

## 여대생의 월경 전 증후군 경험과 월경태도의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과\*

조 현 정

박 중 규<sup>†</sup>

대구대학교

본 연구는 여대생을 대상으로 월경 전 증후군 경험과 월경태도의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위하여 대구/경북 소재 여대생 251명을 대상으로 월경 전 증후군, 월경 태도, 비합리적 신념을 설문조사하였고, 총 251부의 설문지 중에서 인구통계학적 항목 중 극단적인 나이를 갖는 여대생 3명과 설문지에 불성실하게 응답한 2명을 제외한 후, 최종적으로 총 246부의 자료를 분석하였다. 본 연구에서 밝혀진 결과는 다음과 같다. 첫째, 월경 전 증후군 경험과 월경태도, 비합리적 신념은 유의미한 정적 상관관계가 확인되었다. 둘째, 여대생의 월경 전 증후군 경험은 월경태도에 유의한 영향을 미쳤는데, 증후군 경험의 하위요인 가운데 행동변화, 집중력, 자율신경계 반응이 전체 설명량의 22.4%를 차지하는 유의한 예측요인이었다. 셋째, 여대생의 월경 전 증후군 경험과 월경태도의 관계에서 비합리적 신념은 유의한 부분 매개효과를 보였다. 이러한 결과는 월경 전 증후군에 영향을 미치는 다양한 요인들 중 비합리적 신념이라는 요인을 구체화시켰으며, 월경 전 증후군 경험과 밀접하게 관련된 요소들을 이어주는 연구가 되었다. 끝으로 후속 연구를 위해 본 연구의 한계점과 제언을 제시하였다.

주요어 : 월경 전 증후군, 월경태도, 비합리적 신념

\* 본 연구는 조현정(2016)의 대구대학교 석사학위 논문을 수정 보완한 것임.

† 교신저자: 박중규, 대구대학교 재활심리학과 교수, (38453) 경상북도 경산시 진량읍 대구대로 201  
Tel: 053-850-4332, E-mail: pikpsy@daegu.ac.kr

여성은 가임기로 들어서면서부터 처음 시작된 월경을 경험 하게 되었을 때의 경이로움과 설렘을 잊지 못할 것이다. 월경은 여성만의 고유한 기능이 본격적으로 시작되었음을 의미하는 축복이기 때문이다. 그러나 초경 이후로 시작된 월경을 약 한 달에 한 번 내외의 주기로 몇 십년간 맞이하게 되는 것은 여간 귀찮은 일이 아니다. 월경을 하지 않는다면 생물학적 문제가 있거나 임신과 관련된 여러 개인적 문제를 겪을 수 있기 때문에, 많은 여성들에게 월경이란 ‘없어도 걱정이지만 있어도 귀찮은 존재’이다(고선규, 권정혜, 2004).

월경이 정상적인 여성의 생리 현상임에도 불구하고 여성들은 월경 전 특정 시기동안 평소와는 다른 통증과 불편감을 경험할 수 있으며, 심한 경우 일상생활에 지장을 줄 정도의 통증과 신체, 정서, 행동적 변화를 복합적으로 경험하기도 한다(정금숙, 2012). 이처럼 월경 시작 2주 전부터 월경 시작 전까지 평소와는 다른 신체적, 행동적, 정서적 변화에 의해 정신적으로 고통 받게 되는 증상을 ‘월경 전 증후군(Premenstrual Syndrome; PMS)’이라 한다.

월경 전 증후군은 월경 주기 중 황체기 동안에만 특별히 신체적, 심리적 증상이 생겼다가 월경이 끝나면 사라지는 증상들을 말한다(Ismail & O'Brien S, 2001). Frank(1931)는 최초로 월경 전 긴장증(Premenstrual tension)이라는 용어를 사용하였고 ‘말단부위의 부기, 동통, 유방통증, 불안정감, 분노 등이 주기적으로 월경 전 2-10일 전에 나타나는 것이다.’라고 정의 내려 알려지기 시작하였다. 그 후 주기적 증후군(Sutherland & Stewart, 1966), 월경 전기 중독증(Stieglitz & Kimble, 1949)등 여러 이름으로 지칭되었으나(한창환, 유태혁, 1985), Greene와 Dalton(1953)이 사용한 월경 전 증후군

(Premenstrual Syndrome)이라는 용어가 오늘까지 사용되고 있다.

월경 전 증후군의 신체적 증상으로는 체중 증가, 유방 통증, 부종, 두통, 복통, 요통, 피로감 등이 있으며, 행동적 증상에는 식욕 변화, 수면장애, 주의집중이 곤란함, 흥미의 저하, 사회적 위축 등이 포함된다(Freeman, 2003). 심리적/행동적 증상으로는 짜증, 분노, 우울한 기분, 울음과 눈물, 불안, 긴장, 기분 급변, 집중력 저하, 외로움 등이 있다(김미리혜, 2007). 월경에 대한 개인차는 있으나 약 75%의 여성이 월경 전 증후군을 경험한다(Angst et al., 2001). 대부분의 월경 전 증상은 경미한 수준이라 증상에 대한 대처나 치료가 필요할 만큼의 영향을 미치지 않는다(임은화, 2015). 국내 연구(National Health Insurance Service, 2015)에 따르면, 한국 가임기 여성 80%가 월경 전 증후군을 호소하나, 그 중 20%만이 일상생활의 어려움이 있다고 보고하였다. 다만 불안장애나 기분장애와 같은 정신과적 질환을 동반하는 경우도 있다(장형주, 2012).

월경 전 증후군 증상의 연령별 유행률을 살펴보면 21-25세가 36.9%로 가장 높았고, 두 번째는 16-20세, 36-40세가 33.3%였으며, 26-30세가 22.7%였다(한선희, 허명행, 1999). 박영주(1999)의 연구에서는 20대에서 월경 전 증후군 증상을 가장 많이 경험한다고 보고하였으며, 김민정, 남윤신, 오기숙, 이청무(2003)의 연구에서는 월경 전 증후군 증상이 여대생, 중년 여성, 여고생의 순서대로 심하다는 결과를 보였다. 서울지역의 여대생들 집단에서는 월경 전기 증상을 겪는 경우가 34.7%인 것으로 나타났다(정범석 외, 2001).

월경 전 증후군의 생물학적 원인에 대한 가설과 연구 결과로는 에스트로겐의 과다 혹은

철회, 프로게스테론 결핍, 에스트로겐과 프로게스테론 비율의 변화 등을 포함하는 난소기능과 프로스타글란딘, 베타 엔돌핀과 같은 요인들이 관련되어 있음이 밝혀졌다(서신영, 2006). 하지만 생물학적 원인에 대한 연구들은 월경 전 증후군의 일부만 설명이 가능할 뿐 총체적인 증상과 원인에 대한 모두 설명하지는 못한다. 월경 전 증후군의 원인에 대한 연구들은 주로 생물학, 의학 영역에서도 신체적 증상과 변화에 국한되어 다루어졌을 뿐(양동욱, 2002), 심리적인 원인론과 증상에 대한 연구는 그에 비해 관심을 받지 못한 편이다. 월경 전 증후군에 대한 원인은 생물학적 설명과 더불어 심리사회적 요소들이 복합적으로 관여하기 때문에 월경 전 증후군에 대한 심리학적 기제 및 변인들을 찾으려는 노력이 필요하다.

DSM-5(APA, 2013)에서는 우울장애의 하위유형으로서 월경 전 불쾌장애가 정식 채택되었음에도 불구하고(정민정, 2015), 월경 전 증후군의 정의에 대한 논란은 여전히 진행 중이다. 월경에 대한 일관적이지 않은 특성과 월경 전 증후군을 대표할만한 핵심증상이 없다는 이유로 월경 전기의 기간에 대한 기준 및 정의는 현재까지도 명확하게 제시되어 있지 않은 실정이다. 하지만 월경 전 증후군은 사회생활에 부정적인 영향을 미치며, 전반적인 삶의 질 또한 저하시키고 있다. 월경에 대한 긍정적 태도는 여성의 성역할에 긍정적인 출발점일 뿐만 아니라 월경에 대한 조절감 및 성공적 관리에 대한 감각을 증진시킬 수 있다(Lieser, 1997). 반면 월경 전 증후군 증상을 더 많이 겪을수록 월경에 대한 태도가 부정적인 것으로 드러났다(박경은, 2001). 또한 월경 전후로 가임기 여성이 경험하는 신체적, 정서적 증상

이 심하게 나타날수록 월경에 대한 태도가 부정적으로 나타났다(박지민, 2011). 이는 월경에 대한 불편감과 삶의 질이 저하된다고 느끼는 심리적 과정 속에서 월경에 대한 부정적인 태도를 갖게 되는 것으로 해석된다. 그러나 여성들은 월경 전후기에 경험하는 신체적, 정서적, 행동적인 불편감을 여성만의 비밀로 묻어두고 있는 실정이고, 이러한 불편감을 숨기고 평상시와 같은 안정된 상태를 보여주는 것을 바람직한 태도로 받아들인다(양동욱, 2002). 즉 월경을 통해 자신의 신체적, 행동적, 정서적인 변화가 있음을 인식하고 있으면서도 외부적으로 표현하고 발산하기 보다는 인내하거나 얼른 월경 주기가 끝나기만을 바라는 경우가 많다(고선규, 권정혜, 2004). 이처럼 여성들의 생활에서 부정적인 영향을 미치는 월경태도는 다른 심리적 요인에게 영향을 주어 부적응적 생활을 할 가능성을 시사한다. 월경태도가 부정적일수록 월경 전기 증상을 부정적이고 심각한 것으로 받아들이게 되므로(최효주, 2006), 월경 전 증상과 월경태도에 대한 관계를 알아보고자 하는 기초연구가 필요하다.

월경 전 증후군과 관련된 치료는 크게 약물치료와 비 약물치료로 나누어져 있다. 일상생활에 심한 부적응을 호소하고 병리적 증상과 병행할 경우에는 약물치료를 진행하고, 비교적 경한 증상일 경우에는 심리치료를 권장한다. 약물치료로는 경구피임약, 정신작용제, GnRHagonist, 프로게스틴, 에스트로겐, Danazol, 프로스타글란딘 억제제로 분류된다(정민정, 2015). 심리적 중재방법에서는 특히 인지행동치료가 월경 전 증후군에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 검증되었다. 강현정(1998)의 연구에서는 월경 전 증후군과 인지행동치료 및 이완훈련간의 유의미한 효과성을 검증하였으며,

고선규, 권정혜(2004)의 연구에서는 인지행동 집단프로그램이 월경 전기 증상과 역기능적 태도에 대한 유의미한 감소를 보이는 연구를 나타냈다.

최근 심리학 분야에서는 개인의 적응에 영향을 미치는 변인으로 비합리적 신념이 관심의 대상이 되어 연구가 활발히 이뤄지고 있다(박재황, 서정덕, 2015). Ellis(1962)의 연구에서는 인간의 문제가 비합리적이고도 왜곡된 신념 체계에 의해 일어나게 되는 것으로 파악하였고, 정서적인 혼란과 관계되는 비합리적 신념 체계에 도전을 가하고 이를 논박하는 과정을 통해 보다 합리적인 신념으로 대체시키도록 하는 것에 중점을 두었다. 이러한 비합리적 신념은 월경 전기에 급격히 변화할 수 있으며, 월경 전기 동안 경험하는 스트레스에 영향을 준다고 밝혀졌다(Kirkby & Bobert; 1994). 예를 들어 월경 전기 증상으로 보고되는 부정적 정서인 불안이나 우울은 실제로는 경미한 수준이지만 우울감이 신체적 변화로 인한 것이고 나는 그것을 통제할 수 없다는 신념 때문에 더욱 고통스럽게 지각할 수 있다(고선규, 권정혜, 2004).

월경 전 우울감, 불안, 집중력 저하 등의 정서 증상이 일상생활에 심각한 장애를 초래할 경우 이를 월경 전 불쾌장애(Premenstrual dysphoric disorder, PMDD)라고 칭하는 진단기준과 더불어 월경 전 더부룩함, 분노나 화남, 체중증가, 잠을 설침, 집중력 장애, 졸림, 오심, 구토의 순으로 증상의 빈도가 높았다는 연구(김태희, 박황신, 이해혁, 정수호, 2011)를 살펴보면, 월경 전 증후군 증상에서 나타나는 집중력의 변화 또한 주목할 만하다. 아직 국내에서는 집중력과 비합리적 신념을 직접적으로 다룬 선행연구는 없으나, 사고, 정서, 행동의

관련성은 심리적인 상태에 따라 영향을 받는 집중력과 태도에 영향을 미칠 수 있음을 시사한다는 연구(이정화, 손정락, 2013)와 집중력 향상을 위한 전략 중 내적 집중 강화를 위한 방법에는 인지적 재구성이 있다고 제시한 연구(김병준, 김세영, 2009)를 참고해본다면 월경 전 증후군 증상에서 흔히 경험할 수 있는 집중력의 저하 문제와 비합리적 신념은 서로 상관관계가 있다는 의미로 해석된다.

월경 전 증후군에 영향을 미치는 사회심리학적 변인으로는 인지적 양식이 있다. 동일한 사건이라 하더라도 월경 전기에 경험한 사건을 더욱 부정적으로 지각하거나 스트레스를 느낄 가능성이 있다(Brown & Lewis, 1993). 월경 전기 증상을 해석하는 인지적 양식들이 월경 전 증후군에 영향을 미친다는 것이다(Blake, 1995). 즉, 월경 전기 증상에 대해 부정적으로 왜곡하는 인지구조를 가지고 있는 여성은 월경에 의한 생리적 변화를 제어할 수 없다는 신념을 가지게 되므로, 부정적으로 왜곡하지 않는 여성에 비해 분노, 우울, 불안 등의 부정적인 정서를 더 많이 경험한다(임성전, 2006). Brook-Gunn과 Ruble(1980)이 제작한 자기보고식 설문지인 MAQ(Menstrual Attitude Questionnaire)에서는 월경 전 증후군을 악화시킬 수 있는 변인으로 월경에 대한 부정적인 믿음을 언급하였다. 또한 월경에 대한 신념과 관련된 연구들에서는 여성의 역할과 월경에 대한 사회화가 월경에 대한 부정적 신념과 태도를 낳고, 월경 증상에 대한 고정관념적인 기대를 낳는다는 연구 결과를 보였다(Fradkin & Firestone, 1986; Rodin, 1976; Ruble, 1977; Woods, Mitchell & Lentz, 1995). 이러한 왜곡된 신념들이 월경에 대한 부정적인 지각으로 해석될 수 있고, 월경태도에 영향을 미치는 것이다.

현대 여성들의 사회적 진출이 증가하고 직업으로부터 자아실현을 이루고 성장하면서 월경 전기 증상의 불편감에 대한 호소가 높아지고 있는 반면, 여성의 월경에 대한 연구들은 불충분하다. 국내에서는 월경 전 증후군 또는 월경 전 불편감에 대한 관심보다 월경곤란증과 월경에 대한 태도 연구가 상당 수 보고되어 있어 월경 전 증후군에 대한 관심이 부족한 실정이다(안숙희, 이선옥, 2006). 월경 전 증후군에 대한 명확한 정의도, 매개 변인을 살펴보려는 시도 또한 거의 없다. 따라서 본 연구는 생물학적 변인에 초점을 맞춘 과거의 연구 방향과는 다르게 인지적 변인과 관련된 매개효과를 알아보고자 한다. 본 연구는 전 연령 중에서 월경 전기 증상에 대한 호소를 가장 많이 보이고 있는 여대생의 삶의 질을 높일 수 있는 치료적 방법을 제시할 뿐만 아니라 그들에게 도움이 되기 위한 기초적인 자료가 된다는 점에서 의의가 있다.

본 연구의 연구문제는 다음과 같으며, 구체적인 연구모형은 그림 1에 제시하였다.

첫째, 여대생의 월경 전 증후군 경험과 월경태도, 비합리적 신념의 상관관계는 어떠한가?

둘째, 여대생의 월경 전 증후군 경험과 월경태도와 비합리적 신념에 미치는 영향은 어떠한가?

셋째, 여대생의 월경 전 증후군 경험과 월경태도의 관계에서 비합리적 신념은 매개효과를 가지는가?

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 대구/경북 소재 여대생 251명을 대상으로 연구의 취지를 밝히고 협조를 구하여 설문조사를 실시하였다. 설문지는 인구통계학적 정보를 제외하면 총 120문항으로, 설문지를 시행하는 데 약 10분~15분 정도가 소요되었다. 총 251부의 설문지 중에서 인구통계학적 항목 중 극단적인 나이를 갖는 여대생 3명과 설문지에 불성실하게 응답한 2명을 제외한 후, 최종적으로 총 246부의 자료를 분석에 사용하였다. 학년 비율은 대학교 3학년이 91명(37.0%), 2학년이 75명(30.5%), 4학년이 50명(20.3%), 1학년이 30명(12.2%)이었다.

### 측정도구

#### 월경 전 증후군 척도

월경 전 증후군을 측정하기 위하여 Moos (1968)가 개발한 MDQ(Menstrual Discomfort

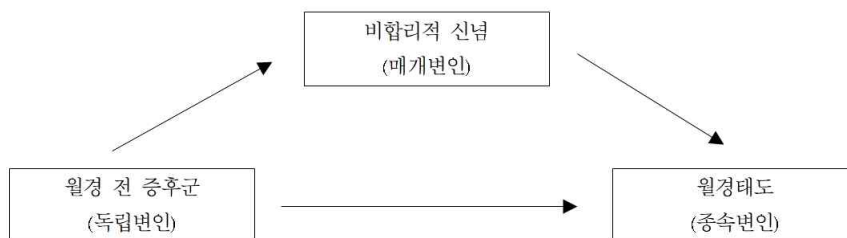


그림 1. 연구모형

Questionnaire)척도를 번안한 정금숙(2012)의 설문지를 사용하였다. 본 척도는 총 47문항으로 구성되어 있으며 크게 7가지 영역으로 구성되어 있으며, 행동 변화(9문항), 부정적 감정(9문항), 통증(7문항), 집중력(8문항), 수분정체(6문항), 자율신경계 반응(6문항), 소화기 변화(2문항)으로 구성되어 있다. 각 문항에 대한 응답으로 증상이 전혀 없다, '약하게 있다', '증상이 있으나 활동에 지장이 없다.', '활동에 방해된다.', '활동할 수 없다.'를 각각 1점부터 5점으로 채점하고 전체 47문항에 대한 평균을 구하였다. 월경 전 증후군 척도의 반응 점수에 따라 평균 1~2점은 정상 군(Normal), 2~3점은 경도 군(Moderate), 3~5점은 중등도 군(Serious)으로 구분하였으며, 정금숙(2012)의 연구에서 전체 신뢰도 계수는 Cronbach'  $\alpha$  .95 이었고, 본 연구에서 전체 신뢰도 계수는 Cronbach'  $\alpha$  .963이었다.

#### 월경 태도 척도

월경 태도를 측정하기 위하여 양동욱(2002)이 개발한 자기보고형 질문지를 사용하였다. 본 척도는 양성평등을 지향하는 시대적인 상황을 반영한 상태에서 월경에 대한 태도를 묻기 위해 개발된 척도로 총 21개의 문항으로 구성되어 있다. 월경에 대한 태도 척도의 하위 요인들은 4가지로 구성되어 있으며, 여성만의 비밀(8문항), 여성의 짐(5문항), 전통적 여성성(5문항), 여성의 상징성(3문항)으로 이루어져 있다. 매우 긍정적인 태도를 갖고 있을 경우에는 1점을, 매우 부정적인 태도를 갖고 있을 때는 7점을 표시할 수 있다. 이 척도는 점수가 높을수록 월경에 대한 태도가 부정적임을 의미한다. 본 연구에서 전체 신뢰도 계수는 Cronbach'  $\alpha$  .824였다.

#### 비합리적 신념 척도

비합리적 신념을 측정하기 위하여 서수균(2009)의 한국판 일반적 태도 및 신념 척도(General Attitude and Belief Scale-Korean version: GABS-K)를 사용하였다. 본 척도는 Ellis의 이론에 근거한 일반적 태도 및 신념 척도(General Attitude and Belief Scale: GABS)를 서수균이 번안하여 탐색적 요인분석을 실시한 총 36개 문항의 척도이다. 인정욕구(6문항), 자기비하(9문항), 편안함 욕구(6문항), 성취욕구(8문항), 공정성욕구(7문항)의 총 5개 하위요인으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 '자신이 갖고 있는 생각을 고려하라는 지시사항을 본 연구목적에 부합하도록 '월경 전기(월경 시작 전 2~10일부터 월경시작 직전까지)에 느끼는 자신의 생각을 고려하라는 지시사항으로 수정하였다. 월경 전기 기간에 대한 조작적 정의는 Frank(1931)의 정의를 참고하였다. 본 연구에서 전체 신뢰도 계수는 Cronbach'  $\alpha$  .933이었다.

#### 연구절차 및 분석방법

본 연구는 연구자의 편의표집에 의해 온라인과 오프라인에서 설문이 진행되었으며, 오프라인에서 160명, 온라인에서 91명으로 총 251명이 설문조사에 참여하였다. Memon(2020)의 연구에서 160-300개의 유효한 관측치가 다변량 통계 분석에 적합하다고 제시하고 있는데, 본 연구에서 최종적으로 분석된 사례 수는 총 246명이므로 이를 비교해본다면 본 연구는 분석에 적합한 것으로 판단된다. 온라인 설문조사는 구글 온라인 설문지를 이용해 설문조사를 실시하였다. 오프라인 설문지는 연구자가 국내 4년제 대학에 재학 중인 여대생을 대상으로 설문지를 직접 배부/회수하였다.

또한 3년제 대학에 재학 중인 여대생 1명을 중간 회수자로 지정하여 연구의 목적, 실시방법 및 주의사항 등을 숙지할 수 있도록 한 상태로 설문지를 배포하고 회수하도록 하였다. 온라인 설문지의 경우, 신뢰도가 낮게 나올 수 있으므로 개별적으로 신뢰성을 분석한 결과, 유의미하게 판단되어 오프라인 설문지와 합하여 분석하였다. 오프라인에서 연구자와 중간 회수자를 합하여 170부를 배포하였고, 160부를 회수하였다.

본 연구 자료는 SPSS 22.0을 사용하여 다음과 같은 통계분석을 실시하였다. 첫째, 연구에 사용된 각 척도의 신뢰성을 검증하기 위해 Cronbach'  $\alpha$  값을 산출하였다. 또한 월경 전 증후군과 월경태도, 비합리적 신념의 상관관계를 알아보기 위해 이변량 상관분석을 실시하였다. 둘째, 여대생의 월경 전 증후군 경험이 월경태도와 비합리적 신념에 미치는 영향을 알아보기 위하여 중다회귀분석을 실시하였다. 셋째, 여대생의 월경 전 증후군 경험과 월경태도에서 비합리적 신념의 매개효과를 알아보기 위하여 Baron & Kenny(1986)가 제시한 매개효과 검증 절차와 Sobel-test를 사용하였다.

## 결 과

월경 전 증후군, 비합리적 신념, 월경태도 간의 상관관계

월경 전 증후군, 비합리적 신념, 월경태도 간의 관계를 살펴보기 위해 Pearson의 상관계수를 산출하였으며 그 결과는 표 1에 제시하였다. 분석결과 첫째, 월경 전 증후군과 월경태도 간에는 유의한 정적상관이 나타났다( $r=.33, p<.01$ ). 즉, 월경 전 증후군이 높을수록 월경 태도가 부정적인 경향을 나타내었다. 둘째, 월경 전 증후군과 비합리적 신념 간에는 유의한 정적상관이 나타났다( $r=.41, p<.01$ ). 즉, 월경 전 증후군이 높을수록 비합리적 신념이 높아지는 경향을 나타내었다. 셋째, 월경 태도와 비합리적 신념 간에는 유의한 정적상관이 나타났다( $r=.31, p<.01$ ). 즉 월경 태도가 부정적일수록 비합리적 신념이 높은 경향을 나타내었다.

월경 전 증후군 경험이 월경태도와 비합리적 신념에 미치는 영향

### 월경 전 증후군 경험이 월경태도에 미치는

표 1. 월경 전 증후군, 비합리적 신념, 월경태도 간의 상관관계 (N= 246)

변인	월경 전 증후군	월경 태도	비합리적 신념
월경 전 증후군	1		
월경 태도	.33**	1	
비합리적 신념	.41**	.31**	1
평균	105.29	71.37	96.56
표준편차	13.63	15.68	19.94

\*\*  $p<.01$

**영향**

월경 전 증후군의 7가지 하위요인이 월경태도에 미치는 영향을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다. 분석 결과 22.4%의 설명력을 보였으며, 행동변화는 월경에 대한 태도에 상당한 영향을 주는 것으로 나타났다( $\beta = .40$ ). 집중력 또한 월경에 대한 태도에 영향을 주는 것으로 나타났다( $\beta = .33$ ). 자율신경계 반응은 월경에 대한 태도에 어느 정도 영향을 주는 것으로 나타났다( $\beta = .18$ ). 월경 전 증후군의 하위요인 중 수분정체에서 부적상관을 보였으나( $\beta = -.27$ ) 상관관계에서 유의하지 않아 ( $r = .05, p = .423$ ) 회귀분석의 해석에서 제외하였다. 행동변화, 집중력, 자율신경계 반응이 월경에 대한 태도에 미치는 영향력의 크기를 비교해보면 행동변화, 집중력, 자율신경계 반응 순으로 더 큰 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

**비합리적 신념이 월경태도에 미치는 영향**

비합리적 신념의 5가지 하위요인이 월경에 대한 태도에 미치는 영향을 알아보기 위하여 중다회귀분석을 실시하였다. 비합리적 신념의 하위요인이 월경에 대한 태도에 미치는 영향을 분석한 결과 11.8%의 설명력을 보였으며, 자기비하는 월경에 대한 태도에 상당한 영향을 주는 것으로 나타났다( $\beta = .23$ ). 즉, 타인의 부정적인 반응에 따라 자신의 무가치하게 여기는 사람일수록 월경에 대한 부정적인 태도를 가지는 경향이 있는 것으로 나타났다.

**월경 전 증후군이 비합리적 신념에 미치는 영향**

월경 전 증후군의 7가지 하위요인이 비합리적 신념에 미치는 영향을 알아보기 위하여 중

다회귀분석을 실시하였다. 월경 전 증후군이 비합리적 신념에 미치는 영향을 분석한 결과 22.1%의 설명력을 보였으며, 집중력이 비합리적 신념에 상당한 영향을 주는 것으로 나타났다( $\beta = .44$ ). 즉, 월경 전기에 낮은 집중력을 보는 사람일수록 비합리적 신념을 가지는 경향이 있는 것으로 나타났다.

**여대생의 월경 전 증후군 경험과 월경태도의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과**

본 연구에서는 월경 전 증후군과 월경에 대한 태도의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과를 알아보기 위하여 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개 검증 절차를 사용하였으며 결과는 표 2와 같다.

1단계에서 월경 전 증후군을 독립변수로 두고, 비합리적 신념을 종속변수로 두었다. 2단계에서는 월경 전 증후군을 독립변수로 두고, 월경에 대한 태도를 종속변수로 두었다. 3단계에서는 비합리적 신념이 월경에 대한 태도를 통제 후 월경에 대한 태도에 영향을 주는지 알아보기 위해 월경 전 증후군, 비합리적 신념을 독립변수로 두고, 월경태도를 종속변수로 하여 중다회귀분석을 실시하였다.

1단계 분석 결과, 독립변인인 월경 전 증후군이 매개변인인 비합리적 신념에 미치는 영향이 유의하였다( $\beta = .41, t = 6.93, p < .001$ ). 2단계 분석 결과 독립변인인 월경 전 증후군과 종속변인인 월경에 대한 태도에 미치는 영향력이 유의하였다( $\beta = .30, t = 4.95, p < .001$ ). 3단계 분석 결과 매개변인인 비합리적 신념이 월경에 대한 태도에 미치는 영향이 유의하였다( $\beta = .21, t = 3.16, p < .01$ ). 3단계 분석과정에서 독립변인인 월경 전 증후군의 베타 값이( $\beta$



표 2. 월경 전 증후군 경험과 월경태도의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과

단계	독립변수	종속변수	B	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
1단계	월경 전 증후군	비합리적 신념	.24	.41	6.93***	.164	47.97***
2단계	월경 전 증후군	월경에 대한 태도	.14	.30	4.95***	.091	24.52***
3단계 (독립변인)	월경 전 증후군	월경에 대한 태도	.10	.22	3.33**	.127	17.69***
3단계 (매개변인)	비합리적 신념		.16	.21	3.16**		

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

=.22) 2단계의 베타값( $\beta=.30$ )보다 적으며 유의( $p<.001$ )하므로 비합리적 신념은 부분매개효과를 가지는 것으로 나타났다.

본 연구 결과, 월경 전 증후군은 월경에 대한 태도에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 비합리적 신념이 부분적으로 영향을 미치는 것으로 드러났다. 위의 가정이 충족된 모형을 Baron과 Kenny(1986)이 제안한 매개모델로 그림 1에 제시하였다. 더불어 정확한 모형의 검증성을 확인하기 위하여 Sobel-test를 실시한 결과,  $Z = 2.96$  ( $p<.001$ )으로 유의한 결과를 나타냈다.

### 논 의

본 연구는 여대생의 월경 전 증후군 경험과 월경태도의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과를 규명하였다. 246명의 여대생을 대상으로 수행된 연구의 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 여대생의 월경 전 증후군 경험과 월경태도의 상관관계에서 전반적으로 유의미한

정적인 상관관계를 보였다. 이러한 결과는 월경 전 증후군과 월경에 대한 태도가 통계적으로 유의한 정적인 상관관계를 보인다는 선행연구(박경은, 이성은, 2001)와 일치한다. 또한 월경태도가 월경 전 증후군에 유의한 정적 상관관계가 나타났다는 선행연구(정금숙, 2012)와도 일치한다. 따라서 여성의 사회적 진출이 증가함에 따라 부정적으로 인식되고 있는 월경에 대한 불편감을 개선해나갈 더 많은 연구들이 필요하다. 또한 월경 전 증상에 대한 신체적, 정서적인 변화를 자연스러운 태도로 받아들이는 사회적 인식과 분위기가 필요하다.

둘째, 여대생의 월경 전 증후군 경험이 월경태도에 미치는 영향이 유의미 하였다. 월경 전 증후군을 경험하는 여대생일수록 월경태도의 하위요인 중 '전통적 여성성'을 부정적으로 인식하는 경향이 있다. 이는 여성의 역할과 월경 전 증후군과는 유의한 관계가 없었다는 선행연구(김정은, 1993)와 일치하지 않았다. 그러나 여성성에 대한 부정적 인식은 월경 전 증상들 중 일부인 우울감과 관련성이 있다는 선행연구(김근향, 김은경, 서신영, 이상혁, 최태규, 김미영, 육근영, 2008)와 본 연구를 연결

해보면, 여성성에 대한 부정적 지각이 월경 전 증후군의 증상과 어느 정도 관련이 있음을 시사한다. 또한 여성적 동일시가 약한 여성들이 월경과 관련된 증상을 빈번하게 호소하였다는 선행연구(Greenberg, Fisher, 1984)와도 맥을 같이한다. 이는 여성성에 대한 긍정적 인식이 월경 전 증후군의 신체적, 정서적 문제를 덜 겪도록 할 것이라는 결과를 유추해볼 수 있다. 여대생의 비합리적 신념이 월경에 대한 태도에 미치는 영향력이 유의미 하였으며, 비합리적 신념 하위요인 중 '자기비하'의 설명력이 유의한 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 자기비하와 관련된 비합리적 신념이 높을수록, 월경에 대해 부정적인 태도를 가질 것을 의미한다. 상황을 객관적으로 바라보기 보다 타인이나 외부의 반응에 따라 자신의 가치를 평가하는 사람이 부정적인 평가를 받을 수록 월경과 관련된 증상을 부끄러운 것, 귀찮은 것, 비밀스러운 것 등으로 생각하는 것으로 나타났다.

현재 비합리적 신념과 월경에 대한 태도에 관한 선행연구가 국내에 거의 없으나 비합리적 신념은 인지적, 정서적 취약성을 잘 설명해주고 있으므로 후에 월경 전 증후군을 겪는 여성의 내적, 정서적 문제를 깊이 규명하거나 월경 전 증후군의 치료를 위한 도구로 활용될 수 있음을 시사한다. 이러한 비합리적인 신념은 모든 여성들로 하여금 월경과 관련된 자신의 경험을 과도하고 예민하게 받아들이게 되며, 월경을 자연스러운 과정으로 생각하기보다는 부정적인 방향으로 인식하도록 만든다. 또한 월경 중인 여성을 부정하게 생각하거나 불안정하며, 예민하다는 전통적인 사회문화적 기대가 초경과 월경에 대한 좋지 않은 태도, 성에 대한 죄책감, 신경증 등을 불러일으킬

것으로 시사된다. 따라서 월경 전 증상에 대한 인지적인 평가가 부정적으로 귀인하지 않도록 월경에 대한 정확한 지식을 제공하고 월경으로 인한 변화가 자연스러운 현상이라는 사회문화적인 인식이 필요하며, 월경이 가지는 여성성 및 여성이 가질 수 있는 창조적 능력 등을 부각시켜 긍정적인 사고로 대처할 수 있도록 심리적인 기대가 변화되어야 한다.

여대생의 월경 전 증후군이 비합리적 신념에 미치는 영향력 또한 유의한 설명력을 나타냈고, 월경 전 증후군 하위요인 중에서 '집중력'의 설명력이 유의한 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 여대생이 월경 전기에 집중력이 저하되는 양상을 나타낼수록, 비합리적 신념이 높아질 수 있음을 나타낸다.

월경 전 증후군 증상으로 치료를 받고 있는 여성들 중 위약(Placebo)효과를 보였다는 선행연구(Corney & Stanton, 1991)는 월경 전 증후군 경험으로 유발되는 사고가 증상에 영향을 주고 있다는 것을 시사한다. 이는 월경 전 증상에 대한 인지적 관점의 타당성을 지지하는 것으로 해석되므로, 현재 경험하는 상황에 대한 인지적인 왜곡이나 비합리적인 믿음을 변화시킬 수 있는 인지행동치료적 기법의 필요성을 지지한다. 월경 전 증후군과 비합리적 신념에 대한 연구는 인지행동치료와 관련된 실험논문에서 주로 존재하고 있으나, 월경 전 증후군을 대상으로 한 조사연구에서 비합리적 신념의 요인만을 사용한 연구는 전무한 실정이었다. 따라서 본 연구는 외국의 선행연구를 참고 하였는데, 월경 전 증후군을 겪는 여성들은 비합리적 신념 척도에서 정상 집단보다 유의미하게 높은 점수를 받았다고 보고한 선행연구(Lindner, Kirkby, Robert J, 1992)와 맥을 같이한다. 또한 본 연구는 월경 전기 증상으로 인해

부정적인 신념을 가지게 되고, 그에 따라 부정적 정서가 나타난다는 선행연구(Blake, 1995) 모델의 일부를 지지한다. 즉, 월경 전 증후군을 겪는 여대생은 그렇지 않은 여대생보다 더 높은 비합리적 신념을 가지고 있을 것으로 해석된다. 따라서 본 연구는 월경 전 증후군을 겪는 여대생을 위한 인지치료 또는 인지행동치료 개발의 기초자료로 활용될 수 있다.

비합리적 신념은 정신건강문제와 정적인 상관관계를 나타내는 선행연구(현명선, 2010)에 따라 비합리적 신념으로 인해 정서적, 신체적 증상을 더욱 심하게 자각할 수 있음을 고려할 수 있다. 이는 월경 전 증후군에 대한 객관적인 증상도 중요하지만 무엇보다 그 상황을 해석하는 과정이 왜곡됨에 따라 신체적, 심리적인 월경 전 증상이 더욱 심하다고 느끼는 생각을 간과할 수만은 없다는 의미이다. 이러한 연구결과는 국내의 월경 전 증후군을 겪는 여성의 정신건강을 증진시키는 심리치료와 관련된 후속 연구의 기초자료로 활용될 수 있으며, 궁극적으로 가임기 여성의 삶을 더욱 개선시키는 방안이 될 수 있다.

셋째, 여대생의 월경 전 증후군과 월경태도에서 비합리적 신념은 부분 매개 역할을 하는 유의미한 매개요인으로 확인되었다. 즉, 월경 전 증후군이 월경태도에 영향을 줄 때 비합리적 신념이 일부의 원인으로 작용한다는 것이다. 따라서 월경 전 증후군과 비합리적 신념은 월경에 대한 부정적 태도를 높이는 중요한 예측요인이 밝혀졌다. 이러한 연구결과는 월경 전 증후군을 겪는 여대생일수록 월경에 대한 태도가 부정적이라는 선행연구(박경은, 이성은, 2001)의 결과와 일치하며, 월경에 영향을 미치는 요인을 구체화 시켰음을 나타낸다. 월경 전 증후군과 관련된 연구들은 주로

월경 전 증후군과 관련된 여성의 인구학적 특성이나 광범위한 요인들을 추출, 조사하여 주로 거시적인 측면을 다루었다. 그러나 본 연구에서는 좀 더 세분화되고 구체화된 요인들을 직접적으로 다루고자 하였다. 월경 전 증후군에 영향을 미치는 다양한 요인들 중에서 비합리적 신념이라는 요인을 구체화시켰으며 월경과 밀접하게 관련된 요소들을 이어주는 연구가 되었다.

이전부터 월경 전 증후군과 관련된 연구는 다른 질환에 비해 낮은 빈도로 다루어졌는데, 남성중심의 사회에서 여성만이 겪는 질환이기 때문에 비교적 다른 연구들로부터 등한시된 경향이 있다. 하지만 여성들의 사회적, 직업적으로 진출이 증가함에 따라 연구의 필요성이 증가하고 있다. 따라서 앞으로는 월경과 관련된 여러 요인들과의 관계를 조사하는 거시적인 연구에서 더 나아가 밀접하게 관련되어 있는 직접적인 요인을 다루어야 할 필요성이 있다.

본 연구의 의의는 여대생의 월경 전 증후군과 월경에 대한 태도의 관계에서 영향력을 확인하고, 비합리적 신념의 매개효과를 검증한 것이다. 월경에 대한 지식과 지각, 태도는 월경 전 증후군 경험에 중요한 역할을 할 것으로 판단된다. 그렇기 때문에 월경 전 증후군 증상을 스스로 인지했을 때 부정적인 인식으로 흘러가는 것이 아닌 주기적인 신체 변화가 정상적이고도 자연스러운 현상으로 이해하는 인지적인 대처 및 태도가 월경 전기 불편감을 경감시킬 수 있을 것으로 시사된다. 따라서 성장기 시절 월경에 대한 인식개선을 위한 조기교육, 여대생의 월경 전 증후군의 예방과 중재프로그램 개발과 적용 등 다양한 연령대를 대상으로 한 개별적이고 다차원적인 접근

이 필요하다. 또한 월경 전 증후군 경험으로부터 비롯된 자신의 비합리적 신념을 찾아내고 이를 논박하여 보다 합리적인 사고로 수정할 수 있는 인지행동치료기법 또한 도움이 될 것으로 생각되는 바, 긍정적인 월경태도가 여성의 삶의 질이 개선될 수 있을 것으로 예상된다.

본 연구의 한계 및 후속 연구를 위한 제언을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 주로 대구/경북 지역의 여대생을 대상으로 연구를 진행하였으므로 결과를 일반화 시키는데 제한점이 있다. 따라서 후속 연구에서는 다양한 지역에서 균형 있는 대상 수를 표집 하여 대표성 및 일반화 가능성을 높여야 한다. 둘째, 본 연구에 미처 포함되지 않은 월경에 대한 태도에 영향을 미칠 수 있는 다른 변인을 포함한 체계적 연구가 필요하다. 셋째, 본 연구에 대한 선행연구가 많지 않아 연구자의 의견을 객관적으로 지지하는 근거가 부족한 것으로 생각된다. 따라서 관련된 요인에 대한 외국 논문의 사례를 좀 더 찾아보고 연구를 체계적으로 개발할 수 있도록 해야 한다. 넷째, 본 연구는 부차적으로 월경 전 증후군의 증상 집단에 따른 정서 표현 특성의 차이를 다루려고 하였다. 다만 월경 전 증후군과 정서 표현 특성과 관련된 선행연구와 이론적 배경이 미흡하다는 한계점이 존재하였다. 이에 연구에서 도출하고자 하는 문제를 충분히 뒷받침하지 못할 것이라는 판단과 더불어 주요 연구목적의 논지를 부각시키고자 연구문제를 보류하였다. 후속 연구에서는 월경 전 증후군 집단과 정서표현특성의 차이를 심층적으로 연구하기 위한 질적 분석 연구방법이 필요할 것으로 시사된다.

## 참고문헌

- 고경봉, 현태영, 구민성 (1999). 여자 고등학생들의 월경주기에 따른 스트레스인자 지각 및 정신병리. *정신신체의학*, 7(2), 233-240.
- 고선규, 권정혜 (2004). 월경 전 증후군에 대한 인지행동집단치료 효과. *한국인지행동치료학회*, 4(1), 1-11.
- 강현정, 손정락 (1998). 인지행동치료와 이완훈련이 월경전 증후군의 감소에 미치는 효과. *한국심리학회지: 건강*, 3(1), 141-155.
- 김근향, 김은경, 서신영, 이상혁, 최태규, 김미영, 육근영 (2008). 여성성 지각과 월경 전 증상의 관계에 대한 탐색적 연구-일 대학병원 근무 간호사 집단을 대상으로. *인지행동치료*, 8(2), 63-74.
- 김미리혜 (2007). 월경전증후군의 이해와 치료: 인지 행동적 접근을 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 12(3), 649-666.
- 김민정, 남운신, 오기숙, 이청무 (2003). 연령별에 따른 PMS(월경전증후군)에 관한 연구. *한국발육발달학회지*, 11(2), 13-26.
- 김병준, 김세영 (2009). 스포츠에서 집중력 향상을 위한 심리행동적 기법. *스포츠과학논문집*, 21, 79-93
- 김정은 (1993). 여성의 월경에 대한 태도에 영향을 미치는 요인에 관한 구조모형구축. *대한간호학회지*, 23(2), 224-244.
- 김태희, 박황신, 이해혁, 정수호 (2011). 부천시 지역 직장여성의 월경곤란증과 월경전증후군 실태조사. *대한산부인과학회*, 54(9), 523-528.
- 박경은, 이성은 (2001). 여대생의 월경전증후군과 월경에 대한 태도에 관한 연구. *여성건강간호학회지*, 7(3), 359-372.

- 박영주. (1999). 여성의 연령과 월경 전후기 증상 정도 및 유형에 관한 연구. *여성건강간호학회지*, 5(2), 145-156.
- 박재황, 서정덕 (2015). 대학생의 비합리적 신념, 긍정, 부정 정서와 학교생활 적응과의 관계에서 스트레스의 매개효과. *청소년학연구*, 22(6), 161-185.
- 박지민, 서순림, 김건엽, 김현지 (2012). 여성근로자의 월경에 대한 태도, 불편감 및 대처방식. *한국모자보건학회지*, 16(1), 100-112.
- 서신영, 김미영, 이상혁, 최태규, 김근향, 김은경, 박선은, 김용우, 김서영, 육근영 (2006). 월경전기 증후군 여성들에서 분노 및 감정표현불능증. *정신신체의학회지*, 14(2), 108-115.
- 서수균 (2009). 한국판 일반적 태도 및 신념 척도 개발 및 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 21(1), 113-130.
- 안숙희, 이선옥 (2006). 일부지역 여대생의 월경 전 불편감과 관련 요인 연구. *한국자료분석학회*, 8(6), 2221-2235
- 양동옥, 윤가현 (2001). 초경 후 경과기간에 따른 월경에 대한 태도. *한국심리학회지: 여성*, 6(3), 37-48.
- 양동옥 (2002). 초경 후 경과기간과 월경에 대한 태도의 관계. *전남대학교 대학원 석사학위논문*.
- 이정화, 손정락 (2015). 인지융합과 집중력간의 관계: 정서조절과 사고조절력의 매개효과를 중심으로. *한국디지털정책학회*, 13(12), 433-440.
- 임성견 (2006). 마음챙김 명상이 월경 전 증후군에 미치는 효과. *덕성여자대학교 석사학위논문*.
- 임은화 (2015). 중년여성의 월경전증후군 경험에 관한 현상학 연구. *한국상담대학원대학교 석사학위논문*.
- 장형주 (2012). 여고생의 월경전 증후군의 빈도와 임상적 특징 및 위험요인. *고려대학교 대학원 석사학위논문*.
- 정금숙 (2012). 여대생의 월경전증후군(PMS)에 영향을 미치는 요인. *서남대학교 대학원 석사학위 논문*.
- 정민정 (2015). 수용전념치료(ACT)가 월경전증후군을 가진 여성의 월경 전 증상, 월경에 대한 태도 및 지각된 스트레스에 미치는 영향. *전북대학교 일반대학원 석사학위논문*.
- 정범석, 이 철, 이지현, 서민경, 한오수, 김창운 (2001). 서울 지역 여자대학교 집단에서 월경전기 증후군 및 월경전 불쾌기분장애의 유병율. *신경정신학회*, 40(4), 551- 558.
- 정인실 (2006). 여고생의 월경에 대한 태도와 심리 특성과의 관계. *경남대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 최효주 (2006). 월경전 증상, 건강염려증 및 월경에 대한 태도의 관계. *가톨릭대학교대학원 석사학위논문*.
- 한선희, 허명행 (1999). 일부 여대생의 생리통 및 월경곤란증과 그 관련요인에 관한 조사연구. *한국간호교육학회지*, 5(2), 359-375.
- 한창환, 유태혁 (1985). 월경규칙성과 월경시기에 의한 월경주기증상의 유형. *대한신경정신의학회*, 24(4), 578-587.
- 현명선, 강희선, 남경아 (2010). 군 병사의 비합리적 신념과 정신건강: 자기효능감의 매개효과. *정신간호학회지*, 19(3), 252-260.
- National Health Insurance Service (2015). *Once a Month, Exhausting an Intruder on a Woman: Premenstrual Syndrome (PMS), (187), 22-23.*

- American Psychiatric Association (1994). Diagnostic And Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, Revised, Washington DC, American Psychiatric Press
- American Psychiatric Association. (2013). Dsm5 American Psychiatric Association.
- Angst, J., Sellaro, R., Stolar, M., Merikangas, K. R., & Endicott, J. (2001). The epidemiology of premenstrual psychological symptoms. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 104(2), 110-116.
- Blake, F. (1995). Cognitive therapy for premenstrual syndrome. *Cognitive and Behavioral Practice*, 2(1), 167-185.
- Brooks-Gunn, J., & Ruble, D. N. (1980). The menstrual attitude questionnaire. *Psychosomatic Medicine*, 42(5), 503-512.
- Brown, M. A., & Lewis, L. L. (1993). Cycle phase changes in perceived stress in women with varying levels of premenstrual symptomatology. *Research in Nursing & Health*, 16(6), 423-429.
- Corney R. H & Stanton R. (1991). A survey of 658 women who report symptoms of premenstrual syndrome. *Journal of Psychiatric Research*, 35, 471-482
- Ellis, A. (1962). Reason and emotion in psychotherapy.
- Fradkin, B., & Firestone, P. (1986). Premenstrual tension, expectancy, and mother-child relations. *Journal of Behavioral Medicine*, 9(3), 245-259.
- Frank, R. T. (1931). The hormonal causes of premenstrual tension. *Archives of Neurology & Psychiatry*, 24(5), 1053-1057.
- Freeman, E. W. (2003). Premenstrual syndrome and premenstrual dysphoric disorder: Definitions and diagnosis. *Psychoneuroendocrinology*, 28, 25-37.
- Greenberg, R. P., & Fisher, S. (1984). Menstrual discomfort, psychological defenses, and feminine identification. *Journal of Personality Assessment*, 48(6), 643-648.
- Greene, R., & DALTON, K. (1953). The premenstrual syndrome. *British Medical Journal*, 1(4818), 1007-1014.
- Ismail, K. M., & O'Brien, S. (2001). Premenstrual syndrome. *Current Obstetrics & Gynaecology*, 15(1), 25-30.
- Kirkby, R. J. (1994). Changes in premenstrual symptoms and irrational thinking following cognitive-behavioral coping skills training. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(5), 1026-1032.
- Lieser, C. H. (1997). Menstrual attitude of pre-adolescent girls, *Unpublished master dissertation, The University of Texas at Arlington.*
- Lindner, H., & Kirkby, R. J. (1992). Premenstrual symptoms: The role of irrational thinking. *Psychological Reports*, 71(1), 247-252.
- Memon, M. A, Ting, H., Cheah, J. H., Thurasamy, R., Chuah, F., & Cham, T. H. (2020). Sample size for survey research: Review and Recommendations. *Journal of Applied structural Equation Modeling*, 4(2), 1-20.
- Moos, R. H. (1968). The development of a menstrual distress questionnaire. *Psychosomatic Medicine*, 30(6), 853-867.
- Sutherland, H., & Stewart, I. (1966). A critical analysis of the premenstrual syndrome. *Obstetrical & Gynecological Survey*, 21(2), 315-318.
- Stieglitz, E. J., & Kimble, S. T. (1949).

조현정 · 박중규 / 여대생의 월경 전 증후군 경험과 월경태도의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과

Premenstrual intoxication. *The American Journal of the Medical Sciences*, 218(6), 616

1차원고접수 : 2021. 02. 15.

심사통과접수 : 2020. 03. 29.

최종원고접수 : 2021. 03. 31.

JAMS 2.0  
Journal & Article  
Management System

## The Mediating Effects of Irrational Beliefs on The Relationship between College Female Students' Premenstrual Syndrome (PMS) and Menstrual Attitudes

Hyun Jeong Jo

Joong Kyu Park

Daegu University

The purpose of this study is to examine the mediating effects of the irrational beliefs on the relationship between college female students' premenstrual syndrome (PMS) and menstrual Attitudes. In this study 251 female students in Daegu and Gyeongbuk have been surveyed, but out of the 251 participants, 3 were of extreme age in comparison to the other participants and two students' answers were unreliable. After taking this into consideration the study was conducted by using a total of 246 participants. The results are as follows. First, significant positive correlation was identified between PMS experience, menstrual attitudes, and irrational beliefs. Second, PMS experience of the subjects significantly affected their menstrual attitudes. Among the subfactors of PMS experience, behavior change, concentration, autonomic nerve system response accounted for 22.4%, therefore becoming the significant predictive factor. Third, irrational beliefs turned out to have a significant mediator effect in the relationship between PMS and menstrual attitudes of the subjects. This study shows that out of all the factors, which influence the PMS experience, irrational beliefs is the most significant factor. Finally, discussion of the results' implications and proposal of further investigations are described.

*Key words* : *Premenstrual Syndrome, Menstrual Attitudes, Irrational beliefs*