

알코올 의존 회복자의 분노와 정서적 얼굴표정 지각의 관계: 마음챙김 조절효과[†]

박진수[‡] 정남운
가톨릭대학교 심리학과

본 연구는 알코올 의존 회복자를 대상으로 분노 유발 상황에서 특성분노 수준에 따라 정서적 얼굴표정 지각에 미치는 영향에서 마음챙김 조절효과를 탐색해보고자 하였다. 추가적으로, 특성분노에 영향을 미치는 마음챙김 하위요인의 영향력에 대한 검증도 실시하였다. 연구 대상은 눈덩이 표집을 통해 모집한 3개월 이상 회복하고 있는 남성 알코올 의존자 44명을 분노 고집단 18명, 분노 저집단 26명으로 각각 분류하였고, 통제집단 25명을 선정하여 알코올 의존 회복자 집단과 비교를 하였다. 이들에게 상태·특성 분노표현 척도(STAXI-K), 5요인 마음챙김 척도(K-FFMQ), 우울척도(BDI), 알코올 사용장애 진단검사(AUDIT-K)를 실시하였고, 실험자극으로 본 연구를 위해 타당화한 분노유발 동영상과 고려대학교 얼굴표정 모음집(KUFEC)에서 발췌한 사진 자극을 제시하였다. 집단별로 우울을 통제한 후, 상태분노가 유발된 상황에서 특성분노가 정서적 얼굴표정 지각에 미치는 영향에서 마음챙김 조절효과를 살펴본 결과, 특성분노 고집단에서 마음챙김 조절효과가 유의미하게 나타났다. 추가적으로, 집단별로 특성분노에 대한 마음챙김 하위요인의 상대적 영향을 살펴본 결과, 알코올 의존 회복자 집단에서는 비자동성이, 통제집단에서는 자각행위가 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 마지막으로, 본 연구의 의의, 제한점 그리고 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어: 알코올 의존 회복, 분노, 마음챙김, 정서적 얼굴표정 지각

[†] 이 논문은 박진수의 석사학위 청구논문을 수정 정리한 것임.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 박진수, (14662) 경기도 부천시 지봉로 43 가톨릭대학교 심리학과,
E-mail: kojn15@naver.com

알코올 의존에서 회복이란 성장과 발전을 의미하는 것으로 단지 알코올 의존이 시작되기 이전의 상태로 되돌아가는 것을 의미하는 것은 아니다. 회복에는 가족이나 친구들과 재결합하여 개인의 삶에서 중요한 일, 의미 있는 일을 발전시키는 것이 포함된다. 또한 술 없이 새로운 생활유형을 개발하고, 삶의 경험에서 의미를 발견하는 것이다 (Hunt, 1989; Vaillant, 1982). 하지만 알코올 의존자의 만성적인 재발은 심각한 문제인데, 치료된 알코올 의존자의 50-60%가 3개월 이내에 재발한다고 하며(Brown, Vik, Patterson, Grant, & Schuckit, 1995), 국내 추적 연구에서도 알코올 의존자의 단지 13%만이 1년 이상 단주를 하였고, 재발한 사람들의 대부분이 3-4개월 이내에 집중적으로 재발하는 양상을 보였다(김중성, 1999). 알코올 의존자의 재발 원인은 다양한 요인들이 복합적으로 작용한다고 알려져 있다. 특히 부정적 정서, 대인관계 갈등 및 사회적 압력이 중요한 요인으로 알려져 있는데, 개인내적 요인으로 분류될 수 있는 부정적 정서 상태에는 분노, 우울, 지루함, 불안, 좌절이 포함되고, 재발을 촉진시키는 요인의 거의 35%를 차지했다(Cummings, Gordon, & Marlatt, 1980). 입원한 알코올 의존자를 대상으로 음주욕구를 유발하는 조건화 자극에 관한 연구에서 음주 욕구를 증가시켰던 내적 자극 중 높은 빈도로 선택된 문항들은 화가 날 때(71%), 외로울 때(47%), 고민될 때(45%), 시장기가 돌 때(45%), 잠이 안 올 때(45%)로 내적 요인 가운데 분노가 음주를 유발시키는 가장 중요한 요인이었다(한귀원, 김명정, 김성곤, 변원탄, 1996). 또한 우울도 알코올 의존자의 재발에 대한 영향이 큰 것으로 알려져 있는데, 알코올 사용 장애 진단을 받

은 168명을 대상으로 한 연구에서 우울 증상과 술을 마신 날의 관계에서 갈망이 매개역할을 한다는 연구 결과를 보고 하기도 하였다(Katie & Sarah, 2010). 최근 국내에서 알코올 의존자를 대상으로 특성분노와 우울과의 상관관계를 살펴본 연구에서 정적상관($r=.34, p<.001$)이 있는 것으로 나타나 두 변인 간에 높은 관계성이 있다는 것을 보여주었다(정현옥, 채영선, 김희숙, 2015). 한편 송주연, 이태경, 이종일, 윤해주(2004)가 공격성 질문지를 이용하여 알코올 의존집단과 통제집단의 공격성의 차이를 연구한 결과, 알코올 의존집단이 통제집단에 비해 신체적 공격성, 분노, 적대감이 유의미하게 높았다. 생물학적 측면에서도 입원 중인 남성 알코올 의존집단 18명을 대상으로 분노와 슬픔 정서에 관련된 뇌 활성화 특징에 관한 연구 중 분노 정서 지각에서 알코올 의존집단은 통제집단에 비해 전대상피질에 더 큰 반응을 보였는데, 이는 알코올 의존집단이 분노관련자극에서 유발되는 위협적인 느낌에 더 민감하여 관련된 정서적 신호에 더 주의를 기울였을 가능성에 대해 시사점을 제시한 바 있다(박미숙, 2012). 이처럼 알코올 의존자의 음주문제의 기저에는 분노라는 심리적 요인이 큰 부분으로, 본 연구에서는 알코올 의존자의 회복을 위해서 중요한 요인인 분노를 적응적인 방법으로 조절하는 것에 주목하였다.

Kassinove와 Suckhodolsky(1995)는 분노를 부정적으로 인식된 자극에 대한 반응으로 발생하는 인지적 결함 및 왜곡 그리고 생리적인 반응과 연합하여 일어나는 부정적으로 느껴지는 상태라고 하면서, 분노가 유발되는 상황에 대해 두 가지로 나누어 언급한 바 있는데, 첫째 타인에게 공격당하거나 부당하게 취급받았을 때 타인의 행동이

부당하다고 인식하는 것이며, 둘째 목표를 향한 개인의 행동이 타인에 의해 방해를 받는 것이다. 이 두 과정 모두에서 타인의 잘못에 대한 책임을 평가하게 되는데, 이러한 평가는 분노를 촉발한다. 분노는 타인의 잘못이 지각되었을 때 그 잘못을 수정하려는 목표와 관련된 정서라고 할 수 있다 (박미숙, 2012).

이러한 분노는 일반적으로 가벼운 성가심이나 짜증으로부터 격노나 격분에 이르는 다양한 강도를 가지는 정서 상태로 알려져 있지만, 크게는 상태분노(state anger)와 특성분노(trait anger) 두 가지 유형으로 구분된다. 상태분노는 짜증에서 강한 분노까지 다양한 강도의 느낌, 생리적 그리고 인지적 반응, 행동 경향성, 그리고 관찰 가능한 언어 및 행동으로 구성된 상대적으로 일시적인 정서 상태이다(Spielberger, 1999). 상태분노는 분노 유발 상황에서 나타나는 즉각적인 정서 반응으로 강도와 지속시간은 다양하다. 이에 비해 특성분노는 부정적으로 인식된 자기에 대해 분노하는 개인의 분노 경향성으로 상대적으로 안정적인 개인의 성향을 일컫는다. 특성분노는 주변 상황이 분노를 유발하는 것으로 지각하여 상태 분노를 더 자주 그리고 더 강하게 경험하는 비교적 장기적인 성향을 말한다. Deffenbacher 등(1996)은 일반 성인 집단을 대상으로 상태-특성 분노 연구를 검증하여 빈도, 강도, 다른 정서(예, 즐거움, 공포)와의 차별성, 부정정서 표현 및 결과 등 5가지 영역에 특성분노와 상태분노와의 관계를 제안한 바 있다: 1) 특성분노가 높은 사람들은 더 긴 시간 동안 잦은 빈도로 상태분노를 경험한다. 2) 특성분노가 높은 사람들은 낮은 사람에 비해 더 강하게 분노상황(즉, 상태분노)을 경험한다. 3) 특성분

노가 높은 사람들은 다른 정서(예, 즐거움, 공포)에 대해 유사한 반응성을 보이지만 상태분노가 유발된 상황에서는 그 반응양상에서 차이점을 보인다. 4) 특성분노가 높은 사람들은 낮은 사람에 비해 분노 억제(anger-in), 분노 폭발(anger-out) 등 부적응적인 분노표현을 하는 경향이 있다. 5) 특성분노가 높은 사람들은 낮은 사람들에 비해 분노 후에 발생하는 부정적인 결과에 대해 더 자주, 더 심각하게 경험한다. 이러한 결과에서 보듯이 정상 성인집단에서 특성분노가 높은 사람들은 분노가 유발되는 상황에서 다루는 것에 대한 취약성을 보인다. Spielberger, Jacobs, Russell과 Crane (1983)은 ‘높은 특성분노’와 ‘타인을 향한 적대감’은 혼용 가능한 의미로 사용이 가능하다고 제시하였다. 이러한 측면에서 분노가 조절되지 않아 충동적인 양상으로 표출될 경우에는 신체적·언어적 공격성으로 나타나 대인관계 손상의 원인이 된다(Deffenbacher, Demm, & Brandon, 1986, 1994; Riley, Trierber, & Woods, 1989; Bernardt & Murray, 1986; 천성문, 1999). 특히 분노감정은 알코올 섭취할 때 두드러지게 나타나는 감정 중의 하나로 단주를 한 후에도 장기간 지속되는 감정으로(김길숙, 오동열, 1998), 만약 환자가 금주를 일정기간 성공했다라도 자신의 공격적인 감정을 적절한 방법으로 해소하지 못한다면 이런 상태에서 내적인 통찰 뿐 만 아니라 타인의 감정신호를 받아들이기 어렵게 된다(송미경, 2005; 천성문, 김경순, 김정남, 2006).

사람들은 얼굴표정, 언어, 목소리 억양, 행동 등의 단서로 타인의 정서 상태를 판단할 수 있는데, 그 중 언어를 제외한 정서 상태를 전달하는 수단 중 가장 강력하고 복잡한 신호 얼굴표정이다

(Ekman, 1982). 특히 우리가 사람을 처음 만났을 때 얼굴을 통해 첫인상을 평가하고, 기쁨, 슬픔, 분노, 공포 등의 다양한 내적 정서 상태를 인지하게 된다(태은주, 조정자, 박수진, 한광희, 김혜리, 2008). 이와 관련해서 최근 상대방의 정서를 지각하는데 얼굴 사진을 이용한 연구들이 활발히 이루어지고 있다(Ingrid, Flavio, Aline, Natanae, & Nelson, 2014; Erik & Kristen, 2015; Aline, Breno, Caroline, Debrora, & Adrinane, 2015), 그 중 Janine 등(2015)이 경계선 성격장애 환자를 대상으로 실시한 연구에서 실험집단이 통제집단에 비해 행복한 표정을 더 낮은 강도로 지각하였는데, 이는 상태분노를 높게 지각하는 것과 관련된다는 결과를 보고한 바 있다(Janine et al., 2015). 국내연구에서도 청소년을 대상으로 실시한 연구에서 공격적 얼굴표정과 모호한 얼굴표정에 대해 공격성이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 더 부정적으로 판단한 연구 결과가 있다(고은, 오경자, 2007). 특히 본 연구의 주제와 관련하여 알코올 의존자는 타인의 얼굴표정을 해석하는데 결함이 있는 것으로 알려져 있는데, 예를 들면 알코올 의존자는 행복한 얼굴을 하고 있는 상대방을 실제적으로는 부정적인 기분이라고 믿는 경향이 있으며, 상대방이 혐오 표정을 짓는 경우에는 그들의 표정을 분노나 경멸로 오지각하는 편향이 있다(Phiippt et al., 1999). 또한 알코올 의존자는 통제집단에 비해 얼굴표정 정서의 강도를 과잉 추정하여 상대방의 얼굴에 나타난 정서를 비의존자에 비해 강하게 지각하는 경향이 있다(Oscar-Berman, Hancock, Midworf, Hutner, & Altman Weber, 1990). 특히 알코올 의존 문제가 25세 이후에 발병한 집단에 비해 25세 이전에 조기 발병

한 집단에서 분노, 혐오의 얼굴표정을 더 거부적, 공격적인 것으로 보고하는 경향성을 보고하기도 하였다(Marie & Sylvie, 2012). 더불어 알코올 의존자의 단주기간과 얼굴 정서지각에 대한 기존 연구(Kornreich et al., 2001)에서 2-3주 동안 단주한 알코올 의존자의 부정확한 정서지각이 최소 2개월 이상 금주한 경우에도 여전히 지속된다고 보고된 바 있다. 평균 8.93개월을 금주한 알코올 의존자를 대상으로 한 이 연구 결과에서도 알코올 의존자는 정상인 보다 정서범주명명과제에서 정확도가 낮았다. 특히 적대적 지각이 유의하게 높았지만 반적대적 지각은 두 집단 간 차이가 없었다. 이러한 선행 연구를 볼 때, 알코올 의존 집단이 정상집단에 비해 타인에게 충동적, 외향적, 공격적 태도를 취하며 대인관계를 형성하는데 어려움을 보일 것이며, 특히 조기에 발병한 경우 이러한 경향이 더욱 심화됨을 알 수 있다. 또한 금주와 함께 즉각적으로 회복되는 단기적인 손상이기보다는 시간에 따라 그 양상이 잘 변화하지 않는 안정성이 있는 결함이라는 점이 시사된다.

앞서 살펴본 바와 같이 인간으로서 필연적으로 경험할 수밖에 없는 부정적 정서, 특히 분노를 조절하는 것은 회복의 핵심변인으로 타인의 정서를 정확하게 인식함으로써 원만한 대인관계를 형성하는데 중요하다고 할 수 있다. 최근 많은 연구자들은 정서조절을 향상시키는 방법으로 마음챙김을 제시하고 있다(김혜은, 박경, 2010; 신아영, 김정호, 김미리혜, 2010; 전현숙, 손정락, 2011; Catherine & Philip, 2014; Masaya, Fumito, & Hiroshi, 2015; Ryan, Amanda, Emily, & Tara, 2014). 이러한 연구 가운데, 전현숙과 손정락(2011)은 대학생을 대상으로 실시한 연구에서 마

음챙김이 분노 표출과 분노 억압에 대해 영향력이 있음을 검증하면서 분노 감정과 관련된 마음챙김의 심리학적 개입의 필요성을 주장하였다. 실제 마음챙김 기반의 치료적 효과에 대한 연구도 활발하게 이루어지고 있는데, 예를 들면, Silva (2007)는 분노를 다루기 위한 마음챙김 기반 인지 치료(MBCT)에서 효과를 검증한 바 있고, Borders, Earleywine과 Jajodia(2010)는 마음챙김이 반추행동을 줄여줌으로써 공격성을 완화시킨다는 결과를 보고한 바가 있다. 또한 국내 연구에서도 마음챙김의 치료적 개입과 그 효과를 분석하기 위해 이전 연구 54편을 대상으로 메타분석을 실시한 바 있는데, 마음챙김 프로그램이 우울, 불안 등의 정신병리를 감소시킬 뿐 만 아니라 분노, 충동성 감소 및 자아 존중감을 증가시키는데 효과가 있다는 결과를 보고한 바 있다(이혜진, 박형인, 2015).

마음챙김은 현재의 순간에 주의를 집중하는 능력으로 의도적으로 몸과 마음을 관찰하고 순간순간 체험한 것을 느끼며, 체험한 것을 있는 그대로 받아들이는 과정이다. 또한 생각과 감정을 현실의 반영이 아닌 내적인 정신적 사건으로 자각하는 능력 혹은 자기 자신을 생각과 감정에서 분리하여 거리를 두는 능력으로 정의한다(Kabat-Zinn, 1990, 1998). 이러한 마음챙김에 대한 구성요소에 대해 연구자마다 다른 의견을 제시하고 있다. Bishop 등(2004)은 마음챙김을 ‘현재 순간의 경험들에 대한 인식을 증가시키는 주의의 자기조절’과 ‘호기심과 개방성 그리고 수용성’이라는 두 가지 성분으로 구성된다고 한 반면 다른 연구자는 현재의 경험에 대한 비사변적이고 비판단적인 주의와 알아차림이 마음챙김의 충분한 성분이며 경험에 대한

개방적인 수용은 주의와 알아차림의 부산물이라고 하였다(Brown & Ryan, 2003). 한편 Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer과 Toney(2006)는 비자동성(nonreactivity), 관찰(observing), 자각행위(acting with awareness), 기술(describing), 비판단(nonjudging of experience)의 5가지의 다차원적인 개념으로 마음챙김의 구성성분을 제안하고 있다. 구체적으로 살펴보면, 비자동성은 내적 경험에 압도되지 않고 즉각적으로 반응하지 않는 것이다. 관찰은 신체 감각, 인지, 정서 같은 내적 현상과 냄새 같은 외적 현상 등의 다양한 자극에 주의를 기울이고 알아차리며 관찰하는 것이다. 기술은 관찰된 현상을 언어화해서 기술하고 명명하는 것이다. 자각행위는 다른 곳에 주의를 분산하지 않고 자신의 현재 활동에 참여하는 것이다. 비판단은 좋다/나쁘다, 옳다/그르다 등의 판단을 하지 않는 것이다. 이와 같이, 마음챙김의 구성요소는 다양하지만 인지 자체를 변화시키기 보다는 인지하는 것에 대한 자신의 태도를 변화시킨다는 점에서 공통점을 찾을 수 있을 것이다(Joshua & David, 2014).

또한 마음챙김은 매 순간 일어나고 사라지는 자기의 감정과 생각을 살펴보는 것으로 자기의 마음을 관찰함으로써 자신의 정서 상태에 대한 주의를 높일 수 있기 때문에 조절력을 증진시키는데 주요한 기능을 한다(김교현, 2008; 김정호, 2004, 2010; Bowen & Ryan, 2003). 선행연구에서 지속적으로 마음챙김을 하게 되면 조절력과 관련된 대뇌의 전두엽 부위가 활성화되는 등 대뇌의 변화가 나타나는 것으로 밝혀지고 있다(Chiesa & Serretti, 2010; Lutz, Slagter, Dunne, & Davidson, 2008). 또한 마음챙김은 주의를 어떤 특정대상에 집중하는 명상과 달리 현재 자신에게 일어나는

생각, 느낌, 감정 등을 알아차리는 것으로(장현갑, 2011), 마음챙김으로 마음이 안정되면 자신의 감정이 잘 드러나게 되고, 자신의 감정을 잘 볼 수 있으면 감정이나 충동에 덜 흔들리게 되어 스스로가 감정의 주인이 되어 감정을 조절할 수 있게 된다(박상규, 2009).

김교현(2006)은 중독이란 특정한 행동이 개인이나 사회에 역기능을 보여서 본인이 이를 조절하려고 하지만 통제력을 상실하고 만성적으로 그 행동을 반복하게 되는 현상이라고 정의하였다. 이러한 자기조절의 실패는 여러 가지 부정적 결과를 가져오는데 이는 특히 충동조절의 장애 또는 중독적인 형태로 표현되기 쉽다(송원영, 1998). Muraven, Tice와 Baumeister(1998)는 자기조절자원을 요구하는 과제를 수행한 뒤에 연이어지는 인내나 감정억제와 같은 자기조절과제의 수행이 손상됨을 밝혔는데, 이러한 측면에서 부정적 정서, 특히 분노 수준의 조절은 자기조절의 실패에 포함된다고 할 수 있다.

알코올 의존의 핵심은 조절력을 상실한 것이기 때문에, 조절력을 강화하는 개입이 중독의 예방과 치료에 필요하고 마음챙김이 이러한 알코올 의존의 회복에 도움을 줄 것이다(김교현, 최훈석, 2008). 선행 연구에서 마음챙김이 알코올이나 마약류 등의 의존자의 치료에 유의한 효과를 미치는 것으로 알려지고 있다(Alterman, Koppenhaver, Mulholland, Ladden, & Baime, 2004; Bowen et al., 2006; Chiesa & Serretti, 2010). 현재까지 마음챙김 5요인과 분노와 관련된 연구가 거의 없는 상황이어서 관련된 유사연구를 살펴보면, 병원에 내원한 환자 중 알코올 사용 장애 집단($n=94$), 알코올 사용 장애 진단 과거력이 있는 집단($n=$

234), 물질 사용 장애 과거력이 없는 집단($n=471$)을 대상으로 마음챙김 5요인 척도를 사용하여 비교한 결과, 비자동성, 비판단에서 알코올 사용 장애 집단이 다른 집단에 비해 유의미하게 낮은 결과를 보여주었고, 마음챙김 총점에서도 물질 사용 장애 과거력이 없는 집단에 비해 알코올 집단에서 유의하게 낮은 결과를 보여주었다(Michael, Kristy, & Mark, 2014). 국내에서는 병원에 입원 치료 중인 알코올 의존 환자 20명 중 마음챙김명상(K-MBSR)을 실시하였는데, 그 가운데 끝까지 프로그램에 참여한 15명을 명상집단과 통제집단으로 나누어 비교한 결과, 명상집단이 통제집단에 비해 심리적 안녕감의 하위요인 중 자율성과 변화 동기의 하위요인 중 상태인식에서 유의미한 증가를 보였다(배상윤, 박종규, 2011). 이외에도 대학생 문제 음주자를 대상으로 마음챙김에 기반한 인지치료를 2개월 간 10회 실시한 결과, 프로그램을 받은 집단이 대기집단이나 통제집단보다도 문제 음주 행동이 유의한 수준으로 감소된 것으로 나타났다(신정연, 손정락, 2011).

앞서 살펴 본 바와 같이 분노 조절을 통한 타인의 정서를 인식하는 능력을 향상시키는 것이 음주의 재발을 방지하는 동시에 대인관계 형성을 하는데 기여할 것으로 여겨진다. 그러나 국내에서는 알코올 의존자를 대상으로 마음챙김을 적용한 연구가 거의 없는 실정이며, 단주를 유지하고 있는 알코올 의존자를 대상으로 한 연구는 더욱 그러한 상태이다.

본 연구에서는 Gray(1993)가 제안한 회복의 5단계 중 초기회복단계에 해당하는 3개월 이상 단주를 하고 있는 알코올 의존 회복자를 대상으로 재발 요인인 분노 정서가 정서적 얼굴표정 지각에

어떠한 영향을 미치는지 알아보고, 이 관계에서 각 개인이 가지고 있는 마음챙김 경향성이 완충 역할을 하는지 여부를 알아보고자 한다. 추가적으로 특성분노와 마음챙김 하위요소 간의 영향을 살펴봄으로써 보다 자세히 이들의 관계를 밝히고자 한다. 본 연구의 가설은 다음과 같이 설정하였다.

가설 1. 알코올집단(특성분노 고집단, 특성분노 저집단)과 통제집단 모두에서 특성분노와 지각된 상태분노 간의 정적관계가 있을 것이다.

가설 2. 상태분노가 유발된 상황에서 알코올 집단 중 특성분노 고집단은 특성분노 저집단, 통제집단에 비해 정서적 얼굴표정 지각 수준이 낮을 것이다.

가설 3. 상태분노가 유발된 상황에서 마음챙김 수준에 따라 정서적 얼굴표정 지각 정확성이 알코올 집단(특성분노 고집단, 특성분노 저집단)과 통제집단 간에 차이가 있을 것이다.

가설 4. 특성분노에 미치는 마음챙김 하위요인의 영향력에 차이가 있을 것이다.

방 법

참여자

실험집단

본 연구의 실험집단 참가 대상은 3개월 이상 단주를 하고 있는 남성 알코올 의존 회복자로, 99명의 알코올 의존 회복자들을 대상으로 설문을 실시하였고, 그 중 실험 참가 의사를 밝힌 51명

중 시력과 청력이 좋지 못한 2명과 실험이나 설문문에 적절하게 반응하지 않은 5명을 제외하고 총 44명이었다. 표집방법은 익명성을 중요시하는 특성으로 인해 동시에 많은 수를 표집하는 것이 용이하지 않아서 무작위 표본 추출이 어려웠기 때문에 서울과 포항지역의 AA모임에 참석하고 있는 지인 2명을 통해 알코올 의존 회복자들을 소개받고 이들을 통해 다른 사람을 소개받는 방식으로 눈덩이표집(snowball sampling)을 통해 참가자를 모집하였다. 이들은 서울, 경기, 부산, 대구, 인천, 포항 등지의 AA 참석자들과 인천 소재의 알코올 의존 회복 시설에 거주하고 있는 남성들이다. 본 연구에서는 여성 알코올 의존 회복자들은 의존과정과 회복과정이 상이하기 때문에 배제하였다. 인구통계학적 특성을 살펴보면, 연령 평균은 48.4세로 50대가 52.0%(23명)으로 가장 많았고, 40대 31.7%(14명), 30대 13.6%(6명), 70대 2.3%(1명) 순으로 나타났다. 또한 학력은 고졸 40.9%(18명), 대졸 38.6%(17명)으로 비슷한 비율을 보였고 대학원이상 13.6%(6명), 중졸 6.8%(3명) 순으로 나타났다. 마지막으로 단주기간을 살펴보면, 평균 55.84개월 단주를 하였고 5년 이상 34.1%(15명), 3개월이상 1년미만 31.8%(14명)으로 비슷한 비율이었고, 1년이상 3년미만 22.7%(9명), 3년이상 5년미만 11.4%(5명)의 비율이었다.

통제집단

통제집단의 참가자들은 C대에 안전요원으로 근무하고 있는 사람들로 총무팀과 각 조장들에게 협조요청을 하고 3개조로 순환 근무하는 사람들 중 총 26명이 실험과 설문에 참가하였다. 실험집단은 현재 3개월 이상 단주를 하고 있는 사람들

이므로 통제집단에서도 음주를 많이 하고 있는 사람을 배제하기 위해 알코올 사용 장애 진단 (AUDIT-K) 점수가 26점 이상인 1명을 연구대상에서 제외하였다.

측정도구

마음챙김 척도. Baer 등(2006)이 마음챙김의 정도를 측정하기 위해 개발한 5요인 마음챙김 척도 (Five-Facet Mindfulness Questionnaire: FFMQ)를 원두리와 김교현(2006)이 한국판으로 표준화한 5요인 마음챙김 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 39문항으로 자각행위(acting with awareness), 비판단(nonjudging of experience), 관찰(observing), 비자동성(nonreactivity), 기술(describing)의 5개 하위척도로 구성되어 있다. 이 척도의 각 문항은 Likert 7점 척도로 1점(전혀 그렇지 않다)-7점(항상 그렇다)로 구성되어 있고, 점수가 높을수록 특성 마음챙김 수준이 높다고 평가한다. 원두리와 김교현(2006)의 연구에서 척도 전체의 내적 합치도(Chronbach's α)는 .90이었다. 각각의 하위척도의 내적 합치도를 살펴보면, 비자동성 .88, 관찰 .87, 자각행위 .87, 기술 .86, 비판단 .86으로 나타났다. 본 연구에서의 전체 척도에 대한 내적 합치도는 .85로 나타났고, 각 하위 척도별로 살펴보면 비자동성 .70, 관찰 .79, 자각행위 .89, 기술 .65, 비판단 .80로 나타났다.

정서적 얼굴표정 자극. Lee, Lee, Lee, Choi와 Kim(2006)이 한국인의 정서와 표정관련 연구를 위해 개발한 고려대학교 얼굴표정 모음집 (KUFEC)은 20-30대 한국인 총 49명(남자 24명,

여자 25명)의 분노, 행복, 공포, 혐오, 슬픔, 놀람의 6가지 기본정서표정과 무표정 사진을 포함하고, 사진의 위치는 정면, 좌측, 우측으로 나누어서 많은 얼굴이 필요한 디자인에 적합하도록 구성되어 있다. 본 연구에서는 분노, 행복, 혐오, 슬픔, 놀람 표정과 무표정의 7가지 정서를 정면을 보고 짓고 있는 남자 8명과 여자 8명의 얼굴 사진을 추출하여 사용하였다.

분노유발 동영상. 상태분노를 유발하기 위해 손진훈(2005)이 개발한 분노 유발 동영상을 바탕으로 타당화 하였다. 손진훈(2005)이 개발한 동영상은 '버스 기사 폭행'영상으로 분노한 승객이 버스 기사를 지속적으로 구타하는 장면이 포함되어 있다. 본 연구에서 분노 유발을 위해 제작된 동영상은 청년이 노인을 구타하거나 욕설하는 장면이 포함되어 있고 3개의 에피소드가 연속적으로 5분간 제시 되었다. 이 동영상을 타당화 하기위해 C대 대학원생 10명을 대상으로 Spielberg(1988)가 개발하고 전검구, 한덕웅, 이장호와 Spielberg(1997)가 한국판으로 표준화한 STAXI-K 중 상태 분노 척도 10문항을 사용하여 자극 제시 전과 후를 비교하였다. 본 연구의 참가자들에 대한 상태분노(STAXI-S)유발 전과 상태분노(STAXI-S)유발 후의 차이검증을 위해 집단 전체, 특성분노 고집단, 특성분노 저집단, 통제집단을 대상으로 각각 대응표본 t검증을 실시하였다. 결과는 표 1에 제시되었다.

분노 척도. Spielberg(1988)가 개발한 상태-특성 분노표현 척도로 전검구 등(1997)이 한국판으로 표준화하였다. 한국판 상태-특성 분노표현 척

도(STAXI-K)는 상태분노 10문항, 특성분노 10문항, 분노표현의 양상인 분노억제 8문항, 분노표출 8문항, 분노통제 8문항을 포함하고 있다. 본 연구에서는 상태분노 10문항, 특성분노 10문항만을 사용하였다. 각 문항은 Likert 4점 척도로 1점(거의 전혀 아니다)-4점(거의 언제나 그렇다)로 구성되어 있고, 점수가 높을수록 분노수준이 높은 것으로 평가한다. 본 연구에서 특성분노의 수준에 따라 두 집단으로 나누었다. 분노 고집단의 특성분노 평균은 27.94(4.82)점이고, 분노 저집단의 특성분노 평균은 19.54(1.92)점, 통제집단은 18.04(3.49)점 이었다. 한편 분노 유발 전 상태분노의 내적 합치도는 .90이고, 분노 유발 후 상태분노의 내적 합치도는 .96으로 나타났다, 또한 특성분노의 내적 합치도는 .90으로 나타났다.

표 1. 연구 참가자의 상태분노 유발 전과 유발 후 차이 검증

변인	집단	시청전	시청후	t값
상태 분노	전체(N=69)	11.32	29.17	-12.66***
	분노 고집단 (N=18)	12.50	33.00	-7.15***
	분노 저집단 (N=26)	10.19	27.46	-7.91***
	통제집단 (N=25)	11.64	28.20	-6.81***

*** $p < .001$.

우울척도. 재발의 또 다른 원인으로 알려진 우울을 통제하기 위해 Beck 등(1979)이 개발하고 국내에서 이영호와 송종용(1991)이 표준화한 한국판 Beck 우울척도를 사용하였다. 총 21문항으로 구성되어 정서적, 인지적, 동기적 및 생리적 영역에서 우울 증상 측정을 포함하고 있다. 각 문항은 우울

증상이 심각한 정도에 따라 0점-3점으로 구성된 네 문항이 제시되었고 지난 1주일간 참가자가 경험한 우울수준에 따라 반응하도록 하였다. 이영호와 송종용(1991)의 연구에서 척도에 대한 내적 합치도는 .78-.85였고, 본 연구에서의 내적 합치도는 .89로 나타났다.

알코올 사용 장애 진단. WHO(1989)에서 알코올 문제 선별도구로 개발한 알코올 사용장애 진단 검사(Alcohol Use Disorders Identification Test: AUDIT)를 한국의 실정에 맞게 타당화한 AUDIT-K는 총 10문항으로 음주의 양에 대해 3문항, 음주 형태에 대해 3문항, 정신-사회학적 문제에 대해 4문항으로 구성되어 있다. 김중성(1999)이 국내 남성을 대상으로 AUDIT-K에 대한 타당도 조사를 실시한 결과, 12점 이상은 문제 음주, 15점 이상은 알코올 사용 장애, 26점 이상은 알코올 의존으로 선별하는 기준을 제시하였다. 본 연구에서는 국내의 관대한 음주 문화를 고려하여 25점 이하로 통제집단의 선별기준으로 설정하였다.

연구절차

2013년 8월 30일부터 2013년 10월 23일에 걸쳐 개별적인 접촉을 통해 설문지와 실험이 실시되었다. 통제집단은 연령과 학력변인을 고려하여 C대학에서 근무하는 사람들을 대상으로 개별적인 접촉을 하여 설문지를 실시하였다. 설문지를 실시 후 실험 참가 의사를 밝힌 사람들을 대상으로 분노유발 동영상과 뒤이어 얼굴정서가 포함된 남·여 사진 24장을 연속적으로 제시하였다. 실험절차는 그림 1에 제시 되었다.

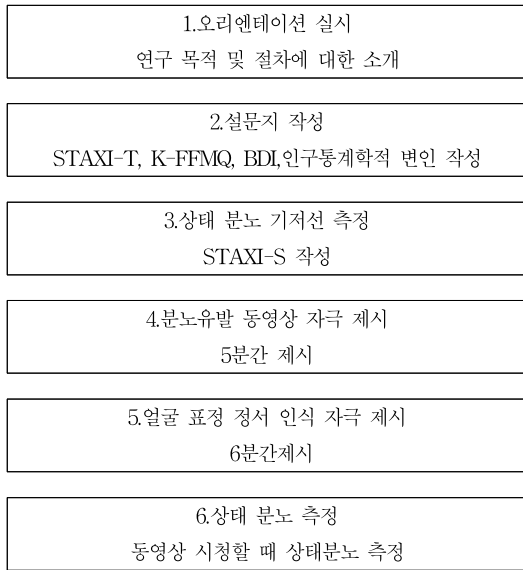


그림 1. 실험 절차

분석방법

마음챙김 조절효과 검증. 자료 분석은 SPSS 21.0을 사용하였다. 상태분노가 유발되었을 때 특성분노와 정서적 얼굴표정 지각과의 관계에서 마음챙김의 조절효과를 알아보기 위해 위계적 회귀 분석을 실시하였다.

특성분노와 마음챙김 하위요인의 영향력 검증. 특성분노와 마음챙김 하위요인의 영향을 확인하기 위해 중다회귀분석을 실시하였다.

결 과

알코올 의존 회복집단과 통제집단 간의 사전 동질성 검증

본 연구에 참가한 사람들의 집단 구성의 적절

성 및 주요 변인들의 집단 간 차이 검증을 실시하였다. 그 결과는 표 2에 제시되었다. 먼저, 회복집단의 특성분노 고집단, 특성분노 저집단, 통제집단의 집단 간 특성분노 차이를 확인하기 위해 변량분석(ANOVA)을 실시하였다. 그 결과, 각 집단 간 특성분노의 평균에서 유의미한 차이가 나타났다, $F(2, 66)=48.22, p<.001$. 사후검증결과, 특성분노 고집단의 특성분노 수준이 통계적으로 유의미하게 가장 높았고, 특성분노 저집단과 통제집단은 차이를 보이지 않았다. 통계적으로 유의한 수준은 아니지만 특성분노 저집단이 정상집단보다 높은 수준의 특성분노 경향성을 보여주었다. 한편 연령과 학력의 인구통계학적 변인 및 우울 증상이 집단 간 동질하게 표집되었는지 확인하기 위해 변량분석(ANOVA)을 실시하였다. 그 결과 상기한 변인에서 집단 간 차이가 유의미하지 않아 적절하게 표집 되었음을 알 수 있다. 한편 실험 집단 내에서도 단주기간에 따른 차이를 검증한 결과에서도 집단 간의 차이가 유의하지 않았다. 따라서 본 연구에서 발견되는 집단 간 결과의 차이는 해당 변인에 기인한 차이 때문은 아니라고 해석할 수 있다.

집단의 특성분노와 유발된 상태분노와의 관계

특성분노(STAXI-T)와 상태분노(STAXI-S)의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 상태분노는 동영상을 시청한 후의 점수에서 시청 전의 점수를 뺀 점수를 사용하였다. 그 결과는 표 3에 제시하였다. 상관분석 결과, 전체집단에서 특성분노는 상태분노와 정적상관을 보였다($r=.27, p<.05$). 또한 실험집단인 분노 고집단, 분노 저집단, 통제집

단 모두에서 각각 정적상관이 있는 것으로 나타났다($r=.23, p<.05$; $r=.24, p<.05$; $r=.31, p<.05$).

주요변인에 대한 집단 간 차이 검증

알코올 의존 회복자 분노 고집단과 분노 저집

단, 통제집단 간 정서적 얼굴표정 자각과 마음챙김 수준의 집단 간 차이검증을 위해 변량분석(ANOVA)을 실시하였다. 결과는 표 2에 제시하였다. 그 결과, 각 집단 간 마음챙김 총점에서 유의미한 차이가 나타났다. 사후검증을 살펴보면, 분노 고집단에 비해 분노 저집단, 통제집단의 마음챙김

표 2. 알코올 의존 회복집단과 통제집단 간 인구통계학적 특성 및 주요 변인 (N=69)

변 인	분노 고집단 (N=18)	분노 저집단 (N=26)	통제집단 (N=25)	F	post hoc
1	27.94(4.82)	19.54(1.92)	18.04(3.49)	48.22***	1>2=3
2	47.83(8.83)	48.77(7.46)	49.88(6.79)	0.38	1=2=3
3	5.33(1.28)	4.96(1.28)	5.24(1.20)	0.55	1=2=3
4	8.31(5.27)	11.61(9.87)	10.08(7.97)	1.01	1=2=3
5	59.73(72.44)	50.06(60.85)	-	0.22	1=2
6	19.06(2.92)	18.77(3.20)	19.96(2.64)	0.33	1=2=3
7	153.78(16.54)	165.69(23.75)	169.76(16.69)	3.61*	1<2=3
7-1	26.28(5.29)	29.08(6.22)	29.60(4.81)	2.11	1=2=3
7-2	29.50(6.82)	31.04(7.94)	30.12(7.76)	0.23	1=2=3
7-3	33.83(7.49)	38.54(7.57)	45.08(6.24)	13.70***	1<2<3
7-4	32.61(5.95)	34.19(5.12)	32.80(5.48)	0.59	1=2=3
7-5	31.56(6.91)	32.85(5.71)	32.26(6.70)	0.20	1=2=3

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$. () 안의 수치는 표준편차를 나타냄.

1=특성분노; 2=연령; 3=교육수준; 4=우울; 5=단주기간; 6=정서적 얼굴표정 자각; 7=마음챙김_총점; 7-1=마음챙김_비자동성; 7-2=마음챙김_관찰; 7-3=마음챙김_자각행위; 7-4=마음챙김_기술; 7-5=마음챙김_비판단

표 3. 특성분노, 상태분노 간의 상관과 평균 및 표준편차

집단	변인	특성분노	상태분노	M	SD
전체집단 (N=69)	특성분노	-	.27*	21.19	5.31
	상태분노		-	17.86	11.71
분노 고집단 (N=18)	특성분노	-	.23*	27.94	4.82
	상태분노		-	20.50	12.16
분노 저집단 (N=26)	특성분노	-	.24*	19.54	1.92
	상태분노		-	17.27	11.12
통제집단 (N=25)	특성분노	-	.31*	18.04	3.49
	상태분노		-	16.56	12.15

* $p<.05$.

수준이 높은 것으로 나타났다($F(2, 66), p < .05$). 마음챙김 하위요인에 대한 집단 간 차이를 살펴 보면 자각행위에서 유의미한 차이가 나타났다 ($F(2, 66), p < .001$). 사후검증 결과, 자각행위는 통제집단이 가장 높았고, 그 다음 분노 저집단, 분노 고집단 순이었다. 정서적 얼굴표정 지각과 마음챙김의 다른 하위요인에서는 집단 간 차이를 보이지 않았다.

유발된 분노 경험과 정서적 얼굴표정 지각의 관계에서 마음챙김 조절효과 분석

집단 전체, 분노 고집단, 분노 저집단에 대해 특성분노 수준에 따라 유발된 분노가 정서적 얼굴표정 지각에 미치는 영향에서 마음챙김이 조절효과를 가지는지 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 우울을 공변인으로 통제한 후, 마음챙김 조절효과를 검증하기 위해 다중공선성 문제를 고려하여 예측변인과 조절변인을 평균 중심화(mean centering)하여 분석을 실시하였고, Aiken과 West(1991)이 제시한 것처럼 평균 중심화된 예측변인과 조절변인의 상호작용 변인은 적절한 절차로 표준화되지 않아 표준화 계수(β)가 부적절하게 산출되므로 비표준화 계수(B)를 해석하였다. 또한, Cohen, Cohen, West와 Aiken(2003)이 제안한 절차에 따라 각 변인을 투입하였다. 1단계에서 공변인 우울을 투입하고, 2단계에서 예측변인 특성분노와 조절변인 마음챙김 총점을 투입하였다. 3단계에서 특성분노와 마음챙김의 상호작용 변인을 투입하고 마지막 4단계에서 우울과 특성분노, 마음챙김의 상호작용 변인을 투입하여 정서적 얼굴표정 지각에 대한 설명량의 변화를 살펴보았다.

분석결과, 집단 전체와 특성분노 저집단에서는 유발된 분노가 정서적 얼굴표정 지각에 미치는 영향에서 마음챙김 조절효과가 통계적으로 유의미하지 않게 나타났다.

특성분노 고집단의 결과는 표 4에 제시되었다. 먼저, 1단계에 투입된 공변인은 정서적 얼굴표정 지각을 유의미하게 예측하지 못하였다. 2단계에서 추가로 투입된 특성분노($B = -.16, p < .05$)는 정서적 얼굴표정 지각을 유의미하게 예측하였고 마음챙김 총점($B = -.32, p < .10$)은 경향성을 나타내었으며, 전체 변량의 24.3%($R^2 = .385$)를 추가적으로 설명하였다. 3단계에서 투입된 특성분노와 마음챙김 상호작용 변인($B = .02, p < .05$)은 정서적 얼굴표정 지각을 유의하게 예측하였고 전체 변량의 18.3%($R^2 = .568$)를 추가적으로 더 설명하였다. 마지막 단계에서 투입한 우울, 특성분노, 마음챙김의 상호작용 변인($B = .00, p < .10$)은 정서적 얼굴표정 지각을 예측하는 경향성이 나타났으며, 전체 변량의 9.8%($R^2 = .665$)의 설명량을 증가시켰다.

상호작용양상을 구체적으로 살펴보기 위해 조절변인인 마음챙김 총점에 대해 평균을 중심으로 마음챙김 고집단과 마음챙김 저집단으로 구분하고 단순회귀선들의 기울기를 확인하였다(Aiken & West, 1991; Cohen et al, 2003; 서영식, 2010). 그 결과는 그림 2에서 나타나는 바와 같이 특성분노와 정서적 얼굴표정 지각과의 관계에서 마음챙김의 수준에 따라 다른 양상을 보여 주었다.

즉, 특성분노 고집단에서, 마음챙김 수준이 높은 집단의 정서적 얼굴표정 지각에 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 반면 특성분노 저집단에서, 마음챙김 수준이 높은 집단의 정서적 얼굴표정 지각에서 유의미한 차이가 나타났다.

분노에 대한 마음챙김 하위요인의 영향력 검증 준거변인으로 특성분노(STAXI-T)를 투입하고, 마음챙김 하위요인인 비자동성, 관찰, 자각행위, 마음챙김의 5개 하위요인들이 특성분노에 미치는 상대적 영향력을 추가적으로 알아보기 위해 회복자 집단, 통제집단에 대한 중다회귀분석을 실시

표 4. 특성분노와 정서적 얼굴표정 지각의 관계에서 마음챙김 조절효과 분석을 위한 위계적 회귀분석

모형	변인	B	SE	β	t	R^2 (ΔR^2)	F
1	(상수)	19.06	.66		29.00	.142	2.65
	DEP	-.11	.07	-.38	-1.63	(.142)	
2	(상수)	19.06	.60		32.03	.385 (.243)	2.92*
	DEP	-.16	.07	-.54	-2.31		
	STAI-T	-.32	.15	-.53	-2.19		
	MIND	-.09	.05	-.49	-1.84		
3	(상수)	19.83	.62		32.27	.568 (.183)	4.27*
	DEP	-.12	.06	-.42	-2.01		
	STAI-T	-.21	.14	-.35	-1.53		
	MIND	-.05	.04	-.26	-1.03		
	STAI-T×MIND	.02	.00	.47	2.35		
4	(상수)	19.88	.56		35.29	.665 (.098)	4.77*
	DEP	-.07	.06	-.25	-1.17		
	STAI-T	-.09	.14	-.15	-.64		
	MIND	-.03	.04	-.19	-.82		
	STAI-T×MIND	.02	.01	.46	2.46		
	DEP×STAI-T×MIND	.00	.00	.49	1.87		

[†]p<.10, *p<.05. DEP=우울; STAI-T=특성분노; MIND=마음챙김 총점

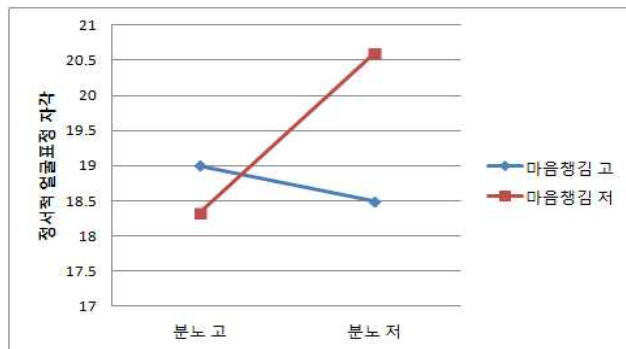


그림 2. 분노 고집단-상태분노가 유발된 상황에서 특성분노와 정서적 얼굴표정 지각과의 관계에서 마음챙김의 조절효과

시하였다. 결과는 표 5에 제시 되었다. 먼저, 전체 집단에 대한 중다회귀분석 결과, 마음챙김 5개 하위요인들은 특성분노의 변량 중 62%를 설명하였다, $F(5,63) = 8.00, p < .001$. 5개의 하위요인에 대한 영향력을 살펴보면, 비자동성($\beta = -.26, p < .10$)과 자각행위($\beta = -.26, p < .05$)에서 특성분노에 대한 유의미한 영향력이 나타났고, 관찰, 기술, 비판단에서의 영향력은 유의미하지 않았다. 이러한 영향력을 자세히 살펴보기 위해 회복자 집단, 통제 집단에 대해 각각 중다회귀분석을 다시 실시하였다. 회복자 집단에 대한 중다회귀분석 결과, 마음챙김 5개 하위요인들은 특성분노의 변량 중 52%를 설명하였다, $F(5,38) = 2.86, p < .05$. 각 하위요인들에 대한 영향력을 살펴보면, 비자동성($\beta = -.36, p < .10$)만이 특성분노에 영향을 미치는 경향이 나타났고, 다른 하위변인인 관찰, 자각행위,

기술, 비판단의 특성분노에 대한 영향력은 유의미하지 않았다. 마지막으로 통제집단에 대한 중다회귀분석 결과, 마음챙김 5개 하위요인들은 특성분노의 변량 중 45%를 설명하였다, $F(5,19) = 8.00, p < .001$. 5개 하위요인에 대한 영향력을 살펴보면, 자각행위($\beta = -.62, p < .05$)에서만 특성분노에 대한 유의미한 영향력이 나타났고, 다른 하위요인인 비자동성, 관찰, 기술, 비판단에서는 유의미한 영향이 나타나지 않았다. 즉, 회복자 집단과 통제 집단 간 특성분노에 대한 5개 하위요인의 영향력이 달리 나왔다. 회복자 집단에서는 내적 경험에 즉각적으로 반응하지 않는 비자동성이 유의미한 영향력을 있었고, 통제집단에서는 현재의 활동에 주의를 기울이는 자각행위가 유의미한 영향력이 있는 것으로 나타났다.

표 5. 특성분노에 대한 마음챙김 하위요인의 상대적 기여도를 검증을 위한 중다회귀분석

집단	예언변인	β	t	$R^2(\Delta R^2)$	F
전체집단	비자동성	-.26	-1.78*	.62(.34)	8.00***
	관찰	-.04	-.28		
	자각행위	-.47	-3.80***		
	기술	.15	1.05		
	비판단	-.06	-.57		
회복자집단	비자동성	-.36	-1.77*	.52(.18)	2.86*
	관찰	.07	.30		
	자각행위	-.22	-1.26		
	기술	-.01	-.04		
	비판단	.17	-.96		
통제집단	비자동성	-.16	-.57	.45(.30)	3.09*
	관찰	-.24	-1.05		
	자각행위	-.62	-2.47*		
	기술	.33	1.35		
	비판단	-.05	-.27		

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

논 의

본 연구는 3개월 이상 단주를 하며 알코올 의존에서 회복하고 있는 사람들을 대상으로 상태분노 유발 상황에서 특성분노 수준에 따라 정서적 얼굴표정 지각에 미치는 영향과 보호요인으로 마음챙김 조절효과를 알아보았다. 이를 위해 특성분노와 마음챙김, 통제변인으로 우울을 측정하는 설문지를 실시한 후, 실험을 통해 분노 유발 자극과 정서적 얼굴표정 자극을 연이어 제시하였고, 그 결과를 종합해 보면 다음과 같다.

첫째, 전체집단, 분노 고집단, 분노 저집단, 통제집단에서 특성분노와 지각된 상태분노 간에 관계를 알아보기 위해 각각 상관분석을 실시하였다. 그 결과 모든 집단에서 특성분노와 지각된 상태분노 사이에 정적인 관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 가설 1을 지지하는 결과로, 특성분노가 높을수록 지각된 상태분노가 상승한다는 기존의 연구(Spiellberger, Jacobs, & Crane, 1983 ; Deffenbacher et al., 1996)를 지지하고 있다. 이는 특성분노가 높을수록 분노가 유발되는 상황에 더 취약하다는 것을 시사하는 결과라고 할 수 있다.

둘째, 특성분노 고집단, 특성분노 저집단, 통제집단을 대상으로 우울을 통제한 후, 상태분노가 유발된 상황에서 특성분노가 정서적 얼굴표정 지각에 미치는 영향에서 마음챙김 조절효과를 살펴본 결과, 특성분노 저집단과 통제집단에서는 유의미한 마음챙김 조절효과가 나타나지 않았으나, 특성분노 고집단에서는 특성분노와 정서적 얼굴표정 지각의 관계에서 마음챙김의 조절효과가 유의미하게 나타났다. 특성분노 고집단 내에서의 상호작용양상을 구체적으로 살펴보기 위해 두 변인들

을 각각 고집단과 저집단으로 나누어 살펴보았다. 특성분노 점수가 높은 집단에서, 마음챙김 수준이 높은 집단의 정서적 얼굴표정 지각에서 유의미한 조절효과가 나타나지 않았다. 그러나 특성분노 점수가 낮은 집단에서, 마음챙김 수준이 높은 집단의 정서적 얼굴표정 지각에서 유의미한 차이가 나타났다. 즉, 특성분노가 상대적으로 낮은 집단에 한정하여 마음챙김 수준이 높을수록 얼굴표정에 나타난 정서를 지각하는 능력이 좋은 것으로 나타났다. 반면, 특성분노 수준이 높은 경우 타인의 얼굴표정을 알아차리는데 마음챙김 경향성이 중요하지만, 특성분노 수준이 지나치게 높은 경우에는 개인이 지니고 있는 마음챙김 경향성이 분노를 조절하는데 효과가 미미하다는 것을 알 수 있다. 이러한 결과에서 알 수 있듯 알코올 의존 회복자에게서 마음챙김이 타인의 정서를 지각하는데 중요한 요소로 나타났지만, 지나치게 분노 수준이 상승되어 있는 경우에는 타인의 정서에 대한 인식을 높이기 위해 개인이 지니고 있는 마음챙김 경향성을 향상 시킬 필요가 있음을 시사하는 결과라 할 수 있다.

셋째, 전체 집단, 회복집단, 통제집단에서 특성분노에 대한 마음챙김 하위요인의 상대적 영향력을 추가적으로 살펴본 결과, 전체 집단에서는 특성분노에 대해 비자동성과 자각행위에서 유의미한 영향력이 나타났다. 이에 대해 회복자 집단과 통제집단을 나누어 상대적 영향력을 살펴본 결과, 먼저 회복자 집단에서는 비자동성이 유의미한 영향력이 나타났고 다른 하위요인들의 영향력은 유의미하지 않았다. 또한, 통제집단에서는 자각행위만이 특성분노에 유의미한 영향력을 보여주었고 다른 하위요인들은 유의미하지 않았다. 이는 회복

자 집단과 통제집단 간에 마음챙김의 다른 특성이 각각 특성분노에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 통제집단에서 주의를 분산하지 않고 자신의 현재 활동에 완전히 참여하는 자각행위가 특성분노에 영향을 미치는 반면 회복자 집단에서 비자동성이 특성분노에 유의미한 영향력이 가지는데 비자동성은 내적 경험에 압도되지 않은 상태로 즉각적으로 반응하지 않는 것을 의미한다. 현재 분노와 마음챙김의 하위요인 간의 관계를 살펴본 연구는 거의 없는 실정이어서 유사 연구를 살펴보면, 기분장애로 치료를 받고 있는 사람들을 대상으로 정서강도(affect intensity)와 비자동성 간의 관계를 본 연구에서 정서강도와 비자동성 간에 부적상관이 있음을 보고하였다(Joshua & David, 2014). 정서가 유발되는 상황에서 즉각적으로 반응할수록 사람들이 경험하는 정서를 강하게 경험한다는 것을 보여주는 결과로 경험된 분노를 조절할 때도 비자동성 요소의 중요성에 대해 시사하는 바가 크다고 할 수 있다. 한편 국내에서는 원두리와 김교현(2006)이 한국판 5요인 마음챙김 척도를 타당화한 연구에서, 비자동성과 자율적 행동조절 간의 강한 부적상관이 있음을 밝힌 바 있다. 자율적 행동조절은 자기가 기꺼이 하기로 결정하는 행동으로 즉각적으로 반응하는 사람일수록 자신의 행동을 스스로 결정하기 못하고 충동적으로 표출될 수 있음을 시사하는 결과라고 할 수 있다. 이와 관련해 물질 의존자를 대상으로 실시한 선행연구에서도 이들은 물질관련 자극 단서에 자동적으로 반응하였고(Field & Cox, 2008), 스트레스에 의해 유발된 자동적 각성이 지속될 때 재발(relapse)의 원인이 된다고 언급한 바 있다(Garland, 2011). 이러한 측면에서 알코올 의존은

충동성과 관련된 자기조절의 실패로 볼 수 있다. 그러므로 회복과정에서 경험하는 경제적·사회적·대인 관계적 스트레스 상황에서 경험하는 부정적 정서 경험에 대해 즉각적인 음주로 인해 재발의 상태로 향하지 않도록 하는 비자동성은 회복과정의 중요한 요소임이 시사된다.

본 연구의 종합적인 의의를 살펴보면 첫째, 기존 알코올 의존에 대한 연구는 입원한 환자들을 대상으로 심리적 특성에 관한 연구함으로써 이 장애에 대한 이해를 하려고 하였다. 특히 국내에서는 알코올 의존 회복자들에 대한 연구가 많지 않거나 소수의 피험자를 대상으로 실시한 질적 연구가 대부분이고, 이들에 대한 양적인 연구는 미미한 실정이다. 본 연구에서는 눈덩이 표집 방법을 통해 회복자를 표집함으로써 이들에 대한 양적인 연구를 실시했다는 점에서 의의가 있다. 둘째, 알코올 의존자들의 재발변인으로 부정적인 정서, 특히 분노와 대인관계 문제가 기존 선행연구에서 확인된 바 있다. 하지만, 두 재발변인에 대한 관계를 살펴본 연구는 많지 않다. 본 연구에서는 알코올 의존 회복자를 대상으로 분노 유발 경험과 정서적 얼굴표정 자극을 제시함으로써 경험적 측면에서 두 재발변인의 관계를 확인 했다는 점에서 의의가 있을 것이다. 셋째, 분노와 마음챙김의 연구는 미미한 실정이다. 특히, 알코올 의존 회복집단과 통제집단 간 마음챙김의 하위요인에 대한 비교를 한 연구는 국내에서는 거의 전무한 실정이다. 본 연구에서는 회복자 집단과 통제집단 사이에 마음챙김 특성이 다름을 확인하였는데, 다차원적인 마음챙김의 요소가 집단 간 상이한 점을 확인함으로써 향후 마음챙김을 이용한 알코올 의존자의 치료에서 즉각적으로 반응하지 않고 잠시 자신의 경험에

머무르게 하는 비자동성 요소에 초점을 둔 치료프로그램 개발에 기여할 것이다.

본 연구의 제한점은 첫째, 본 연구에서는 분노에 대한 측정을 자기 보고식 설문지를 사용하여 보고된 분노 수준과 실제 지각된 분노 수준 간에 차이가 있었을 가능성을 배제하지 못하였다. 둘째, 참가자 수가 부족하고 무작위 표집이 이루어지지 않아 일반화에 어려움이 있을 가능성이 있다. 셋째, 알코올 회복자 집단과 통제집단 간에 정서적 얼굴인식 지각에 차이를 보이지 않았는데, 이는 기본정서에 해당하는 얼굴표정 자극만을 제시함에 따른 결과로 보다 구체적인 정교한 연구가 이루어지기 위해서 복합정서가 포함된 얼굴표정 자극을 사용할 필요가 있다. 넷째, 알코올 회복자 집단에서 알코올 사용 관련 척도를 실시하지 않았는데 추후 연구에서는 이들의 실제 음주 여부를 확인하는 절차를 거칠 필요가 있다.

마지막으로 후속 연구에 대한 제언으로 첫째, 본 연구에서 공변인 우울을 포함하는 상호작용변인이 유의미한 효과가 있는 것으로 나타났다. Cohen 등(2003)과 Aiken 및 West(1991)이 제안한 바에 따라 우울에 대한 조절효과가 있을 가능성이 있다. 추후 연구에서 알코올 의존의 주요한 재발변인인 우울에 대한 마음챙김의 조절효과를 살펴보는 것이 필요할 것이다. 둘째, 알코올은 다차원적인 장애이다. 경제적 상태나 사회적 지지와 같은 외적변인 뿐 아니라, 심리적으로 불안이나 조증 증상이 나타날 수 있고 다양한 성격장애를 동반한다. 이와 같은 변인에 대한 고려가 추후 연구에서는 이루어질 필요가 있다. 셋째, 알코올 회복자에 대한 무작위 표집을 통해 통제집단과의 비교 뿐 아니라, 입원 환자들과의 비교 연구를 통

해 회복의 보호요인에 대한 추가적 탐색이 이루어질 필요가 있다.

참 고 문 헌

- 고은, 오경자 (2007). 공격성과 분노 정서 유발이 얼굴 표정 정서 판단에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 26(4), 921-938.
- 권용실 (2002). 알코올리즘 환자들의 퇴원 후 경과에 대한 연구. *중독정신의학*, 6(2), 114-119.
- 권학선 (2006). 알코올중독자의 재발 추출 요인에 관한 연구 -근거 이론을 중심으로-. *교류분석과 심리사회치료 연구*, 3(1), 61-86.
- 김교현 (2006). 마음챙김명상 연구의 쟁점과 과제. 2006년 한국건강심리학회 제 1차 학술발표대회 및 워크숍 자료집. pp. 54-64. 3월 31일. 충남대학교 산학연.
- 김교현 (2008). 마음챙김과 자기조절 그리고 지혜. *한국심리학회지: 건강*, 13(2), 285-306.
- 김교현, 최훈석 (2008). 인터넷 게임중독: 자기조절 모형. *한국심리학회지: 건강*, 13(3), 551-569.
- 김길숙, 오동열 (1998). 분노조절이 알코올 중독에 미치는 영향. *임상연구논문집*, 국립서울병원.
- 김성이 (2002). *약물중독 총론*, 양서원.
- 김성재 (1996). 알코올리즘의 재발에 관한 이론적 모형 구축: 정신병원에 입원한 남성 알코올리즘 환자를 대상으로. *서울대학교 대학원 박사학위 논문*.
- 김정수, 한상익, 김광수 (1994). 주정중독의 재발에 대한 임상변인들의 영향. *신경정신의학*, 33(4), 817-824.
- 김정호 (2004). 마음챙김이란 무엇인가: 마음챙김의 임상적 및 일상적 적용을 위한 제언. *한국심리학회지: 건강*, 9(2), 511-538.
- 김종성 (1999). 알코올의존 환자들의 퇴원 후 1년간의 단주 성적 및 재발에 대한 추적 결과. *충남 의대*, 26(2), 159-166.
- 김혜은, 박경 (2010). 우울, 정서조절, 마음챙김이 폭식 행동에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 29(2),

- 541-557.
- 박경 (2010). 지각된 스트레스와 우울과의 관계에서 상 위인자와 마음챙김의 중재효과. *한국심리학회지: 건강*, 15(4), 617-634.
- 박미숙 (2012). 알코올 중독자의 분노·슬픔 정서와 관련된 뇌 영역의활성화 특성: fMRI 연구. *충남대학교 대학원 박사학위논문*.
- 박재상, 임채성, 김태성, 왕성근, 지익성, 김정란 (2010). 한국인에서 연령증가에 따른 분노와 공격성의 변화. *노인정신의학*, 14(2), 97-103.
- 박후남, 유숙자 (2005). 명상수련프로그램이 알코올 중독 환자의 자기개념, 금주자기효능 및 금주에 미치는 효과. *정신간호학회지*, 14(3), 304-312.
- 배상윤, 박중규 (2011). 마음챙김명상(K-MBSR)이 알코올 의존자의 심리적 안녕감 및 변화동기에 미치는 효과. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 2011(1), 366-366.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절 효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려 사항. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(4), 1147-1168.
- 성상경, 이제정, 김한오, 이규향 (2003). 알코올리즘 입원 치료프로그램 참가자들의 퇴원 후 단기경과. *중독정신의학*, 7(2), 123-133.
- 성상경, 방양원, 함웅 (1993). 주정중독환자들의 퇴원 후 경과에 관한 연구. *신경정신의학*, 32, 698-705.
- 송미경 (2004). 알코올의존환자의 분노유발요인과 분노 처리과정에 대한 체험분석. *서울여자대학교 대학원 박사학위논문*.
- 송미경 (2005). 알코올의존 환자를 위한 인지정서행 동적 분노조절 프로그램 효과 검증. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(2), 367-381.
- 손진훈 (2005). MR Compatible ECG, EDA System 개발 과 정서 특정적 신경 기전 규명. *서울: 한국과학재단*.
- 신아영, 김정호, 김미리혜 (2010). 정서 마음챙김이 여자 대학생의 정서인식의 명확성, 인지적 정서 조절과 스트레스 및 웰빙에 미치는 효과. *한국 심리학회지: 건강*, 15(4), 635-652.
- 신정연, 손정락 (2011). 경험논문: 마음챙김에 기반 한 인지치료(MBCT) 프로그램이 문제음주 대학생의 우울, 충동성 및 문제음주 행동에 미치는 효과. *한국심리학회지: 건강*, 16(2), 279-295.
- 오동열, 박병희, 이충경(1996). 알콜 관련성 간질에 관한 임상적 고찰. *신경정신의학회*. 35(5), 1047-1054.
- 오미경, 김종성, 박병강, 유인술 (2000). 치료프로그램 을 통한 알코올리즘 호나자들의 병식 개선. *대한가정의학회*, 21(9), 1180-1187.
- 원두리, 김교현 (2006). 한국판 5요인 마음챙김 척도의 타당화 연구. *한국심리학회지: 건강*, 11(4), 871-886.
- 이병욱, 이충현, 이필규, 최문중, 남궁기 (2000). 한 국어 판 알코올 사용장애진단 검사의 개발: 신뢰성 및 타당성 검사. *중독의학회지*, 4(2), 83-92.
- 이영호, 송종용(1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 10(1), 98-113.
- 이인선 (2006). 알코올을 의존자의 입원경험. *경상대학교 대학원 박사학위논문*.
- 이정균, 이규향 (1994). 한국 정신장애의 역학적 조사연구(X)-알코올중독의 유병율. *신경정신의학* 28(6), 984-999.
- 이혜진, 박형인 (2015). 마음챙김 기반 치료의 효과: 메타 분석 연구. *한국심리학회지: 임상*, 34(4), 991-1038.
- 장현갑 (2011). 마음챙김 명상에 바탕둔 스트레스완화 (Mindfulness Based Stress Reduction: MBSR)란 무엇이며, 어떻게 수행해야하는가?. *한국명상치유훈회지*, 2(1), 71-81.
- 전경구, 한덕웅, 이장호, Spielberger, C. D. (1997). 한국 판 STAXI 척도 개발: 분노와 혈압. *한국심리학회지: 건강*, 2(1), 60-78.
- 전현숙, 손정락 (2010). 마음챙김, 특성분노 및 비합리적 신념의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 29(4), 989-1007.
- 전현숙, 손정락 (2011). 역기능적 분노표현 및 비합리적 신념과 마음챙김의 관계. *한국심리학회지: 일반*, 30(2), 377-396.

- 정남운, 박현주(2000). 알코올 중독. 이상심리학 시리즈 17. 서울: 학지사.
- 정현옥, 채영선, 김희숙 (2015). 알코올의존 환자의 자존감, 특성분노, 우울, 가족기능, 대인관계가 실존적 영적안녕감에 미치는 영향. *정신간호학회지*, 24(1), 50-60.
- 천성문 (1999). 신경증적 비행청소년의 분노조절을 위한 인지행동적 집단치료효과. 영남대학교 대학원 박사학위논문.
- 천성문, 김경순, 김정남 (2006). 호흡명상이 신경증적 고등학생의 분노와 집착에 미치는 영향. *학생생활연구*, 27(1), 125-144. 제주대학교 직업능력개발원.
- 최승희, 현명호, 조현섭 (2006). 알코올 의존자의 정서인식 특성과 자기개념과의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 25(4), 1029-1041.
- 최종옥, 김주희, 송은하 (2007). 알코올 및 마약류의존 집단의 성격적, 인지적 특성 비교. *한국심리학회지: 임상*, 26(2), 449-461.
- 대은주, 조경자, 박수진, 한광희, 김혜리 (2008). 공감-체계화 유형에 따른 얼굴 표정 읽기의 차이-정서읽기와 정서변별을 중심으로-. *감성과학*, 11(4), 613-628.
- 제갈정 (2001). 한국인의 음주실태. 한국음주문화 연구센터.
- 채숙희 (2006). 알코올의존의 재발 모형 개발: 심리적 위험요소 중심으로. *한국심리학회지: 일반*, 25(2), 121-142.
- 한귀원, 김명정, 김성근, 변원단 (1996). 알콜의존환자에서 음주욕구를 유발하는 조건화 자극에 대한 연구. *신경정신의학회지*, 35(4), 809-819.
- 황인복 (2006). 입원한 알코올중독 환자의 회복을 위한 전략. 한국음주문화연구센터 약물상담가 과정 자료집.
- Aline, R., Breno S., Caroline M., Debora H., & Adriane A. (2015). Child Emotions Picture Set (CEPS): Development of a database of Children's Emotional Expressions. *Psychology & Neuroscience*, 8(4), 467-478.
- Aiken L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple Regression: Testing and Interpreting Interaction*. Sage, Newbury Park, CA.
- Alterman, A. I., Koppenhaver, J. M., Mulholland, E., Ladden, L. J., & Baime, M. J. (2004). Pilot trial of effectiveness of mindfulness meditation for substance abuse patients. *Journal of Substance Use*, 9(6), 259-268.
- Annis, H. M., & Davis, C. S. (1991). Relapse prevention. *Alcohol Health & Research World*, 15(3), 204-212.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self report assessment method to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13, 27-45.
- Bernadt, M. W., & Murray, R. M. (1986). Psychiatric disorder, drinking and alcoholism: what are the links?. *The British Journal of Psychiatry*, 146, 393-400.
- Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson L., Anderson, N. D., Carmody, J., Segal, V., Abbey, S., Speca, M., Velting, D., & Devins, G. (2004). Mindfulness: A Proposed operational definition, *Clinical Psychology: Science Practice*, 11(3), 230-241.
- Borders, A., Earleywine, M., & Jajodia, A. (2010). Could mindfulness decrease anger, hostility, and aggression by decreasing rumination?. *Aggressive Behavior*, 36, 28-44.
- Bowen, S., Witkiewitz, K., Dillworth, T. M., Chawla, N., Simpson, T. L., Ostafin, B. D., ..., Marlatt, G. A. (2006). Mindfulness meditation and substance use in an incarcerated population. *Psychology of Addictive Behaviors*, 20(3), 343-347.
- Bowen, K., & Ryan, R. M. (2003). The benefit of being present: Mindfulness and its role in psychological welling. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 822-848.
- Brown, S. A., Vik, P. W., Patterson, T. L., Grant, IL,

- & Schuckit, M. A. (1995). Stress, vulnerability and adult alcohol relapse. *Journal of studies on Alcohol, 56*(5), 538-545.
- Catherine N. M., & Philip D. (2014). Responsiveness to a mindfulness manipulation predicts affect regarding an anger-provoking situation. *Canadian Journal of Behavioral Science, 46*(2), 117-124.
- Chiesa, A., & Serretti, A. (2010). A systematic review of neurobiological and clinical features of mindfulness meditations. *Psychological medicine, 40*(8), 1239-1252.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). *Applied multiple regression / correlation analysis for the behavioral sciences* (third edition). New Jersey: Erlbaum Associates.
- Cummings, C., Gordon, J., & Marlatt, G. A. (1980). Relapse: Strategies of prevention. In W. R. Miller (Eds.), *The addictive behavior*. Oxford, UK: Pergamon Press.
- Deffenbacher, J. L., Demm, P. M., & Brandon, A. D. (1986, 1994). High general anger: Correlates and treatment. *Behavior Research and Therapy, 24*, 481-489.
- Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Thwaites, G. A., Lynch, R. S., Baker, D. A., Stark, R. S., & Eiswerth-Cow, L. (1996). State-trait theory and the utility of the Trait Anger Scale. *Journal of Counseling Psychology, 43*, 131-148.
- Donovan, D. E., & Chaney, E. F. (1985). Alcoholic relapse prevention and intervention. In G. A. Marlatt & J. R. Gordon (Eds.), *Relapse prevention: Maintenance Strategies in the Treatment of Addictive Behavior*, (pp. 351-416). NY: Guilford Press.
- Erik C., & Kristen A. (2015). A new look at emotion perception: Concepts speed and shape facial emotion recognition. *Emotion, 15*(5), 569-578.
- Ekman, P. (1982). Methods for measuring facial action. In K. R. Schere & P. Ekman (Eds.), *Handbook of methods in nonverbal behavior research*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Field, M., & Cox, W. M. (2008). Attentional bias in addictive behaviors: A review of its development, causes, and consequences. *Drug and Alcohol Dependence, 97*(2), 1-20.
- Frigerio, E., Burt, D. M., Montahne, B., Murray, L. K., & Perrett, D. I. (2002). Facial affect perception in alcoholics. *Psychiatry Research, 113*(2), 161-171.
- Gallant, D. M. (1989). How can alcoholism treatment be improved. *Alcohol Health & Research World, 13*(4), 328-333.
- Grant, B. F., Peterson, L. A., Dawson, D. S., & Chou, S. P. (1994). *Source and accuracy statement for the National Longitudinal Alcohol Epidemiologic Survey*. Rockville, MD: National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism.
- Gray, M. (1993). *Relapse Prevention*. Shulamith Lala Ashenberg Straussner (Eds.). Clinical Work with Substance-Abusing Clients. NY and London: The Guilford Press.
- Hunt, C. L. (1989). *Woman's Recovery from Alcoholism*. Unpublished Doctoral Dissertation Vanderbilt University.
- Hunt, W. A., Barnett, L. W., & Branch, L. G. (1971). Relapse rates in addiction programs. *Journal of Clinical Psychology, 27*(4), 455-456.
- Ingrid, B., Flavio, F., Aline, M. Natanael, A., & Nelson, T. (2014). Evaluation of facial expressions in women with major depression: is there a negative bias?. *Psychology & Neuroscience, 7*(4), 513-519.
- Janine T., Lisa L., Melanie B., Christian S., Gregor

- D., Martin B., & Stefanie L. (2015). *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*. No Pagination Specified.
- Joshua, & David, H. (2014). Factor analysis of the five facet mindfulness questionnaire in a heterogeneous clinical sample, *Psycho-pathology Behavioral Assessment*, 36(4), 683-694.
- Kabat-Zinn J. (1990). *Full catastrophe living: the program of the stress reduction*. Clinic at the University of Massachusetts Medical Center, N.Y.: Delta.
- Kassinove, H., & Suckhodolsky, D. G. (1995). Anger disorders: Basic science and practice issues. *Comprehensive Pediatric Nursing*, 18, 173-205.
- Katie, W., & Sarah, B. (2010). Depression, Craving, and Substance Use Following a Randomized Trial of Mindfulness-Based Relapse Prevention. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(3), 362-374.
- Kornreich, C., Blairy, S., Philippot, P., Hess, U., Noel, X., Streel, E., Le Bon, O., Dan, B., & Pelc, I. (2001). Deficits in recognition of emotional facial expression are still present in alcoholics after mid- to long-term abstinence. *Journal of studies on alcohol*, July, 533-542.
- Kyoung-Uk Lee, JiEun Kim, Bora Yeon, Seung-Hwan Kim, & Jeong-Ho Chae (2013). Development and Standardization of Extended ChaeLee Korean Facial Expressions of Emotions. *Psychiatry Investing*, 10, 155-163.
- Lee, T. H., Lee, K. Y., Lee, K., Choi, J. S., & Kim, H. T. (2006). *The Korea University Facial Expression Collection: KUFEC*. Seoul, The Republic of Korea: Laboratory Of Behavioral Neuroscience. Department of Psychology, Korea University.
- Lutz, A., Slagter, A. H., Dunne, D. J., & Davidson, J. R. (2008). Attention regulation and monitoring in meditation. *Trends CognSci*, 12(4), 163-169.
- Marie D., & Sylive B. (2012). Capacity for cognitive and emotional empathy in alcohol-dependent patients. *Psychology of Addictive Behaviors*, 22(3), 371-383.
- Marlatt, G. A. & Gordon, J. R. (1985). Relapse Prevention: Theoretical rationale and overview of the model. In Marlatt, G. A. and Gordon, J. G. (Eds.). *Relapse Prevention: Maintenance Strategies in the Treatment of Addictive Behavior*. NY: Guilford Press.
- Masaya, Fumito, & Hiroshi. (2015). Mediating role of anger rumination in the associations between mindfulness, anger-in, and trait anger. *Psychology*, 6, 948-953.
- Michael, E., Kristy, & Mark. (2014). Which facets of mindfulness predict the presence of substance use disorders in an outpatient psychiatric sample?. *Psychology of Addictive Behaviors*, 28(2), 498-506.
- Muraven, M., Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1998). Self-control as a limited resource: Regulatory depletion patterns. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(3), 774-789.
- Nelson, C. (1987). The recognition of facial expression in the first two years of life: Mechanism of development. *Child Development*, 58, 889-909.
- Oscar-Berman, M., Hancock, M., Mildworf, B., Hutner, N., & Altman-Weber, D. (1990). Emotional perception and memory in alcoholism and aging. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 14, 384-393.
- Philippot, P., Douilliez, C., Pham, T., Foisy, M. L., & Kornreich, C. (2005). Facial expression decoding deficits in clinical populations with interpersonal relationship dysfunctions. In R. E. Riggio & R. S. Feldman (Eds.), *Applications of nonverbal*

- communication*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Philippot, P., Kornreich, C., Blairy, S., Baert, L., Den Dulk, A., Le Bon, O., Streel, E., Hess, U., Pelc, I., & Verbanck, P. (1999). Alcoholics' deficits in the decoding of emotional facial expression. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 23(6), 1031-1038.
- Ryan, C., Amanda, E., Emily, Q., & Tara, L. (2014). Partner-specific anger management as a mediator of the relation between mindfulness and female perpetrated dating violence. *Psychology of Violence*, 4(1), 51-64.
- Riley, W. T., Treiber F. A., Woods M. G. (1989) Anger and hostility in depression. *J NervMent Dis*, 177, 668 - 674.
- Royce, J. E. (1981). *Alcohol Problems and Alcoholism*. New York: Free Press.
- Silva, J. (2007). *Mindfulness Based Cognitive Therapy For the Reduction of Anger in Married Men*. Unpublished Doctorial Dissertation, New York: Hofstra University.
- Spielberger, C. D. (1988). *State-Trait Anger Expression Inventory*. Oriando, FL: Psychological Assessment Resources.
- Spielberger, C. D. (1999). *Staxi-2: State-trait anger expression inventory-2*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Spielberger, C. D., Jacobs, G. A., Russell, S., & Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The State-Trait Anger Scale. *Advances in Personality Assessment*, 2, N. J: LEA, 159-187.
- Susan, A. G., Olafur, S. P., Eric, L. G., Keturah, R. F., Rebecca, S. C., Douglas, M., William, F., Karyn, L. & William, E. W. (2011). Mindfulness Training Reduces the Severity of Irritable Bowel Syndrome in Women: Results of a Randomized Controlled Trial. *The American Journal of Gastroenterology*, 106, 1678-1688.
- Townshend, J. M., & Duka, T. (2003). Mixed emotions: alcoholics' impairments in the recognition of specific emotional facial expressions. *Neuropsychologia* 41, 773-782.
- Uekermann, J., & Daum, I. (2008). Social cognition in alcoholism: a link to prefrontal cortex dysfunction? *Addiction*, 103, 726-735.
- Vaillant, G. E. (1982). The natural history of alcoholism. *Alcohol Health and Research World*, 20, 152-161.
- 원고접수일: 2015년 9월 16일
 논문심사일: 2015년 10월 2일
 게재결정일: 2016년 2월 5일

The Relationship Between Recovering Alcoholics' Anger and Perception of Emotional Facial Expressions : Moderating Effect of Mindfulness

Jin-Su Park Nam-Woon Chung
Dept. of Psychology, The Catholic University

The purpose of this study was to examine moderating effects of mindfulness on the effect of different trait anger levels in state anger inducing situations for recovering alcoholics on perception of emotional facial expressions. Additionally, this study examined the power of mindfulness subtypes affecting trait anger. 44 male recovering alcoholic participants, over 3 months, were classified into 18 high trait anger-level people and 26 low trait anger-level people through snowball sampling. Then 25 people were selected for the control group to be compared with the recovering alcoholics group. All of the participants completed STAXI-K, K-FFMZ, BDI, AUDIT-K, and a validated anger-inducing videoclip and picture stimuli from KUFEC, then they were offered an experimental stimuli in this study. The results of this study were as follows. There was no significant difference in perception of emotional facial expressions between the groups when state anger was induced. However, the groups presented a significant difference in the tendency of mindfulness; the low trait anger and the control showed a higher tendency of mindfulness than the high trait anger group. Also, there was a significant moderating effect of mindfulness in terms of the effect of trait anger in state anger inducing situations on the perception of emotional facial expressions with controlled depression. In addition, the recovering group presented 'nonreactivity' and the control group showed a significant influence of 'acting with awareness' as results of examining relative power of the subtypes of mindfulness on trait anger for each group. Finally, implications and limitations of this study were discussed with suggestions for future studies.

Keywords: the recovery of alcoholism, anger, mindfulness, emotional facial expression.