Korean Journal of Clinical Psychology
2021. Vol. 40, No. 3, 269-279

Original Article
© 2021 Korean Clinical Psychology Association
https://doi.org/10.15842/kjcp.2021.40.3.008
eISSN 2733-4538

Effects of Cognitive Emotional Regulation Strategies and Triggering Event on Displaced Aggression

YoonSun Lee Keun-Hyang Kim†

Department of Psychology, Daegu University, Daegu, Korea

The aim of the present experimental study was to examine the effects of cognitive emotional regulation strategies (rumination, cognitive reappraisal, distraction) and triggering event on displaced aggression. The participants (n = 114) was manipulated by providing a fake negative feedback on participant's own essay regardless of the excellence of their writings. Next, participants were randomly assignment to one of the following groups: rumination, cognitive reappraisal, distraction. Then manipulated by the presence or absence of triggering event. Finally, displaced aggression was assessed by an opportunity to harm another person's (given the triggering event) chance to earn money, allowing aggressiveness to be operationalized through the assignment of more difficult problems to another person. ANOVA results of the study (n = 81) revealed the significant main effects of cognitive emotional regulation strategy and triggering event, as well as interaction effect of cognitive emotional regulation strategy and triggering event was significant. That is, Participants in the rumination group expressed higher displaced aggression than those in the cognitive reappraisal and distraction groups when they experiencing the triggering event. And there was no significant difference between cognitive reappraisal and distraction groups. The limitations of the study and implications for future research are discussed.

Keywords: displaced aggression, triggering event, rumination, cognitive reappraisal, distraction

현대 사회에서 학교 폭력, 가정폭력, 강도, 상해와 같은 타인을 향한 공격 행동은 심각한 사회문제로 대두되고 있다. 특히 최근에는 불특정 다수에게 직접적인 원인이나 뚜렷한 동기 없이 욕설, 폭행, 살인을 저지르는 이른바 '묻지마 범죄' 사건까지 벌어지는 등 공격 행동은 더욱 심각하고 복잡한 양상으로 나타나고 있다. 묻지마 범죄 가해자들의 공통된 특징은 일상생활에서 표출되지 못한 미해결된 부정 정서에 의해 또 다른 분노가 표현될 수 있다는 것이다(Yoon & Kim, 2013; S. J. Hwang & Park, 2014). 분노 상태에서 개인이 분노를 유발한 대상에게 직접적인 보복이 불가능한 경우(예: 자신보다 지위가 높은 대상 또는 가해자가 그 자리를 떠난 경우), 분노 유발 대상이 아닌 무고한 대상을 공격하는 것을 전위된 공격성(displaced aggression)이라고 한다(Dollard, Miller, Doob, Mowrer, & Sears, 1939; Hovland & Sears, 1940; Denson, Pedersen, & Miller, 2006). 또한 묻지마 범죄 가해자들은 일상화된 과잉 분노 상태에서 '어깨가 부딪혔다.', '자신을 쳐다봤다.'와 같은 사소한 자극에도 극단적인 범죄를 저지르기 쉬우며, 범죄를 사전에 계획했다기보다는 평소 억압되어 있던 분노 및 공격성이 사소한 상황에 의해 촉발되어 극단적으로 표출된다는 것이다(Park, 2013). 이처럼 개인이 보복할 수 없는 강한 도발사건을 경험한 뒤, 뒤이어 가벼운 수준의 촉발사건을 경험했을 때 분노를 유발한 대상이 아닌 사소한 촉발사건을 유발한 대상에게 공격성을 표출하는 것을 촉발된 전위 공격성(triggered displaced aggression)이라고 한다(Dollard, Miller, Doob, Mowrer, & Sears, 1939). 즉, 촉발사건은 촉발을 준 대상에게 공격성을 전위하게 하는 약한 수준의 자극을 뜻한다.

Miller, Pedersen, Earleywine 그리고 Pollock (2003)은 촉발된 전위 공격성의 핵심 이론으로 Berkowitz의 '인지 신 연합모델(Cognitive Neo associationistic Model: CNA, Berkowitz, 1989, 1990, 1993)'을 제안하였다. 이 이론에서는 개인이 불쾌한 사건을 경험한 후 부

†Correspondence to Keun-Hyang Kim, Department of Psychology Daegu University, 201 Daegudaero, Jillyang, Gyeongsan, Korea; E-mail: kh.kim@daegu.ac.kr

Received May 31, 2021; Revised Aug 16, 2021; Accepted Aug 17, 2021

This paper is based on the first author's master's thesis research. And the part of the present study was presented as a poster paper at the Korean Clinical Psychology Association, October, 2016.

www.kci.go.kr

정 정서가 촉진되고, 부정적인 감정들은 생리적 반응 및 사고 또는 이와 관련된 기억들이 자동적으로 작동되는 등 모든 과정이 하나의 연합 네트워크로 연결되어 있다고 설명하였다. 또한, 분노와 같은 부정적인 감정을 유발시킨 자극에 즉각적인 주의를 기울이게 하는 점화 기능에 주목하게 되었다(Higgins & King, 1981). 이처럼 부정 정서를 초래한 강한 도발 사건은 강한 분노 감정과 함께 공격성을 일으키도록 활성화된다(Berkowitz, 1993). Dollard 등(1939)에 의하면 촉발된 전위 공격성의 정도는 초기 도발사건과 촉발사건이 상호작용하여 각 자극의 독립적인 공격성의 효과를 넘어선다고 보았다. 도발사건과 촉발사건 간의 상호작용에 의한 전위된 공격성을 측정한 Baron과 Bell (1975) 그리고 Worchel (1966)의 연구에서 촉발 자극을 낮은 수준으로 설정함으로써 도발사건과 촉발사건 간 강도 차이의 중요성을 설명하였다. 선행 연구에 따르면 좌절사건을 경험할 시 부정 정서가 점차 심화됨에 따라(Duncan, 1976) 뒤이어 가벼운 수준의 촉발자극을 경험할 시 촉발자극의 의도를 쉽게 왜곡하여 귀인 할 수 있다고 보았다(Miller et al., 2003). 촉발사건을 경험할 때 촉발사건을 경험하지 않는 경우보다 높은 수준의 전위된 공격성을 보인다는 일관된 연구 결과들이 존재한다(Pedersen, Gonzales, & Miller, 2000, Miller et al., 2003, Bushman, Bonacci, Pedersen, Vasquez, & Miller, 2005).

한편, 개인은 언제든지 도발상황에서 분노를 경험할 수 있으며, 도발자에게 직접적으로 보복할 수 없는 상황에서 우울, 짜증, 분노와 같은 불쾌한 정서를 해소하려고 한다. 이처럼 부정 정서를 완화시킬 수 있다는 점에서 정서조절에 대한 중요성이 제기되었다. 지금까지 전위된 공격성에 대한 연구들은 공격자의 개인차, 공격대상의 속성 및 행위, 상황적 요인을 밝히는데 중점적으로 진행됐으며, 그 중 공격자의 정서조절 방략과 전위된 공격성의 관계를 밝히기 위한 연구들이 꾸준히 이루어져 왔다.

정서조절은 정서의 어떤 측면을 감소 혹은 유지시키기 위한 과정이라고 말할 수 있다(Gross, 2008). 부정 정서를 감소시키기 위한 정서조절 방략은 인지적 방략, 행동적 방략, 생리적 방략, 체험적 방략으로 분류된다(J. Y. Lee & Kwon, 2006). 그 중 인지적 방략은 정서반응이 일어나기 전 분노 사건에 대한 해석 및 의미 부여를 통해 부정 정서를 조절하는 가장 효과적인 정서조절 방략으로 제안된다(Gross, 2001). 인지적 정서조절 방략을 통해 분노 감정을 감소시키거나, 유지하거나 혹은 늘릴 수 있다고 보았다(Morrow & Nolen-Hoeksema, 1990; Gross, 2001). Parkinson과 Totterdell (1999)은 대표적인 인지적 정서조절방략으로 반추, 파국화, 인지적 재구조화, 인지적 재평가, 합리화, 수용하기, 계획하기, 주의전환 등을 제안하였다.

반추(rumination)는 반복적, 침투적으로 되풀이되는 의식적 사고로, 분노 수준을 악화시켜 공격성을 일으킬 가능성이 높다(Brosschot, Gerin, & Thayer, 2006; Nolen-Hoeksema, Wisco, & Lyubomirsky, 2008; Watkins, E., Moberly, & Moulds, 2008). 또한, Miller 등(2003)은 Berkowitz의 인지적 신 연합모델을 근거로, 전위된 공격성을 보이는 성격적 특징 중 반추 경향을 언급하며 좌절상황에서 정서조절의 중요성에 대한 여러 실험연구를 진행하였다. Bushman 등(2005)은 도발사건에 대해 반추하는 시간을 다양하게 조작한 뒤(20분, 25분, 8시간), 중립적인 상황에 집중하는 주의전환과 반추시간에 따른 전위된 공격성의 영향을 살펴보았다. 그 결과 주의전환과 비교하여 반추에서 전위된 공격성이 강하게 나타남을 확인했다. 그 외, 주의전환 조건에서는 반추보다 전위된 공격성이 낮다는 결과가 여러 연구를 통해 검증되었다(Pedersen et al., 2000; Miller et al., 2003; Bushman et al., 2005; Denson et al., 2006). 하지만, 반추를 통해 부정 정서를 느끼는 것이 부정적 요소가 상기되었기 때문인지 또는 상기되는 방식 때문인지에 관한 연구는 아직 부족한 실정이다. 주의전환(distraction)은 부정 정서를 일으킨 사건에 초점을 두지 않는다는 것으로, 초점을 두는 상황과 생각하는 방식에서 반추와 차이가 있다.

이처럼 주의전환과 같이 부정 정서를 감소시키는 적응적인 정서조절 방략 중 하나로 인지적 재평가(cognitive reappraisal)의 효과가 증명되고 있다. 인지적 재평가는 감정적으로 동요되는 사건의 의미나 자기 관련성에 대해 대안적으로 해석하는 것을 말한다(Lazarus, 1984, 1991; Gross, 2002). 분노 상황에 대한 반추와 인지적재평가의 영향을 살펴본 Ray, Wilhelm과 Gross (2008)의 연구에서 인지적 재평가 집단은 반추 집단보다 더 낮은 교감신경계 활동과 낮은 수준의 분노를 나타냈다. 인지적 재평가는 정서유발 상황에 대해 인지적 해석 틀을 수정하는 것으로, 정서 경험 발생 초기에 작동하며 정서유발 자극을 다양한 관점에서 생각하는 인지변화에 해당한다(Gross, 1998). Lazarus와 Alfert (1964)에 의하면, 인지적 재평가는 개인의 목표와 관련 자극에 대한 새로운 시각을 갖게 하며, 우울 증상 감소(Garnefski & Kraaij, 2006), 불안으로 유발된 섭식행동 감소에도 효과적이다(S. I. Lee & Lee, 2018). Woo (2018)에 따르면 연민 초점 재평가가 전위된 공격성을 낮추고 용서의 수준을 높이는 데 효과적이라는 것이 입증되었다.

더불어 인지적 재평가는 공격성뿐만 아니라 부정 조급성, 공격적 언어 간의 정적 상관을 약화시키는 것으로 보고되었다(Watkins, L. E., DiLillo, & Maldonado, 2015; Blake, Hopkins, Sprunger, Eckhardt, & Denson, 2018). 기존의 반추와 주의전환을 비교하는 여러 연구와 비교하여 Denson, Moulds, & Grisham (2012)은 적응적인 정서조절 방략인 인지적 재평가의 효과를 확인하기 위해 4가지의

www.kci.go.kr

https://doi.org/10.15842/kjcp.2021.40.3.008

시점(기저선, 분노회상 작업, 글쓰기 과제 후, 15분 지연)에서 반추, 주의전환, 인지적 재평가의 분노 수준 변화를 확인하였다. 그 결과 반추집단은 시점에 따른 분노수준의 유의한 변화 없이 높게 나타났다. 반면, 정서조절을 위한 글쓰기 과제 이후 주의전환집단보다 인지적 재평가집단에서 분노 수준이 더 낮게 나타나, 분노상황에서 반추는 분노를 유지시키고, 인지적 재평가는 분노를 감소시킨다는 점을 확인할 수 있었다. 그 외 여러 연구에서도 인지적 재평가가 분노를 감소시키는 효과적인 인지적 정서조절 방략이라는 사실이 검증되었다(John & Gross, 2004; Gross, 2001, 2002). 이와 같은 선행연구들은 인지적 재평가를 통해 분노 수준이 낮아진다면 낮은 수준의 전위된 공격성을 확인하는 데 도움이 될 수 있음을 시사한다.

전위된 공격성에 대한 정서조절 방략의 영향을 살펴본 대부분의 선행연구는 주로 반추와 주의전환에 관한 연구들이 대부분이다. 그러나 주의전환은 정서조절의 효과가 단기적인 점에서 전위된 공격성을 낮추기 위한 장기적인 대안적 방략이 되지 못한다는 한계를 갖는다. 한편, 반추와 비교하여 인지적 재평가는 좌절상황에 대해 긍정적이고 개선할 수 있는 방향으로 사고를 전환하는 것으로, 분노 정서를 낮추는 데 효과적이라고 볼 수 있다(Denson el al., 2012). 하지만 지금까지 전위된 공격성에 대해 인지적 재평가의 효과를 살펴본 실험적 연구는 미비하다. 따라서 전위된 공격성에서 인지적 재평가의 영향을 살펴볼 필요성을 인식하여, 본 연구에서는 상황적 요인과 개인차를 고려하여 촉발자극의 유무와 인지적 정서조절 방략에 따른 전위된 공격성에 대한 실험적 접근은 해 보고자 한다.

본 연구에서 좌절사건을 조작하기 위해 사용한 절차는 Bushman 등(2005)과 Lee와 Seok (2017)의 실험연구를 기반으로 본 연구의 목적에 맞게 수정하였다. 또한, 여러 선행연구에서는 반추집단을 조작하기 위해 자기 초점적 반추 개념을 사용해 왔으나 자기 초점적 반추에 대한 정확한 조작적 정의가 명료하지 않은 것으로 확인되었다(Bushman et al., 2005; Denson et al., 2006; Denson et al., 2012). 이에 국외 및 국내에서 타당도가 검증된 반추적 반응 척도(K-RRS)의 우울반추 요인과 자책 요인을 기반으로 반추 집단의 지시문을 구성하였다(Kim, Kim, & Youn, 2010). 촉발자극(유/무) 단계에서 참가자는 자신이 풀었던 퍼즐 문제에 대한 피드백을 받게 되며, 피드백을 준 다른 대상이 풀게 될 도형퍼즐 문제 난이도를 선택함으로써 전위된 공격성을 측정한다. 제시되는 도형 퍼즐 문제는 Raven의 Progressive Matrices로 도형 자극을 보고 추론하는 문제들로 구성되며, 이 종속 측정치는 Leander과 Chartrand (2017)의 연구에서 사용되어 타당도가 입증되었다.

따라서 본 연구에서 검증하고자 하는 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 인지적 재평가, 주의전환 조건보다 반추에서 전위된 공격성이 유의하게 높을 것이다. 둘째, 촉발사건이 없을 때 보다 촉발사건이 있을 경우에 전위된 공격성이 유의하게 높을 것이다. 셋째, 인지적 정서조절 방략(반추, 인지적 재평가, 주의전환)은 촉발사건 유무에 따라 전위된 공격성에 다르게 영향을 미칠 것이다. 즉 반추는 인지적 재평가, 주의전환보다 전위된 공격성이 유의하게 높을 것이고, 인지적 재평가는 주의전환보다 전위된 공격성이 유의하게 높을 것이다.

방 법

참가자

본 연구는 대구대학교 생명윤리심의위원회의 승인을 받은 후 진행되었다(IRB No. 1040621-210709-HR-006-08). 경북 소재 4년제 대학교의 재학생 114명이 실험에 참가하였다. 실험 참가자들은 자발적으로 실험에 참가하였고, 실험에 대한 보상으로 참가비 5,000원을 받는다. 참가자들은 실험조건에 무선 할당되었다. 연구에 참여한 114명 중 실험의 의도를 파악한 참가자 4명, 좌절상황에 조작되지 않은 10명, 실험 도중 자연재해(지진)로 외부 영향을 받은 2명, 촉발자극 조작을 위한 퍼즐문제에서 모든 문제를 맞혀 촉발사건에 조작되지 않은 참가자 3명, 극단치 5명, 글쓰기 과제 중 졸거나 조작확인 설문지 문항에서 불성실한 태도를 보인 9명(결측치, 고정반응)을 제외하고 분석하였다. 따라서 총 81명(남 14명, 여 67명)의 자료가 분석되었다.

실험 설계

3 (인지적 정서조절 방략: 반추/인지적 재평가/주의전환) × 2 (촉발사건: 있음/없음) 피험자 간 설계를 사용하였다. 실험은 45분 동안 3가지 과제로 구성되며 한 시행당 개별적으로 진행된다. 실험 절차는 Figure 1에 제시되어 있다.

좌절 사건 조작

연구자는 실험 예정일 하루 전 날, 참가자에게「내가 생각하는 이상적인 부모의 모습」에 대해 생각해 오도록 문자를 전송한다. 참가자가 실험실에 입실하면 연구자는 첫 번째 과제에서 연구의 실제 목적이 아닌 거짓 목적(가제: '음악과 과제 특성에 관한 연구에서 에세이 쓰기')을 소개하며, 해당 주제로 에세이를 작성할 것이고 대학원생이 에세이를 평가할 것임을 알려준다. 참가자는 8분 동안 혼란스러운 음악(Stravinsky의 Rites of spring)을 들으며 에세이를 작성하고(Bushman et al., 2005), 종료 후 연구자는 참가자가 작성한 에세이를 봉투에 넣어 수거한다. 이후 참가자는 에세이 평가 결과지가

www.kci.go.kr

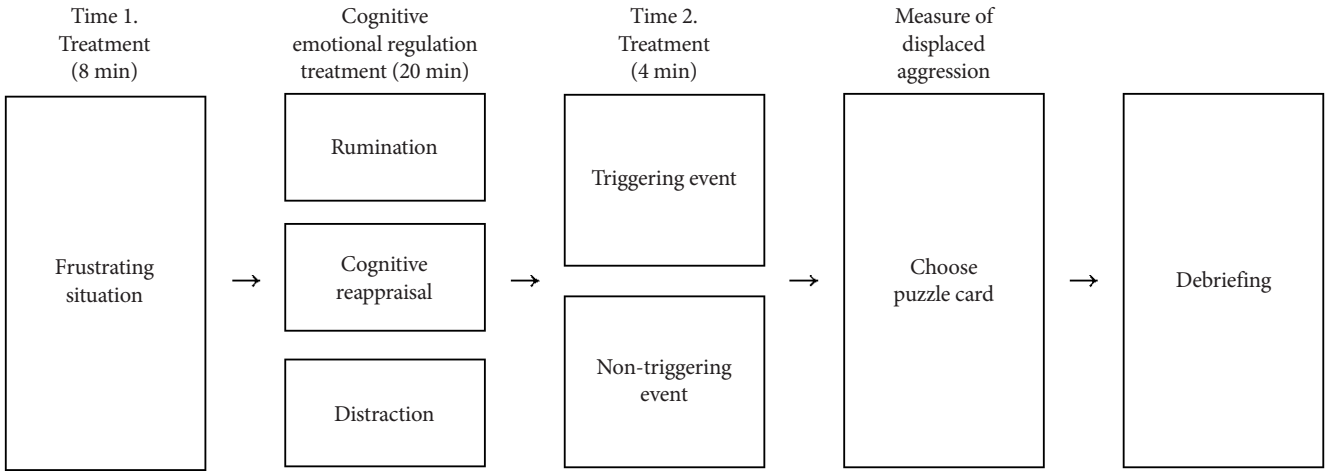

Figure 1. *Experimental procedure.*

동봉된 봉투를 전달받는다. 참가자가 받은 피드백은 실제 대학원생이 평가한 것과는 무관하며, 미리 설정된 실험 조건에 따라 -10점부터 +10점 중 -6점과 부정적인 코멘트(자필로 '글 잘 읽었습니다. 그런데 다른 학생들에 비해 상대적으로 두서가 없는 것 같습니다. 수고하셨습니다.')로 구성되어 있다. 이와 같은 실험 절차에 따라 모든 참가자는 동일한 좌절 상황에 조작되도록 설정되었다. 본 실험은 이전의 연구(Bushman et al., 2005; H. Y. Lee & Seok, 2017)의 실험 절차를 참고하여 다음 사항을 변경하였다. Bushman 등(2005)의 도발사건 조작은 에세이 주제로 사회적 이슈(예: 낙태)가 제시되었으나, 본 연구에서는 참가자 개인에게 관여도가 높을 수 있는 주제(가족)로 변경하였다. 또한, 참가자가 받게 될 점수는 -10점부터 +10점 척도 중 -8점 또는 -10점에서 -6점으로 변경하였다. 이는 열심히 수행한 참가자가 -8점과 같이 매우 낮은 점수를 받을 시, 오히려 근거 없이 채점되었다고 여길 가능성을 고려하여 예비실험으로 거친 뒤 점수를 재설정하였다.

인지적 정서조절 방략 조작

참가자는 본인이 작성한 에세이에 대한 평가 결과를 확인한 뒤 인지적 정서조절 방략 조작단계인두 번째 과제를 이어간다. 참가자는 인지적 정서조절 방략(반추/인지적 재평가/주의전환)의 3가지 조건 중 한 가지 조건에 무선 할당된다. 연구자는 참가자에게 두 번째 과제의 목적에 대해 '회상능력 및 상상력에 관한 연구 – 지시문 읽고 답하기'라고 표면상 알려준다. 참가자는 20분 동안 컴퓨터 화면에 제시되는 지시문을 읽은 뒤 그와 관련된 생각을 종이에 작성한다. 지시문은 총 10문항으로 한 문항당 2분 동안 화면에 제시되며 연구자는 참가자에게 지시문을 읽고 떠오르는 생각, 느낌을 자유롭게 작성하도록 안내한다. 참가자에게 본 과제는 평가되지 않음을 알려줌으로써 평가에 대한 부담감을 느끼지 않도록 한다. 지시문은 각 조건(반추, 인지적 재평가, 주의전환)마다 다르다. 각 조건에 구성된 문항들은 선행연구에서 일부를 참고하였고, 지시문에 적합한 문항을 구성하기 위해 예비실험을 하여 수정 및 보완하는 과정을 거쳤다.

'반추' 조건

반추 조건을 조작하는 지시문은 우울 감정에 대한 반응을 측정하기 위해 개발되었고, Kim 등(2010)이 한국 문화에 맞게 재번안 및 타당화하였다. 반추적 반응 척도(Ruminative Response Scale)의 하위 요인인 자책, 우울 반추 요인 문항을 기반으로 10개 문항을 구성하였다(Nolen-Hoeksema & Morrow, 1991). 반추 조건에 제시되는 문항의 예로 '에세이 평가 결과를 받아 보았습니다. 평가 결과를 받고 나서 내가 느낀 기분을 떠올려 생생하고 자세하게 묘사하여 작성해 보세요'와 같이 좌절 상황에 대해 느낀 생각이나 감정을 지속해서 생각하도록 한다.

'인지적 재평가' 조건

인지적 재평가 조건을 조작하는 지시문은 Fabiansson, Denson, Moulds, Grisham, & Schira (2012) 연구에 기반한 6문항과 연구자가 구성한 4문항의 지시문으로 구성되고, 제시되는 문항은 '친구가 당신에게 에세이를 작성하는데 어떤 점을 고쳐서 더 성장할 수 있을지 물어본다면 그 친구에게 어떤 말을 해줄 것 같습니까?' 와 같이 좌절 상황에 대해 초점을 맞춰 긍정적 및 개선사항에 대해 생각해보도록 한다.

www.kci.go.kr

https://doi.org/10.15842/kjcp.2021.40.3.008

'주의 전환' 조건

주의전환 조건을 조작하는 지시문은 Bushman 등(2005)의 연구에서 사용한 문항의 일부와 연구자가 구성한 문항들이 제시되며 예시 문항은 '가장 가보고 싶었던 나라는 어디인가요? 그 나라에 한 달 동안 머문다고 상상해보세요. 그 나라에서 무엇을 해보고 싶은가요? 그 이유도 작성해 보세요.'와 같이 좌절사건이 아닌 중립적인 상황에 주의를 돌려 생각해보도록 지시문을 구성하였다.

촉발사건 조작

참가자는 촉발사건 있음/없음 조건 중 한 조건에 무선 할당되어 촉발사건 과제를 이어가게 된다. 연구자는 참가자에게 세 번째 과제에 대해 '음악과 과제 특성에 대한 연구-낱말 퍼즐 풀기'라고 표면상 알려주면서 음악을 듣지 않은 상태에서 낱말 퍼즐을 풀게 될 것이라고 안내한다. 참가자는 4분 동안 사전에 연구자가 준비한 중·저 난이도의 낱말 퍼즐 문제를 풀게 된다. 촉발사건 있음/없음 조건의 차이점은 낱말 퍼즐에 대한 평가점수와 코멘트이다. 평가 영역은 전반적 평가, 수행속도, 일반 지식 그리고 간단한 코멘트와 같이 4가지로 구성된다. 이때 촉발사건의 자극 수준은 선행된 도발사건보다 약한 수준으로 설정하여 두 사건 간의 강도 차이를 설정하고자 한다.

'촉발 사건–있음' 조건

촉발 사건 '있음' 조건의 참가자는 전반적으로 약간 부정적인 피드백을 받는다. 참가자는 -10점부터 +10점 중 전반적 평가영역에서 '-2점', 수행속도영역에서 '-1점', 일반지식영역에서 '-1점'을 받고, '비록 문제가 까다롭기는 했지만, 내가 생각하기에는 더 잘했을 수 있지 않았을까 생각했다'와 같은 코멘트가 적힌 평가지를 받게 된다.

'촉발 사건–없음' 조건

촉발 사건 '없음' 조건의 참가자는 전반적으로 약간 긍정적인 피드백을 받는다. 참가자는 -10점부터 +10점 중 전반적 평가영역에서 '+2점', 수행속도영역에서 '+1점', 일반지식영역에서 '+1점'을 받고, '비록 문제가 까다롭기는 했지만, 내가 생각하기에 다른 사람과 비교해서 잘 수행했다고 생각했다'와 같은 코멘트가 적힌 평가지를 받게 된다.

본 연구에서 사용하는 낱말 퍼즐은 Bushman 등(2005)의 연구 3에 제시된 anagram 과제를 국내조건에 맞게 문제방식을 변경하여 사용하였다. 또한, 촉발자극 '있음' 조건은 좌절사건보다 가벼운 수준의 자극을 주는 것이 중요한바, 연구에서는 참가자가 기대한 점수와 실제 평가된 점수 간 격차를 크게 설정하지 않음으로써 촉발자극 정의에 맞게 참가자가 가벼운 수준의 좌절을 경험하도록 조작하였다. 연구자는 예비실험을 통해 참가자가 제한된 4분 동안 문제를 모두 확인하고 전체 문항의 절반 정도만 풀 수 있도록 문제 난이도를 조정하였다. 만약 고난이도의 문제를 풀게 될 경우 대부분의 참가자는 제한 시간 안에 모든 문제를 확인하기 어렵고, 절반의 문제도 풀지 못한 상태에서 중간 수준의 점수를 받게 된다. 이때 참가자는 기대한 점수보다 높은 점수를 받았다고 여기게 되어 약한 수준의 촉발사건에 조작되지 못할 것이라 예상하였다.

전위된 공격성 측정

촉발사건을 조작한 후 참가자는 다른 참가자(촉발사건 있음/없음 단계에서 참가자의 낱말퍼즐을 평가한 대상)가 풀게 될 문제의 난이도를 선택하고, 참가자에게 다른 참가자가 제한 시간 내 맞춘 문제 개수만큼 돈을 벌 수 있다고 알려준다. 참가자가 고난이도 문제를 많이 선택하게 될 경우, 다른 참가자가 돈을 벌게 되는 기회를 잃게 함으로써 다른 참가자에게 해를 가하게 되는 것으로 전위된 공격성을 측정한다. 난이도는 저·중·고의 3가지 난이도로 각각 5개씩 총 15개가 제시되며, 고난이도 문제를 많이 선택할수록 전위된 공격성이 높다고 해석할 수 있다.

연구자는 참가자에게 세 가지 과제를 모두 완료하였음을 알려주면서 추가로 참가자의 낱말 퍼즐을 평가한 다른 참가자는 또 다른 과제를 실시하게 된다고 말한다. 그 과제는 4분 이내에 5개의 도형 문제를 푸는 것이며 정답을 맞춘 문제 개수만큼 1,000원을 받게 됨을 알려준다. 이때 연구자는 참가자에게 15개의 도형 퍼즐 문제를 보여주면서 다른 참가자가 풀게 될 도형 퍼즐 문제 5개를 선택할 수 있으며, 참가자가 문제 난이도를 선택한다는 것은 다른 참가자는 알지 못한다고 한다. 이는 참가자가 난이도를 선택하는데 이차적 영향을 받지 않도록 하기 위함이다. 또한, 참가자가 선택한 문제를 연구자가 보지 않고 다른 참가자에게 전달될 것이라고 알려줌으로써 참가자의 사회적 바람직성 영향을 줄여 진솔하게 선택할 수 있도록 하였다. (약 1분 이내) 참가자가 문제를 선택하는 동안 연구자는 다른 곳에서 대기한다. 실험이 종료된 후, 참가자에게 연구에 대한 디브리핑한다.

처치에 대한 조작점검

모든 실험 절차가 완료된 후 마지막으로 실험조작의 타당성을 확인하기 위해 참가자는 4페이지의 조작확인 설문지를 작성한다. 설문지의 구성 순서는 Bushman 등(2005)의 연구에 따라 실제 실험 과제 순서의 역순으로 제시된다. (1) 첫 번째 페이지: 촉발사건 조작 확

www.kci.go.kr

인 설문지, (2) 두 번째 페이지: 인지적 정서 조절방략 조작 확인 설문지, (3) 세 번째 페이지: 좌절 사건 조작 확인 설문지. 실험이 종료된 후 실험참가자에게 실험 참여에 대한 답례를 제공한다. 그리고 연구의 실제 목적과 참가자가 받은 에세이 평가점수와 낱말 퍼즐 평가점수 및 피드백이 거짓임을 충분히 설명한다.

결 과

처치에 대한 조작점검

좌절 상황의 조작 효과는 에세이의 점수와 코멘트에 대해 어느 정도의 만족감, 짜증, 즐거움, 좌절감, 행복감, 화를 경험했는지를 7점 척도로 작성한 문항을 통해 확인하였다. 조작확인 문항의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .61로 수용 가능한 수준으로 나타났다. 만족감 문항을 역 채점한 평균은 5.32점($SD = 1.13$), 짜증에 대한 문항의 평균은 4.47점($SD = 1.61$), 즐거움 문항의 역 채점한 평균은 5.59점($SD = 1.21$), 좌절감 문항의 평균은 4.43점($SD = 1.60$), 행복감 문항의 역 채점한 평균은 3.80점($SD = 1.21$), 화에 대한 문항의 평균은 3.90점($SD = 1.60$)으로 모두 7점 리커트 척도의 중간값보다 높게 나타나 좌절 경험에 대한 조작은 신뢰할 수 있는 것으로 나타났다.

세 가지 인지적 정서조절 방략이 각 조건에 맞게 조작이 되었는지 확인하기 위해 조건에 따른 인지적 정서처리 방식을 비교하였다. 분석 결과, 첫째, 인지적 정서조절 방략에 따라 좌절상황에 대해 개선 및 긍정적인 방향으로 생각하는 정도에서 차이가 있었으며, $F = 3.66$, $p < .05$, *Scheffe* 검증 결과 반추조건일 때 개선 및 긍정적인 방향으로 생각을 가장 많이 했고 인지적 재평가와 주의전환 사이에는 차이가 없었다. 둘째, 인지적 정서조절 방략에 따라 좌절상황에 대해 자책하는 정도가 다르게 나타났으며, $F = 3.91$, $p < .05$, *Scheffe* 검증 결과, 반추조건일 때 좌절상황에 대해 자책을 가장 많이 했고, 인지적 재평가와 주의전환 사이에는 차이가 없었다(Table 1). 셋째, 인지적 정서조절 방략에 따라 좌절상황에 대해 강하게 생각하는 정도에서도 다르게 나타났으며, $F = 7.74$, $p < .001$, *Scheffe* 검증 결과 반추조건일 때 좌절상황에 대해 가장 강하게 생각했고 인지적 재평가와 주의전환 사이에는 차이가 없었다. 반면, 인지적 정서조절 방략에 따라 좌절상황을 생각하면서 부정 정서를 느끼는 정도에는 세 조건 간에 차이가 없었다, $F = 2.36$, $p = .10$.

촉발자극 조작 단계에서 다른 참가자가 평가한 낱말점수 결과와 코멘트를 확인한 뒤 유발된 감정이 집단 간 차이가 있는지 확인하기 위하여 7점 리커트 척도로 평정한 6문항에 대해 신뢰도 분석을 하였다. 6문항에 대한 내적 합치도(Cronbach's α)는 .85로 매우 높게 나타났다. 분석 결과, 촉발사건을 경험한 참가자들은($M = 3.44$, $SD = 1.00$) 촉발사건을 경험하지 않은 참가자들($M = 4.95$, $SD = 0.97$)보다 '만족함'을 유의하게 덜 느꼈다고 보고하였고, $t = -6.84$, $p < .001$, 촉발사건을 경험한 참가자들은($M = 3.29$, $SD = 1.21$) 촉발사건을 경험하지 않은 참가자들($M = 4.38$, $SD = 1.21$)보다 '즐거움'을 유의하게 덜 느꼈다고 보고하였으며, $t = -4.04$, $p < .001$, 촉발사건을 경험한 참가자들은($M = 3.27$, $SD = 1.14$) 촉발사건을 경험하지 않은 참가자들($M = 4.31$, $SD = 1.10$)보다 '행복함'을 유의하게 덜 느꼈다고 보고하였다, $t = -4.14$, $p < .001$. 또한 짜증, 좌절, 화와 같은 '부정 정서' 문항에서 촉발사건을 경험한 참가자들은($M = 4.00$, $SD = 1.30$) 촉발사건을 경험하지 않은 참가자들($M = 2.10$, $SD = 1.12$)보다 '짜증'을 유의하게 더 많이 느꼈다고 보고하였고, $t = 6.97$, $p < .001$, 촉발사건을 경험한 참가자들은($M = 3.83$, $SD = 1.41$) 촉발사건을 경험하지 않은 참가자들($M = 2.08$, $SD = 1.13$)보다 '좌절'을 유의하게 더 많이 느꼈으며, $t = 6.10$, $p < .001$, 촉발사건을 경험한 참가자들은($M = 3.27$, $SD = 1.14$) 촉발사건을 경험하지 않은 참가자들($M = 1.62$, $SD = 0.88$)보다 '화'를 유의하게 더 많이 느꼈다고 보고하였다, $t = 5.49$, $p < .001$. 따라서 본 연구에서의 촉발사건 조작은 성공적으로 조작되었음을 확인할 수 있었다.

Table 1. *Means and Standard Deviation of Cognitive Emotional Regulation Strategy × Triggering Event*

	Cognitive emotional regulation strategy			Total	*Scheffe*
	Rumination	Cognitive reappraisal	Distraction		
Triggering event					
M	2.71	1.57	1.54	1.95	
SD	(.61)	(.65)	(1.05)	(.95)	
n	14	15	13	42	
Non-triggering event					
M	1.00	.85	.50	.77	
SD	(.82)	(.69)	(.52)	(.70)	
n	12	13	14	39	
Total					
M	1.89	1.22	1.00	1.37	1 > 2, 3
SD	(1.12)	(.75)	(.96)	(1.02)	
n	26	28	27	81	

Note. *Scheffe* test 1: Rumination, 2: Cognitive reappraisal, 3: Distraction. Choosing more difficult puzzle card means more displaced aggression.

인지적 정서조절방략과 촉발사건이 전위된 공격행동에 미치는 영향

좌절상황을 경험한 뒤 인지 정서조절방략과 촉발사건 유무에 따라 전위된 공격성의 차이가 있는지 알아보기 위해 이원분산분석(two-

www.kci.go.kr

https://doi.org/10.15842/kjcp.2021.40.3.008

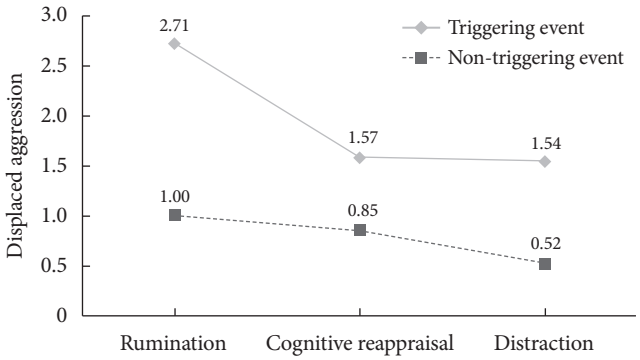

Figure 2. *Means of displaced aggression per treatment group.*

Table 2. *Two-Way ANOVA of Cognitive Emotional Regulation Strategy and Triggering Event on Displaced Aggression*

Variables	*df*	*SS*	*MS*	*F*	*p*
Cognitive emotional regulation strategy(A)	2	10.41	5.21	9.59	.000
Triggering event/ non-triggering event (B)	1	27.18	27.18	50.08	.000
A × B	2	3.44	1.72	3.17	.048
Error	75	40.71	.543		
Total	81	235.00			

way ANOVA)을 실시한 결과, 인지적 정서조절 방략과 촉발사건 유무의 상호작용이 유의하게 나타났다, $F(2, 75) = 3.17$, $p = .048$, 인지적 정서조절 방략의 주효과, $F(2, 81) = 9.59$, $p < .000$, 촉발사건 유무의 주효과도 유의하게 나타났다, $F(1, 81) = 50.08$, $p < .000$, (Figure 2, Table 2).

상호작용에 따른 단순 주효과를 실시한 결과, 인지적 정서조절 방략에 따른 전위된 공격성의 차이가 촉발사건 유무에 따라 차이가 있다는 것을 확인할 수 있다. 반추 집단($M = 1.89$, $SD = 1.12$)이 인지적 재평가 집단($M = 1.22$, $SD = .75$)과 주의전환 집단($M = 1.00$, $SD = .96$)보다 유의하게 높은 전위된 공격성을 나타냈다, $F(2, 81) = 9.59$, $p < .000$. 또한, 촉발사건 유무에 따라 전위된 공격성의 차이가 있었는데, 촉발사건이 없을 경우, 인지적 정서조절방략에 따라 전위된 공격성의 차이가 없었다, $F(2, 37) = 1.92$, $p = .16$. 하지만, 촉발사건이 있을 경우에는 인지적 재평가와 주의전환보다 반추 집단에서 전위된 공격성이 더 높게 나타났다, $F(2, 38) = 10.01$, $p = .0003$. 즉, 좌절상황에 대해 반추를 할 때 촉발사건이 없을 때 보다 촉발사건을 경험할 시 전위된 공격성이 더 높게 나타난다고 볼 수 있다, $F(1, 25) = 38.52$, $p < .0001$. 뿐만 아니라 인지적 재평가에서 촉발사건이 없을 때 보다 촉발사건을 경험하였을 경우 전위된 공격성이 더 높게 나타났으며, $F(1, 25) = 7.97$, $p = .0092$, 주의전환에서도

Table 3. *Simple Main Effect Analysis of Cognitive Emotional Regulation Strategy and Triggering Event*

Variables	*df*	*SS*	*MS*	*F*	*p*
A at Triggering event	2	12.39	6.19	10.01	.0003
A at Non-triggering event	2	1.78	.89	1.92	.1612
B at Rumination	1	19.81	19.81	38.52	< .0001
B at Cognitive reappraisal	1	3.55	3.55	7.97	.0092
B at Distraction	1	7.27	7.27	10.86	.0029

Note. Cognitive emotional regulation strategy (A). Triggering event/ non-triggering event (B).

촉발사건이 없는 경우보다 촉발 사건을 경험하였을 때 전위된 공격성이 더 높게 나타났다, $F(1, 25) = 10.86$, $p = .0029$ (Table 3).

마지막으로 인지적 정서조절 방략에 따른 전위된 공격성의 평균 간 *Scheffe* 검증 결과, 인지적 정서조절 방략에서 반추가 인지적 재평가와 주의전환보다 전위된 공격성이 가장 높게 나타났고, 인지적 재평가와 주의전환 간에는 차이를 보이지 않았다(Table 1).

논 의

본 연구는 좌절사건을 겪은 뒤 반추, 인지적 재평가, 주의전환과 같은 인지적 정서조절방략과 촉발사건의 유무가 전위된 공격성에 미치는 효과를 실험을 통해 알아보았다. 연구에서 도출된 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 인지적 정서조절방략이 전위된 공격성에 미치는 영향에서 반추가 인지적 재평가와 주의전환보다 더 높은 전위된 공격성을 보였다. 이와 같은 결과는 선행된 반추가 전위된 공격성에 미치는 영향을 살펴본 연구들과 일치하는 결과이다(Bushman et al., 2005; Denson et al., 2006; Pedersen et al., 2011). 이때 반추는 좌절사건 이후 경험한 정서, 인지를 증폭시키는 작용을 했을 것이라 여겨진다.

둘째, 인지적 정서조절 방략에서 인지적 재평가와 주의전환이 반추보다는 낮은 전위된 공격성을 보였지만, 인지적 재평가와 주의전환 간에는 유의한 차이를 보이지 않았다. 인지적 재평가와 주의 전환 간 전위된 공격성에 대한 유의한 차이가 없었던 점에 대해서는 다음과 같은 가능성을 생각해 볼 수 있겠다. 도발사건이 개인의 중요한 목적을 이루는 데 방해되는 정도가 높을수록 반추할 가능성도 더 높을 수 있다. 이러한 유형의 도발이 발생할 때 공격적으로 보복할 가능성이 더 크며, 촉발된 전위 공격성도 증가하게 된다(Miller et al., 2003). 즉, 도발사건이 개인과 어느 정도 관련되고 중요한지에 따라 적극적으로 그 상황에 대해 개입되는지에도 영향을 줄 수 있을 것이다.

www.kci.go.kr

셋째, 촉발사건이 없을 때보다 촉발사건이 있을 경우에 전위된 공격성이 더 높게 나타났다. 이와 같은 연구 결과는 촉발사건 유무에 따른 전위된 공격성에 대한 선행연구 결과들과 일치한다(Pedersen et al., 2000; Miller et al., 2003; Bushman et al., 2005; Denson et al., 2006; Pedersen et al., 2011). 넷째, 인지적 정서조절 방략과 촉발사건 유무가 전위된 공격성에 미치는 상호작용 효과가 유의하게 나타났다. 촉발사건이 있을 경우, 인지적 재평가와 주의전환보다 반추에서 전위된 공격행동이 더 높게 나타났지만, 인지적 재평가와 주의전환 간에는 전위된 공격성에서 유의한 차이를 보이지 않았다. 따라서 인지적 재평가 또한 주의전환과 유사하게 낮은 전위된 공격성을 보임을 확인할 수 있다.

위와 같은 결과를 바탕으로 본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 지금까지 전위된 공격성에 대한 연구의 초점은 좌절 상황에 대한 반추 또는 중립 상황에 대한 주의전환을 비교하는 데 그쳤다. 주의전환은 적응적인 인지적 정서조절 방략으로 알려졌지만, 그 효과는 단기적일 수 있다(Denson et al., 2012). 이와 같은 제한점을 보완하고자 본 연구에서는 적응적인 인지적 정서조절 방략으로 좌절상황에 대해 긍정적, 대안적으로 생각하는 인지적 재평가를 제안하였고, 그 결과 인지적 재평가를 통해서도 주의전환과 유사하게 반추보다 낮은 전위된 공격성을 보일 수 있다는 사실을 밝혀냈다. 이는 반추와 비교하여 좌절상황에서 대안적으로 사고를 전환하는 방략이 무고한 타인에 대해 낮은 공격성을 보일 수 있음을 확인할 수 있다. 이와 같은 결과를 바탕으로 Novaco (1977)의 분노 감소 프로그램은 효과적인 대처방략으로 인지적 재평가를 포함했고, 분노치료의 메타 분석에서 인지적 재구조화를 활용하는 분노 관리 프로그램에서 효과를 나타냈다(DiGiuseppe & Tafrate, 2003). 이처럼 인지 치료에서는 환자들이 다양한 대안적 사고를 통해 분노를 감소시킬 수 있도록 인지적 재평가를 포함한 적응적이고 유용한 대처방략을 제안하였다.

둘째, 지금까지 국내에서 진행된 대부분의 전위된 공격성에 대한 연구들은 설문지를 사용한 연구들이 많으며(Seo & Park, 2013; Lim & Han 2016), 소수의 실험 연구가 존재하지만 실제로 모든 실험 참가자들이 동일한 좌절상황을 경험하도록 조작되지 않았고, 단지 과거 분노했던 상황을 회상하는 방법으로 좌절상황을 조작한다(J. Y. Hwang, 2017). 하지만 이는 개인 참가자마다 분노했던 상황의 시기, 특성, 강도가 상이할 가능성이 높고, 모든 참가자가 동일하게 조작되었는지에 대한 타당성에 의문을 가질 수 있는 한계점이 있다. 따라서 본 연구에서는 모든 실험 참가자들이 동일한 좌절상황을 경험하도록 조작하였다. 다만, 좌절 상황에 대한 주관적 해석과 반응의 정도는 상이할 수 있으나, 본 실험에서는 좌절 상황의 특성, 시기, 강도 면에서 동일하게 조작되었음을 가정할 수 있다. 또한, 선행된 연구(Bushman et al., 2005)에서 사용된 좌절상황 조작을 본 연구의 목적에 맞게 수정 및 보완한 점에서 차별된 실험 절차로 제시할 수 있다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 전위된 공격성에 영향을 주는 요인으로 좌절사건과 촉발사건 사이의 인지적 정서조절에 필요한 시간은 중요하다. 본 연구는 여러 선행연구를 근거로 인지적 정서조절 방략 조작시간을 20분으로 설정하였다. 하지만, 개인은 일상생활에서 단지 20분 동안 반추, 인지적 재평가, 주의전환과 같은 정서조절 방략을 사용하기보다는 생활 전반에 걸쳐 반복적, 지속적으로 나타날 것이다. 따라서 본 연구에 설정된 20분 동안의 인지적 정서조절 시간은 더욱 광범위한 일상생활에 적용되는데 한계가 있었다. 따라서 추후 연구에서는 장시간(Bushman et al., 2005)으로 시간 설정을 보완하여 정서조절 방략의 장기적인 효과를 확인해 볼 수 있겠다.

둘째, 본 연구에서는 선행연구에 따라 촉발사건을 조작하는데 촉발사건 '있음' 조건에는 약간의 부정적인 피드백을 주는 것이고, 촉발사건 '없음' 조건에는 약간의 긍정적인 피드백을 주는 것이다. 선행연구에서는 촉발사건을 조작하는데 촉발사건 '없음' 조건에 대해 어떤 자극을 주지 않는 것이 아닌 촉발사건 '있음' 조건과 상반되는 약간의 긍정적인 자극을 주어 조작을 한다(Pederson et al., 2000, Miller et al., 2003, Bushman et al., 2005). 연구결과상 촉발사건 '있음' 조건과 촉발 사건 '없음' 조건 간의 전위된 공격행동에 유의한 차이를 확인할 수 있지만, 촉발사건 '없음' 조건에서 약간의 긍정적인 피드백을 주는 것이 과연 촉발사건을 경험하지 않는다는 정의에 타당한 조작인가에 대한 의문을 가질 수 있다. 즉, 촉발사건을 경험하지 않는 조건에서는 약간의 긍정적인 피드백을 주는 것이 타당한 조작인지 아니면 전혀 자극상황이 없는 것이 타당한 조작인지 고민해 봐야 할 부분이다. 이는 후속 연구를 통해 검증될 필요성이 있다.

셋째, 인지적 정서조절 방략에 대한 조작점검 결과를 살펴보면 반추조건에서는 좌절상황에 대해 가장 강하게 생각하면서 자책도 높게 나타났다. 반면, 좌절상황에 대한 개선 및 긍정적인 방향으로 생각하는 인지적 재평가 조작 문항은 인지적 재평가조건에서 가장 높게 조작되어야 했지만 반추조건에서 가장 높게 조작되었다. 이는 본 연구에서 반추조건을 조작함에 있어 요구 특성을 제한하기 위해 좌절로 인해 느낄 수 있을법한 분노, 짜증과 같은 부정 감정을 지시문에 언급하지 않았다. 그 결과 반추조건에서 부정적 사고와 긍정적 사고 모두 증폭되는 결과가 나온바, 반추 조작이 충분히 이뤄지지 않았을 가능성이 있어 보인다. 따라서 추후 연구에서는 반

www.kci.go.kr

https://doi.org/10.15842/kjcp.2021.40.3.008

추 개념에 따라 부정적인 측면에 반복적으로 주의를 기울일 수 있도록 지시문 조작을 조정할 필요성이 있다.

넷째, Denson 등(2012)의 연구에서 인지적 재평가가 분노 수준을 낮추는 기능을 하지만 즉각적인 효과는 나타나지 않은 바, 인지적 재평가의 장기적인 효과를 확인할 수 있는 추가연구가 필요할 것으로 보인다. 마지막으로, 부정적 피드백이 좌절, 분노를 유발하기보다는 우울, 자존감 손상에 영향을 줄 가능성이 있음으로 향후 연구에는 다른 부정 정서를 고려하여 함께 측정할 필요가 있을 것으로 보인다. 또한, 본 연구에서는 제한된 사례 수를 대상으로 실험하여 연구 결과를 일반화하기에는 어려움이 있다. 따라서 좀 더 많은 사례 수를 확보하여 본 연구 결과를 재검증해 볼 필요가 있다.

본 연구에서는 부정적 평가가 주어졌을 때 반추에 비해 인지적 재평가가 주의전환과 유사한 수준으로 낮은 전위된 공격성을 보이는 데 효과적임을 실험적으로 확인하였다. 이는 인지적 재평가가 단순히 해당 사건에서 주의를 다른 곳으로 돌리는 방식만큼이나 효과적으로 정서를 조절할 수 있음을 보여준다. 장기적으로 그 효과가 유지되는지에 대해서는 추후 연구가 필요하지만, 일상생활에서 특정 상황이나 대상으로부터 좌절을 겪었을 때 해당 사건의 의미를 되짚어 보거나 새로운 관점으로 생각을 전환하며 재평가해본다면 무고한 타인에 대한 공격성을 조절하는 데 도움이 될 것으로 예상된다. 나아가 인지적 재평가 방략은 임상 및 상담 장면에서도 좌절로 인한 분노를 겪는 환자나 내담자가 자신의 부정적인 정서를 조절 및 표현할 방법으로 제안될 수 있고, 사회적으로도 무고한 타인을 향한 범죄예방의 한 방편으로 활용될 수 있기를 기대한다.

Author contributions statement

Yoonsun Lee, a graduate student at Daegu University who is now a clinical psychology intern at Daedong Hospital, collected and analyzed data, and led manuscript preparation. Keun-Hyang Kim, professor at Daegu University, served as supervised the research process. All authors provided critical feedback, participated in revision of the manuscript, and approved the final submission.

References

Baron, R. A., & Bell, P. A. (1975). Aggression and heat: Mediating effects of prior provocation and exposure to an aggressive model. *Journal of Personality and Social Psychology, 31*, 825-832.

Berkowitz, L. (1989). Frustration-aggression hypothesis: Examination and reformulation. *Psychological Bulletin, 106*, 59-73.

Berkowitz, L. (1990). On the formation and regulation of anger and aggression: A cognitive-neoassociationistic analysis. *American Psychologist, 45*, 494-503.

Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*. New York, NY: Mcgraw-Hill Book Company.

Blake, K. R., Hopkins, R. E., Sprunger, J. G., Eckhardt, C. I., Denson, T. F. (2018). Relationship quality and cognitive reappraisal moderate the effects of negative urgency on behavioral inclinations toward aggression and intimate partner violence. *Psychology of Violence, 8*, 218-228.

Brosschot, J. F., Gerin, W., & Thayer, J. F. (2006). The perseverative cognition hypothesis: A review of worry, prolonged stress-related physiological activation, and health. *Journal of Psychosomatic Research, 60*, 113-124.

Bushman, B. J., Bonacci, A. M., Pedersen, W. C., Vasquez, E. A., & Miller, N. (2005). Chewing on it can chew you up: Effects of rumination on triggered displaced aggression. *Journal of Personality and Social Psychology, 88*, 969-983.

Denson, T. F., Pedersen, W. C., & Miller, N. (2006). The displaced aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology, 90*, 1032-1051.

Denson, T. F., Moulds, M. L., & Grisham, J. R. (2012). The effects of analytical rumination, reappraisal, and distraction on anger experience. *Behavior Therapy, 43*, 355-364.

DiGiuseppe, R., Trafrate, R. C. (2003). Anger treatment for adults: A meta-analytic review. *Clinical Psychology: Science and Practice, 10*, 70-84.

Dollard, J., Miller, N. E., Doob, L. W., Mowrer, O. H., & Sears, R. R. (1939). *Frustration and aggression*. New Haven, Conn: Yale University Press.

Duncan, B. L. (1976). Differential social perception and attribution of intergroup violence: Testing the lower limits of stereotyping of Blacks. *Journal of Personality and Social Psychology, 34*, 590-598.

Fabiansson, E. C., Denson, T. F., Moulds, M. L., Grisham, J. R., & Schira, M. M. (2012). Don't look back in anger: Neural correlates of reappraisal, analytical rumination, and angry rumination during recall of an anger-inducing autobiographical memory. *NeuroImage, 59*, 2974-2981.

Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences, 40*, 1659-1669.

Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology, 2*, 271-299.

Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Directions in Psychological Science, 10*, 214-219.

Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology, 39*, 281-291.

Gross, J. J. (2008). Emotion regulation. Lewis, M., Jeannette M. Haviland-Jones, J. M., Barrett, L.F(Ed), *Handbook of emotions*. New

www.kci.go.kr

York, NY: Guilford Press.

Higgins, E. T., & King, G. A. (1981). *Accessibility of social constructs: Information processing consequences if Individual and contextual Variability*. In Nancy Cantor and John F. Kihlstrom (Eds.), Personality, Cognitive, and Social Interaction, 69-121. Oxfordshire, Routledge.

Hovland, C. I., & Sears, R. R. (1940). Minor studies of aggression: VI. Correlation of lynchings with economic indices. *The Journal of Psychology, 9*, 301-310.

Hwang, J. Y. (2017). T*he mechanism of displaced aggression by social exclusion: Effect of self-focused rumination and triggering event* (Unpublished master's thesis). Ewha Womans University, Seoul, Korea.

Hwang, S. J., & Park, K. H. (2014). Exploratory study on the displaced aggression in adolescents with depressive-conduct disorder tendency. *The Korean Journal of Health Psychology, 19*, 1125-1144.

John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality, 72*, 1301-1334.

Kim, S. J., Kim, J. H., & Youn, S. C. (2010). Validation of the Korean-Ruminative Response Scale(K-RRS). *Korean Journal of Clinical Psychology, 29*, 1-19.

Lazarus, R. S. (1984). On the primacy of cognition. *American Psychologist, 39*, 124-129.

Lazarus, R. S. (1991). Progress on a cognitive-motivational-relational theory of emotion. *American Psychologist, 46*, 819-834.

Lazarus, R. S., & Alfert, E. (1964). Short-circuiting of threat by experimentally altering cognitive appraisal. *The Journal of Abnormal and Social Psychology, 69*, 195-205.

Leander, N. P., & Chartrand, T. L. (2017). On thwarted goals and displaced aggression: A compensatory competence model. *Journal of Experimental Social Psychology, 72*, 88-100.

Lee, S. I., & Lee, H. J. (2018). Affect labeling reduces emotional eating behaviors among female undergraduates with bulimic tendencies: Comparisons with cognitive reappraisal and psychological education. *Korean Journal of Clinical Psychology, 37*, 91-103.

Lee, H. Y., & Seok, D. H. (2017). Effects of evaluation feedback, social status of the target and anonymity on displaced aggression. *Social Science Research Institute, 41*, 209-231.

Lee, J. Y., & Kwon, S. M. (2006). Relationship between emotion regulation and psychopathology: Recent research trends and future research tasks. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy, 18*, 461-493.

Lim, H. E., & Han, S. Y. (2016). The influences of covert narcissism on displaced aggression in late childhood: The Mediating effects of internalized shame and rejection sensitivity. *Korean Journal of Child Studies, 37*, 129-143

Miller, N., Pedersen, W. C., Earleywine, M., & Pollock, V. E. (2003). A theoretical model of triggered displaced aggression. *Personality and Social Psychology Review, 7*, 75-97.

Morrow, J., & Nolen-Hoeksema, S. (1990). Effects of responses to depression on the remediation of depressive affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 519-527.

Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: the 1989 Loma Prieta Earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 115-121.

Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science, 3*, 400-424.

Novaco, R. W. (1977). Stress inoculation: A cognitive therapy for anger and its application to a case of depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 45*, 600-608.

Park, H. M. (2013). Concept and features of random crime: crimes against random people. *Korean Journal of Public Safety and Criminal Justice, 22*, 225-258.

Parkinson, B., & Totterdell, P. (1999). Classifying affect-regulation strategies. *Cognition & Emotion, 13*, 277-303.

Pedersen, W. C., Gonzales, C., & Miller, N. (2000). The moderating effect of trivial triggering provocation on displaced aggression. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 913-927.

Ray, R. D., Wilhelm, F. H., & Gross, J. J. (2008). All in the mind's eye? Anger rumination and reappraisal. *Journal of Personality and Social Psychology, 94*, 133-145.

Seo, M. J., & Park, K. H. (2013). The relations of psychological well-being, self-esteem, somatization, depression and displaced aggression. *The Korean Journal of Health Psychology, 18*, 163-181.

Watkins, E., Moberly, N. J., & Moulds, M. L. (2008). Processing mode causally influences emotional reactivity: Distinct effects of abstract versus concrete construal on emotional response. *Emotion, 8*, 364-378.

Watkins, L. E., DiLillo, D., & Maldonado, R. C. (2015). The interactive effects of emotion regulation and alcohol intoxication on lab-based intimate partner aggression. *Psychology of Addictive Behaviors, 29*, 653-663.

Woo, S. K., & Lee, S. Y. (2018). *After experiencing anger, emotional and behavioral effects: provocation-focused rumination, benefit-focused reappraisal, compassion-focused reappraisal* (Unpublished master's thesis). Ewha Womans University, Seoul, Korea.

Worchel, P. (1966). Displacement and the summation of frustration. *Journal of Experimental Research in Personality, 1*, 256-261.

Yoon, J. S., & Kim, M. J. (2013). Understanding so called 'Do-not-ask Crime': A psychological perspective. *Korean Criminal Psychology Review, 9*, 147-174.

www.kci.go.kr

https://doi.org/10.15842/kjcp.2021.40.3.008

국문초록

인지적 정서조절 방략과 촉발사건이 전위된 공격성에 미치는 영향

이윤선·김근향

대구대학교 심리학과

본 연구의 목적은 부정적인 평가 피드백을 받는 좌절상황에서 인지적 정서조절방략(반추/인지적 재평가/주의전환)의 처치와 촉발사건의 수준이 전위된 공격성에 미치는 영향을 실험 연구를 통해 검증하는 것이다. 이를 위해 대학생 참가자(114명)는 본인이 작성한 에세이에 대한 부정적인 평가 결과를 받음으로써 좌절상황을 경험하게 되고, 인지적 정서조절방략(반추/인지적 재평가/주의전환), 촉발자극(있음/없음)조건으로 무선 할당된다. 이후 참가자에게 부정적 평가로 좌절을 경험하게 한 다른 참가자(촉발 자극 있음/없음 제공자)가 풀게 될 문제 난이도를 정하도록 하였다. 이때 얼마나 많은 고난이도 문제를 선택하는지에 따라 전위된 공격성의 정도를 측정하였다. 분석 결과, 세 가지의 인지적 정서조절방략에서 촉발사건 '없음' 조건보다 촉발사건 '있음' 조건에서 전위된 공격성이 높았고, 반추가 인지적 재평가, 주의전환보다 전위된 공격성이 높게 나타났다. 특히, 사소한 수준의 촉발사건을 경험한 조건에서, 인지적 재평가와 주의전환은 반추보다 더 낮은 수준의 전위된 공격성이 나타나, 인지적 정서조절 방략과 촉발사건 간의 상호작용 효과가 확인되었다. 그리고 반추가 인지적 재평가와 주의전환보다 유의하게 높은 전위된 공격성을 보였고, 인지적 재평가와 주의 전환 간에는 전위된 공격성에 유의한 차이를 나타내지 않았다. 끝으로 전위된 공격성에 대한 시사점과 연구 방향이 논의되었다.

주요어: 전위된 공격성, 촉발사건, 반추, 인지적 재평가, 주의전환

www.kci.go.kr