

억울 경험에 대한 질적 연구: 취업한 기혼 남성과 여성을 중심으로*

김 은 하¹⁾

박 소 영^{2)†}

왕 희 찬³⁾

아주대학교 심리학과 / 교수

아주대학교 심리학과 / 학생

본 연구에서는 취업한 기혼 남성과 여성이 왜 억울을 느끼는지 그리고 억울할 때 어떤 행동을 취하는지를 살펴보고, 억울을 느끼는 이유에 있어 남녀 차이가 있는지 알아보았다. 이를 위해, 직장을 다니고 있는 기혼 남성 120명과 기혼 여성 120명을 대상으로 온라인 설문을 실시하였고, 수정된 합의적 질적 연구 방법을 통해 자료 분석을 실시했다. 그 결과, 억울을 느끼는 전반적인 이유로 4개의 영역('내가 감당할 이유가 없거나 나에게 대해 오해할 때', '공정한 평가나 대우를 받지 못할 때', '건강이나 경제적 어려움을 경험할 때', '관계적 어려움을 경험할 때', '한국사회의 부정부패를 접할 때')이 도출되었다. 남성과 여성을 구분하여 억울의 원인을 살펴본 결과, 남성의 경우, 4개의 영역('남성이라는 이유로 비난을 받을 때', '직장 관련 어려움을 경험할 때', '성역할 고정관념을 경험할 때', '차별을 경험할 때')이 확인된 반면에 여성의 경우, 5개의 영역('여성은 남성에 비해 '약함' 때문에', '직장 관련 어려움을 경험할 때', '여성에 대한 성적대상화 때문에', '성역할 고정관념을 경험할 때', '남성우월주의 때문에')이 확인되었다. 마지막으로, 억울할 때 취하는 행동으로는 3개의 영역('회피적 행동', '직접적 표출적 행동', '간접적 표출적 행동')이 도출되었다.

주제어 : 억울, 원인, 행동, 기혼 남성, 기혼 여성

* 본 연구는 과학기술정보통신부 및 정보통신기획평가원의 대학ICT연구센터육성지원사업의 연구결과로 수행되었음(IITP-2021-0-02051).

† 교신저자 : 박소영, 아주대학교 심리학과, 경기 수원시 영통구 월드컵로 206 율곡관 526-1호
Tel : 031-219-3345, E-mail : personcentered@ajou.ac.kr

서론

최근 여러 조사에 따르면, 많은 한국인들이 한국 사회가 공정하지 않다고 생각하고 있고 이러한 한국인들의 공정성 인식은 일본이나 대만과 같은 동아시아 국가, 미국 및 유럽 국가의 국민들에 비해 낮은 것으로 보고되었다(유명순, 2016; 통계청, 2018). 낮은 공정성 인식, 즉 세상에 불공정하다는 인식은 개인의 심리적 및 사회적 적응에 부정적인 영향을 미치는데, 특히, 상대적 박탈감, 분노, 좌절감을 초래하고, 심각한 경우 우울, 화병, 자살로도 이어지는 것으로 나타났다(양은정, 노혜림, 박재현, 전홍진, 심은정, 2019). 또한 세상이 불공정하다고 생각할수록, 타인이나 사회에 대한 신뢰, 대인관계 만족도 및 공동체 의식도 낮은 것으로 확인되었다(김은하, 김수용, 2017a; Dalbert, & Stoerber, 2006).

몇몇 문화 비교 연구를 통해, 한국인들은 공정하지 않다고 지각하는 상황에서 억울이라는 감정을 느끼는 것으로 확인되었다(한민, 류승아, 2018). ‘억울(抑鬱)’은 한자 그대로 ‘억눌리고 침울한 상태’를 뜻하는 단어로, 사전적 의미로는 ‘아무 잘못 없이 꾸중을 듣거나 벌을 받거나 하여 분하고 답답함. 또는 그런 심정’을 의미한다(국립국어원, 2020). 억울은 문화를 막론하고 누구나 경험할 수 있는 보편적인 정서이지만(서신화, 허태균, 한민, 2016), 대인관계 내에서 화목을 중시하고 ‘참고 인내하는 것’을 미덕으로 간주하는 한국 문화에서 특히 자주 나타나는 정서이다(권정혜 등, 2008). 즉 한국인들은 사회적 관계나 역할에 부정적인 영향을 미칠 수 있는 감정을 피하거나 억제하는 경향이 있기 때문에 억울을 느낄 가능성이 높다는 것이다(조궁호, 김지연, 최경

순, 2009). 이를 반영하듯, 국민의 억울함을 해소할 수 있는 창구인 청와대의 국민청원 사이트에는 500일 동안 47만건의 청원과 5600만 동의가 접수되었다(시사인, 2019년 2월 1일; 정재욱, 김영주, 김보경, 나진경, 2019에서 재인용).

선행 연구에 따르면, 억울은 다음과 같은 다차원적 특성을 지닌다(전예슬, 김은하, 2021). 먼저, 억울의 인지적 특성을 살펴보면, 억울은 불공정하거나 형평성이 어긋났다고 인식하는 상황에서 경험하게 된다(이승연, 2015). 특히, 서신화 등(2016)의 연구에 따르면, 문제에 대한 책임이 자신에게 없거나, 다른 사람에 비해 불이익을 받거나, 공정한 평가를 받지 못하거나, 자신의 진심이 받아들여지지 않는다고 생각할 때 억울을 느끼는 것으로 확인되었다. 둘째, 억울의 정서적 특성으로, 억울은 여러 정서가 혼합된 정서이다. 가령, 서신화 등(2016)의 연구에서, 억울은 억울한 상황을 초래한 상대방에게 느끼는 감정인 ‘타인초점적 정서’와 억울한 상황에 관여된 자신에게 느끼는 감정인 ‘자기초점적 정서’를 동반하는데, ‘타인초점적 정서’에는 실망감, 서운함, 배신감, 분노 등이 포함되는 반면에 ‘자기초점적 정서’에는 당혹감(예. 어이없음, 당황, 황당함), 불쾌감(예. 괴로움, 짜증), 무기력감(예. 절망감, 우울감)이 포함된다. 이와 같이 여러 정서가 혼합된 감정인 억울은 2차원적 정서구조 상으로 보면, 긍정-부정 또는 쾌-불쾌로 대변되는 정서의 유인가로는 부정 유인가이고 저활동과 고활동으로 구분되는 활성화 수준으로는 분노나 긴장감과 유사하게 고각성에 해당된다(Feldman-Barrett, & Russell, 1998). 셋째, 억울의 신체적 특성을 살펴보면, 억울은 호흡곤란, 몸의 열기, 두통, 입마름, 눈물, 가슴 답답함 등

과 같은 신체적 반응을 동반한다(전예슬, 김은하, 2021). 이러한 억울의 신체적 반응은 자신의 감정을 억제하고 표현하지 못할 때 발생하는 현상이라는 점을 고려할 때, 억울이 회피적이거나 소극적인 행동과 관련이 있으며 무엇인가가 억압되고 표현되지 못해서 나타나는 정서임을 알 수 있다(이승연, 2015).

이러한 억울의 다차원적 특성을 반영하여 전예슬과 김은하(2021)는 억울 척도를 개발하였는데, 이 척도는 인지적, 정서적, 신체적, 행동적 특성을 반영하는 3개의 하위요인(‘부당성 인식’, ‘정서/신체적 반응’, ‘회피적 행동’)으로 구성되어 있다. 첫 번째 하위요인인 ‘부당성 인식’은 억울의 인지적 특성을 측정하는 요인으로, ‘남들과 동일한 상황에서 나만 피해를 입은 적이 있다’, ‘다른 사람이 저지른 실수 때문에 내가 피해를 본 적이 있다’, ‘나는 불합리하게 나의 성과를 빼앗긴 적이 있다’ 등의 문항이 포함되어 있다. 두 번째 하위요인인 ‘정서/신체적 반응’은 억울의 정서적 특성과 신체적 특성을 반영한 요인으로, ‘나는 서럽고 심적으로 괴롭다’, ‘나는 우울하고 무기력하다’, ‘나는 계속 가슴이 답답하다’, ‘나는 자꾸 눈물이 난다’와 같은 문항이 포함되어 있다. 마지막으로, ‘회피적 행동’은 억울의 행동적 특성을 측정하는 요인으로, ‘나는 매우 화가 났지만 불이익을 당할까봐 화를 참는다’, ‘나는 부당함에 대해서 제대로 말하지 못하고 자리를 피한다’ 등의 문항이 포함된다.

한국 문화권에서 억울은 화병이나 자살과 깊은 관련이 있다. 먼저, 여러 연구를 통해 억울은 화병의 핵심 원인으로 보고되었다(김은하, 장윤지, 2015; Park, 2014). 화병은 한국 문화에서 발생하는 문화증후군(Korean culture-bound syndrom)으로 분노, 불안, 강박증, 답답

함, 짜증, 과민함, 우울 등의 심리적 증상과 소화불량, 가슴 통증, 몸과 얼굴의 열기, 상복부에 덩어리가 있는 느낌, 치밀어오름, 어지러움과 같은 신체적 증상, 한숨, 하소연, 사소한 일에 욕함과 같은 행동적 증상을 동반한다(민성길, 1989). 화병은 원망스럽고 억울한 감정으로 느끼는 분노를 제대로 표출하지 못해 발생하는 병으로(한민, 류승아, 2018), 화병 환자들은 자신을 타인으로부터 부당한 대우를 받은 피해자라고 생각하여 억울을 느끼고 그 감정을 억압한 결과 화병을 겪게 된 것으로 나타났다(김은하, 장윤지, 2015; Park, Kim, Schwartz-Barcott, & Kim, 2002). 이러한 맥락에서, 권정혜 등(2008)이 개발한 화병 척도에도 억울과 관련이 있는 문항(‘나는 억울하게 느낀다’, ‘세상이 불공평하다고 느낀다’)이 포함되어 억울과 화병의 관련성을 알 수 있다.

더불어, 한국에서 억울은 자살로 이어질 수 있다. 예를 들어, 문화심리학적 관점에서 자살에 대해 조망한 김효창(2010)에 따르면, 서양 문화권과 한국 문화권에서 자살을 유발하는 정서가 상이한데, 전자의 경우, 불안과 우울이 자살을 초래하는 핵심 정서인 반면에 후자의 경우, 억울이나 분노가 자살과 연관성이 깊다. 또한 한국건강증진재단(2013)의 조사에서도 한국인들은 관계나 외부환경에 의한 스트레스나 억울한 감정 때문에 자살을 시도하는 경우가 많은 것으로 보고되었다. 즉 한국인들은 억울한 누명을 벗거나 자신의 억울함을 알리거나 자신을 부당하게 대하는 태도에 항의하기 위해 자살을 선택한다는 것이다(김충렬, 2014). 이를 반영하듯, 언론 보도를 통해 ‘억울하다’라는 메시지를 남기고 자살하는 사례를 종종 접할 수 있다(한민, 류승아, 2018).

이처럼, 억울이 화병이나 자살을 유발하는

주요 정서임에도 불구하고, 아직까지 관련 연구는 소수에 불과하고 다음과 같은 한계점을 지닌다. 첫째, 대부분의 선행 연구들은 대학생을 포함한 20대 혹은 30대를 대상으로 하였기 때문에(전예슬, 김은하, 2021; 한민, 류승아, 2018), 그 결과를 일반 성인들에게 일반화시키기 어렵다는 한계가 있다. 개인의 연령, 취업 여부, 결혼 여부 등에 따라 억울을 느끼는 이유가 다를 수 있다는 점을 고려할 때(전예슬, 김은하, 2021), 대학생 뿐만 아니라 다양한 연령과 세대를 대상으로 억울 연구를 진행할 필요가 있다. 이에, 본 연구에서는 취업한 기혼 남녀의 억울 경험에 주목하였는데, 그 이유는 기혼 직장인들의 경우, 일과 가정의 경계를 오가면서 양쪽에서 모두 스트레스를 경험하기 때문에 억울과 화병에 취약할 수 있어서이다. 특히, 한국의 직장인들이 장시간 근로, 일 중심, 위계질서 중심의 조직문화로 인해 일-가정 사이에서 갈등을 경험할 가능성이 높다는 점을 고려할 때(현솔지, 백학영, 2020), 취업한 기혼 남녀가 일과 가정에서 어떤 억울을 경험하고 있는지에 대해 알아보는 것은 의미있는 작업이 될 것이다.

둘째, 억울에 대한 선행 연구의 또 다른 한계점은 성별에 따른 억울 경험을 살펴보지 않았다는 점이다. 관련 연구를 통해 성역할 고정관념과 사회화로 인해 남성과 여성이 스트레스 및 화병을 경험하는 이유가 다르다는 결과가 보고되었지만, 아직까지 남성과 여성이 어떤 다른 이유로 억울을 경험하는지에 대해 탐색한 연구는 없었다. 기혼 남성과 여성의 스트레스 및 화병에 대한 연구를 살펴보면, 기혼 여성은 전통적인 가부장적 문화 속에서 시댁문제, 남편 및 자녀와의 문제, 남편의 경제적 무능력 등으로 스트레스를 경험하고, 심

각한 경우, 화병을 경험하는 것으로 나타났다(김은하, 김혜림, 2015; 김은하, 장윤지, 2015; 신혜숙, 신동수, 2004). 더불어, 취업한 기혼 여성의 경우, 직장과 가정을 양립함에 따른 이중부담으로 인해 우울증이나 만성피로에 취약한 것으로 확인되었다(안윤숙, 김홍주, 이현진, 하영진, 2016).

이에 반해, 남성의 화병에 대한 연구는 상대적으로 소수이지만, 가족 부양에 대한 부담감, 직장 내에서의 과도한 업무 수행, 상사와의 갈등, 승진 좌절, 명예퇴직과 감원에 대한 압박감 등이 남성의 화병과 관련이 있는 것으로 보고되었다(김은하, 남현숙, 김태훈, 2013; 전숙영, 박금주, 최지영, 민하영, 김경은, 2011). 또한, 기혼 남성의 경우, 최근 여성의 사회진출과 사회적 지위가 향상되면서 경제적 책임과 더불어 가사노동과 자녀 양육에 있어 더 많은 역할을 기대받고 있어, 직장과 가정에서의 이중역할로 인한 스트레스를 받고 있다(장은경, 천성문, 박성현, 2020; 현솔지, 백학영, 2020). 이와 같이, 기혼 남성과 여성이 서로 다른 이유로 스트레스와 화병을 경험한다는 점 그리고 취업한 기혼 여성과 기혼 남성이 추가적으로 일-가정간의 갈등을 경험한다는 점으로 미루어 볼때, 이들을 대상으로 한 억울 연구가 필요하다고 판단하였다.

마지막으로, 기존 연구들은 억울할 때 개인이 취하는 다양한 행동에 대해 구체적인 결과를 제시하지 못했다는 한계가 있다. 관련 연구를 살펴보면, 억울은 주로 회피적 행동(예, 참거나 화를 억누름, 무행동, 상대와의 관계 단절)나 소극적 대처 행동(제삼자에게 토로함)과 관련이 있는 것으로 확인되었는데, 예를 들어, 앞서 언급한 전예슬과 김은하(2021)가 개발한 억울 척도에서도 회피적 행동을 측정

하는 문항만을 포함하고 있다. 하지만, 서신화 등(2016)의 연구에 참여한 일부 참여자들은 억울할 때 ‘적극적 토로’도 한 것으로 나타났는데, 예를 들어, 상대방에게 화를 내거나 우는 등 직접적으로 감정을 표출하거나 상대방에게 직접 따지거나 강하게 자신의 주장을 알린 것으로 확인되었다. 또한 정재욱 등(2019)의 연구에서도, 한국과 같은 집단주의 문화에서 부정적인 정서표현이 억제된다는 과거 연구와 달리(Matsumoto, & Hwang, 2010), 참여자들은 자신의 억울을 해소하겠다는 동기가 강할 때는 적극적으로 자신의 감정이나 의견을 표현한 것으로 나타났다. 이처럼, 억울한 상황에서 모든 한국 사람들이 회피나 소극적 행동을 보이지 않는다는 점 그리고 자신의 상대적인 지위나 맥락에 따라 허용되는 행동이 다르다는 점을 고려할 때(정재욱 등, 2019), 취업한 기혼 남성과 여성이 억울할 때 어떤 행동을 취하는지에 대해 살펴볼 필요가 있겠다. 또한 남성이 스트레스 상황에서 여성에 비해 적극적 대처와 문제중심적 대처를 많이 사용하는 반면에 여성은 남성에 비해 정서적 대처와 사회적 지지 추구 대처를 많이 사용한다는 선행 연구의 결과로 미루어 볼 때(김혜숙, 최은영, 김성민, 2011; 이상희, 2018) 억울할 때 취하는 행동도 성별에 따라 차이가 있을 수 있다. 이에 본 연구에서는 억울의 원인뿐만 아니라 억울할 때 취하는 행동에 있어서도 어떤 성별 차이가 나는지 알아보았다.

이상의 내용을 종합하면, 억울은 한국인에게서 많이 나타나는 정서로, 심각한 경우, 화병이나 자살로 이어질 수 있다. 최근 화병 환자가 급격하게 증가하고(허운미, 2020) 한국인의 자살률이 OECD 회원국 1위인 시점에서, 한국인들이 억울을 경험하는 이유 그리고 억

울할 때 취하는 행동에 대해 살펴보는 것은 의미있는 작업이 될 것이다. 특히, 본 연구에서는 취업한 기혼 남녀가 직장과 가정에서 모두 억울을 경험할 수 있다는 점을 고려하여, 이들의 억울 경험에 대해 알아보았다. 구체적으로, 본 연구에서 설정한 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, 취업한 기혼 남성과 여성이 일반적으로 억울을 느끼는 이유는 무엇인가? 둘째, 취업한 기혼 남성과 여성이 각각 자신의 성별과 관련하여 억울을 느끼는 이유는 무엇인가? 셋째, 취업한 기혼 남성과 여성이 억울할 때 취하는 행동은 무엇인가? 넷째, 성별에 따라 억울할 때 취하는 행동이 어떻게 다른가?이다.

방 법

연구 참여자

본 연구의 참여자들은 직장을 다니고 있는 기혼 남성과 여성으로, 전문 설문조사 업체를 통해 모집되었다. 연구 참여자들은 온라인상으로 본 연구의 목적, 방법, 이익, 보상, 해 등에 대한 내용을 읽고, 자발적으로 온라인 설문에 참여한 후, 보상으로 삼천 원 상당의 기프티콘을 받았다. 참여자들의 평균 연령은 47.092(SD=10.693)세였고, 성별 비율은 남성 120명(50.0%), 여성 120명(50.0%)이었다. 참여자들의 최종 학력은 고등학교 졸업 23명(5.8%), 대학교 졸업 173명(43.8%), 대학원 졸업 이상 44명(11.1%)이었고, 직업 분포는 일반 사무/관리자 170명(70.8%), 영업직 9명(3.8%), 생산/노무직 15명(6.3%), 서비스직 17명(7.1%), 전문직 29명(12.1%)이었다. 마지막으로, 참여자들

의 근로 형태는 정규직 199명(82.9%), 비정규직 41명(17.1%)이었고, 월평균 소득은 5,722,170 (SD=1,926,021)원이었다.

온라인 설문지

온라인 설문지는 기존의 억울과 화병에 대한 양적 및 질적 연구에서 사용된 질문을 토대로 연구자 1인이 구성하였고, 이후, 연구팀 논의 및 합의, 예비면접 결과, 상담심리 전공 박사 1명의 자문을 통해 최종 완성되었다. 온라인 설문지의 문항은 표 1에 제시하였다.

분석 방법

본 연구에서는 수정된 합의적 질적 연구 (Consensual Qualitative research-Modified; CQR-M) 방법을 사용하여 자료 분석을 실시하였다. CQR-M은 CQR에서 파생된 연구방법으로, 50명~150명 정도의 비교적 큰 표본을 통해 얻은 짧은 설문지 자료를 분석하기 위해 사용된다(Spangler, Liu, & Hill, 2012). CQR과 CQR-M은 동일하게 여러 명의 연구자들이 독립적으로 자료를 분석한 다음, 논의를 통해 합의해 가는 절차를 밟는다. 본 연구에서 CQR-M을 선택한 이유는 CQR이 개인의 사고나 감정을 심층적으로 탐색할 수 있으며, 분석팀의 합의 과정을 포함하기 때문에 연구자 개개인의 주관적인 해석을 최소화 할 수 있기 때문이다

(Hill et al., 2005). 다만, 취업한 기혼 남성과 여성의 표집층이 넓고, 이들의 억울 경험에 대한 선행 연구가 많지 않다는 점을 고려할 때, 소수의 개별 인터뷰 방법보다는 다수를 대상으로 한 설문지 방법이 더 적합하다고(김단비, 주은선, 2020; 남순임, 김윤희, 2019) 판단하여 CQR이 아닌 CQR-M을 채택하였다.

본 연구에서는 자료 분석을 위해 연구진 2명과 학부과정 학생 1인으로 분석팀을 구성하였다. 본 연구진 2명 중 1인은 상담심리 전공 박사이자 현직 교수로, CQR과 CQR-M을 포함한 여러 질적 연구방법론으로 다수의 논문을 쓴 경험이 있다. 또한 연구진 2인은 상담심리 전공 박사 학생으로, CQR-M을 사용하여 논문을 쓴 바 있다. 마지막으로, 분석팀에 참여한 학부과정 학생은 심리학과 전공 학생으로 본 연구자 2인과 함께 CQR-M 연구에 대해 논의하며 자료를 분석하고 합의해 나갔다. 분석팀은 총 240부의 수집된 온라인 설문지를 개별적으로 읽으면서 자료 분석을 준비하였는데, 특히, 자료 분석에 앞서 본 연구의 주제에 대한 각자의 기대와 편견에 대해 솔직하게 이야기하고, 이러한 기대와 편견이 분석 과정에 미치는 영향을 줄일 수 있는 방법에 대해 의견을 나누는 시간을 가졌다.

분석팀에서 논의한 기대와 편견은, 억울의 원인의 경우, ‘내가 하지 않은 일에 대해 책임을 져야 할 때’, ‘나의 진심을 남들이 몰라줄 때’ 등이었고, ‘여성과 남성이 억울을 느끼는

표 1. 온라인 설문지 문항

지난 3년간 억울함을 느낀 이유 혹은 상황에 대해 구체적으로 적어주세요.
억울함을 느낄 때, 주로 어떤 행동을 하는지 적어주세요.
한국 사회에서 여성이 어떤 이유로 억울함을 느끼는지 적어주세요.
한국 사회에서 남성이 어떤 이유로 억울함을 느끼는지 적어주세요.

이유가 다를 것이다'였다. 예를 들어, 분석팀은 여성의 경우, "남편과 양육 및 가사노동 부담이 제대로 이루어지지 않아 억울을 느낄 것이다", "시댁 문제나 명절로 인해 억울을 느낄 것이다"인 반면에 남성의 경우, "군대 문제", "역차별", "상사의 갑질" 등으로 억울을 느낄 것이라는 이야기를 나누었다. 또한 억울을 느꼈을 때 취하는 행동으로는 무시함, 참음, 무대응 등 회피적인 행동을 가장 많이 했을 것이라는 기대에 대해 논의하였다.

분석팀은 이러한 기대와 편견이 자료 분석에 영향을 미치지 않도록 설문지 응답을 꼼꼼히 읽으며 참여자의 경험을 이해하고자 노력하였고, 합의를 통해 결과를 도출하였다. 합의 과정에서 나온 이견의 예로는 '학연, 지연, 나이, 지위 등으로 부당한 대우를 받을 때'와 '업무적으로 불이익을 받을 때'를 한 개의 범주로 합칠 것인가, '주거 마련의 어려움'과 '경제적 어려움과 상대적 박탈감'을 한 개의 범주로 합칠 것인가, '혼자 감정 표현함'을 '회피적 행동' 영역과 '간접적 표출' 영역 중 어떤 영역에 포함시킬 것인가 등이었다. 이러한 연구자들의 다른 의견들은 참여자의 응답을 반복해서 읽고 관련 문헌을 참조하며 논의를 통해 합의에 이르렀다.

마지막으로, CQR-M은 CQR와 달리 자료가 상대적으로 간단하고 맥락에서 자유롭기 때문에 감수를 필수로 요구하지 않지만(Spangler, Liu, & Hill, 2012), 본 연구에서는 결과에 대한 타당성을 최대한 향상시키고자 외부 감수자 1명으로부터 자료 분석 결과에 대한 감수를 받았다. 감수자는 상담 심리 전공 교수로, 질적 연구 방법으로 다수의 연구를 수행한 경험이 있다.

분석 절차

영역과 범주 구성

분석팀 연구자들은 먼저 원자료 중 30개 설문지를 무작위로 선정하여 개별적으로 분석한 후, 논의를 거쳐, 연구문제 별로 영역과 범주를 목록화하였다. 다음으로, 평정자들은 20개의 설문지를 더 분석한 후, 첫 목록에 포함된 영역과 범주를 수정 및 보완하였다. 이후, 수정한 목록을 토대로, 평정자들은 각자 60~70개의 설문지에 대해 영역과 범주를 구성한 후, 평정자의 분석 결과에 대해 다른 평정자가 감수하고 수정하는 과정을 거쳤다. 개별 분석 과정이 끝난 후, 분석팀은 도출된 영역과 범주를 함께 검토 및 수정하고 합의하는 과정을 세 차례 반복하였다. 또한 합의된 영역과 범주에 대한 감수도 받았는데, 그 결과, 영역을 좀 더 포괄적인 것으로 합치고, 중복되는 범주들을 통합하는 것에 대한 제안을 받았고, 이를 분석팀에서 논의 한 후 수정하고 합의하는 과정을 진행하였다. 감수를 통해 수정한 예시는 '내가 한 말이나 행동의 의도가 곡해될 때'와 '내 진심을 알아주지 않을 때'를 한 개의 범주로 통합하고, '경제적 어려움'과 '투자 실패'를 두 개의 영역으로 구분함 등이 있다.

범주의 비율 제시

최종적으로 영역 및 범주명을 확인한 후, 각 범주에 대한 비율 분석을 실시하였다. CQR에서는 모든 사례 또는 한 사례를 제외한 모든 사례가 포함되는 경우 '일반적', 절반 이상의 사례에 적용되는 경우 '전형적', 적어도 2사례 이상부터 절반까지를 '드문'이라는 빈도명을 사용하지만, CQR-M은 각 범주의 반응

수를 해당 영역의 총 반응 수로 나눈 비율로 빈도를 제시한다. 분석팀은 논의와 합의를 거쳐 참여자들의 응답 내용이 한 개 이상의 범주에 해당하면 응답 내용을 구분하여 해당하는 모든 범주에 코딩하였고, 한 문장 이상으로 응답하였어도 내용이 한 개의 범주에만 속하는 경우에는 한 개의 범주로만 코딩한 후, 범주의 비율을 각각 표기하였다.

결 과

억울의 원인

억울을 느낀 원인에 대한 참여자들의 응답을 분석한 결과, 4개의 영역(‘내가 감당할 이유가 없거나 나에게 대해 오해할 때’, ‘공정한 평가나 대우를 받지 못할 때’, ‘건강이나 경제

적 어려움을 경험할 때’, ‘관계적 어려움을 경험할 때’, ‘한국사회의 부정부패를 접할 때’)이 도출되었다. 영역별 범주, 빈도 및 비율은 표 2에 제시하였고, 각 영역별로 결과를 기술하면 다음과 같다.

내가 감당할 이유가 없거나 나에게 대해 오해할 때

첫 번째 영역은 ‘내가 감당할 이유가 없거나 나에게 대해 오해할 때’로, 1) 내 책임이 아닌 일을 감당함, 2) 내가 한 말이나 행동의 의도가 곡해될 때 3) 타인으로 인해 내가 실질적인 피해를 당함이라는 3개의 범주가 도출되었다. 먼저, ‘내 책임이 아닌 일을 감당함’은 내가 한 일이 아니거나 내 실수가 아님이 명백함에도 비난을 받거나 책임을 져야 했던 상황에서 억울을 느꼈다는 범주로, ‘내가 잘못하지 않았는데 나의 잘못으로 누명을 쓰고 징계

표 2. 억울의 원인

영역	범주	빈도	(%)
내가 감당할 이유가 없거나 나에게 대해 오해할 때	1) 내 책임이 아닌 일을 감당함	144	18.136
	2) 내가 한 말이나 행동의 의도가 곡해됨	99	12.469
	3) 타인으로 인해 내가 실질적인 피해를 당함	72	9.068
공정한 평가나 대우를 받지 못할 때	4) 학연, 나이, 지위 등으로 부당한 대우를 받음	103	12.972
	5) 노력한 만큼 보상이나 결과가 따르지 않음	99	12.469
건강이나 경제적 어려움을 경험할 때	6) 경제적 어려움과 상대적 박탈감	51	6.423
	7) 건강 문제	10	1.259
	8) 투자 실패	6	0.756
관계적 어려움을 경험할 때	9) 가족과의 갈등	82	10.327
	10) 직장에서 갈등	80	10.076
	11) 상대방이 자신의 잘못을 인정하지 않음	24	3.023
한국사회의 부정부패를 접할 때	12) 정치인들과 공무원들의 비리	18	2.267
	13) 법적 비리	6	0.756

를 받을 때’, ‘나와 상관없이 직장에서 사고가 났는데, 상급자로부터 확인 감독이 소홀하다면서 사유서 작성하라고 할 때’, ‘내가 잘못된 일이 아닌데도 내가 수습해야 할 때’ 등의 내용이 포함되었다. 둘째, ‘내가 한 말이나 행동의 의도가 곡해됨’은 상대방이 자신의 말이나 행동을 오해하거나 자신의 진심을 알아주지 않을 때 억울을 느꼈다는 내용의 범주로. 예를 들어, ‘선의로서 한 행동을 이웃들이 악의로 해석할 때’, ‘본의 아니게 무시한다고 들었을 때’, ‘직장동료와 밥 먹는 걸 이상한 색안경을 끼고 볼 때’, ‘친척들이 내 형편을 생각하지 않고 도와주지 않는다고 오해할 때’, ‘가족을 위하는 행동을 안 좋은 행동으로 오해할 때’ 등이 언급되었다. 또 다른 범주로, ‘타인으로 인해 내가 실질적인 피해를 당함’은 타인의 잘못으로 피해를 보았을 때 억울을 느꼈다는 범주로, ‘사촌이 상의도 없이 비영리법인을 돈 받고 팔아서’, ‘일 안 하는 팀 구성원의 일까지 맡아하기, 성과가 낮은 구성원의 일을 봐 주면서 업무시간 증가’, ‘보이스피싱을 당해서 돈을 사기당함’, ‘후배 사원의 업무 추가로 인해 휴가를 다 쓰지 못해서’, ‘금융기관 직원의 배신 행위’ 등이 언급되었다.

공정한 평가나 대우를 받지 못할 때

두 번째 영역인 ‘공정한 평가나 대우를 받지 못할 때’에는 1) 학연, 나이, 지위 등으로 부당한 대우를 받음과 2) 노력한 만큼 보상이나 결과가 따르지 않음이라는 2개 범주가 포함되었다. 먼저, ‘학연, 나이, 지위 등으로 부당한 대우를 받음’은 학연, 나이, 지위로 인해 부당한 대우나 차별을 받아 억울을 느꼈다는 범주로, 주로 상사나 상급 계약 기관의 ‘갑질’과 관련된 내용이 포함되었다. 예를 들어, ‘상

급 계약기관의 갑질로 인한 생계 위협’, ‘상사가 이유없이 괴롭힘’, ‘퇴근을 못하게 하는 상사, 퇴근 후에도 카톡하는 상사’ 등이 언급되었다. 둘째, ‘노력한 만큼 보상이나 결과가 따르지 않음’은 자신이 들인 에너지나 시간에 비해 적절한 보상을 받지 못하거나 적절한 결과가 따르지 않을 때 억울을 느꼈다는 범주로, 특히, 직장에서 정당한 결과를 얻지 못했던 상황들이 포함되었다. 가령, ‘일은 내가 많이 하는데 대표의 가족이라는 이유로 급여나 기타 상여금이 나보다 좋을 때’, ‘노력에 비해 승진이 안 됨’, ‘직장에서 노력에 비해 인정받지 못할 때’, ‘정당치 못한 업무 평가’ 등이 있었다.

건강이나 경제적 어려움을 경험할 때

세 번째 영역은 ‘건강이나 경제적 어려움을 경험할 때’로, 1) 경제적 어려움과 상대적 박탈감, 2) 건강 문제, 3) 투자 실패라는 3개의 범주가 포함되었다. 먼저, ‘경제적 어려움과 상대적 박탈감’은 코로나로 인해 경제적 어려움이 가중되었다는 내용과 경제적으로 다른 사람과 비교할 때 상대적 박탈감을 느꼈다는 범주이다. 예를 들어, ‘코로나로 인해 남편이 실직하여 수입이 감소됨’, ‘집값이 너무 올라 돈을 모아도 살 수 없어 억울하다’, ‘나도 열심히 살았는데, 남들은 편찮게 살고 나만 돈이 없는 거 같아 속상함’ 등이 확인되었다. 둘째, ‘건강문제’는 과로로 인한 ‘피로감’이나 반복되는 ‘술자리’로 인해 건강에 이상이 생겨 억울을 느꼈다는 범주이다. 셋째, ‘투자 실패’는 소수의 의견이었지만, 부동산, 주식, 비트코인 등과 같은 투자에 실패해서 억울을 느꼈다는 범주로, 가령, ‘판 집은 오르고, 산 집은 떨어짐’, ‘타이밍을 놓쳐서 투자 기회 상실’

등의 내용이 포함되었다.

관계적 어려움을 경험할 때

네 번째 영역은 ‘관계적 어려움을 경험할 때’로 1) 가족과의 갈등, 2) 직장에서의 갈등, 3) 상대방이 자신의 잘못을 인정하지 않을 때라는 3개의 범주가 포함되었다. 먼저, ‘가족과의 갈등’은 이 영역에서 가장 많이 나온 범주로, 부모 봉양이나 상속 문제로 발생하는 가족 간에 갈등, 배우자의 이유 없는 짜증이나 잔소리, 배우자에게 무시당할 때 억울을 느꼈다는 내용을 포함한다. 예를 들어, ‘부모님 봉양 문제로 형제자매간의 갈등과 불화’, ‘처가와 본가에 용돈 드리는 상황에서 와이프와의 갈등’, ‘가족 간의 상속재산 싸움’, ‘자기 마음을 몰라준다고 맨날 짜증내는 배우자’, ‘집안일이 많다며 짜증내고 잔소리하는 배우자’, ‘배우자한테 무시당한다고 생각될 때’ 등이 언급되었다. 둘째, ‘직장에서 갈등’은 앞서 언급한 ‘학연, 나이, 지위 등으로 부당한 대우를 받음’이라는 범주에 포함되는 상사의 갑질과 달리 직장 동료와의 갈등(예. ‘직장에서의 인간관계’, ‘나와 생각이 다른 동료들과 의견충돌 했을 때’, ‘말도 안 하고 같은 사무실에서 일할 때’)으로 억울을 느꼈다는 범주이다. 셋째, ‘상대방이 자신의 잘못을 인정하지 않을 때’는 잘못된 상대방이 자신의 잘못을 인정하지 않을 때 억울을 느꼈다는 범주로, ‘상대방이 실수를 인정 안 하고 우겼을 때’, ‘내가 피해를 본 상황에서 되려 적반하장식으로 나올 때’, ‘잘못하고 사과를 하지 않음’ 등이 포함되었다.

한국사회의 부정부패를 접할 때

다섯 번째 영역은 ‘한국사회의 부정부패를 접할 때’로 1) 정치인들과 공무원들의 비리, 2)

법조 비리라는 2개의 범주가 포함되었다. 먼저, ‘정치인들과 공무원들의 비리’는 정치인이나 공무원들의 비리를 볼 때 억울을 느꼈음을 반영한 범주로, ‘공직자들의 비리, 특히 LH 및 한국도로공사의 도둑질’, ‘정치인의 이기적인 행동’ 등이 확인되었다. 둘째, ‘법조비리’는 판사나 검사들의 비리 때문에 억누르겠다는 범주로, ‘돈으로 재판하는 판사’, ‘검사들끼리 짜고 치는 수사’, ‘제 식구 계속 감싸는 검사’ 등이 포함되었다.

남성이 억울을 느끼는 원인

‘남성이 억울을 느끼는 원인’에 대한 참여자들의 응답을 분석한 결과, 4개의 영역(‘남성이라는 이유로 비난을 받을 때’, ‘직장 관련 어려움을 경험할 때’, ‘성역할 고정관념을 경험할 때’, ‘차별을 경험할 때’)이 도출되었다. 영역별 범주, 빈도 및 비율은 표 3에 제시하였고, 그 결과는 다음과 같다.

남성이라는 이유로 비난받을 때

첫 번째 영역은 ‘남성이라는 이유로 비난받을 때’로 1) 모든 남성이 성추행범이라는 인식과 2) 성차별의 원인이 남성에게 있다는 인식이라는 2개의 범주가 포함되었다. 먼저, ‘모든 남성이 성추행범이라는 인식’은 모든 남성이 잠재적 성추행 가해자라는 사회적 인식 때문에 억울을 느꼈다는 범주이다. 예를 들어, ‘성추행의 주범이 주로 남성이라는 이유로 올라미 써지므로’, ‘남성은 여성과 관련해서는 무조건 성추행 가해라는 인식’ 등이 포함되었다. 또 다른 범주인 ‘성차별의 원인이 남성에게 있다는 인식’은 모든 남성들이 성차별을 하거나 성차별이 개개인 남성의 잘못 때문에 발생

표 3. 남성이 억울을 느끼는 원인

영역	범주	빈도	(%)
남성이라는 이유로 비난받을 때	1) 모든 남성이 성추행범이라는 인식	15	4.412
	2) 성차별의 원인이 남성에게 있다는 인식	4	1.176
직장 관련 어려움을 경험할 때	3) 과도한 업무량	37	10.882
	4) 수직적 조직문화	14	4.118
	5) 승진에서 밀릴 때	6	1.765
성역할 고정관념을 경험할 때	6) 군대 문제	58	17.059
	7) 가장의 역할	51	15
	8) 힘든 일(육체적인 업무)을 도맡아 함	42	12.353
	9) 강해야 하고 약함을 보여서는 안 됨	40	11.765
	10) 책임에 대한 의무감	19	5.588
	11) 여성을 배려해야 함	13	3.824
	12) 성공에 대한 압박감	10	2.941
차별을 경험할 때	13) 역차별	25	7.353
	14) 신분 차별	4	1.176
	15) 학력 차별	2	0.588

한다라는 편견 때문에 억울을 느꼈다는 범주
로, “남성들이 성차별한다고 비난함”, “모든 남
성이 성차별 주범이라고 생각할 때” 등이 언
급되었다. 이러한 두 개의 범주는 남성을 일
종의 ‘가해자’라고 가정하는 편견 때문에 남성
들이 억울을 느낄 수 있음을 의미한다는 점에
서 유사하다.

직장 관련 어려움을 경험할 때

두 번째 영역인 ‘직장 관련 어려움을 경험
할 때’에는 1) 과도한 업무량, 2) 수직적 조직
문화, 3) 승진에서 밀릴 때라는 3개의 범주가
포함되었다. 첫째, ‘과도한 업무량’은 단순히
업무가 많은 것과 더불어 잦은 야근과 성과에
대한 과도한 경쟁과 압박으로 억울하다는 범

주로, 예를 들어, ‘강도 높은 업무가 지속될
때’, ‘야근을 강요당할 때, 야근이 당연하게 여
겨지는 분위기’, ‘직장에서의 과도한 치열한
경쟁’, ‘업무 성과를 달성해야 한다는 스트레
스’ 등이 포함되었다. 둘째, ‘수직적 조직문화’
는 직급이 낮을수록 상사의 갑질로 인한 부당
한 대우를 참아야 하기 때문에 억울을 느꼈다
는 범주로, ‘상사들의 일방적 술자리 문화’,
‘상사에게 무조건 참아야 한다는 인식’, ‘직급
이 낮다는 이유로 부당한 지시를 참아야 하는
회사 문화’ 등이 확인되었다. 셋째, ‘승진에서
밀릴 때’는 승진 과정이 공정하지 않아 승진
하지 못하거나 동기나 후배보다 늦게 승진할
때 억울을 느꼈다는 범주로, ‘후배들이 나보다
먼저 승진할 때’, ‘승진에서의 갈등이 있어 동

기보다 승진이 밀림' 등이 언급되었다.

성역할 고정관념을 경험할 때

세 번째 영역은 '성역할 고정관념을 경험할 때'로 1) 군대 문제, 2) 가정의 역할, 3) 힘든 일(육체적인 업무)을 해야 함, 4) 강해야 하고 약함을 보여서는 안 됨, 5) 책임에 대한 의무감, 6) 여성을 배려해야 함, 7) 성공에 대한 압박감 등의 7개 범주가 포함되었다. 먼저, '군대 문제'는 방역의 의무가 남성만의 의무이기 때문에 억울하다는 범주로, 예를 들어, '남자만 군대가야 할 때', '남자라서 군대 가서 고생하는 것', '남자만 군대 다녀와서 여자에 비해 사회적 진입이 상대적으로 늦어짐' 등의 언급되었다. 둘째, '가정의 역할'은 남자에게 부여되는 '가장' 혹은 경제적 부양자로서의 역할을 수행해야 하기 때문에 억울하다는 범주로, '결혼자금에서 아직도 남자는 집을 해결해야 한다고 생각할 때', '남자이기 때문에 가족 부양의 무한책임을 져야 한다는 부담이 있어서', '가장으로서 집을 장만해야 하고, 돈을 많이 벌어야 한다는 책임' 등의 내용이 포함되었다. 셋째, '힘든 일(육체적인 업무)을 해야 함'은 남자라는 이유로 육체적인 일을 도맡아야 하기 때문에 억울을 느꼈다는 범주로, '육체적인 일을 무조건 남자에게 미룰 때', '체력을 요하는 업무는 남성이 주로 함', '아파도 힘든 일은 여자 대신 남자가 다 해야 하는 분위기' 등의 내용이 포함되었다. 넷째, '강해야 하고 약함을 보여서는 안 됨'은 남자는 강해야 하고, 취약함을 보여서는 안 되며, 감정을 억제할 수 있어야 한다 등의 남성상에 대한 규범을 지켜야 하기 때문에 억울하다는 범주이다. 가령, '남자는 항상 강해야 한다는 인식이 있을 때', '힘들 때 일수록 남자는 강해야

하고 울면 안 된다고 주위에서 이야기할 때' 등이 언급되었다. 또 다른 남성성과 관련된 범주로, '책임에 대한 의무감'은 남성이라는 이유로 가정에서 뿐만 아니라 사회 전반적으로 책임감을 요구 혹은 강요받아 억울하다는 범주로, '남자는 모든 것을 책임져야 한다는 의무감', '여성에게 비해 남자에게 과중된, 편중된 책임감 기대', '남자라서 내가 책임져야 한다는 말을 들었음' 등이 언급되었다. 다음으로, '여성을 배려해야 함'은 남성이기 때문에 여성을 도와주어야 하고 양보해야 한다는 인식 때문에 억울을 느꼈다는 범주로, 예를 들어, '여성을 배려해야 한다는 조건하에 업무에 대해서도 도와주어야 할 때', '여자가 무조건 봐줘야 할 때', '여성 동료의 눈치를 주면 다 양보해야 하는 분위기' 등이 확인되었다. 마지막으로, '성공에 대한 압박감'은 또 다른 남성성과 관련된 범주로, '남자니까 여성보다 더 잘해야 한다는 압박감', '남성이라면 최고가 되어야 한다는 사회적 편견', '남자라면 일을 잘해야 하고, 일에서 성취해야 한다는 기대' 등의 내용이 포함되었다.

차별을 경험할 때

마지막 영역으로 '차별을 경험할 때'에는 1) 역차별, 2) 신분 차별, 3) 학력 차별이라는 3개의 범주가 포함되었다. 먼저, '역차별'은 여성우대 정책으로 남성들이 도리어 차별을 받기 때문에 억울하다는 범주로, 이 영역에서 가장 응답 비율이 높게 나타났다. 예를 들어, '여성우선시에 대한 역평등', '여성우대정책을 쓸 때', '사회에서 여성이라는 이유로 남성을 차별할 때', '남녀 평등이란 명목하에 역차별 받음', '여성에 대한 차별을 줄이기 위해 오히려 남성이 역차별 당함. 여성우선 주차 등'이 포

함되었다. 둘째, ‘신분 차별’은 낮은 신분이나 지위로 인해 차별을 당하기 때문에 억울을 느꼈다는 범주로, ‘다른 남자에 비해 사회적 지위가 낮다는 이유’, ‘계급에 따른 언어폭력’, ‘낮은 사회적 신분으로 인해 부당한 대우를 받음’ 등의 내용이 언급되었다. 마지막으로, ‘학력 차별’은 학력과 관련된 차별이 억울의 원인이 될 수 있다는 범주로, ‘학연 등에 의한 직장내 차별’, ‘가방끈의 차이로 차별을 당한 것’ 등이 확인되었다.

여성이 억울을 느끼는 원인

‘여성이 억울을 느끼는 원인’에 대한 참여자들의 응답을 분석한 결과, 5개의 영역(여성

은 남성에 비해 ‘약함’ 때문에’, ‘직장 관련 어려움을 경험할 때’, ‘여성에 대한 성적대상화 때문에’, ‘성역할 고정관념을 경험할 때’, ‘남성우월주의 때문에’)이 도출되었다. 영역별 범주, 빈도 및 비율은 표 4에 제시하였고, 그 결과는 다음과 같다.

여성은 남성에 비해 ‘약함’ 때문에

첫 번째 영역인 ‘여성은 남성에 비해 ‘약함’ 때문에’는 1) 신체적으로 약함, 2) 성격, 3) 피해의식, 4) 대처능력이 부족함이라는 4개의 범주가 포함되었다. 먼저, ‘신체적으로 약함’은 여성이 남성에 비해 신체적으로 강하지 못하기 때문에 억울을 느꼈다는 범주로, ‘신체적으로 힘이 약하니까’, ‘남자보다 신체적으로 힘

표 4. 여성이 억울을 느끼는 원인

영역	범주	빈도	(%)
여성은 남성에 비해 ‘약함’ 때문에	1) 신체적으로 약함	33	6.471
	2) 성격	21	4.118
	3) 피해의식	17	3.333
	4) 대처능력이 부족함	6	1.176
직장 관련 어려움을 경험할 때	5) 남성에 비해 낮은 월급	38	7.451
	6) 남성에 비해 취직이나 승진 기회가 적음	38	7.451
	7) 업무에서 배제됨	19	3.725
여성에 대한 성적대상화 때문에	8) 남성에 비해 인정받지 못함	6	1.176
	9) 성추행/성희롱/성폭행	27	5.294
성역할 고정관념을 경험할 때	10) 여성의 외모를 중시함	14	2.745
	11) 가사부담, 임신, 자녀양육	79	15.49
	12) 시댁	35	6.863
남성우월주의 때문에	13) 경력단절	10	1.961
	14) 성차별(여성비하적 태도 포함)	123	24.118
	15) 전통적으로 가부장적인 사회	44	8.627

이 약하다는 것', '신체적 약점으로 남성에게 겁이 나서' 등의 내용이 포함되었다. 둘째, '성격'은 여성이 남성에게 비해 더 예민하고, 기분 변화가 심하고, 자기중심적이기 때문에 억울함을 잘 느낀다는 범주로, '남성보다 감정적이므로', '여성들은 작은 일에도 예민하다', '자기중심적이어서 잘 못 참는다' 등의 내용이 포함되었다. 셋째, '피해의식'은 여성은 자신이 여성이라는 점을 과도하게 의식하고 차별 받는다고 생각하기 때문에 억울하다는 범주로, 예를 들어, '여성이라서 소수라서 따돌림 당한다는 의식이 만연', '남자가 아니라는 것에 예민', '남성에게 피해의식을 많이 느끼니까' 등이 확인되었다. 다음으로, '대처능력이 부족함'은 여성이 스트레스 상황에 적절하게 대처하지 못하기 때문에 억울함을 느낄 수 있다는 범주로, '적절하게 대처하지 못해서', '대처능력이 없어서 스스로 포기해 버림' 등이 언급되었다.

직장 관련 어려움을 경험할 때

두 번째 영역인 '직장 관련 어려움을 경험할 때'에는 1) 남성에게 비해 낮은 월급, 2) 남성에게 비해 취직이나 승진 기회가 적음, 3) 업무에서 배제됨, 4) 남성에게 비해 인정받지 못함이라는 4개의 범주가 포함되었다. 먼저, '남성에게 비해 낮은 월급'은 남성에게 비해 여성의 급여가 적고 남성과 여성간의 임금 격차가 있어 억울함을 느꼈다는 범주로, '남자에 비해 급여 수준이 낮을 때', '여성으로서 직장에서 임금 차별을 받았다', '여자는 임금이 적어도 된다. 남편의 보조역할이니까' 등이 언급되었다. 둘째, '남성에게 비해 취직이나 승진 기회가 적음'은 '낮은 월급'과 더불어 두꺼운 유리천장으로 억울할 수 있다는 범주로, '남자는 진급 잘

되는데 여자는 진급이 밀린다', '여자는 승진이 잘 안 된다', '남편이 잘 하면 여자는 직급이 낮아도 된다는 말을 들었다', '남성에게 비해 승진 순위에서 밀림', '회사 내에서 능력이 있어도 여자라는 이유로 승진이 잘 안 된다' 등이 확인되었다. 다음으로, '업무에서 배제됨'은 여성은 '여성에게 맞는 일'에만 배치되고 성장이나 승진에 도움이 되는 업무에서는 제외되기 때문에 억울함을 느꼈다는 범주로, '업무상 고정관념으로 여성을 배제', '여성한테는 단순하고 반복적인 일만 배당함', '승진에 도움 되는 일에는 여성을 배제시킴' 등이 포함되었다. 또한 '남성에게 비해 인정받지 못함'은 월급, 취직 및 승진기회가 적을 뿐만 아니라 '중요한 발언을 해도 남자에 비해 인정을 안 함', '같은 이야기를 해도 남자의 의견을 더 존중한다', '여성 동료는 굳이 필요없다는 인식' 때문에 억울함을 느꼈다는 범주이다.

여성에게 대한 성적대상화 때문에

다음으로, '여성에게 대한 성적대상화 때문에' 영역에는 1) 성추행/성희롱, 2) 여성의 외모를 중시함이라는 2개의 범주가 포함되었다. 먼저, '성추행/성희롱/성폭행'은 여성의 경우 남성에게 비해 성추행, 성희롱, 성폭행의 피해자가 될 가능성이 높기 때문에 억울함을 느낀다는 범주이다. 예를 들어, '여성에게 성적인 언어폭력을 당한다', '성희롱 당해도 직장에서 참아야 할 때', '여성에게 존재하는 성희롱의 위협' 등이 언급되었다. 둘째, '여성의 외모를 중시함'은 여성은 가꾸는 존재여야 한다는 고정관념과 외모 차별 풍토로 억울함을 느낄 수 있다는 범주로, '여자는 얼굴이 이뻐야 한다는 인식', '여자는 능력보다 얼굴이 더 중요' 등이 확인되었다.

성역할 고정관념을 경험할 때

‘성역할 고정관념을 경험할 때’에는 1) 가사 부담, 임신, 자녀양육, 2) 시대, 3) 경력단절이라는 3개의 범주가 포함되었다. 먼저, ‘가사부담, 임신, 자녀양육’은 집안일과 자녀양육을 도맡기 때문에 직장 업무에 집중하지 못하고, 임신으로 직장에서 부정적인 경험을 하기 때문에 억울을 느꼈다는 범주이다. 예를 들어, ‘가사일과 회사일 모두 내 것’, ‘여자라서 집안일을 도맡아야 할 때’, ‘집안일에 있어서 주로 해야 하는 사람은 아내이고 남자는 그저 돕는 존재라고 생각할 때’, ‘육아를 혼자 하는 느낌, 내 자유 시간이 없고 일을 제대로 할 수 없음’, ‘가정 일로 업무에 집중할 수 없어서’, ‘회사 근무를 할 때 임신을 하게 되면 눈치가 보인다’ 등의 내용이 포함되었다. 둘째, ‘시대’은 억울하고 불편한 며느리 역할을 수행해야 하는 반면에 친정 일은 우선순위에서 밀리기 때문에 억울하다는 범주로, ‘명절에 여자만 일하는 거’, ‘시가의 일은 당연히 참여하고 친정일은 생색내기 할 때’ 등이 확인되었다. 마지막으로, ‘경력단절’은 출산이나 자녀 양육 때문에 ‘어쩔 수 없이’ 경제활동을 중단하여 억울을 느꼈다는 범주로, ‘임신, 육아로 인한 경력단절’, ‘육아휴직을 제대로 사용할 수도 없고 직장상사나 동료들에게 민폐가 될까 봐 스스로 그만두게 된다’ 등이 언급되었다.

남성우월주의 때문에

마지막 영역인 ‘남성우월주의 때문에’는 1) 성차별과 2) 전통적으로 가부장적인 사회라는 2개의 범주가 포함되었다. 먼저, ‘성차별’은 여성비하적 태도, 편견 및 차별 때문에 억울을 느꼈다는 범주로, ‘여성이라는 이유로 무시당한다’, ‘능력과 상관없이 여자라는 이유로 차

별을 받는다’, ‘성차별에서 오는 부당함’, ‘여자는 차별을 받는 사회적 약자’ 등의 내용이 확인되었다. 다음으로, ‘전통적으로 가부장적인 사회’는 남성이 권력을 가진 가부장제 혹은 남성중심 문화가 여성의 입장에서 억울하다는 범주로, ‘직장이나 가정이나 남자 중심으로 돌아감’, ‘남성 중심 사회’, ‘가부장적인 사회환경’ 등의 내용이 포함되었다.

억울할 때 취하는 행동

‘억울할 때 취하는 행동’에 대한 참여자들의 응답을 분석한 결과, 3개의 영역(‘회피적 행동’, ‘직접적 표출적 행동’, ‘간접적 표출적 행동’)이 도출되었다. 영역별 범주, 빈도 및 비율은 표 5에 제시하였고, 그 결과는 다음과 같다.

회피적 행동

첫 번째 영역인 ‘회피적 행동’에는 1) 무시하거나 참음, 2) 관계를 회피함, 3) 단절이라는 3개의 범주가 포함되었다. 먼저, 가장 빈도수가 높았던 ‘무시하거나 참음’은 억울한 일이 발생했을 때 속으로 참거나 무시하면서 아무런 행동을 취하지 않았음을 의미하는 범주로, ‘그냥 되는대로 당하고 있었다’, ‘단념하고 넘어간다’, ‘어쩔 수 없이 참았다’, ‘속으로 혼자 삭힌다’ 등이 포함되었다. 둘째, ‘관계를 회피함’은 억울을 느끼게 한 상대방과의 관계를 피한다는 범주로, ‘최대한 말을 하지 않으려고 함’, ‘마주치지 않고 피함’, ‘회사에서 주로 일에만 집중하고 대화를 안 하게 된다’ 등이 언급되었다. 셋째, ‘단절’은 ‘관계를 회피함’보다 더 적극적인 행동(예. 이직을 하거나 팀을 옮김)을 의미하는 범주로, ‘달리 방안이 없어

표 5. 억울할 때 취하는 행동

영역	범주	빈도	(%)
회피적 행동	1) 무시하거나 참음	126	27.097
	2) 관계를 회피함	23	4.946
	3) 단절(예. 관계를 끊음, 이직, 팀을 옮김)	12	2.581
직접적 표출적 행동	4) 상대방에게 적극적으로 감정을 표현하고 항의함	68	14.624
	5) 상대방에게 해명하거나 설명함	62	13.333
간접적 표출적 행동	6) 제삼자에게 토로함	108	23.226
	7) 혼자 감정을 표현함	51	10.968
	8) 전위공격성	9	1.935
	9) 법적 수단을 동원함	6	1.29

사직서를 낸다’, ‘다른 일자리를 알아본다’, ‘팀을 바꿔달라고 알아본다’ 등이 확인되었다.

직접적 표출적 행동

두 번째 영역은 ‘직접적 표출적 행동’으로 1) 상대방에게 적극적으로 감정을 표현하고 항의함, 2) 상대방에게 해명하거나 설명함이라는 2개의 범주가 포함되었다. 먼저, ‘상대방에게 적극적으로 감정을 표현하고 항의함’은 억울을 느끼게 한 상대방에게 자신의 감정을 솔직하게 표현하고 항의하는 등의 행동을 의미하는 범주로, 예를 들어, ‘부당함에 대해 적극적으로 항의하고 반박함’, ‘당사자에게 억울하다고 말하고 따진다’, ‘정말 억울함을 못 참을 때는 상대에게 따진다’ 등의 내용이 포함되었다. 둘째, ‘상대방에게 해명하거나 설명함’은 ‘상대방에게 적극적으로 감정을 표현하고 항의함’에 비해 좀 더 부드럽게 대화를 통해 자신의 상황이나 팩트를 설명하거나 상대방을 이해시키려는 행동을 반영한 범주로, ‘예의를 갖춰 대화를 시도하면서 필요하다면 해명한다’, ‘상황 및 의도에 대하여 최대한 부드럽게

설명한다’, ‘차분히 내가 잘못된 것이 아님을 설명함’, ‘부당한 이유를 말하고 대화로 해소 시킴’ 등이 언급되었다.

간접적 표출적 행동

다음으로, ‘간접적 표출적 행동’에는 1) 제삼자에게 토로함, 2) 혼자 감정을 표현함, 3) 전위공격성, 4) 법적 수단을 동원함이라는 4개의 범주가 포함되었다. 첫째, 전체 행동 중 두 번째로 빈도수가 높은 ‘제삼자에게 토로함’은 자신의 억울함을 직접적으로 표현하는 대신 제삼자에게 하소연하거나 제삼자에게 도움을 받으려는 행동을 의미하는 범주로, ‘친한 사람에게 하소연’, ‘믿을 수 있는 사람에게 전화 또는 만나서 하소연한다’, ‘퇴근 후 친한 동료에게 신세 한탄한다’, ‘너무 억울한데 할 수 있는 게 없어서 상담자를 만났다’ 등이 포함되었다. 둘째, ‘혼자 감정을 표현함’은 억울을 느끼게 한 상대방이나 제삼자에게 감정을 표현하는 대신, 혼자 울거나 화내거나 자책하는 행동을 뜻하는 범주로, ‘직접 화를 내지는 못하고 혼자 소리로 화를 낸다’, ‘혼자 마음이

풀릴 때까지 운다’, ‘혼자서 상대방이 앞에 있다고 생각하고 욕한다’, ‘노트에 상대방에 대한 저주나 비방을 써 본다’ 등이 포함되었다. 셋째, ‘전위공격성’은 제삼자에게 짜증을 내거나 화풀이하는 행동으로, ‘주변 사람들에게 짜증을 냄’, ‘제삼자에게 짜증내고 불쾌감을 품’ 등이 언급되었다. 마지막으로, ‘법적 수단을 동원함’은 상대방을 고소하거나 위로금을 신청하는 등의 법적 절차를 진행한다는 범주로, ‘게시나 법적 수단 동원’, ‘법적 절차 진행’ 등의 내용이 확인되었다.

많이 하는 것으로 확인되었는데, 구체적으로, ‘상대방에게 적극적으로 감정을 표현하고 항의함’과 ‘상대방에게 해명하거나 설명함’ 모두 남성의 비율이 여성의 비율보다 높은 것으로 나타났다. 마지막으로, 간접적 표출적 행동의 경우, 여성이 남성에 비해 ‘제삼자에게 토로함’과 ‘전위공격성’의 비율이 높은 것으로 확인되었다.

논 의

억울할 때 취하는 행동: 성별에 따른 차이

마지막으로, 억울할 때 취하는 행동에 있어 남성과 여성에 차이가 있는지 살펴보았다. 그 결과, 표 6에 제시한 바와 같이, 각 행동에 대한 남성과 여성의 비율을 비교해보면, 여성이 남성보다 억울할 때 회피적 행동, 특히 ‘관계를 회피함’을 더 많이 하는 것으로 나타났다. 이에 반해, 남성은 ‘직접적 표출적 행동’을 더

본 연구는 취업한 기혼 남녀가 억울을 느끼는 원인과 억울할 때 취하는 행동이 무엇인지 살펴보고, 억울을 느끼는 원인에 있어 어떤 성별 차이가 있는지 살펴보았다. 본 연구의 주요 결과와 그 시사점을 논의하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 공정하지 못하다고 인식하는 상황에서 억울을 느끼는 것으로 나타났다는데, 특히, 직장에서 자신이 잘못된 일이 아닌데 징계를 받거나, 나와 상관없는 누군가

표 6. 억울할 때 취하는 행동: 성별에 따른 차이

영역	범주	빈도(%)			
		남성		여성	
회피적 행동	1) 무시하거나 참음	55	27.913	71	26.298
	2) 관계를 회피함	6	3.044	17	6.296
	3) 단절(예. 관계를 끊음, 이직, 팀을 옮김)	8	4.06	4	1.481
직접적 표출적 행동	4) 상대방에게 적극적으로 감정을 표현하고 항의함	39	19.793	41	15
	5) 상대방에게 해명하거나 설명함	32	16.242	30	11.111
간접적 표출적 행동	6) 제삼자에게 토로함	30	15.219	68	25.185
	7) 혼자 감정을 표현함	6	3.044	3	1.111
	8) 전위공격성	15	7.641	36	13
	9) 법적 수단을 동원함	6	3.044	0	0

의 잘못 때문에 사유서를 작성해야 하는 경우에 억울을 경험한 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 한국인들은 불공정하다고 지각하는 상황에서 서양에서 의미하는 분노(anger)와 달리 분함 혹은 억울함을 느낀다는 정재욱 등(2019)의 연구 결과와 그 맥을 같이 한다. 또한 ‘책임소재가 부당하게 자신에게 귀인될 때’, ‘자신의 진의가 왜곡되거나 받아들여지지 않을 때’, ‘공정한 평가를 받지 못할 때’ 억울을 경험한다는 서신화 등(2016)과 이승연(2015)의 연구 결과와 일맥상통한다. 더불어, 본 연구의 참여자들은 가족들이 자신의 진심을 알아주지 않고 오해하거나 선의로 한 행동을 악의로 해석할 때 억울을 경험했다고 응답하였는데, 이는 가정 내 갈등이나 오해가 화병이나 자살의 주요 원인이라고 밝힌 기존의 연구들과 유사한 결과이다(김효창, 2010; 전예슬, 김은하, 2021; Min, Suh, & Song, 2009).

둘째, 본 연구에서는 억울의 또 다른 원인으로 경제적 어려움이 확인되었는데, 이러한 결과는 최근 주식 및 아파트 가격이 급상승했다는 점과 관련이 있다. 구체적으로, 본 연구 참여자들은 주식이나 아파트 가격이 계속 올라가면서 빈부격차를 더욱 실감하고 상대적 박탈감과 억울을 경험하였고, 이러한 박탈감과 억울함은 ‘LH 및 한국도로공사’의 비리, 세종시 공무원 특별공급 제도 및 다주택 고위공직자 등의 사건으로 인해 더욱 심화된 것으로 확인되었다. 이와 같은 결과는 소득 불평등으로 인한 사회적 지위 격차와 근로소득과 자산소득 간 격차를 지각할수록, 우울, 공격성, 사회적 불안 등에 취약하다는 Pickett와 Wilkinson(2015)의 연구와 비슷한 결과로, 많은 한국인들이 부동산 시장의 미래를 ‘암울하게’ 예측하고 부동산, 주식, 비트코인 등으로 소득

을 확보해야 한다는 불안을 느낀다는 이현주, 곽윤경, 강상경, 노영주, 전지현(2019)의 연구 결과를 고려할 때, 억울을 다루는 데 있어, 불로소득, 투자 및 투기 등에 대한 문제를 다루는 것도 중요할 것으로 보인다.

셋째, 남성과 여성이 어떤 이유로 억울을 느끼는지 살펴본 결과, 몇 가지 유사한 점과 차이점이 나타났다. 먼저, 남성과 여성 모두 직장 관련 어려움 때문에 억울을 경험하는 것으로 나타났는데, 이는 많은 직장인들이 업무 관련 스트레스를 받고, 화병의 핵심 원인 중 하나가 직무 스트레스라는 장은경 등(2020)의 연구를 고려할 때, 놀랍지 않은 결과이다. 하지만, 본 연구는 주로 남성만을 대상으로 한 선행 연구들과 달리 남성과 여성이 서로 다른 이유로 직장에서 어려움을 경험하고 억울을 느낀다는 결과를 밝혔다는 데 의의가 있다. 구체적으로, 본 연구의 결과에 따르면, 남성은 과도한 업무량과 승진에서 밀릴 때 억울을 느끼는 것으로 나타났는데, 이는 남성의 경우, 직장에서 과도한 업무나 승진 좌절 등으로 분노를 느끼고 화병에 취약할 수 있다는 기존 연구의 결과와 일치하는 결과이다(전숙영 등, 2011; 정미경, 2011). 또한 수직적 조직문화, 갑질, 회식 자리 등으로 인해 남성들이 억울을 경험한 것으로 확인되었는데, 이러한 결과는, 최근 많이 변화하고는 있지만, 여전히 한국 사회에 집단주의와 상하 간 위계질서를 중시하고 회식을 강조하는 조직문화가 남아있다는 점과 관련이 있다(김대수, 이종완, 2014; 심완섭, 2020). 한 가지 흥미로운 점은, 이러한 수직적 조직문화나 회식 문화에 대한 내용이 여성에게서는 언급되지 않았다는 점이다. 이와 같은 남녀 차이가 나타난 이유는, 더 많은 연구가 필요하겠지만, 남성들이 여성에 비해

집단주의, 권위주의와 신분주의적 특징을 지닌 군대문화의 영향(민진, 2011)을 많이 받아 신분이나 서열 차이를 더 중시하기 때문인 것으로 보인다.

이에 반해, 여성의 경우, 남성에 비해 월급이나 승진 기회가 적어 억울을 느낀 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 영국의 이코노미스트가 매년 발표하는 ‘유리천장지수’(예. 여성 고위직 비율, 남녀 임금격차)에서 한국이 매년 경제협력개발기구(OECD) 28개 회원국 중에서 최하위권을 기록한다는 결과와 그 맥을 같이 한다(우양호, 2021). 또한, 본 연구에서는 여성이기 때문에 특정 업무에서 배제되거나 남성에 비해 인정받지 못할 때 억울을 경험한 것으로 나타났는데, 이는 여성들이 직장 내에서 불가시성(“직장에서 여성이라는 이유로 중요한 의사결정에서 제외된 적이 있다”)과 여성에 대한 고정적 역할(“회사에서 잡무는 여자에게 맡기고 중요한 일은 남자에게 맡긴 적이 있다”) 등의 성차별을 경험하고 이로 인해 세상이 불공정하다고 생각한다고 보고한 김은하 등(2017c)의 연구 결과와 비슷한 결과이다. 이와 같은 여성들의 경험으로 미루어볼 때, 여전히 직장에서 여성들은 월급이나 승진 문제 뿐만 아니라 자신에게 주어지는 역할과 직무가 제한되어 어려움을 겪고 있음을 알 수 있다.

더불어, 본 연구의 결과에 따르면, 남성은 ‘모든 남성이 성추행범이라는 인식’과 ‘성차별의 원인이 남성에게 있다는 인식’ 때문에 억울을 느끼는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 최근 사회적 이슈가 되고 있는 페미니즘에 대한 남성들의 반발과 적대적인 태도와 관련이 있는 것으로 보인다(류연규, 김연미, 2019). 즉 페미니즘을 남성 혐오라고 생각하는 남성들의 경우, 남성이라는 이유만으로 비난을 받고 있

다고 생각하여 억울을 느낀다는 것이다. 게다가, 본 연구에서 나타난 바와 같이, 남성들은 ‘역차별’을 당하고 있어 억울을 느끼고 있는데, 이는 20대 남자 대학생들이 지각하는 역차별을 살펴본 이민혜(2020)의 연구와 그 맥을 같이 하는 결과이다. 이 연구에 따르면, 남성들은 여성의 지위가 남성의 지위만큼 상승했음에도 여성만을 우대하는 정책(예. 여성 할당제, 지하철이나 주차장과 같은 여성전용 공간)이 과도하게 시행되고 있어 역으로 차별받고 있다고 생각하는 것으로 확인되었다. 이러한 남성들이 지각하는 역차별은 남자만 군복무를 해야 한다는 억울함 그리고 장기적인 경기침체와 취업난 상황에서 여성과의 경쟁으로 느끼는 위기감에서도 비롯된 것으로 사료된다(김수아, 2017; 안상수, 김인순, 이정현, 윤보라, 2016).

이처럼 남성들이 ‘역차별’로 인해 억울을 경험하는 반면에 여성들은 여전히 우리 사회에 존재하는 성차별과 가부장적인 가치관 때문에 억울을 느끼는 것으로 나타났다. 가령, 앞서 언급한 직장 내에서의 ‘유리천장’ 뿐만 아니라 여성에 대한 성적대상화 및 성추행/성희롱/성폭행이 여성으로 하여금 억울을 느끼게 하는 것으로 확인되었다. 이는 여전히 여성들이 성적대상화의 타겟이 된다는 Capodilupo 등(2010)의 연구와 TV 광고나 프로그램에서 여성의 날씬한 몸매와 미모가 강조되고 있다는 김은하(2018)의 연구 결과와 그 맥을 같이 한다. 최근 전통적인 방법과 더불어 불법촬영이나 온라인 커뮤니티를 통한 여성에 대한 성추행과 성폭행, 스토킹, 보복성 포르노(헤어진 여인에게 보복하기 위해 유포하는 성적 콘텐츠)가 증가하고 있다는 점에서 여성들은 더욱 불안과 억울을 느낄 수 밖에 없으며, 이러한

문제를 심각하게 생각하지 않는 주위 사람들의 반응(예. ‘별 거 아니네’, ‘여자들은 너무 예민해’)도 여성으로 하여금 억울을 느끼게 할 수 있다(김현아, 2017).

이 외에도, 남성과 여성이 억울을 느끼는 이유와 관련하여 주목할 만한 결과는 성역할 고정관념에 대한 결과이다. 먼저, 본 연구에서는, 남성의 경우, 약한 모습을 보여서는 안 되고 가족을 책임지고 성공해야 한다는 사회적 인식 때문에 억울을 경험하는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 전통적 남성성을 내면화한 남성이 감정을 겉으로 드러내지 않고, 경쟁심이 강하며, 다른 사람의 도움을 추구하지 않는 등의 성역할 갈등에 취약하다는 선행 연구의 결과(김지현, 황매향, 유정이, 2003; O’Neil, 1987)와 그 맥을 같이 한다. 또한 본 연구의 참여자들은, 남성들이 힘든 일(예. 육체적인 일)을 도맡아야 한다는 점 그리고 여성을 배려하고 양보해야 한다는 점 때문에 억울을 느낀다고 응답하였다. 이는 과거와 달리 여성의 사회 진출이 활발해지고 사회적 지위가 향상되면서 남성과 여성의 역할 경계가 모호해졌다는 점(장은경, 청성문, 박성현, 2020)과 관련이 있는데, 즉 남성에게 새로운 역할(예. 자녀 양육, 가사부담)이 기대되고 있지만, 여전히 남성들은 전통적인 남성성과 남성의 역할도 요구받고 있어 억울함을 느낄 수 있다는 것이다.

다음으로, 여성도 자신들에게 부여되는 전통적인 성역할, 즉 가사부담, 임신, 자녀양육, 시댁 그리고 이로 인한 경력단절 등으로 인해 억울을 경험하는 것으로 확인되었다. 이는 기혼 여성의 스트레스, 우울 및 화병의 원인을 보고한 선행 연구들의 결과와 그 맥을 같이 하는 결과이다(김은하, 김혜림, 2015; 박선정,

최은영, 2014). 특히, 본 연구에 참여한 취업한 기혼 여성의 경우, 전통적인 성역할 뿐만 아니라 직장에서의 역할도 수행해야 하기 때문에 일-가정 갈등을 경험하고 더욱 부담감과 억울함을 느낄 가능성이 있다. 이러한 취업 기혼 여성의 억울은 아직까지 취업의 여부를 막론하고 여성이 가정에서의 역할을 도맡아야 한다는 사회적 인식 때문에 더욱 가중될 수 있다(엄혜경, 정상현, 2017).

넷째, 억울할 때 취한 행동을 살펴본 결과, 본 연구 참여자들은 무시하거나 참는 회피적 행동을 가장 많이 한 것으로 확인되었다. 이는 자신의 감정을 억제하거나 겉으로 표현하지 못할 때 경험하는 정서가 억울이라는 점(권호인, 김종우, 권정혜, 2008; 전예슬, 김은하, 2021)를 고려할 때, 예상할 수 있는 결과이다. 특히, 많은 참여자들이 ‘단념’, ‘어쩔 수 없이’, ‘원하지 않았지만’ 등으로 자신의 감정을 표현하고 싶은 욕구는 있었지만 그럴 수 없는 상황기에 참았다고 응답하였는데, 이러한 결과는 한국의 집단주의 문화와 관련이 있는 것으로 보인다(Raval, Martini, & Raval, 2007). 즉 개인의 욕구보다 집단의 목표와 화합을 중요시하는 문화의 영향을 받은 한국인들은 직장이나 가정과 같이 자신에게 중요한 집단에 부정적인 영향을 줄 수 있는 정서를 피하거나 억제하는 경향이 있다는 것으로, 이러한 회피적 행동은 역설적으로 억울이라는 감정을 더욱 심화시킬 수 있다(서신화 등, 2016; 조궁호 등, 2009).

다만, 모든 참여자들이 억울할 때 회피적 행동만을 취한 것은 아닌데, 특히, ‘무시하거나 참음’ 다음으로 제삼자에게 토로하는 행동을 많이 한 것으로 나타났다. 이러한 행동은 여러 스트레스 대처 방법 중 사회적 지지 추

구와 유사한 행동으로, 이 또한 집단주의 문화권과 관련이 있다. 기존 연구에 따르면, 집단주의 문화 성향이 강할수록, 개인은 자신의 심리적 어려움을 타인에게 드러내는 것을 어려워하는 반면 혼자 해결할 수 없거나 스트레스 수준이 높은 때에는 사회적 지지를 많이 추구하는 것으로 확인되었다(조공호, 2007; 홍승범, 박혜경, 2013).

또한 억울할 때 취했던 행동 중 직접적 표출 행동, 즉 적극적으로 상대방에게 감정을 표현하거나 해명 혹은 설명했다는 응답도 전체 중 28% 정도를 차지하였다. 이는 억울의 행동적 특성으로 주로 회피적 행동만 언급되었던 선행 연구들과 다른 결과이자 기존에 알려진 집단주의 문화의 특성과 다소 상반된 결과이다. 하지만, 최근 연구들에 따르면, 집단주의 문화권의 사람들이 불공정한 상황에서 무조건 분노를 억제하는 것은 아니라는 결과가 나타났는데, 가령 사회적 지위가 높은 사람들의 경우, 상대적으로 분노를 직접적으로 표현하며, 분노를 느끼는 대상이 외집단 사람일 때는 분노 표현이 상대적으로 높은 것으로 확인되었다(Koopmann-Holm, & Matsumoto, 2011; Park et al., 2013). 한국인을 대상으로 한정재욱 등(2019)의 연구에서도 비슷한 결과가 보고되었는데, 구체적으로, 불공정하다고 인식하는 상황에서 한국인들이 미국인들에 비해 분노를 더 표현할 뿐만 아니라 상황에 대해 개입하려는 의도도 더 큰 것으로 나타났다. 이에 대해 연구자들은, 한국인들은 자신이 속하는 내집단에서 불공정성을 지각할 때, 더 강렬한 정서적 반응을 보이며, 최근 촛불집회와 같은 집단 행동이 사회적 변화를 만들 수 있음을 경험하였기 때문에 더 적극적으로 상황을 개선시키려는 의지를 보일 수 있다고 설

명하였다. 이러한 결과를 종합해 볼 때, 집단주의 문화의 영향을 받은 본 연구의 참여자들은 억울을 느낄 때 회피적 행동과 제삼자에게 토로하는 행동을 가장 많이 보이지만, 항상 자신의 감정을 억제하는 것만은 아님을 알 수 있다.

본 연구에서는 억울할 때 취했던 행동에 대한 성별 차이도 살펴보았는데, 그 결과, 몇 가지 차이점이 확인되었다. 구체적으로, 억울할 때 여성이 관계를 회피하고 제삼자에게 토로하며 전위공격성을 많이 하는 것으로 나타난 반면에 남성이 억울을 유발한 대상에게 직접 감정을 표현하거나 해명 또는 설명을 많이 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여성이 남성에 비해 사회적 지지추구 대처를 많이 사용하고, 남성이 여성에 비해 적극적 대처를 많이 사용한다는 선행 연구의 결과와 그 맥을 같이 한다(김혜숙 등, 2011; 이상희, 2018). 또한 여성은 대화할 때 타인과의 관계를 중시하는 반면에 남성은 지위 확보, 진실 추구를 중시한다는 연구 결과와도 일맥상통한다(Jackson, Ervin, Gardner, & Schmitt, 2001). 이와 같은 남녀 차이는 앞서 참여자들이 언급한 성역할 고정관념과 관련이 있을 것으로 보이는데, 예를 들어, 여성의 경우, 따뜻함, 돌봄, 민감함과 같은 여성성을 가지도록 사회화되기 때문에(Hyde, 1990) 직접적으로 억울을 표현하기 보다는 관계를 회피하거나 사회적 지지를 추구하는 등의 행동을 취할 가능성이 높을 수 있다. 이에 반해, 남성은 독립적, 강함, 지배성 등의 남성성에 사회화되었기 때문에(Eagly, Wood, & Johannesen-Schmidt, 2004) 억울을 초래한 당사자와 접적으로 상호작용하는 방식의 행동을 취하는 것으로 보인다.

마지막으로, 본 연구의 결과와 대학생을 포

함한 20대와 30대를 대상으로 한 연구의 결과 (전예슬, 김은하, 2021; 한민, 류승아, 2018)를 비교해보면, 유사점과 차이점이 모두 존재함을 알 수 있다. 먼저, 유사점으로는 자신에 대해 오해하거나 공정한 평가나 대우를 받지 못할 때 억울을 느낀다는 점 그리고 억울할 때 가장 많이 취하는 행동이 무행동, 직접토로, 간접토로 순이라는 점을 꼽을 수 있다. 이에 반해, 차이점으로는 본 연구의 참여자들이 기혼 직장인이기 때문에 직장 관련 스트레스(예. 승진 문제, 회식 문화)와 일-가정 갈등으로 때문에 억울을 느낀다는 점이다. 또한 기존의 연구와 달리 본 연구에서는 성역할 고정관념이 억울의 원인인 것으로 확인되었는데, 이는 본 연구 참여자들의 평균 연령이 47.09세이기 때문에 20대와 30대에 비해 더 전통적인 성역할 태도를 가진 사람들과 상호작용 할 가능성이 높고, 이러한 어려움이 주로 일-가정 갈등으로 발현되기 때문이다.

본 연구의 학문적 및 임상적 시사점을 논의하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 공정성이 한국 사회에서 큰 화두가 되고 있고, 한국인이 느끼는 억울이, 심각한 경우, 화병이나 자살로 이어질 수 있다는 점에 초점을 두고, 억울의 원인을 구체적으로 살펴보았다는데 그 의의가 있다. 특히, 아직까지 억울에 대한 연구가 많지 않고, 관련 연구들이 대부분 대학생 대상에 했다는 점을 고려할 때, 본 연구는 질적 방법을 활용하여 취업한 기혼 남성과 여성들의 억울 원인을 풍부하게 도출했다는 점에서 그 의의가 있다. 또한, 본 연구는 취업 기혼 남성과 여성이 왜 억울을 느끼는지 구분해서 살펴보고 성별간의 유사점과 차이점을 밝혔다는 점에서 학문적 의의가 있다.

둘째, 본 연구의 결과는 상담에 대한 시사

점을 갖는다는 점에서 의의가 있다. 먼저, 일반적으로 불공정하다고 인식하는 상황에서 억울을 느낀다는 본 연구의 결과로 미루어볼 때, 억울을 호소하는 내담자와 상담할 시, 내담자가 가정이나 직장에서 어떤 이유로 불공정성을 지각하는지 혹은 다른 사람에게 언제 부당한 대우를 받는다고 생각하는지를 탐색하는 것이 중요하겠다. 또한 억울뿐만 아니라 억울이면에 있는 분노, 슬픔, 무기력감 등과 같은 다양한 감정을 구체적으로 탐색하고 표현하도록 격려하는 것이 중요하겠다. 특히, 억울을 느끼는 사람들이 자신의 감정을 표현하는데 어려움을 겪는 경우가 많다는 점을 고려하여, 이에 대한 적절한 개입(예. 감정 알아차리기 및 명명하기, 정서표현양가성 다루기)이 필요할 것으로 보인다. 더불어, 최근 일부의 과도한 부동산이나 주식 투기가 일반 사람들로 하여금 상대적 박탈감과 억울을 느끼게 할 수 있다는 점을 고려하여, 내담자가 이런 감정이나 어려움을 겪고 있는지에 대해서도 살펴볼 필요가 있겠다.

또한 공정성에 대한 내담자의 인식을 수정하기 위한 상담 개입도 필요한데, 예를 들어, 인지행동치료 기법을 통해 내담자가 융통성, 현실성, 기능적 유용성이라는 기준을 적용하여 자신의 사고를 평가하고 보다 더 객관적이고 유연한 사고를 할 수 있도록 도움 필요가 있겠다(차란희, 노안영, 2020). 다만, 인지적 개입을 할 때, 상담자는 내담자의 불공정성에 대한 믿음이 모두 비합리적인 것은 아니며 실제로 현실에 근거한 논리적인 생각일 수 있다는 점을 유념하고, 내담자의 생각을 비합리적이라고 가정하기보다는, 내담자가 환경적 어려움(예. 부당한 요구를 하는 상사, 학연이나 지위 등으로 차별하는 직장 분위기)에 대해

적절하게 대응할 수 있는 방법을 찾을 수 있도록 돕는 것이 중요하겠다(김은하, 김도연, 박한솔, 김수용, 김지수, 2017b).

이 외에도, 본 연구의 결과로 미루어볼 때, 상담자는 억울을 호소하는 내담자의 성별에 따라 다루어야 할 문제가 달라질 수 있음을 기억할 필요가 있다. 가령, 남성의 경우, 과도한 업무량, 수직적 조직문화, 회식 등으로 인해 어려움을 겪고 있지 않은지, 신분이나 학력 때문에 차별받고 있지 않은지에 대해 탐색하는 것이 중요하겠다. 또한 페미니즘에 대해 어떻게 생각하는지, 남자라는 이유로 자신이 비난받는다 고 생각하거나 역차별을 받는다고 생각하는지에 대해서도 탐색할 필요가 있겠다. 이에 반해, 여성과 상담할 시, 직장 내에서 유리천장이나 성차별로 인해 어떤 어려움을 겪고 있는지, 가정과 일에서의 이중역할을 어떻게 수행하고 있는지, 여성에 대한 성적대상화와 관련하여 겪는 어려움은 무엇인지에 대해 살펴볼 필요가 있겠다.

본 연구의 한계점과 이를 바탕으로 한 후속 연구에 대한 제안점은 다음과 같다. 먼저, 본 연구 참여자의 대다수가 일반 사무/관리자(70.8%)이고 정규직(82.9%)이기 때문에 본 연구에서 확인된 참여자들의 경험이 전반적으로 모든 취업한 남성과 여성들에게 적용되는 결과인지 아니면 일반 사무/관리자, 정규직에게만 적용되는지에 대해 알 수 없다는 한계가 있다. 직업 유형, 근로조건 및 근무형태에 따라 직장에서 받는 스트레스가 다를 수 있다는 점을 고려할 때(강은나, 2011), 후속 연구에서는 이러한 요인들이 취업 남성과 여성들의 억울 경험에 어떠한 영향을 미치는지 살펴볼 필요가 있겠다. 둘째, 본 연구에서는 개인의 지위, 환경적 맥락, 억울을 느끼는 원인에 따라

억울할 때 취할 수 있는 행동 범위가 다를 수 있다는 점을 고려하지 않았다는 한계점이 있다. 가령, 억울을 느끼는 상황에서 자신과 상대방의 지위(예. 상사 vs. 후배 직원)에 따라 취하는 행동이 다를 수 있다는 점을 고려할 때, 추후 연구에서는 억울을 경험하는 상황의 특성에 따라 개인이 어떤 다른 행동을 취하는지에 대해 살펴볼 필요가 있겠다. 셋째, 본 연구에서는 상대적으로 많은 참여자를 대상으로 억울 경험을 탐색하고자 온라인 설문을 통해 자료를 수집하였기 때문에 심층 면접에 비해 깊이 있는 답변을 얻는데는 한계가 있었다. 특히, 참여자들이 경험했던 억울이 어떤 맥락에서 나타났는지 구체적으로 알 수 없다는 한계가 있기 때문에 후속 연구에서는 온라인 설문과 심층 면접을 동시에 활용하여 보다 더 구체적으로 취업한 기혼 남성과 여성들이 직접적으로 경험한 억울의 원인과 그 맥락에 대해 살펴볼 필요가 있겠다. 마지막으로, 본 연구에서는 ‘한국 사회에서 여성(혹은 남성)이 어떤 이유로 억울함을 느끼는지 적어주세요’라는 온라인 질문 문항을 사용하였는데, 그 이유는 최대한 다양한 억울의 원인을 파악하기 위해서였다. 하지만, 이 질문으로 인해 참여자들의 응답이 자신의 직접적인 경험인지 아니면 타인의 경험인지에 대해 알 수 없다는 한계가 있다. 이에 후속 연구에서는 참여자들의 직접 경험과 간접 경험을 구분해서 살펴볼 필요가 있겠다.

이러한 한계점에도 불구하고, 본 연구는 억울이 한국인에게서 자주 나타나는 정서이자 화병이나 자살로 이어질 수 있다는 점을 고려하여, 이들의 억울 관련 경험을 깊이 있게 살펴봐왔는데 그 의의가 있다. 특히, 직장가정의 이중역할부담으로 일-가정 갈등에 취

약할 수 있는 취업 기혼 남성과 여성을 대상으로 이들이 왜 억울을 느끼는지 그리고 억울할 때 어떤 행동을 취하는지에 대해 탐색하였는데 그 의의가 있다. 더불어, 본 연구에서는 취업 기혼 남성과 여성이 어떤 다른 이유로 억울을 경험하는지 밝혔다는 점에서도 의의가 있다. 본 연구의 결과가 앞으로 취업한 기혼 남성과 여성의 억울을 예방하거나 완화시킬 수 있는 상담 및 교육 프로그램을 개발하는데 기초자료로 사용될 수 있기를 기대해 본다.

참고문헌

- 강은나 (2011). 사회적 기업 근로자의 직무요구와 고용불안정성이 직장만족에 미치는 영향: 사회적 미션 지향성의 조절효과 검증. *보건사회연구*, 31(2), 237-269.
- 권정혜, 김종우, 박동건, 이민수, 민성길, 권호인 (2008). 화병 척도의 개발과 타당도 연구. *한국심리학회지: 임상*, 27(1), 237-252.
- 권호인, 김종우, 권정혜 (2008). 화병환자의 MMPI-2 프로파일 특성. *한국심리학회지: 여성*, 13(3), 379-395.
- 국립국어원 (2020). *표준국어대사전*.
https://stdict.korean.go.kr/search/searchView.do?word_no=224282&searchKeywordTo=3
- 김단비, 주은선 (2020). 노인상담에 대한 노인들의 내적 지각 탐색: CQR-M 방식을 활용하여. *한국콘텐츠학회논문지*, 20(1), 369-384.
- 김대수, 이종완 (2014). 조직 내 음주문화에 미치는 영향 요인에 관한 연구. *대한경영학회지*, 28(3), 877-901.
- 김수아 (2017). 남성 중심 온라인 커뮤니티에서의 페미니즘 주제 토론 가능성: '역차별' 담론분석을 중심으로. *미디어, 젠더 & 문화*, 32(3), 7-46.
- 김은하 (2018). 일상 속 성차별 경험 척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 24(4), 593-614.
- 김은하, 김수용 (2017a). 정당한 세상에 대한 개인적인 믿음이 일반 성인들의 우울 증상에 미치는 영향: 내외통제성을 통한 공동체意識의 조절된 매개효과. *상담학연구*, 18(1), 1-22.
- 김은하, 김도연, 박한솔, 김수용, 김지수 (2017b). 한국어판 정당한 세상에 대한 믿음 척도(Belief in a Just World Scale: K-BJWS)의 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(5), 689-710.
- 김은하, 김지수, 박한솔, 김도연, 김수용 (2017c). 직장 내 성차별 경험, 정당한 세상에 대한 믿음, 우울에 대한 연구: 척도 개발 및 매개효과 분석. *한국심리학회지: 여성*, 22(4), 643-667.
- 김은하, 김혜림 (2015). 기혼여성의 생활스트레스가 화병간의 관계: 내외통제성을 통한 정당한 세상에 대한 믿음의 매개된 조절효과. *상담학연구*, 16(5), 1-15.
- 김은하, 남현숙, 김태훈 (2013). 부인의 우울과 화병이 남편의 우울과 화병에 미치는 영향과 결혼만족도의 조절효과. *한국산학기술학회논문지*, 14(1), 4837-4846.
- 김은하, 장윤지 (2015). 아德勒의 개인 심리학 이론을 적용한 화병 사례 연구: 화병, 우울, 심리적 안녕감의 변화. *한국심리학회지: 여성*, 20(4), 469-495.
- 김지현, 황매향, 유정이 (2003). 한국어 성역할

- 갈등 척도(Korean Gender Role Conflict Scale: K-GRCS) 타당화 연구. *아시아교육연구*, 4(3), 25-41.
- 김충렬 (2014). 최후 수단적 자살과 상담치료 적 대응-상담학의 관점에서. *신학과 실천*, 38, 261-283.
- 김현아 (2017). 성폭력 범죄의 처벌 등에 관한 특례법상 카메라 등 이용촬영죄에 관한 연구. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 김혜숙, 최은영, 김성민 (2011). 호남 지역 일부 직장인의 직무스트레스와 스트레스 대처방식의 관계. *스트레스*, 19(2), 147-154.
- 김효창 (2010). 자살: 문화심리학적 관점에서의 조망. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 16(2), 165-178.
- 남순임, 김윤희 (2019). 전문상담교사의 소진과 극복경험에 관한 합의적 질적 연구. *상담학연구*, 20(5), 359-383.
- 류연규, 김연미 (2019). 한국사회 젠더갈등인식에 관한 탐색적 연구: 성별 조절효과를 중심으로. *한국사회정책*, 26(4), 131-160.
- 민성길 (1989). 화병(火病)의 개념에 대한 연구. *신경정신의학*, 28(4), 604-616.
- 민진 (2011). 군대조직문화 특성의 도출과 분석. *한국조직학회보*, 8(3), 91-121.
- 박선정, 최은영 (2014). 중년 여성의 화병과 우울 및 삶의 질과의 관계. *아시아여성연구*, 53(2), 167-187.
- 서신화, 허태균, 한민 (2016). 역을 경험의 과정과 특성에 대한 실증적 연구. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 22(4), 643-674.
- 신혜숙, 신동수 (2004). 화병 여성의 원인지각에 대한 주관성 연구. *여성건강간호지*, 1(4), 283-290.
- 심완섭 (2020). 끈대라는 표현이 유행하는 사회현상 문화에 대한 연구-경기도를 중심으로. *한국디자인문화학회지*, 26(4), 307-312.
- 안상수, 김인순, 이정현, 윤보라 (2016). 남성의 삶에 관한 기초연구(II): 청년층 남성의 성평등 가치 갈등 요인을 중심으로. 서울: 한국여성정책연구원.
- 안윤숙, 김홍주, 이현진, 하영진 (2016). 기혼 직장여성의 정신건강에 영향을 미치는 요인: 인구사회학적 요인, 가정요인, 직장요인을 중심으로. *인문사회* 21, 7(1), 157-185.
- 양은정, 노해림, 박재현, 전홍진, 심은정 (2019). 지각된 불공정성과 자살위험의 관계에서 우울을 통한 긍정적 대인관계의 조절된 매개효과: 성별 분석. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 31(2), 477-501.
- 엄혜경, 정상현 (2017). 일-가정 갈등 그리고 가정-일 갈등이 기혼여성관리자의 주관적 경력성공에 미치는 영향: 일-가정 양립제도의 조절효과를 중심으로. *여성연구*, 93(2), 35-70.
- 우양호 (2021). 고위직 여성공무원의 '유리절벽' 경험에 대한 질적연구. *여성연구*, 108(1), 5-38.
- 유명순 (2016). 사회정신 불건강의 조건과 맥락. 서울대학교 사회발전연구소 학회세미나.
- 이민혜 (2020). 20대 남자 대학생이 지각하는 역차별에 대한 개념도 연구. 아주대학교 석사학위논문.
- 이상희 (2018). 성별에 따른 대학생의 스트레스 대처방식과 정서적 섭식의 관계 연구. *한국식생활문화학회지*, 33(1), 11-17.
- 이승연 (2015). 역을함의 정서적 구성요소 탐색.

- 한국상담대학원 대학교 석사학위논문.
- 이현주, 곽윤경, 강상경, 노영주, 전지현 (2019). 한국의 사회적 불안과 사회보장의 과제: 사회적 불안에 대한 질적 연구. 한국보건사회연구 보고서.
- 장은경, 천성문, 박성현 (2020). 기혼중년 직장남성의 직무스트레스와 화병증상과의 관계에서 부부관계의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 20(22), 1025-1043.
- 전숙영, 곽금주, 최지영, 민하영, 김경은 (2011). 중년기 아버지의 회로애락에 영향을 주는 관련 변인 탐색. 한국아동심리치료학회지, 6(2), 79-88.
- 전예슬, 김은하 (2021). 억울 척도 개발 및 타당화: 20·30대를 중심으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 33(1), 219-241.
- 정미경 (2011). 한국남성노인의 화병에 대한 주관적 원인지각. 한국노년학, 31(4), 1015-1027.
- 정재욱, 김영주, 김보경, 나진경 (2019). 불공정한 상황에 대한 정서와 반응의 문화차이: 한국, 미국을 중심으로. 한국심리학회지: 일반, 38(3), 461-485.
- 조궁호 (2007). 문화성향, 성역할 정체감 및 도덕적 지향성. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 21(1), 105-126.
- 조궁호, 김지연, 최경순 (2009). 문화성향과 분노통제. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 23(1), 69-90.
- 한국건강증진재단 (2013). 사망원인통계분석결과.
- 차란희, 노안영 (2020). 정당한 세상에 대한 믿음과 학교생활적응의 관계에서 사회적 관심과 대인관계 유능성의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 32(3), 1325-1345.
- 통계청 (2018). 한국의 사회동향 2018. 사회통계국 인구동향과.
- 한국건강증진재단 (2013). 우리나라 일반국민과 정책결정자들에 대한 자살인식조사 연구 (일반, 13-16).
<https://www.khealth.or.kr/kps/rsrhBusnRept/view>
- 한민, 류승아 (2018). 부당한 상황에서 경험되는 정서의 문화 차이: 한국, 중국, 일본, 미국을 중심으로. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 24(2), 251-272.
- 허운미 (2020). 한국청소년 및 청년층의 화병 성격에 나타난 유전과 환경의 영향. 스트레스연구, 28(1), 25-32.
- 현솔지, 백학영 (2020). 기혼 직장 남녀의 일-가정 갈등이 가족관계에 미치는 영향. 사회과학연구, 59(2), 531-569.
- 홍승범, 박혜경 (2013). 문화성향과 사회적지지. 한국심리학회지: 일반, 32(1), 125-150.
- Capodilupo, C. M., Nadal, K. L., Corman, L., Hamit, S., Lyons, O. B., & Weinberg, A. (2010). The manifestation of gender microaggression. In D. W. Sue (Ed.), *Microaggressions and marginality: Manifestation, dynamics, and impact* (pp. 193-216). New Jersey: John Wiley & Sons Inc.
- Dalbert, C., & Stoeber, J. (2006). The personal belief in a just world and domain-specific beliefs about justice at school and in the family: A longitudinal study with adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 30(3), 200-207.
- Eagly, A. H., Wood, W., & Johannesen-Schmidt, M. C. (2004). Social role theory of sex differences and similarities: implications for the

- partner preferences of women and men. In A. H. Eagly, A. E. Beall, & R. J. Sternberg (Eds.), *The psychology of gender* (pp. 269-295). New York, NY, US: The Guilford Press.
- Feldman-Barrett, I., & Russell, J. A. (1998). Independence and bipolarity in the structure of current affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(4), 967-984.
- Hill, C. E., Knox, S., Thompson, B. J., Williams, E. N., Hess, S. A., & Ladany, N. (2005). Consensual qualitative research: An update. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 196-205.
- Hyde, J. S. (1990). Meta-analysis and the psychology of gender differences. *Journal of Women in Culture and Society*, 16(1), 55-73.
- Jackson, L. A., Ervin, K. S., Gardner, P. D., & Schmitt, N. (2001). Gender and the internet: women communicating and men searching. *Sex Roles*, 44, 363-379.
- Koopmann-Holm, B., & Matsumoto, D. (2011). Values and display rules for specific emotions. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42(3), 355-371.
- Matsumoto, D., & Hwang, H. (2010). Judging faces in context. *Social and Personality Compass*, 3, 1-10.
- Min, S. K., Suh, S., & Song, K. (2009). Symptoms to use for diagnostic criteria of hwa-byung, an anger syndrome. *Psychiatry Nursing*, 6(1), 7-12.
- O'Neil, J. M. (1987). Male sex role conflicts, sexism, and masculinity: Psychological implications for men, women, and the counseling psychologist. *Counseling Psychologist*, 9(2), 61-80.
- Park, H. J. (2014). Living with 'Hwa-byung': the psycho-social impact of elder mistreatment on the health and well-being of older people. *Aging Mental Health*, 18(1), 125-128.
- Park, J., Kitayama, S., Markus, H. R., Coe, C. L., Miyamoto, Y., Karasawa, M., Curhan, K. B., Love, G. D., Kawakami, N., Boylan, J. M., & Ryff, C. D. (2013). Social status and anger expression: The cultural moderation hypothesis. *Emotion*, 13(6), 1122-1131.
- Park, Y. J., Kim, H. S., Schwartz-Barcott, D., & Kim, J. W. (2002). The conceptual structure of hwa-byung in middle-aged Korean women. *Health Care for Women International*, 23(4), 389-397.
- Pickett, K. E., & Wilkinson, R. G. (2015). Income inequality and health: A casual review. *Social Science & Medicine*, 128(0), 316-326.
- Raval, V. V., Martini, T. S., & Raval, P. H. (2007). 'Would others think it is okay to express my feelings?' regulation of anger, sadness and physical pain in Gujarati children in india. *Social Development*, 16(1), 79-105.
- Spangler, P. T., Liu, J., & Hill, C. E. (2012). Consensual qualitative research for simple qualitative data: An Introduction to CQR-M. In C. E. Hill (Ed.), *Consensual qualitative research: A practical resource for investigating social science phenomena* (pp. 269-283). Washington, DC, US: American Psychological Association.

원 고 접 수 일 : 2021. 09. 10
수정원고접수일 : 2021. 11. 04
계 재 결 정 일 : 2021. 11. 17

A Qualitative Study on the Eogul Experiences of Married Working Men and Women

Eunha Kim

Ajou University / Professor

Soyoung Park

Ajou University / Student

Heechan Wang

The purpose of this study was to explore why married working men and women feel eogul and how they behave in those situations. For this, we conducted online surveys and analyzed the surveys using a modified consensual qualitative research methodology. The results revealed four domains for the general causes of feeling eogul ('having to take responsibility for things that are not my fault or being misunderstood,' 'not being fairly evaluated or compensated,' 'having health or financial problems,' 'encountering relational difficulties or observing corruption'). Men and women appeared to experience eogul due to different reasons. Four domains ('being blamed for being a male', 'experiencing work-related stress', 'experiencing traditional gender-role attitudes', 'experiencing discrimination') emerged for men, while five domains ('being weaker than men', 'experiencing work-related stress', 'experiencing sexual objectification', 'experiencing traditional gender-role attitudes', 'male supremacy') emerged for women. Lastly, three domains (avoidance, direct expression, and indirect expression) emerged for eogul-related behaviors.

Key words : Eogul, causes, behaviors, married men, married women