

## 대학생 편집성향집단과 우울성향집단의 역기능적사고, 분노사고, 분노표현<sup>†</sup>

윤 경 희<sup>‡</sup>   배 정 규   임 영 진  
대구대학교 심리학과

본 연구는 다음과 같은 두 가지 연구 과제를 수행하였다. 첫째, 편집성향과 우울성향을 보이는 사람들의 역기능적 신념, 일차적 분노사고, 이차적 분노사고 및 분노표현의 구체적인 내용상의 차이를 알아보았다. 둘째, 역기능적 신념과 일차적 및 이차적 분노사고의 요인 중 어떤 요인이 역기능적 분노표현의 두 요인(분노표출, 분노억제)에 주된 영향을 미치는가를 알아보았다. 본 연구는 대구지역에 소재한 4년제 대학의 재학생들을 대상으로 자료를 수집하였고 단순상관분석과 회귀분석, t-검증을 통해서 편집성향, 우울성향, 역기능적 신념, 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현 간의 관계, 편집성향 및 우울성향이 높게 나온 사람을 대상으로 역기능적 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현의 관계를 살펴보았다. 분석 결과, 편집성향과 우울성향 모두 역기능적 신념의 하위요인과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현양식의 하위요인들과 모두 유의한 정적인 상관을 나타냈다. 또한, 역기능적 신념의 하위요인인 무시와 부당한 대우에 대한 과민성과 이차적 분노사고의 타인비난/보복, 분노표현의 분노표출은 편집성향 집단에서 유의하게 높은 것으로 나타났고 우울성향집단은 편집성향집단보다 이차적 분노사고의 무력감이 유의하게 더 높은 것으로 나타났다. 타인비난/보복은 분노표출을 유의하게 설명하였고 무력감은 분노억제를 유의하게 설명하였다. 마지막으로 본 연구의 의의와 제한점을 논의하였다.

주요어: 우울, 편집, 분노, 분노표현, 역기능적 태도, 분노사고

<sup>†</sup> 이 논문은 윤경희의 석사학위 청구논문을 수정 정리한 것임.

<sup>‡</sup> 교신저자(Corresponding author) : 윤경희, (712-714) 경북 경산시 진량읍 대구대로 201 대구대학교 사회과 학대학 심리학과, Tel: 053-850-6360, E-mail: zkk1209@naver.com

분노는 고통스럽고 파괴적인 감정이지만 위협 상황에서 인간의 생존을 도와주는 적응적인 감정이기도 하다(Bilodeau, 1992; Ellis & Haper, 1975; Izard, 1977; Lazarus, Kramner, & Folkman, 1980; 서수균, 2004에서 재인용). Carter와 Frank(1995)는 분노를 개인의 가치와 본능적인 욕구 그리고 기본 신념들을 보존하려는 의지를 반영하는 것이라고 보았고 Crockenberg(1981)는 분노를 스트레스와 좌절에 대한 자연적인 반응으로 보았다. 이처럼 분노는 인간이 살아가면서 위협이나 공격적인 상황에서 자신을 보호하고자 하는 적응적이고 없어서는 안 되는 중요한 정서임에 틀림없다.

하지만 분노가 초래하는 부정적인 영향도 배제할 수 없다. 분노가 오래 지속되거나 이를 부적절하게 표현할 때 고혈압 등의 심장혈관계 질환(김교현, 2000; 김교현, 전경규, 1997), 아동 및 배우자 폭력(Nomellini & Katz, 1983; Reid & Kavanagh, 1985)과 같은 개인의 신체적 건강 뿐 아니라 심리적 건강을 해칠 수 있다. 또한 대인관계 손상(Hazaleus & Ddffenbacher, 1986), 사회적 회피와 비효율적인 문제해결(Novaco, 1979), 가정이나 직장에서의 관계 단절(Pan, Neidig & O'Leary, 1994) 등 타인과의 인간관계와 직업생활에 부정적인 영향을 미치기 쉽다.

뿐만 아니라 일부 정신장애는 분노와 관련되어 있다. 예로써 편집형 성격장애, 정신분열증 편집형, 망상장애의 분노특성에 대해 DSM-IV는 다음과 같이 설명하고 있다. 먼저 편집형 성격장애의 진단기준으로 '이들은 원한을 오랫동안 풀지 않으며, 자신의 성격이나 명성이 공격당했다고 느끼면 즉시 화를 내거나 반격한다'라고 기술되어 있다. 이는 편집형 성격장애를 가진 사람들이 보이는

분노 특징들을 잘 설명해 주고 있다. 정신분열증 편집형의 경우 분노가 과대망상이나 피해망상과 동반되어 난폭성을 유발할 수 있으며 망상장애의 아형인 피해형의 부수적 증상으로 격심한 분노나 난폭한 행동을 보임을 나타내고 있다.

현재 우리 사회에서는 편집증과 관련된 많은 범죄들이 빈번하게 일어나고 있다. 이는 편집성향을 가진 사람들이 자신이 가진 분노를 적절하게 표현하지 못하여 생기는 결과라고 볼 수 있다.

최근, 서울의 한 고시원에서 30대 남자가 '세상이 나를 무시한다'며 고시원에 불을 지르고 사람들에게 흉기를 휘둘러 다수의 사람들이 부상을 당하거나 숨지는 사건이 발생하였다(SBS, 2008. 10. 20). 50대 남자가 지나가는 행인을 뒤쫓아가 아무런 이유없이 흉기로 찔러 중상을 입힌 사건도 발생하였다. 재판부는 이를 '피고인이 피해의식과 불신에 시달리다 정신병인 편집성 인격장애에 이르게 되었고...'라고 판결하였다(연합뉴스, 2004. 7. 6).

이렇듯, 편집적인 사람들의 부적절한 분노표현은 개인뿐만 아니라 사회에까지 부정적인 영향을 끼치게 된다. 편집적인 사람들의 부적절한 분노표현으로 많은 문제가 제기되고 있음에도 불구하고 편집증과 분노표현에 관한 구체적인 연구는 아직까지 부족한 실정이다. 따라서, 편집적인 사람들에게서 나타나는 분노표현에 대해서 구체적으로 살펴볼 필요가 있다.

일반적으로 사람들은 개인이 화를 내거나, 슬퍼하거나, 기뻐하는 이유를 어떤 상황으로 인한 감정이라고 생각한다. 하지만 Beck(1964)과 Ellis(1962)는 사람들의 느낌이나 감정 상태를 결정하는 것은 상황 자체가 아니라 그들이 상황을

해석하는 방식에 달려 있다고 말한다.

Beck(1997)은 사람들이 겪게 되는 상황에서 나타나는 자동적 사고(automatic thought)가 그들의 정서 또는 행동을 야기한다고 한다. 똑같은 상황에서 사람들마다 각기 다른 반응을 보이는 이유를 어린 시절부터 개인이 가지고 있는 신념과 믿음이 서로 다르기 때문이라고 설명한다. 같은 상황에서 부정적인 자동적 사고를 야기하는 신념과 믿음을 Beck(1997)은 역기능적인 신념(dysfunctional belief)이라고 부른다. Beck은 부정적인 행동이나 감정이 나타나는 것은 어떠한 상황에서 개인이 가진 역기능적인 신념이 부정적인 자동적 사고를 만들어 부정적인 행동이나 감정을 불러일으키는 것이라고 보았다. 이를 Beck(1997)은 인지매개모델이라고 명명하였다.

Lazarus(1991)는 정서경험을 일으키는 요인으로 인지평가를 강조하고 이를 일차평가와 이차평가로 나누었다. Deffenbacher와 Mckay(2000)도 Lazarus(1991)와 유사하게 평가과정을 일차평가와 이차평가로 구분하였다. Beck(2000)은 분노발생 과정에 두 번의 해석과정이 포함되어 있다고 제안하고 있다. 사건이 발생하면 먼저 이 사건에 의미를 부여하는 첫 번째 해석이 이루어진다. 이어서 규칙에 위반되었다는 내용이 추가 되는 이차 해석이 이루어지고 분노를 경험하게 된다.

서수균과 권석만(2005a)은 분노상황에서 일어나는 평가나 해석에 대한 체계적인 접근이 돋보이는 Beck(2000), Deffenbacher와 Mckay(2000) 그리고 Lazarus(1991) 이론의 공통점을 살펴보고 이를 통해서 분노상황에서 보이는 자동적 사고와의 관련성을 살펴본 결과, 분노사고를 일차적 분노사고와 이차적 분노사고로 구분하였다.

일차적 분노사고는 2개의 요인으로 구분이 되는데 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성, 친밀한 관계 상황에서 경험하는 무시와 실망감으로 구분이 된다. 이차적 요인은 3가지 요인으로 구분이 되는데 타인비난/보복, 무력감, 분노 통제/건설적 대처이다.

대학생 집단에 대한 연구에서 서수균과 권석만(2005a)은 이차적 분노사고의 분노통제/건설적 대처사고는 분노통제 및 건설적 언어적 행동과 높은 정적 상관을 보였고 이차적 분노사고의 세 요인 중에서는 유일하게 합리적 신념과 높은 정적 상관을 보였다. 이는 분노통제/건설적 대처사고가 분노상황에서 분노를 적응적으로 통제하는 사고임을 나타낸다.

따라서 이차적 분노사고의 타인비난/보복과 무력감 사고를 역기능적인 분노사고로 분류하고 분노통제/건설적 대처사고를 기능적 분노사고로 분류하는 것이 타당해 보인다(서수균, 권석만, 2005a).

서수균과 권석만(2005a)은 일차적 분노사고는 상황에 대한 평가라고 정의하고, 이차적 분노사고는 일차적 분노사고에 대한 반응으로 일어나는 일련의 생각들을 모두 포함하고 있어서 그 다양성이나 이질성이 일차적 분노사고에 비해 훨씬 크다고 말한다. 즉, 일차적 분노사고는 분노상황에 대한 개인의 평가이며 이차적 분노사고는 일차적 분노사고 후에 나타나는 상황에 대한 생각이라고 정의할 수 있다.

일차적 분노사고와 이차적 분노사고의 특징을 살펴보면 다음과 같다. 우선 시간적으로 일차적 분노사고가 초기에 나타나고 이차적 분노사고는 후기에 나타나며 일차적 분노사고에 이어서 나타

난다. 일차적 분노사고의 내용은 상황에 대한 해석이나 의미부여이고 이차적 분노사고는 일차적 분노사고로 인한 불쾌감에 대한 반응으로 나타나며 흔히 대처양상을 반영하는 충동이나 행동, 심리상태로 이루어진다. 인지적 오류나 왜곡은 이차적 분노사고보다는 상황에 대한 평가를 주로 반영하는 일차적 분노사고에서 더 많이 나타날 것이다. 분노유발상황에서 개인의 행동을 예언하는 정도에서도 차이가 있는데 시간적으로 행동하는 시점에 가까이 있고 대처양상을 직접적으로 반영하는 이차적 분노사고가 행동을 예언하는 정도가 더 높을 것이다(서수균, 권석만, 2005a).

이를 토대로 서수균, 권석만(2005b)은 유발사건이 역기능적 신념을 활성화시키고 일차적 분노사고와 이차적 분노사고를 거쳐 최종적으로 분노행동을 나타낸다고 주장하였으며 이러한 분노의 발생과정에 대한 경로를 인지매개모델이라고 명명하고 그 타당성을 검증하였다.

이러한 선행연구들을 통해서, 역기능적 신념과 자동적 사고가 분노상황에서 나타나는 분노표현양식에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다.

기존의 연구들은 편집성향의 분노표현양식에만 제한되어 있어 각기 다른 부적절한 분노표현양식에 대하여 어떠한 방식으로 치료적 접근을 해야 하는지에 대한 구체적인 연구가 부족한 실정이다.

따라서 본 연구에서는 편집성향을 가진 사람들의 구체적인 역기능적인 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현양식에 대해서 살펴보고 역기능적 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고가 분노표현에 어떤 영향을 미치는지 살펴보고자 한다.

편집증에 대한 연구에서 우울은 반드시 고려되

어야 한다. 많은 우울증 환자들은 편집적 사고에서부터 피해망상에 이르기까지 다양한 수준의 편집 관념을 보이고 있다(Jordan, Peter, Allison, Roger, & Martin, 2002). 편집과 우울이 공통된 원인을 가지는 증상이고 편집의 기저에는 우울이 있다고 보는 연구자들도 있어 많은 연구자들이 편집에 대한 연구에서 우울을 고려하고 있다.

편집성향과 우울성향은 서로 다른 임상적인 특징을 가지고 있다. 편집성향은 다른 사람에 대한 불신과 의심의 임상적인 특징을 가지고 있는 반면, 우울성향의 경우는 슬픔을 비롯하여 좌절감, 불행감, 죄책감, 무가치감, 절망감 등 불쾌하고 고통스러운 정서상태를 보인다. 편집성향과 우울성향의 각기 다른 임상적 특징을 가지고 있음에도 불구하고 여러 연구자들에 의해서 편집성향과 우울성향 간에는 밀접한 관련성이 있다는 점이 확인되었다. 이에 따라 편집성향에 대한 연구에서 우울성향을 고려하여 연구하여야 한다는 주장이 제기되었다.

많은 우울증 환자들은 편집적 사고에서부터 피해망상에 이르기까지 다양한 수준의 편집 관념을 보이고 있으며(Jordan, Peter, Allison, Roger, & Martin, 2002), 편집성향과 우울성향은 불쾌하고 침체된 기분과 낮은 자존감이라는 공통된 원인을 가지고 있다. 이들은 다만 방어적 경향에서 서로 차이가 나는 것이라고 보았다(Bentall, Kinderman, & Kaney, 1994; Candidio & Romney, 1990).

Mackinnon과 Michels(1971)은 편집성향의 기저에 우울한 성향이 있고 편집상태와 우울상태는 우울한 사람들이 번갈아가면서 경험하게 되는 반복적인 정서경험이라고 설명한다. 이들에 따르면 우울한 사람들은 자신의 어려움에 대하여 자기

자신의 탓으로 돌리고 자신을 원망하는 모습을 보이기도 하지만 때로는 이러한 고통스러운 상태를 피하기 위해 편집증적인 반응을 보인다. 그러나 편집증적 반응이 더 이상 효과가 없을 때 다시 우울을 경험하게 된다. 이와 같이 편집성향의 상태와 우울성향의 상태는 우울성향을 가진 사람들이 번갈아 가면서 경험하게 되는 반복적인 정서경험이며, 두 임상증상은 밀접한 관련이 있다고 볼 수 있다.

편집증상은 단극성 우울장애나 조증, 알코올 중독 등과 같이 우울의 여러 표현형 가운데 하나이며 우울의 고통으로부터 벗어나기 위한 하나의 기제이다(Zigler & Glick, 1988). 이는 편집증상은 정신병적 우울 반응을 보이는 환자나 심각한 단극성 우울 장애 환자들에게서도 흔히 나타나며 보다 가벼운 형태의 우울에서도 다른 사람들이 자신의 행동을 주의해서 관찰하고 있다는 편집증적 느낌이 나타난다는 점에서 지지되어 왔다(정현미, 2007).

편집성향과 우울성향은 부정적으로 자신을 바라보는 부정적인 자기개념을 가지고 있다는 공통점을 지닌다(원호택, 이훈진, 1997; 이훈진, 1999; 이훈진, 원호택, 1998; Kinderamn, 1994). 이훈진(1999)의 연구에서는 우울증의 인지적 취약성과 관련이 있다고 알려진 역기능적인 신념과 부정적 자동적 사고가 우울성향 뿐 아니라 편집성향과도 관련이 있음을 입증하였다.

선행연구들을 종합하여 보면 우울성향과 편집성향은 서로 비슷하게 나타나는 증상들이 많으며 서로 많은 것들을 공유하고 있음을 알 수 있다.

이러한 선행연구들을 바탕으로 본 연구에서는 대학생 집단에서 편집성향 및 우울성향을 보이는

사람들의 역기능적 신념의 구체적인 내용, 구체적인 분노사고와 분노표현의 내용을 살펴보고 이들의 구체적인 역기능적인 신념의 내용과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고가 분노표현양식에 어떠한 영향을 미치는지에 대해서 살펴보고자 한다.

## 연구과제 및 가설

본 연구에서 확인하고자 하는 것은 크게 두 가지이다. 첫째, 편집성향과 우울성향을 보이는 사람들의 역기능적 신념, 일차적 분노사고, 이차적 분노사고 및 분노표현의 구체적인 내용상의 차이이다. 두 번째 관심은 역기능적 신념과 일차적 및 이차적 분노사고의 요인 중 어떤 요인이 역기능적 분노표현의 두 요인(분노표출, 분노억제)에 주된 영향을 미치는가에 있다.

가설 1-1. 역기능적 신념에서 무시와 부당한 대우에 대한 과민성은 편집성향집단이 우울성향집단보다 더 높을 것이고 불편감과 좌절에 대한 낮은 내력은 우울성향집단이 편집성향집단보다 더 높을 것이다.

가설 1-2. 일차적 분노사고에서는 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성이 편집성향집단이 우울성향집단보다 더 높을 것이고 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감은 우울성향집단이 편집성향집단보다 더 높을 것이다.

가설 1-3. 이차적 분노사고에서는 타인비난/보복이 편집성향집단이 우울성향집단보다 더 높을 것이고 무력감은 우울성향집단이 편집성향집단보다 더 높을 것이다.

가설 1-4. 분노표현에서는 분노표출이 편집성향집단이 우울성향집단보다 더 높을 것이고 분노억제

는 우울성향집단이 편집성향집단보다 더 높을 것이다.

가설 2-1. 분노표현에 주된 영향을 주는 역기능적 신념은 무시와 부당한 대우에 대한 과민성, 일차적 분노사고는 타인의 이기적인 행동에 대한 예민성, 이차적 분노사고는 타인비난/보복일 것이다. 가설 2-2. 분노억제에 영향을 주는 역기능적 신념은 불편감과 좌절에 대한 낮은 인내력, 일차적 분노사고는 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감, 이차적 분노사고는 무력감일 것이다.

## 방법 및 절차

### 연구대상

본 연구는 대구지역에 소재한 4년제 대학의 재학생들을 대상으로 자료를 수집하였다. 자료 수집에 참여한 총 인원은 450명이었고, 응답의 성실성이 의심되는 10명의 자료를 제외한 440명의 자료를 최종 분석에 사용하였다.

### 측정도구

**편집척도(Paranoia Scale: PS).** 이훈진과 원호택(1995)이 제작하여 신뢰도와 타당도를 검증한 척도로 피해의식을 중심으로 하는 편집증적 경향을 측정한다. 총 20문항으로 구성되어 있으며, 5점 척도(0점=전혀 그렇지 않다, 4점=항상 그렇다)상에서 응답하도록 되어 있고, 점수가 높을수록 편집성향이 강함을 의미한다. 이훈진과 원호택(1995)이 보고한 척도의 내적 일관성은 .88 ~ .92였으며, 2주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .87이었다.

### 우울척도(Beck Depression Inventory: BDI).

Beck, Ward, Mendelson, Mock과 Erbaugh(1961)가 우울증상을 측정하기 위해 개발한 21문항의 자기보고형 검사이다. 본 연구에서는 이영호와 송종용(1991)이 번안한 한국판 Beck 우울척도를 사용하였다. 4점 척도(0점=전혀 그렇지 않다, 3점=항상 그렇다)로 응답하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 우울성향이 강함을 의미한다. 한국판 Beck 우울 척도의 내적 일관성은 .98, 반분신뢰도는 .91로 보고되었다.

### 수정판 일반적 태도 및 신념 척도(Revised General Attitude and Belief Scale:

R-GABS). R-GABS는 DiGiuseppe, Leaf, Exner와 Robin(1988)이 개발한 GABS를 서수균(2004)이 번안하여 탐색적 요인분석과 문항분석을 거쳐 수정한 것으로 5개의 역기능적 신념 하위척도와 한 개의 합리적 신념 척도로 구성되어 있으며 총 38문항으로 이루어졌다. 5개의 역기능적 신념 하위척도에는 성취에 대한 집착(7문항), 자기비하(6문항), 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력(6문항), 무시나 부당한 대우에 대한 과민성(7문항), 호감이나 인정에 대한 집착(5문항)이 포함되어 있다. 각 문항은 Likert 형의 5점 척도(1점=전혀 동의하지 않음, 5점=강하게 동의함) 상에서 평정하도록 되어 있으며 점수가 높을수록 역기능적 신념이 강함을 의미한다. 본 연구자의 연구에 따르면, 각 요인별 신뢰도가 성취에 대한 집착은 .86, 자기비하 .83, 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력 .83, 무시나 부당한 대우에 대한 과민성 .82, 호감 및 인정에 대한 집착 .83으로 나타났다. R-GABS의 하위요인의 신뢰도가 모두 .60이상의

값을 가지고 있어 신뢰로운 값을 가진다.

**일차적 분노사고 척도(Primary Anger Thought Scale).** 서수균과 권석만(2005a)이 분노 유발 상황에서 일어나는 일차적 분노사고를 평가하기 위해 개발한 척도이다. 일차적 분노사고는 분노유발 상황에 대한 부정적인 평가를 주 내용으로 하는데 심리적 불편감을 동반하며 이차적 분노사고 유발에 기여한다. 이 척도는 총 20문항으로 구성되어 있으며 분노유발 상황에서 타인이 자신을 배려하지 않고 무시하거나 존중하지 않는 것에 대한 예민성을 반영하고 있다. 분노 유발 상황에서 경험하는 생각이나 느낌이 문항의 내용과 일치하는 정도를 Likert형의 5점 척도(1점=전혀 이런 생각을 하지 않는다, 5점=항상 이런 생각을 한다)상에 평정하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 일차적 분노사고가 강함을 의미한다. 본 연구자의 연구에 따르면, 각 하위요인의 신뢰도가 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성은 .86, 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감은 .87로 나타났다. 일차적 분노사고 척도의 하위요인의 신뢰도가 모두 .60이상의 값을 가지고 있어 신뢰로운 값을 가진다.

**이차적 분노사고 척도(Secondary Anger-Thought Scale).** 서수균과 권석만(2005a)이 분노유발상황에서 경험하는 이차적 분노사고를 평가하기 위해서 개발한 척도로 총 34문항으로 이루어져 있다. 이차적 분노사고는 일차적 분노사고에 이어서 일어나는 일련의 생각들로, 흔히 대처양상을 반영하는 충동이나 행동, 심리 상태를 반영한다. 최근 몇 주 동안 화가 났던 상황에서 얼마나

자주 이런 생각들이 머릿속에 떠올랐는지를 Likert형의 5점 척도(1점=전혀 이런 생각을 하지 않는다, 5점=항상 이런 생각을 한다)상에 평정하도록 되어 있다. 타인비난/보복(19문항), 무력감(7문항), 분노통제/건설적 대처(8문항)라는 3개의 하위척도로 구성되어 있으며 세 하위척도 중에서 타인비난/보복과 무력감 하위척도는 역기능적인 이차적 분노사고로 명명된다. 이에 비해 분노통제/건설적 대처는 분노를 완화시키거나 통제하는 역할을 하는 기능적인 사고이다. 본 연구자의 연구에 따르면, 각 하위요인의 신뢰도는 타인비난/보복은 .94, 무력감은 .79, 분노통제는 .79로 이루어져 있다. 이차적 분노사고 척도의 하위요인의 신뢰도가 모두 .60이상의 값을 가지고 있어 신뢰로운 값을 가진다.

**한국판 상태-특성 분노표현 척도(State-Trait Anger Expression Inventory-Korean version: STAXI-K).** Spielberger, Krasner와 Solomon (1988)이 개발한 상태-특성 분노표현 척도를 전경구, 한덕웅, 이장호, Spielberger(1997)가 한국판으로 개발한 것을 사용하였다. STAXI-K에서는 상태분노를 제외하고 특질분노(10문항)와 세 가지 분노표현양식인 분노-억제(Anger-in)(8문항), 분노표출(Anger-out)(8문항), 분노통제(Anger-control)(8문항)를 측정하는 문항들을 포함시켰다. 본 연구에서는 분노표현방법만을 살펴보기 위해 분노억제(8문항), 분노표출(8문항), 분노통제(8문항) 문항만으로 설문지를 구성하였다. 이를 4점 척도(1점=전혀 아니다, 4점=언제나 그렇다)로 평정하도록 하였다. 본 연구자의 연구에 따르면, 각 하위요인의 신뢰도는 분노표출은 .80, 분

노역제는 .82, 분노통제 .84로 이루어져 있다. 분노 표현 척도의 하위요인의 신뢰도가 모두 .60이상의 값을 가지고 있어 신뢰로운 값을 가진다.

## 자료수집

본 연구에서는 편집성향과 우울성향, 그리고 역기능적인 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현양식을 측정하기 위하여 편집성 척도, BDI, 수정판 일반적 태도 및 신념 척도(R-GABS), 일차적 분노사고 척도, 이차적 분노사고 척도, 한국판 상태-특성 분노척도(STAXI-K)를 사용하였다. 사용된 질문지는 총 157문항으로 구성되어 있으며 질문지를 완성하는 데에는 평균 15분 정도가 소요되었다. 질문지는 경산지역 D대학 대학생들의 심리학 관련 강의시간 및 교양과목 강의시간을 이용하여 실시하였다. 모든 자료분석은 SAS 8.2판을 이용하였다.

## 결 과

### 편집 및 우울과 역기능적 신념, 각 분노변인들과의 상관관계

편집성향과 우울성향, 그리고 역기능적 신념과 각 분노변인들의 관계를 알아보기 위하여 단순상관분석 및 부분상관 분석을 실시하였다.

단순상관 분석 결과, 편집성향과 우울성향은 정적인 상관관계가 있으며 두 성향 모두 역기능적인 신념의 하위요인과 분노변인들의 하위요인 모두 유의한 정적인 상관관계를가지는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 편집성향 및 우울성향이

강할수록 역기능적인 신념을 강하게 가지고 있고 분노를 많이 경험한다는 것을 의미한다.

편집성향과 우울성향의 높은 상관관계( $r = .55, p < .001$ )를 고려할 때, 단순상관분석결과는 편집증과 우울의 독특한 특성을 밝히는데 제한이 있음을 고려하여 부분상관분석을 실시하였다.

부분상관분석 결과, 편집성향의 경우 우울점수의 영향을 통제하여도 역기능적인 신념의 하위요인들과 분노통제를 제외한 분노변인들의 하위요인들이 모두 유의한 정적인 상관관계를 유지하였으나, 우울성향의 경우 편집점수의 영향을 통제하자기비하, 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력, 무시나 부당한 대우에 대한 과민성, 호감 및 인정에 대한 집착, 무력감과 분노억제만이 유의한 정적인 상관관계를 유지하였다. 이는 우울성향의 경우, 이차적 분노사고의 무력감과 분노표현의 분노억제와 관련이 있음을 의미한다.

이러한 결과는 편집성향이 우울성향보다 더 높은 분노를 가지고 있음을 의미하고, 우울성향과 편집성향의 분노사고와 분노표현에서 서로 차이가 있다는 것을 의미한다.

### 편집성향집단과 우울성향집단 간의 역기능적 신념, 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노 표현 관계

**성별에 따른 편집 및 우울점수의 평균 및 표준편차.** 성별에 따른 편집 및 우울점수의 평균을 살펴본 결과는 표 1와 같다. 남학생의 편집점수의 평균은 22.24점이고 여학생의 편집점수는 21.94점으로 성별에 따른 편집점수는 비슷한 수준으로 나타났다. 또한 남학생의 우울점수는 평균은 11.01



집이고 여학생의 우울점수는 12.17점으로 우울점수 역시 성별에 따른 차이는 나타나지 않았고 비슷한 수준의 점수로 나타났다.

**집단 별 사례수와 편집 및 우울점수의 평균.**  
우울성향이 높은 사람과 편집성향이 높은 사람의 기준은 대략 상위 33%에 속하는 기준을 적용하였다. 상위 33%에 해당되는 점수는 우울(BDI)이 14 점이고 편집점수는 27점이다. 이 기준에 의거하여 편집점수만 높은 집단, 즉 편집점수는 27점 이상이고 우울점수는 13점 이하인 사람을 편집성향집단으로, 우울점수만 높은 집단, 즉 우울점수는 14 점 이상이고 편집점수는 26점 이하인 사람을 우울

성향집단으로 구분하였다. 편집점수와 우울점수가 모두 높은 집단은 편집점수가 27점 이상이고 우울점수가 14점 이상인 사람이고, 편집점수와 우울점수가 모두 낮은 집단은 편집점수가 26점 이하이고 우울점수가 13점 이하인 사람들로 구분하였다. 이렇게 구분된 4집단의 사례수는 표 2과 같다.

총 423명 중 편집성향집단은 60명(14.18%), 우울성향집단은 57명(13.38%), 편집성향과 우울성향을 모두 가지고 있는 집단은 78명(18.44%), 편집점수와 우울점수가 모두 낮은 집단은 228(53.90%)이다. 편집성향집단과 우울성향집단의 사례수는 큰 차이를 보이지 않고 비슷한 수준으로 분포되어 있다.

표 1. 성별에 따른 연구대상자의 편집 및 우울점수의 평균과 표준편차

	남	여	전체
편집	22.24 (12.20)	21.94 (10.68)	22.04 (11.22)
우울	11.01 (7.30)	12.17 (6.93)	11.77 (7.07)

표 2. 편집, 우울 집단별 사례수와 편집, 우울 점수의 평균

	편집	우울	편집&우울	정상	전체
편집	32.15 (5.25)	19.40 (4.99)	36.72 (8.32)	14.97 (6.71)	22.02 (11.24)
우울	9.30 (3.10)	18.18 (3.84)	21.04 (6.48)	7.50 (3.40)	11.69 (7.02)
사례수(%)	60 (14.18%)	57 (13.48%)	78 (18.44%)	228 (53.90%)	423 (100.00%)

표 3. 편집성향과 우울성향의 역기능적 신념의 차이

	편집	우울	전체	t
합리적 신념	3.52 (.46)	3.37 (.53)	3.45 (.50)	1.66
성취에 대한 집착	3.17 (.69)	2.99 (.60)	3.09 (.65)	1.47
자기비하	2.47 (.63)	2.53 (.64)	2.50 (.63)	-0.49
불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력	2.88 (.54)	3.03 (.59)	2.95 (.57)	-1.43
무시나 부당한 대우에 대한 과민성	3.47 (.50)	3.14 (.53)	3.31 (.54)	3.41***
호감 및 인정에 대한 집착	2.78 (.61)	2.75 (.69)	2.77 (.65)	0.19

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$ .

**편집성향과 우울성향의 역기능적 신념의 비교.** 편집성향집단과 우울성향집단의 역기능적 신념의 차이를 살펴보기 위하여 독립집단 t검증을 실시하였다. 결과는 다음 표 3에 제시하였다.

분석 결과, 역기능적 신념의 하위유형 중에서 무시나 부당한 대우에 대한 과민성을 제외하고 두 집단 간에 유의한 차이가 발생하지 않았다. 무시나 부당한 대우에 대한 과민성은 편집성향집단이 우울성향집단에 비해 유의하게 더 높은 것으로 나타났다.

**편집성향과 우울성향의 일차적 분노사고 비교.** 편집성향집단과 우울성향집단의 일차적 분노사고의 차이를 살펴보기 위하여 독립집단 t검증을 실시하였다. 결과는 다음 표 4에 제시하였다.

분석결과, 편집성향집단과 우울성향집단의 일차적 분노사고의 하위요인인 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성과 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감이 두 집단 간에 유의한 차이가 나타나지 않았다.

**편집성향과 우울성향의 이차적 분노사고 비교.** 편집성향집단과 우울성향집단의 이차적 분노사고의 차이를 살펴보기 위하여 독립집단 t검증을 실시하였다. 결과는 다음 표 5에 제시하였다.

분석결과, 편집성향집단과 우울성향집단 간의 이차적 분노사고의 하위요인인 타인비난/보복과 무력감은 유의한 차이가 나타났다. 편집성향집단이 우울성향집단에 비해 타인비난/보복이 유의하게 더 높은 것으로 나타났고, 우울성향집단이 편집성향집단에 비해 무력감이 유의하게 더 높은 것으로 나타났다. 그러나 분노통제는 편집성향집

단과 우울성향집단이 유의한 차이를 보이지 않았다.

**편집성향과 우울성향의 분노표현 비교.** 편집성향집단과 우울성향집단의 분노표현의 차이를 살펴보기 위하여 독립집단 t검증을 실시하였다. 결과는 다음 표 6에 제시하였다.

분석결과, 분노표현의 하위요인 중에서 분노표출을 제외하고 나머지 하위요인들은 편집성향집단과 우울성향집단 간의 유의한 차이를 보이지 않았다. 편집성향집단이 우울성향집단에 비해 분노표출이 유의하게 더 높은 것으로 나타났다.

**종합적 결과.** 편집성향집단과 우울성향집단 간의 역기능적 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현에 대해서 비교한 결과, 편집성향집단은 역기능적 신념의 하위요인 중에서 무시나 부당한 대우에 대한 과민성과 이차적 분노사고의 하위요인 중에서 타인비난/보복, 분노표현의 하위요인 중에서 분노표출이 우울성향집단 보다 유의하게 높은 점수를 나타냈다. 우울성향집단은 이차적 분노사고의 하위요인 중에서 무력감이 편집성향집단 보다 유의하게 높은 점수를 나타냈다.

이러한 결과는 앞서 제시한 편집성향을 가진 사람들의 역기능적 신념, 이차적 분노사고, 분노표현의 특징에 대해서 설명한 것과 유사한 결과를 나타내고 있다. 또한 우울성향을 가진 사람들의 이차적 분노사고의 특징을 설명한 것과 유사한 결과를 나타내고 있다.

이는 편집성향을 지닌 사람들은 어린 시절 경험으로 인하여 잠재적으로 가지고 있는 역기능적 신념이 다른 사람의 무시나 부당한 대우에 대

한 과민성과 관련이 있고 타인과의 관계에서 분노를 경험하게 되었을 때, 타인을 비난하거나 보복하려는 것과 관련된 생각을 많이 하며 분노에 대한 표현으로 분노를 언어적으로나 행동적으로 표출하는 것과 관련되어 있음을 뜻한다. 우울성향을 지닌 사람들은 타인과의 관계에서 분노를 경험하게 되었을 때, 무력한 것과 관련된 생각을 많이 함을 뜻한다. 반면, 두 집단 간의 일차적 분노사고의 하위요인인 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감, 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성에서는 차이가 없으며, 이는 타인과의 관계에서 분노를 경험하게 되었을 때, 그 상황에 대해서 해석하거나 의미를 부여하는데 있어서 두 집단 간에 유의한 차이가 나지 않는다는 것을 의

미한다.

**편집성향과 우울성향을 가진 사람을 대상으로 역기능적 신념과 분노사고, 분노표현의 관계**

편집성향이 높은 사람과 우울성향이 높은 사람인 117명을 대상으로 역기능적 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현의 관계를 살펴보고자 한다. 편집성향과 관련이 깊은 것으로 예상되는 역기능적 신념은 무시나 부당한 대우에 대한 과민성이고 일차적 분노사고는 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성, 이차적 분노사고는 타인비난/보복, 분노표현은 분노표출이다. 우울성향과 관련이 깊을 것으로 예상되는 역기능

표 4. 편집성향과 우울성향의 일차적 분노사고의 차이

	편집	우울	전체	t
타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성	3.27 (.63)	3.22 (.63)	3.24 (.63)	0.43
친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감	3.43 (.65)	3.34 (.63)	3.39 (.64)	0.79

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$ .

표 5. 편집성향과 우울성향의 이차적 분노사고의 차이

	편집	우울	전체	t
타인비난/보복	3.00 (.93)	2.58 (.74)	2.79 (.87)	2.68***
무력감	2.44 (.72)	2.70 (.67)	2.57 (.71)	-2.04**
분노통제	2.89 (.64)	3.07 (.69)	2.98 (.67)	-1.49

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$ .

표 6. 편집성향과 우울성향의 분노표현의 차이

	편집	우울	전체	t
분노표출	2.06 (.60)	1.82 (.53)	1.94 (.58)	2.35*
분노억제	2.35 (.59)	2.33 (.56)	2.34 (.57)	0.14
분노통제	2.58 (.54)	2.63 (.58)	2.61 (.56)	-0.46

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$ .

적 신념은 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력이고 일차적 분노사고는 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감, 이차적 분노사고는 무력감, 분노표현은 분노억제이다.

역기능적 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현의 관계를 알아보기 위해서 편집성향과 우울성향과 관련이 있을 것으로 예상되는 하위요인들만 사용하여 단순상관분석과 회귀분석을 실시하였다.

**역기능적 분노표현 2요인과 역기능적 신념, 일차적 분노사고, 역기능적 이차적 분노사고의 단순상관 관계.** 편집성향이 높은 사람과 우울성향이 높은 사람인 117명을 대상으로 역기능적 분노표현의 2요인과 역기능적 신념, 일차적 분노사

고, 역기능적인 이차적 분노사고 간의 관계를 알아보기 위하여 단순상관분석을 실시하였다. 결과는 다음 표7에 제시하였다.

그 결과, 편집성향과 관련이 깊은 분노표출, 무시나 부당한 대우에 대한 과민성, 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성, 타인비난/보복이 서로 유의한 정적인 상관관계를 나타낸다. 우울성향과 관련이 깊은 분노억제, 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력, 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감, 무력감이 서로 유의한 정적인 상관관계를 나타낸다.

이러한 결과는 편집성향과 관련이 있는 각각의 하위요인들이 서로 관련이 있고, 우울성향과 관련이 있는 각각의 하위요인들이 서로 관련이 있음을 알 수 있다.

표 7. 분노표현과 역기능적 신념과 분노사고의 단순상관 분석

	분노표출	분노억제
성취에 대한 집착	-.04	.00
자기비하	.05	.20*
불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력	.11	.29**
무시나 부당한 대우에 대한 과민성	.19*	.19*
호감 및 인정에 대한 집착	.15	.09
타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성	.20*	.25**
친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감	.16+	.22*
타인비난/보복	.49***	.35***
무력감	.19*	.48***

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$ .

표 8. 일차적 분노사고에 대한 역기능적 신념의 하위요인의 설명력

	타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성				친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감			
	<i>b</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>b</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
절편	3.12				3.27			
불편/좌절 낮은인내력	.21	.19	2.23	.02	.19	.17	2.00	.04
무시에 대한 과민성	.46	.40	4.69	<.0001	.46	.38	4.41	<.0001
	$R^2 = .2354$				$R^2 = .2106$			

**역기능적 신념과 일차적 분노사고의 관계.** 앞서, 역기능적인 신념의 하위요인 중에서 무시와 부당한 대우에 대한 과민성과 일차적 분노사고의 하위요인 중에서 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성은 편집성향과 관련이 깊고, 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력과 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감은 우울성향과 관련이 깊을 것이라고 가정하였다. 각 성향과 관련이 깊은 역기능적인 신념과 일차적 분노사고가 서로 관련이 깊은지 살펴보기 위하여 회귀분석을 실시하였다. 결과는 다음 표8에 제시하였다.

분석결과, 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성과 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감 모두 불편감과 좌절에 대한 낮은 인내력과 무시와 부당한 대우에 대한 과민성을 비슷하게 설명해 주고 있다.

**역기능적 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고의 관계.** 역기능적인 신념의 하위요인 중에서 무시와 부당한 대우에 대한 과민성과 일차적 분노사고의 하위요인 중 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성, 이차적 분노사고의 하위요인 중에서 타인비난/보복은 편집성향과 관련이 깊고 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력과 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감, 무력감은 우울성향과 관련이 깊을 것이라고 가정하였다. 각 성향과 관련이 깊은 역기능적인 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고가 서로 관련이 깊은지 살펴보기 위하여 회귀분석을 실시하였다. 결과는 다음 표9에 제시하였다.

분석결과, 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성과 무시와 부당한 행동에 대한 과민성

이 타인비난/보복을 유의하게 설명해 주고 있고 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감과 불편감과 좌절에 대한 낮은 인내력은 무력감을 유의하게 설명해 주고 있다.

이러한 결과는 타인과의 관계에서 분노가 발생하였을 때, 타인에 대한 비난과 보복에 대한 생각은 다른 사람들의 무시와 부당한 대우에 대해서 과민하게 여기는 역기능적 신념과 그 상황에 대한 해석으로 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대해 예민하게 생각하는 일차적 분노사고를 많이 할수록 나타나는 사고임을 알 수 있다. 반면, 무력한 생각은 작은 불편감이나 좌절에 대해서 큰 고통으로 여기는 역기능적 신념과 그 상황에 대한 해석으로 친한 사람인데 자신을 무시한다고 생각하는 일차적 분노사고를 많이 할수록 나타나는 사고임을 알 수 있다. 또한, 무시와 부당한 대우에 대해서 과민하게 여기는 역기능적 신념을 가진 사람일수록 무력감 사고를 적게 한다는 것을 알 수 있다.

**역기능적 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현의 관계.** 역기능적인 신념의 하위요인 중에서 무시와 부당한 대우에 대한 과민성과 일차적 분노사고의 하위요인 중에서 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성, 이차적 분노사고의 하위요인 중에서 타인비난/보복, 분노표현의 분노표출은 편집성향과 관련이 깊고, 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력과 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감, 무력감, 분노억제는 우울성향과 관련이 깊을 것이라고 가정하였다. 각 성향과 관련이 깊은 역기능적인 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현이 서로

관련이 깊은지 살펴보기 위하여 회귀분석을 실시하였다. 결과는 다음 표10에 제시하였다.

분석결과, 타인비난/보복은 분노표출을 유의하게 설명하고 무력감은 분노억제를 유의하게 설명한다.

이러한 결과는 타인과의 관계에서 분노를 경험할 때, 타인비난/보복의 사고는 분노를 표출하는 방식으로 나타나고 무력한 사고는 분노를 억제하는 방식으로 나타난다는 것을 알 수 있다.

### 논 의

본 연구에서 확인하고자 하는 것은 크게 두 가지이다. 첫째, 편집성향과 우울성향을 보이는 사람

들의 역기능적 신념, 일차적 분노사고, 이차적 분노사고 및 분노표현의 구체적인 내용상의 차이이다. 두 번째 관심은 역기능적 신념과 일차적 및 이차적 분노사고의 요인 중 어떤 요인이 역기능적 분노표현의 두 요인(분노표출, 분노억제)에 주된 영향을 미치는가에 있다. 이를 위해 대학생 440명(남:153명, 여:287명)을 대상으로 편집성향, 우울성향, 역기능적 신념, 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현양식을 측정하였으며, 이렇게 수집한 자료를 통하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

편집성향 및 우울성향이 역기능적 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현양식과 유의한 상관이 있는지 살펴보기 위해서 상관분석을

표 9. 역기능적 이차적 분노사고에 대한 역기능적 신념과 일차적 분노사고의 하위요인의 설명력

	타인비난/보복				무력감			
	<i>b</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>b</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
절편	2.60				2.44			
타인 부당/이기적 행동에 대한 예민성	.38	.27	2.90	.00	.32	.28	2.79	.00
친밀관계에서 경험하는 무시와 실망감	.06	.04	.48	.63	.15	.13	1.35	.18
불편/좌절 낮은 인내력	.07	.05	.64	.52	.45	.36	4.21	<.0001
무시에 대한 과민성	.57	.35	3.97	.00	-.27	-.21	-2.23	.03
	$R^2=.3419$				$R^2=.2778$			

표 10. 역기능적 분노표현에 대한 역기능적 신념과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고의 하위요인의 설명력

	분노표출				분노억제			
	<i>b</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>b</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
절편	1.88				2.23			
타인비난/보복	.38	.56	5.11	<.0001	.09	.14	1.27	.21
무력감	-.04	-.05	-.46	.65	.30	.38	3.67	.00
타인 부당/이기적 행동에 대한 예민성	-.03	-.03	-.30	.77	-.02	-.02	-.16	.87
친밀관계무시에 대한 실망감	.03	0.03	.30	.77	.01	.01	.14	.89
불편/좌절 낮은 인내력	.02	.02	.22	.82	.08	.08	.88	.38
무시에 대한 과민성	-.11	-.09	-.92	.36	.07	.07	.62	.53
	$R^2= .2449$				$R^2= .2660$			

실시하였다.

단순상관 분석 결과, 편집성향과 우울성향은 하위요인을 포함한 모든 역기능적 신념 변인과 분노변인이 정적인 상관관계를 보인 반면에, 부분상관 분석에서는 두 집단 간 차이를 보였다. 편집성향의 경우, 우울점수를 통제하여도 역기능적 신념과 분노변인 간의 유의한 정적인 상관관계를 유지하였으나 우울성향의 경우, 편집점수를 통제하자 자기비하, 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력, 무시나 부당한 대우에 대한 과민성, 호감 및 인정에 대한 집착, 무력감과 분노억제만이 유의한 정적인 상관관계를 유지하였다. 이러한 결과는 우울보다는 편집성향을 가진 사람들에게서 역기능적 신념과 분노변인들과의 관련이 더 높음을 알 수 있다.

또한, 편집성향은 역기능적 신념의 무시나 부당한 대우에 대한 과민성과 이차적 분노사고의 타인비난/보복과 가장 높은 상관을 보인 반면, 우울성향은 역기능적 신념의 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력, 이차적 분노사고의 무력감, 분노표현양식의 분노억제와 가장 높은 상관을 보였다.

편집성향집단과 우울성향집단의 역기능적 신념과 이차적 분노사고, 이차적분노사고, 분노표현양식의 차이를 알아보기 위해서 t검증을 실시하였다.

그 결과, 역기능적 신념의 하위요인 중에서 무시와 부당한 대우에 대한 과민성은 편집성향집단이 우울성향집단보다 유의하게 높은 점수를 나타냈다. 이차적 분노사고의 하위요인에서는 편집성향과 우울성향집단 간에 유의한 차이가 없었다. 이차적 분노사고의 타인비난/보복은 편집성향집단이 우울성향집단보다 유의하게 더 높은 것으로

나타났고 무력감은 우울성향집단이 편집성향집단보다 유의하게 더 높은 것으로 나타났다. 분노표현은 분노표출에서 편집성향집단이 우울성향집단보다 유의하게 더 높은 것으로 나타났다.

이러한 결과는 편집성향을 지닌 사람들은 우울성향을 지닌 사람들에 비해, 무시와 부당한 대우에 대한 과민성의 역기능적 신념을 가지고 있고, 타인과의 관계에서 분노상황이 나타났을 때 타인을 비난하거나 보복하려는 사고를 더 많이 함을 알 수 있다. 또한 분노에 대한 표현을 언어적으로나 행동적으로 표현함을 알 수 있다.

역기능적 신념과 이차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현의 관계를 살펴보기 위해서 편집성향집단과 우울성향집단만을 대상으로 편집성향과 우울성향에 관련이 있을 것으로 가정되는 요인을 선별하여 회귀분석을 실시하였다.

그 결과는 다음과 같다. 이차적 분노사고의 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성과 역기능적 신념의 무시와 부당한 대우에 대한 과민성은 이차적 분노사고의 타인비난/보복을 유의하게 설명해 주었다. 이차적 분노사고의 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감과 역기능적 신념의 불편감과 좌절에 대한 낮은 인내력은 이차적 분노사고의 무력감을 유의하게 설명해 주었다. 또한 타인비난/보복은 분노표출을 유의하게 설명해주었고, 무력감은 분노억제를 유의하게 설명해주었다.

이차적 분노사고의 하위요인을 제외한 이차적 분노사고와 역기능적 신념의 하위요인들은 분노표현의 하위요인들을 유의하게 설명하지 못하였다. 이는 서수균과 권석만(2005a)이 설명한 이차적 분노사고와 이차적 분노사고의 특징을 통해서

설명할 수 있다. 일차적 분노사고의 특징은 상황에 대한 해석이나 의미부여이고 이차적 분노사고는 일차적 분노사고로 인한 불쾌감에 대한 반응으로 나타나며, 대처양상을 반영하는 충동이나 행동, 심리상태로 이루어져 있어 분노를 표현하는 방식과 밀접한 관련이 있다고 설명하고 있다. 하지만 일차적 분노사고는 단지 그 상황에 대한 평가에 대한 사고이어서 이차적 분노사고에 영향을 미칠 뿐, 분노를 표현하는데 직접적으로 영향을 미치지 않는다. 이러한 일차적 분노사고와 이차적 분노사고의 특징은 서수균(2004)의 이중인지매개모형을 통해서 다시 검증되어진다. 이중인지매개모형은 서수균(2004)이 Beck의 인지매개모형을 바탕으로 자동적 사고를 일차적 분노사고와 이차적 분노사고로 세분하여 재검증한 것을 말한다. 이중인지매개모형에서는 일차적 분노사고가 분노표현에 미치는 영향력은 유의하지 않았고 이차적 분노사고를 거쳐 분노표현에 미치는 경로모형은 적합하게 나타났다. 이를 통해서, 일차적 분노사고는 분노표현에 직접적인 영향을 미칠 수 없으며 이차적 분노사고는 분노표현에 직접적인 영향을 미침을 알 수 있다.

본 연구에서 일차적 분노사고가 분노표현에 유의한 설명력을 가지지 못하는 것은 일차적 분노사고가 분노표현에 직접적으로 영향을 미치지 못하기 때문이다. 이는 서수균(2004)의 주장과 일치함을 알 수 있다.

본 연구의 의의를 살펴보면 다음과 같다. 본 연구는 편집성향을 가진 사람과 우울성향을 가진 사람들의 구체적인 역기능적인 신념의 내용과 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현양식을 살펴보고 구체적인 내용들이 서로 어떠한 관계를

가지고 있는지를 살펴보았다. 이는 편집성향을 가진 사람들과 우울성향을 가진 사람들의 역기능적 신념과 일차적 분노사고, 역기능적 이차적 분노사고, 역기능적 분노표현의 차이와 편집성향과 우울성향을 가지고 있는 사람들이 분노를 표현하기까지 어떠한 인지적 특징이 관련되어 있는지 살펴봄으로써 편집성향과 우울성향에 대한 새로운 이해를 제공했다는 점에서 의의가 있다.

기존의 연구들은 편집성향과 우울성향의 분노표현양식에만 제한되어 있어 각기 다른 부적절한 분노표현양식에 대하여 어떠한 방식으로 치료적 접근을 해야하는지에 대한 구체적인 연구가 부족한 실정이다. 본 연구는 구체적인 치료적 접근 방법의 기초자료를 제공했다는 점에서 의의가 있다.

따라서 편집성향집단과 우울성향집단의 분노표현양식에 영향을 주는 인지적 특성들에 대한 본 연구의 결과를 부적절한 분노표현양식에 대한 치료적 개입에 적극적으로 활용할 수 있을 것이다. 이는 인지행동치료나 합리적 정서치료를 이용하여 이들의 역기능적 신념 및 부정적인 자동적 사고에 초점을 맞추어 치료를 하는데 도움을 줄 수 있을 것이다.

편집성향의 사람들을 대상으로 한 치료적 개입에서는 역기능적인 신념인 무시와 부당한 대우에 대한 예민성에 초점을 맞추어 타인과의 관계에서 분노를 느낄 때 그 상황에 대한 잘못된 해석방식인 타인의 부당한 대우에 대한 예민성과 잘못된 대처양식에 대한 사고인 타인비난/보복 사고를 완화시켜 부적절하게 나타나는 분노표현양식인 분노표출을 적절하게 바꾸어 줄 수 있을 것이다. 우울성향의 경우, 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력의 역기능적 신념에 초점을 맞추고 타인과의



관계에서 분노를 느낄 때 그 상황에 대한 잘못된 해석방식인 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감과 잘못된 대처양식에 대한 사고인 무력감 사고를 완화시켜 부적절하게 나타나는 분노표현양식인 분노억제를 적절하게 바꾸어 줄 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점과 앞으로 연구에 대한 시사점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상이 대학생 집단에만 제한되어 있어, 연구 결과를 일반화하는데 한계가 있다는 점이다. 따라서 후속연구에서는 환자집단을 대상으로 하거나 보다 넓은 연령층을 대상으로 하여 본 연구 결과를 재확인해 볼 필요가 있겠다.

둘째, 본 연구에서는 구체적인 역기능적 신념, 일차적 분노사고, 이차적 분노사고, 분노표현양식의 관계를 회귀분석의 방법으로 알아보았다. 후속 연구에서는 이들의 하위요인들 간의 관계를 살펴 보기 위해서 구조방정식 모형을 이용하여 본 연구의 결과를 재확인해 볼 필요가 있겠다.

셋째, 조현춘과 이근배(2007)는 기존에 사용되고 있는 분노표현을 알아보는 척도들이 분노표현의 다양성을 고려하지 못하고 있음을 주장하고 있다. 본 연구에서도 역기능적인 분노표현을 분노억제와 분노표현으로만 구분하여 연구를 진행하였다. 따라서 후속연구에서는 분노표현의 다양성을 보다 정밀하게 측정할 수 있는 척도를 사용하여 편집성향과 우울성향의 분노표현을 비교해보고 다양한 분노표현들이 어떤 인지적 특징의 영향을 받는지에 대해서 살펴볼 필요가 있겠다.

넷째, 최근 Chadwick과 Trower(1996)은 편집증을 방어적인 경향이 강한 피해형과 방어적이지 않고 우울이 동반하기 쉬운 처벌형으로 구분하였

다. 본 연구에서는 편집증을 하위유형으로 구분하지 않고 연구를 진행하였는데 후속연구에서는 편집증의 하위유형별 분노표현양식과 역기능적 신념, 일차적 분노사고, 이차적 분노사고에 대해서 살펴볼 필요가 있겠다.

## 참 고 문 헌

- 고은영 (1997). 분노표현방식과 분노표현의 적절성이 우울에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위청구논문.
- 권석만 (2000). 우울증. 서울: 학지사
- 권정혜 (1993). 인지행동치료의 실제. 1993년도 한국심리학회 동계연구회 자료집.
- 김교현 (2000). 분노 억제와 고혈압. 한국심리학회지: 건강, 5, 181-192.
- 김교현, 전경구 (1997). 분노, 적개감 및 스트레스가 신체 건강에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 2, 79-95.
- 서수균 (2004). 분노와 관련된 인지적 요인과 그 치료적 함의. 서울대학교 박사학위청구논문.
- 서수균, 권석만 (2005a). 분노사고 척도 개발과 타당화 연구: 일차적 분노사고와 이차적 분노사고. 한국임상심리학회지: 임상, 24(1), 187-206.
- 서수균, 권석만 (2005b). 비합리적 신념, 자동적 사고 및 분노의 관계. 한국심리학회지: 임상, 24(2), 327-339
- 손지혜 (2001). 사회적 스트레스, 역기능적 신념 및 부정적인 자동적 사고가 사회불안에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위청구논문.
- 원호택, 이훈진 (1997). 편집성향 집단의 자기개념과 귀인양식. 한국심리학회지: 임상, 16(2), 173-182.
- 이영호, 송중용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. 한국심리학회지: 임상, 10(1), 98-113
- 이정윤 (1999). 사회불안과 우울의 인지적 특성: 비합리적 신념, 역기능적 태도, 핵심신념을 중심으로. 한국심리학회지: 일반, 11(2), 199-211.

- 이훈진 (1998). 역기능적 태도, 생활사건, 자동적 사고와 편집증 및 우울의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 17(1), 89-103.
- 이훈진 (1999). 편집증의 원인에 대한 탐색적 연구: 자기개념과 추론편향. *한국심리학회지: 임상*, 18(1), 1-15.
- 이훈진 (2000). 분노표현양식과 편집증 및 우울의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 19(3), 427-438.
- 이훈진 (2001). 편집성향 집단의 분노표현양식과 귀인 및 추론양식. *한국심리학회지: 임상*, 20(3), 443-452.
- 이훈진, 원호택 (1995). 편집성 척도의 신뢰도, 타당도 연구. *한국심리학회지: 임상*, 14(1), 83-94.
- 이훈진, 원호택 (1998). 편집증 집단과 우울증 집단의 자기개념과 타인개념 및 귀인양식. *한국심리학회지: 임상*, 17(1), 105-125.
- 이훈진, 이명원 (2000). 편집성 성격장애. 서울: 학지사.
- 전경구 (1991). 분노 표현 양식과 신체병리와의 관계. *한국심리학회지 연차학술발표대회*, 9-15.
- 정현미 (2007). 대학생 편집성향집단과 우울성향집단의 분노경험 및 분노사고. *충북대학교 석사학위청구논문*.
- 조용래 (1999). 역기능적 신념과 사회공포증상간의 관계에서 부적응적인 자동적 사고의 매개효과 검증: 구조방정식모델 접근법을 사용하여. *한국심리학회지: 임상*, 25(1), 17-36.
- 조용래, 원호택 (1996). 대인불안에 대한 인지적 평가: 사회적 상호작용에 대한 자기 진술 검사 한국판의 신뢰도와 타당도에 관한 연구. *한국판의 신뢰도와 타당도에 관한 연구. 한국심리학회 창립 50주년 '96 연차 학술회 학술발표 논문집*, 11-24.
- 조현춘, 이근배 (2007). 한국판 분노행동척도의 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 19(2), 480-503.
- 한일지 (2005). 부적응 도식, 스트레스, 자동적 사고와 편집성향 및 우울의 관계. *가톨릭대학교 석사학위 청구논문*.
- Abraham, K. (1911/1985). Notes on the psychoanalytical investigation and treatment of manic-depressive insanity and allied conditions. In J. C. Coyne (Ed.), *Essential papers on depression*. New York: New York University Press.
- Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression: Implications for theories of emotion. *American Psychologist*, 1145-1160.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- Beck, A. T. (2000). *Prisoner of hate: The cognitive basis of anger, hostility, and violence*. New York: Perennial.
- Beck, A. T. (1964). Thinking and depression: II. Theory and therapy. *Archives of General Psychiatry*, 10, 561-571.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Bentall, R. P., Kinderman, P., & Kaney, S. (1994). The self, attributional process and abnormal beliefs: Towards a model of persecutory delusions. *Behavior Research and Therapy*, 32, 331-341.
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its cause, consequences, and control*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Bilodeau, L. (1992). *The Anger Workbook*. Hazelden
- Brody, C. L., Haaga, D. A., Kirt, L., & Solomon, A. (1999). Experiences of anger in people who have recovered from depression and never depressed people. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 187(7), 400-105.
- Buss, A., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 452-459
- Cameron, N. (1963). *Personality development and psychopathology*. Boston: Mifflin Company.

- Candido, C. L., & Romney, D. M. (1990). Attributional style in paranoid vs depressed patients. *British Journal of Medical Psychology*, 63, 355-363.
- Carter, L. & Minirth, F. (1993). *The Anger-Workbook*. Nashville : Thomas Nelson Publishers.
- Chadwick, P. C., & Trower, P. (1996). Cognitive therapy for punishment paranoia: A single case experiment. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 351-356.
- Deffenbacher, J. L., & Mckay, M. (2000). *Overcoming situational and general anger*. Oakland: New Harbinger.
- Deffenbacher, J. L., Demm, P. M., & Brandon, A. D. (1986). High general anger: Correlates and treatment. *Behavioral Research and Therapy*, 24, 481-489.
- DiGiuseppe, R., Leaf, R., Exner, T., & Robin, M. W. (1988). *The development of a measure of rational/irrational thinking*. Paper presented at the World Congress of Behavior Therapy, Edinburgh Scotland, September.
- Dowson, J. H., & Grounds, A. T. (1995). *Personality disorders: Recognition and clinical management*. New York: Cambridge University Press.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
- Ellis, A. E. & Harper, R. (1975). *A new guide to rational living*. North Hollywood, CA: Wilshire Books.
- Fava, M. (1998). Depression with anger attack. *Journal of Clinical Psychiatry*, 59(suppl. 18), 18-22.
- Fava, M., & Rosenbaum, J. F. (1999). Anger attacks in patients with depression. *Journal of Clinical Psychiatry*, 60(suppl. 15), 21-24.
- Feindler, E. L. & Ecton, R. B. (1986). *Adolescent anger control*. New York : Pergamon Press.
- Fenigstein, A. (1994). Paranoia. In V. S. Ramachandran(Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior*. (Vol. 3) San Diego: Academic Press, Inc.
- Fennell, M. (1989). Depression. In K. Hawton, P. M. Salkovskis, J. & D. M. Clark (Eds) *Cognitive behavior therapy for psychiatric problems: A practical guide*. 169-234. Oxford University Press.
- Freud, S. (1917/1985). Mourning and melancholia. In J. C. Coyne (Ed.), *Essential papers on depression*. New York: New York University Press.
- 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.
- Izard, C. E. (1977). *Human emotion*. New York: Plenum Press.
- Judith S. Beck, Ph. D. (1997). 인지치료 이론과 실제. [Cognitive Therapy]. (최영희, 이정흠 역). 도서출판사: 하나의학사. (원전은 1988년에 출판)
- Kendall, P. C. & Hollon, S. D. (1981). Assessing self-referent speech: Methods in measurement of self statements. In P.C. Kendall, & S. D. Hollon(Eds), *Assessment Strategies for Cognitive-Behavioral Interventions*. 85-118. New York: Academic Press.
- Kennedy, S., & Bentall, R. P. (1992). Persecutory delusions and the self-serving bias. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 180, 773-780.
- Kinderman, P. (1994). Attentional bias, persecutory delusions and the self-concept. *British Journal of Medical Psychology*, 67, 53-66.

- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.
- Lazarus, R. S., Kranner, A. D., & Folkamn, S. (1980). An ethological assessment of emotion. In R. Plutchik, & H. Kellerman(Eds.), *Emotion: Theory, research, and experience(Vol. 1)(pp.198-201)*. New York: Academic Press.
- Mackinnon, R. A., & Michels, R. (1971). *The psychiatric interview in clinical practice*. Philadelphia: W. B. Saunders Company.
- Manschreck, T. C. (1989). Delusional(Paranoid) disorders. In H. I. Kaplan and B. J. Sadock(Eds.), *Comprehensive textbook of psychiatry(5th ed.)*. Baltimore: Williams and Wilkins.
- Millon, T., & Davis, R. D. (1996). *Disorder of Personality: DSM-IV and beyond(2nd ed)*. NY: John Wiley & Sons.
- Nomellini, S., & Katz, R. C. (1983). Effects of control training on abusive parents. *Cognitive Therapy and Research*, 7, 57-68.
- Novaco, R. W. (1979). The cognitive regulation of anger and stress. In P. Kendall & S. Hollan(Eds.), *Cognitive Behavioral Interventions: Theory, research and procedures*. New York: Academic Press.
- Novaco, R. W. (1994). Anger as a risk factor for violence among the mentally disordered. In J. Monahan & H. J. Steadman (Eds.), *Violence and mental disorder*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Okifuji, A., Turk, D. C., & Curran, S. L. (1999). Anger in chronic pain: Inverstigations of anger targets and intensity. *Journal of Psychosomatic Research*, 47(1), 1-12.
- Pan, H. S., Neidig, P. H., & O'Leary, K. H. (1994). Predicting mild and severe husband-to-wife physical aggression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62, 975-981.
- 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*, 241-257. Washington, DC: Hemisphere.
- Rothenberg, A. (1971). On anger. *American Journal of Psychiatry*, 128, 454-460.
- Spielberger, C. D, Jacobs, E. H., Russell, S., Crane, R. S., Jacobs, G. A., & Worden, T. J. (1985). The experience and expression of anger: Construction and validation of an anger expression scale. In M. A. Chesney & R. H. Rosenman(Eds.), *Anger and hostility in cardiovascular and behaivoral disorder*; 5-30. New York: Hemisphere.
- Spielberger, C. D, Jacobs, G., Russell, S., & Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The state-trait anger. In J.N. Butcher & C. D. Spielberger (Eds.), *Advances in personality assessment*, 161-190. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Spielberger, C. D. (1980). *Preliminary manual for the State-Trait Anger scale (STAS)*. Tampa, FL: Univerity of South Florida, Human Resources Institute.
- Spielberger, C. D., Kransner, S. S., & Solomon, E. P. (1988). The experience, expression and control of anger. In M. P. Janisse(Eds.). *Individual differences, stress, and gealth psycholoty*. N.Y: Springer Verlag.
- Taylor, P. (1985). Motives for affending among violent and psychotic men. *British Journal of Psychiatry*, 147, 491-498.
- Thich, N. H. (2002). 화: 화가 풀리면 인생도 풀린다. [Anger: Wisdom for cooling the flames] . (최민수 역). 서울: 명진출판사. (원전은 2001년에 출판)
- Vrestra, N. D. (1984). Irrational Beliefs and Self-Reported Dipressed Mood. *Journal of Abnormal Psychology*, 93, 239-241.

- Wessely, S., Buchanan, A., Reed, A., Cutting, J., Garety, P., & Taylor, P. (1993). Acting on delusions. I: Prevalence. *British Journal of Psychiatry*, *163*, 69-76.
- Zigler, E., & Glick, M. (1988). Is paranoid schizophrenia really comouflaged depression? *American Psychologist*, *43*, 284-290.

원고접수일: 2013년 11월 12일

논문심사일: 2013년 12월 10일

게재결정일: 2014년 8월 25일

# Irrational Belief, Anger Thoughts, and Anger Expression of Paranoid and Depression

Kyoung-Hee Yun      Jeong-Kyu Bae      Young-Jin Lim  
Department of Psychology  
Daegu University

In this study, the following two tasks were carried out. Firstly, specific differences were found out in terms of the content in the irrational beliefs, the primary anger thoughts, the secondary anger thoughts, and the anger expression of those who have paranoid and depression tendencies. Secondly, it was also found which factor of the irrational beliefs, the primary anger thoughts, and secondary anger thoughts would primarily influence the two factors(anger-out and anger-in) of the irrational anger expression. The data for this study were collected from the students attending the universities located in the Daegu region. Six scales were used for each participant; Paranoia Scale (PS), Beck Depression Inventory (BDI), Revised General Attitude and Belief Scale (R-GABS), Primary Anger Thoughts Scale, Secondary Anger-Thoughts Scale, and State-Trait Anger Expression Inventory-Korean version (STAXI-K). The simple correlation analysis, regression analysis and t-test were used to examine relationship among those variables. As a result of the simple correlation analysis, both paranoid and depression significantly showed positive correlation with sub-factors of the irrational beliefs, primary anger thoughts, secondary anger thoughts, and the anger expression modes. As a result of the partial correlation analysis, considering high correlation between paranoid and depression, paranoid significantly showed positive correlations with other variables even under the control of the depression scores, but depression significantly showed positive correlations with discomforts, lower patience for frustration, powerlessness, and anger-in. As a result of t-test, the paranoid group significantly showed higher hypersensitiveness for disregard and unfair treat as sub-factors of irrational beliefs, blame and revenge on others of secondary anger thoughts, and anger-out of anger expressions than the depression group. As a result of the regression analysis, blame and revenge on others significantly explained anger expressions while powerlessness significantly explained anger-in, but irrational beliefs and primary anger thoughts didn't. In conclusion, intervention programs for reducing irrational beliefs, primary anger thoughts, and secondary anger thoughts that affected anger expression modes of paranoid group and depression group could be used for changing irrational anger expression.

*Keywords: Irrational Belief, Anger Thoughts, Anger Expression, Paranoid, Depression*