pp.89-108)*. New York: Springer Verlag.
- Spielberger, C. D. (1999). *State-Trait Anger Expression Inventory-revised*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources. Inc.
- Tangney, J. P., Wagner, P. E., Gavlas, J., & Gramzow, R. (1991). *The Anger Response Inventory for Adolescent(ARI-A)*. Fairfax, VA: George Mason University.
- Van Coillie, H., Van Mechelen, I. (2006). A taxonomy of anger-related behaviors in young adults. *Motivation and Emotion, 30*(1), 57-74.
- Van Coillie, H., Van Mechelen, I., & Ceulemans, E. (2006). Multidimensional individual

- differences in anger-related behaviors. *Personality and Individual Differences*, 41, 27-38.
- Yellowlees, P. M., & Ruffin, R. E. (1989). Psychological defenses and coping styles in patients following a life-threatening attack of asthma. *Chest*, 95, 1298-1303.
- Zaitsoff, S. L., Geller, J., & Srikameswaran, S. (2002). Silencing the self and suppressed anger: Relationship to eating disorder symptoms in adolescent females. *European Eating Disorders Review*, 10(1), 51-60.

원고접수일 : 2016. 10. 04.

수정원고접수일 : 2016. 12. 29.

게재결정일 : 2017. 02. 03.

The mediating effect of anger expression style on the relationship between secondary anger thoughts and interpersonal problems/somatic symptoms

Il-jung Kim

Department of neuropsychiatry,
Seoul national university hospital

Seok-man Kwon

Department of psychology
Seoul national university

The aim of this study was to investigate whether anger expression style mediated the relationship between secondary anger-thoughts and negative consequences of anger, which were interpersonal problems and somatic symptoms. Secondary anger-thoughts are one of the major cognitive factors that reflect coping behaviors and patterns in anger situations, which are composed of 3 factors: derogation of others/vengeance, helplessness, and anger-control/constructive coping. Three hundred and nine undergraduates completed the Secondary Anger-thought Scale, State-Trait Anger Expression Inventory-Korean version, Inventory of Interpersonal Problems-Circumplex, Symptom Checklist-90-Revised, and Beck Depression Inventory-Korean version. Multiple regression analyses demonstrated that anger-out partially mediated the relationship between derogation of others/vengeance thoughts and 'autocratic' interpersonal problems. The relationship between helplessness thoughts and 'exploitable' interpersonal problems was fully mediated by anger-in. Anger-in partially mediated the relationship between helplessness thoughts and 'cold', 'socially avoidant', and 'nonassertive' interpersonal problems. There were no mediating effect of anger-in between helplessness thoughts and somatic symptoms. Additional hierarchical regression analysis, however, revealed that when helplessness thoughts were added to the prior model in which trait anger and anger-in predicted somatic symptoms, the explained variation of somatic symptoms significantly increased. In the final section, implications and limitations of this study were discussed.

Keywords : Secondary Anger-Thoughts, Anger Expression Style, Interpersonal Problems, Somatic symptoms