



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

심리학석사 학위논문

상대적 지위와 자존감이  
분노표현에 미치는 영향

2019년 2월

서울대학교 대학원  
심리학과 임상·상담심리학 전공  
채연

# 상대적 지위와 자존감이 분노표현에 미치는 영향

지도교수 권 석 만

이 논문을 심리학석사 학위논문으로 제출함.

2018년 10월

서울대학교 대학원

심리학과 임상·상담심리학 전공

채 연

채연의 심리학석사 학위논문을 인준함.

2018년 12월

위 원 장 \_\_\_\_\_ (인)

부위원장 \_\_\_\_\_ (인)

위 원 \_\_\_\_\_ (인)

## 국문초록

최근 사회적 이슈로 떠오르는 ‘갑질’은 인터넷에 등장한 신조어로서 상대적으로 우위에 있는 자가 자신의 지위를 이용하여 상대를 괴롭히는 것을 말한다. 상대적 지위는 사회적 비교(social comparison)를 통해 지각되며 분노표현에 중요한 역할을 하는 것으로 나타났지만 이에 대한 연구는 부족한 실정이다. 본 연구의 목적은 상대적 지위와 자존감이 상호작용하여 이차적 분노사고와 분노표현에 영향을 미치는지를 탐색하는 것이다. 이차적 분노사고는 분노표현 양상(분노표출, 분노억제, 분노통제)에 영향을 미치는 인지적 요인으로서 타인비난/보복 사고, 무력감 사고, 분노통제/건설적 대처와 같은 세 개의 하위요인으로 구성되어있다(서수균, 권석만, 2005a).

연구 I에서는 지각된 상대적 지위와 자존감이 이차적 분노사고와 분노표현에 차별적인 영향을 미치는지 살펴보았다. 총 195명의 성인 표본을 대상으로 자기보고식 질문지를 사용하여 수집한 자료를 분석한 결과, 상대적 지위를 낮게 지각할수록 무력감 사고와 분노억제가 많이 나타났고 분노통제는 더 적게 나타났다. 한편 자존감은 지각된 상대적 지위와 상호작용하여 분노억제에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

연구 II에서는 상호작용하는 대상의 지위를 달리하여 상대적 지위와 자존감이 역기능적인 이차적 분노사고와 역기능적인 분노표현에 영향을 미치는지 살펴보았다. 이를 위해 사회적 맥락을 구성한 9개의 분노유발 스크립트 상황에서, 연구 I에서 사용한 이차적 분노사고, 분노표현 척도를 재구성하여 이를 검증하고자 하였다. 총 221명의 성인 표본을 대상으로 수집한 자료를 분석한 결과, 타인비난/보복 사고는 상대의 지위가 자신과 동등한 상황에서(standard-rank) 가장 많이 나타났고, 무력감 사고

와 분노억제는 상대의 지위가 자신보다 높은 상황에서(up-rank) 가장 많이 나타났다. 분노표출의 경우 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮은 상황에서(down-rank) 상대의 지위가 높은 상황에 비해 더 많이 나타났다. 상대의 지위에 따른 자존감의 영향을 살펴봤을 때, 상대의 지위와 상관없이 자존감이 낮을수록 무력감 사고를 더 많이 보이고 분노를 더 많이 억제하는 것으로 나타났다. 한편, 상대의 지위가 자신과 동등하거나, 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황에서는 자존감이 낮을수록 타인 비난/보복 사고도 많이 보이는 것으로 나타났다.

본 연구는 일상생활에서 일반적으로 지각하는 상대적 지위와 다양한 대상과 상호작용하는 사회적 맥락의 요구를 고려한 상대적 지위를 구분하고, 이러한 상대적 지위와 개인의 자존감 수준이 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 차별적인 영향을 확인하였다는 데 의의가 있다. 마지막으로 이러한 결과가 지닌 시사점과 본 연구의 한계점에 대해 논의하고, 후속 연구를 위한 제언에 대해 논의하였다.

**주요어 : 상대적 지위, 자존감, 이차적 분노사고, 분노표현**

**학 번 : 2016-28534**

# 목 차

국문 초록 .....	i
서    론 .....	1
분노에 대한 심리학적 이해 .....	3
분노표현의 양상 .....	4
분노표현에 대한 인지적 접근 .....	7
분노표현에 있어 상대적 지위와 자존감의 역할 .....	10
문제제기와 연구목적 .....	12
연구 I. 지각된 상대적 지위와 자존감이 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향 .....	14
방    법 .....	18
결    과 .....	21
논    의 .....	28
연구 II. 사회적 맥락에서의 상대적 지위와 자존감이 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향 .....	32
방    법 .....	36
결    과 .....	41
논    의 .....	48
종합 논의 .....	52
참고 문헌 .....	61
부    록 .....	70
영문 초록 .....	82

## 표 목 차

표 1. 연구 I 에서 사용된 척도들의 평균, 표준편차 및 성차 ( $N=195$ ) .....	21
표 2. 연구 I 에서 사용된 척도들의 상관계수 ( $N=195$ ) .....	23
표 3. 성별을 통제 척도들의 상관계수 ( $N=195$ ) .....	24
표 4. 지각된 상대적 지위와 자존감의 상호작용이 무력감 사고에 미치는 영향 .....	25
표 5. 지각된 상대적 지위와 자존감의 상호작용이 분노억제에 미치는 영향 .....	26
표 6. 연구 II 에서 사용된 척도들의 평균, 표준편차 및 성차 ( $N=221$ ) .....	41
표 7. 연구 II 에서 사용된 척도들의 상관계수 ( $N=221$ ) .....	43
표 8. 상대의 지위가 자신보다 높은 상황에서의 변인들 간의 상관 ( $N=221$ ) .....	44
표 9. 상대의 지위와 자신과 동등한 상황에서의 변인들 간의 상관 ( $N=221$ ) .....	45
표 10. 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황에서의 변인들 간의 상관 ( $N=221$ ) .....	45
표 11. 상대적 지위에 따른 집단 간 차이 .....	46

## 그림 목 차

그림 1. 역기능적 분노에 대한 이중인지매개모델 .....	8
그림 2. 초기 역기능적 분노가 유발되는 경로 .....	8
그림 3. 유발된 분노의 증폭 경로 .....	8



# 서론

분노와 어리석은 행동은 나란히 길을 걷는다.

(Anger and folly walk cheek by jowl.)

- Benjamin Franklin -

분노는 생존 위협이나 스트레스 경험에 대한 자연스러운 반응으로서 생존 메커니즘과 관련된 적응적 기능을 가지는 일차적 감정이다(Carter & Frank, 1995; Crockenberg, 1981; Navaco, 2016). 그러나 이를 적절하게 조절하지 못할 경우 당사자는 물론이고 주변 사람들에게도 파괴적인 영향을 미칠 수 있다(서수균, 2004). 분노 조절의 문제는 최근 사회적 문제로 대두되었을 뿐 아니라, 정신 병리와의 밀접한 관련이 있어 높은 관심을 받고 있다.

최근 사회적 이슈로 떠오른 ‘갑질’은 2013년 이후 인터넷에 등장한 신조어로서, 권리상 쌍방을 뜻하는 갑을(甲乙) 관계에서 상대적으로 우위에 있는 자가 자신의 지위를 이용하여 상대에게 무례하게 대하거나 상대의 권리를 무시하는 것과 같은 행위를 하는 것을 폄하해 일컫는 말이다. ‘갑질’에는 신체적 폭력, 언어적 폭력 및 괴롭히는 환경 조장 등이 해당이 된다. 이같이 상대적 지위는 개인이 분노를 경험하고 표현하는데 중요한 역할을 하는 것으로 알려져 있다(Ray & Sapolsky, 1992; Sapolsky, 1989, 1990).

분노는 우리가 일상생활에서 흔히 경험할 수 있는 부정 정서 중 하나이다(한덕웅, 전경구, 1995). 그러나 지속적으로 높은 수준의 분노가 유지

되거나 부적절하게 표현될 때, 개인의 심리적, 신체적 건강뿐만 아니라 사회적 관계에도 악영향을 미치게 된다(김일중, 권석만, 2017). 분노와 같이 개인이 경험하는 부정정서는 타인과의 상호작용에 의해 발생하기도 하지만 사회적 상호작용 과정에서 개인의 행동에 영향을 미치기도 한다. Berkowitz(1993)에 의하면 분노는 표적을 향한 공격성을 수반한 적대적인 부정정서이다. 그러나 분노를 경험하여도 이를 표현하는 방식에는 차이가 있으며 반드시 파괴적인 공격행동으로 이어지지 않는다.

분노를 유발하는 상황은 매우 다양하며 분노사건을 수집하여 분석한 Averill(1983)의 연구에 따르면, 분노상황에서 직접적으로 공격하고 싶은 충동을 느끼더라도 이를 신체적 공격이나 처벌적인 행동으로 직접적으로 표현한 경우는 10%미만에 지나지 않았다. 60%가 넘는 사례는 공격행동을 아예 보이지 않았거나 평온한 반응을 보임으로써 분노를 유발한 대상에게 해를 주지 않는 대화를 나누었다. 즉 우리는 분노를 경험하지만 이를 어떤 식으로든 조절하기도 하며 분노를 경험한다고 해서 이를 꼭 충동적인 공격행동으로 표현하지는 않는다는 것을 알 수 있다. 따라서 사회적 상호작용과정에서 분노를 표현하는데 영향을 미치는 심리적 기제가 있음을 예상해 볼 수 있다. 본 연구에서는 이러한 현상에 주목하여 분노 표현에 영향을 미칠 수 있는 상대적 지위와, 인지적 기제인 이차적 분노 사고, 그리고 개인의 자존감과 같은 심리적 특성에 대해서 탐색하였다.

서수균과 권석만(2005a)은 분노를 경험하고 표현하는 과정에서 작용하는 자동적 사고를 일차적 분노사고와 이차적 분노사고라는 두 단계로 세분화하여 역기능적 분노에 대한 ‘이중인지매개모델’을 제안한 바 있다. 일차적 분노사고는 상황에 대한 지각이나 평가, 해석을 주요내용으로 하여 분노가 경험되는 과정에 관여한다. 반면 이차적 분노사고는 일차적 분노사고에 대한 반응으로 시간적으로는 일차적 분노사고의 뒤에 연이어

일어나며 대처 양상을 반영하는 충동이나 행동, 심리 상태로 이루어져있다. 이차적 분노사고는 타인비난/보복 사고, 무력감 사고와 분노통제/건설적 대처와 같이 분노상황에서 이를 표현하는 양상에 영향을 미치는 인지적 요인으로 나타났다.

본 연구에서는 사회적 상호작용 과정에서 분노가 표현됨에 있어 인지적 과정과 심리적 기제가 관여된다고 가정한다. 따라서 연구 I에서는 지각된 상대적 지위와 자존감이 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향을 살펴보았다. 연구 II에서는 사회적 상호작용 장면에서 경험되는 분노를 가상 시나리오를 통해 분노를 유발하는 사회적 맥락에서의 상대의 지위와 개인의 자존감 수준에 따라 이차적 분노사고와 분노표현이 어떻게 달라지는지를 살펴보았다.

## 분노에 대한 심리학적 이해

분노는 우리가 일상생활에서 쉽게 경험할 수 있는 기본 정서 경험 중 하나이다(Scherer, Wranik, Sangsue, Tran, & Scherer, 2004). 분노는 생존 위협이나 스트레스 경험에 대한 자연스러운 반응으로서 적응적 기능을 가지고 있기도 하지만 이에 수반되는 공격행동은 신체건강을 해치고 다양한 대인관계 갈등을 초래한다는 점에서 역기능을 초래하기도 한다. 분노는 가벼운 수준의 성가심이나 짜증으로부터 격노나, 격분, 강한 흥분 상태에 이르는 강도가 다양한 감정들로 구성된 정서적 상태를 포함한다(서수균, 2004; 서수균, 권석만, 2005a). 하지만 학자들마다 분노에 대한 정의에 차이를 두고 혼재되어 연구되어 왔기 때문에 연구결과가 혼란되고 일관성이 없는 경우들이 종종 지적되어 왔다(김교현, 2000; 김교현, 전경구, 1997; Martin, Watson, & Wan, 2000; Spielberger, Johnson,

Russell, Crane, Jacobs, & Worden, 1985). 즉, 많은 연구에서 분노, 적대감, 공격성, 좌절과 같은 개념들을 명확히 구분 짓지 않고 연구해 왔기 때문에 결과들을 통합하기 어려웠다(Berkowitz, 1993; Martin & Watson, 1997). 그러나 최근 들어 이에 대한 개념적 구분이 비교적 명확해졌다. Martin 등(2000)은 분노와 관련된 자기보고식 질문지를 사용한 요인분석을 통해 분노감(angry emotions), 적대감(cynicism) 및 공격행동(aggressive behaviors)을 각각 특성분노의 정서, 인지, 행동 3 차원으로 구분하였다.

정서를 정의하는 방식에 따라 분노는 정서가(valence), 각성 수준(arousal level), 생리적 변화(physiological change) 및 행위 준비성(action readiness)의 측면에서 정의될 수 있다(서수균, 2004; Ekman, Levenson, & Friensen, 1983; Frijda, 2000; Plutchik, 1980; Russell, 1980). 정서가와 각성 수준의 측면에서 분노는 짜증에서 격노나 격분에 이르는 다양한 강도의 부정적인 감정들로 구성되며, 자율신경계의 활성화와 생리적 변화를 수반한다(Deffenbache & Mckay, 2000; Mayne & Ambrose, 1999, Spielberger, Jacobs, Russell, & Crane, 1983). 또한 이러한 분노는 분노 유발자를 공격하기 위한 준비를 유발하며 표적을 향한 공격 경향성을 수반하는 정서임을 강조하였다(Berkowitz, 1993; Buss & Perry, 1992). 분노의 이러한 측면을 고려하여 서수균(2004)은 분노를 공격을 위한 생리적 각성과 준비성을 수반하는 적대적이고 부정적인 정서상태라고 정의하였다.

분노감이 개인 내적인 정서 경험이라면, 공격행동은 외현적 행동으로 타인에게 직접적인 해를 주기 위한 의도적 행동으로 정의할 수 있다(Digiuseppe, 1994). 공격행동은 분노감이 수반될 수도 있지만 수반되지 않을 수도 있다. 적대감은 흔히 냉소적이고 부정적인 방식으로 타인과

세상을 바라보는 태도로서, 타인을 해하려는 공격행동을 동기화 시킨다 (Buss & Perry, 1992; Spielberg et al., 1983).

## 분노표현의 양상

분노를 경험하고 표현하는 방식은 개인의 정신건강 뿐만 아니라 대인 관계에서도 큰 영향을 미친다. 그러나 분노를 경험한다고 해서 반드시 공격행동으로 이어지는 것은 아니며, 분노는 위협적인 상황에서 인간의 생존에 도움을 주는 적응적인 측면도 지니고 있다(Averill, 1983; Baron, 1977; Scott, 1958). 분노는 적극적인 문제해결 노력과 적극적인 의사소통을 유발할 수 있지만, 과도할 경우 적대적이고 공격적인 형태로 표현되어 사회적 상황에서의 문제를 야기할 가능성이 높다(Digiuseppe, 1999).

분노표현 양상은 학자에 따라 다양하게 구분되어 왔지만, Spielberg 등(1988)이 한 분노표출(anger-out), 분노억제(anger-in), 그리고 분노통제(anger-control)가 가장 널리 사용되는 개념적 분류이다. 분노표출은 분노 상황에서 자신의 분노를 타인이나 다른 대상에게 비난, 욕설, 폭력과 같은 직접적인 방식으로 드러내는 것을 의미한다. 분노억제는 분노 상황에서 자신의 분노를 자기내부로 돌리거나 억압하는 것으로 분노 자체의 감정을 억압하거나 부인하는 것을 의미한다. 분노통제는 화가 난 상태를 자각하고 이를 진정시키기 위해서 다양한 전략을 구사하는 것으로 냉정을 유지하고 상대를 이해하기 위해 노력하는 적극적인 방식이다. 기존 연구자들은 분노표현 양상에서도 분노표출과 분노억제는 역기능적인 것으로, 분노통제는 기능적으로 분류해왔다. 분노표현 양상은 신체 건강과 정신 병리와 밀접한 연관이 있는 것으로 알려져 왔다.

우선, 분노표출과 관련하여, 분노의 과도한 표출은 물질남용, 알코올

사용 문제, 대인관계 손상 등의 문제를 보이고, 보다 최근에는 운전상황에서의 분노로 인한 난폭운전 문제도 부각되고 있어 사회적 관심을 필요로 한다(Baron, Kelly, & Glazer, 2007; Deffenbacher, 1994; Gross & John, 2003; Liebsohn, Oetting, & Deffenbacher, 1994; Zhang & Dandan, 2017).

한편, 분노가 적응적으로 표현되지 못하고 지나치게 억제하고 억압하는 것 역시 부적응적인 영향을 미친다. 고영건과 안창일(2003)에 의하면 분노억제는 신경증을 초래하기도 하며 고협압, 소화계 질환과 심혈관계 질환과 같은 다양한 신체적 질환과도 연관되어 나타날 수 있다. 또한, 자살 위험성, 불안과 섭식문제와 연관되어 나타났다(김교현, 2000; Cautin, Overholser, & Goetz, 2001; Henry, 1988; Smith, Glazer, Ruiz, & Gallo, 2004; Zaitsoff, Geller, & Srikameswaran, 2002).

한편, 개인은 분노를 느끼지만 상대방에 대한 직접적인 공격행동으로 이어지는 경우는 드물다. 사람들은 일상생활에서 분노를 자주 경험하지만 이를 반드시 직접적으로 표출하지 않을 수 있는데 Averill(1983)은 분노를 느낀 에피소드를 수집하여 분석하였는데, 분노상황에서 신체적인 공격이나 처벌을 하고 싶은 충동을 느낀 경우는 전체의 82%를 차지했지만, 이를 실제 반응으로 옮긴 경우는 10%에 불과했다. 국내의 연구에서도 비슷한 현상을 보였는데, 전경구(1999)는 대학생을 대상으로 일주일 동안 경험한 분노 상황에 대해 조사하였는데, 분노를 경험한 사람은 전체의 78.5%를 차지하였으나 이를 직접적으로 표현하지 않은 사람은 그 중 41.8%나 차지했다.

이러한 결과들은 개인이 분노를 경험할 때 이를 직접적으로 표현할 수도 있지만 이러한 충동을 억제하거나 다른 행동으로 전환할 수 있음을 시사한다. 이러한 현상을 통해 분노가 표현되는데 영향을 미치는 인지적

기제나 이를 조절하는 심리적 기제가 있음을 시사한다.

## 분노표현에 대한 인지적 접근

분노는 대부분 의미부여는 대부분 충분한 심사숙고를 통해서거나 논리적 사고를 거친 것이 아닌 경우가 많기 때문에 쉽게 인지적 오류가 발생할 수 있다. Beck(1976)은 이를 자동적 사고라고 명명하였다. 자동적 사고는 부정 정서를 유발하는 사건에 의해 활성화된 개인의 비합리적인 신념이 양산한 인지적 산물로서 개인이 느끼는 위협감, 대처능력 또는 대처행동의 결과에 대해 순간적으로 스쳐가는 구체적인 생각이나 심상으로 보았다(권정혜, 1993).

서수균과 권석만(2005a)은 분노에 대한 주요 인지이론을 근거로 자동적 사고를 조사하고 분류하여 ‘역기능적 분노에 대한 이중인지매개모델’을 제안하고 치료적 함의를 제안하였다(Beck, 2000; Deffenbacher & Mckay, 2000; Lazarus, 1991). 이 모델에서는 분노유발에 관여하는 사고를 일차적 분노사고와 이차적 분노사고로 구분하여 제시하였는데, 이론의 핵심은 역기능적인 분노가 발생할 때 두 가지 구별되는 인지 사고가 순차적으로 매개한다는 것이다. 일차적 사고는 시간적으로는 이차적 사고의 이전에 나타나며, 분노가 유발되는 불쾌한 사건에 대한 해석이나 의미부여로, 예를 들어. “나를 우습게 본다.”, “나를 만만하게 본다.” 등 타인의 부당하고 이기적인 행동에 대한 예민성과 친밀한 관계에서 경험하는 무시와 실망감이 포함되어 있다. 이러한 일차적 분노사고가 미분화된 불편감이나 상대적으로 강도가 약한 분노를 일으키는데 이에 비해 그 뒤의 이차적 분노사고는 대처자원이나 대처행동에 대한 평가로 보다 분화되고 강도가 높은 분노를 일으킨다. 즉, 이차적 분노사고는 일차적 사

고에 대한 반응으로 개인의 분노상황에서의 대처행동이나 양상을 반영하는 인지적 산물로, 이를 모델로 표현하면 그림 1과 같다.

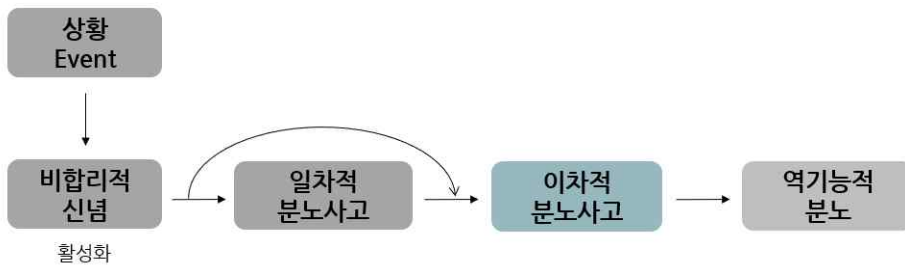


그림1. 역기능적 분노에 대한 이중인지매개모델(서수균, 권석만, 2005a)

이 모델에 따르면, 분노사건은 개인의 비합리적 신념을 활성화시키고, 분노유발에 관여하는 두 가지 구별되는 자동적 사고는 비합리적 신념과 역기능적 분노사이를 순차적으로 매개하고 있다. 또한 역기능적인 분노에 이르는 두 경로를 제안 하였는데 하나는 초기 역기능적 분노가 유발되는 경로이고, 다른 하나는 이렇게 유발된 분노가 증폭되는 경로이다.



그림. 2 초기 역기능적 분노가 유발되는 경로(서수균, 권석만, 2005a)

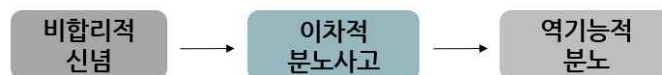


그림. 3 유발된 분노의 증폭 경로(서수균, 권석만, 2005a)



비합리적 신념은 인지 구조의 한 종류로, 외부 자극을 선택적으로 지각하고 해석하여 저장하는 기능을 한다(권석만, 1995). 이러한 인지 구조는 심리적으로 안정적이고 지속적 심층적인 구조로 비합리적 신념을 지닌 개인이 분노 유발 상황에 직면하여 인지과정을 거쳐 분노에 이르게 된다(서수균, 권석만, 2005b; Beck, 1995). 이차적 분노사고는 위 두 경로에서 모두 포함되어 있어 역기능적인 분노를 유발하고 증폭하는데 주요하게 관여하는 자동적 사고로 본 연구의 주요 초점이다. 이차적 분노사고는 타인비난/보복 사고, 무력감 사고, 분노통제/건설적 대처를 포함하는데 이를 좀 더 자세히 살펴보면 다음과 같다.

타인비난/보복 사고는 분노상황에서 타인을 비난하거나 경멸하는 내용과 관련하여, 언어적 공격성(‘욕을 퍼붓고 싶다’, ‘따끔하게 충고를 해줘야겠다’), 신체적 공격성(‘한대 패주고 싶다’, ‘이 자식을 죽여버려’), 보복(‘잘못을 시인할 때까지 모든 방법을 동원해서 괴롭혀주자’)을 포함하는 내용으로 구성되어 있다.

무력감 사고는 분노상황에서 무력감을 느끼는 내용을 반영한 것으로 체념이나 회피(‘살기 싫다’, ‘아무 소리도 듣고 싶지 않고 말하고 싶지 않다’), 자기비하적인 내용(‘난 왜 이렇게 못났을 까’)을 포함한다.

분노통제/건설적 대처는 분노상황에서 의식적으로 자신의 부정적인 정서를 통제하고 적극적으로 대처하려고 하며 사건을 객관적으로 바라보거나 분노유발대상자를 이해하려는 노력을 반영하는 것으로서 ‘나 자신은 어떤데?’, ‘내가 계속 화를 내면 나중에 어떻게 될까?’와 같은 내용으로 구성되어 있다.

이차적 분노사고의 세 가지 하위요인 중 타인비난/보복 사고와 무력감 사고는 역기능적인 것으로, 분노통제/건설적 대처는 기능적인 사고로 분

류할 수 있다. 이차적 분노사고는 개인이 분노상황에서, 사용하는 대처자원과 방식을 포함하는 내용으로 구성되어 있다는 점에서 분노를 어떻게 표현할 것인지를 결정하는 주요한 예언변인이라고 제안되었다(서수균, 권석만, 2005a).

## 분노표현에 있어 상대적 지위와 자존감의 역할

상대적 지위는 분노표현에 중요한 역할을 하는 것으로 알려져 있다(Ray & Sapolsky, 1992; Sapolsky, 1990, 1989). 상대적 지위는 열등한(inferior) - 우월한(superior), 약한(weaker) - 강한(stronger)과 같은 차원에서 사회적 비교(social comparison)를 통해 지각하게 된다(Allen, Gilbert, 1995). 상대의 지위는 개인의 동기, 감정, 행동 등에 영향을 미친다(Gilbert, 2000). Festinger(1954)는 사회적 비교가 사회적 관계를 맺고 이를 발전시키는 중요한 핵심요인이라고 제안하였다. Suls와 Wills(1991)의 연구에 의하면 이러한 사회적 비교는 개인이 집단 내에서 나타내는 행동에 중요한 역할을 하는 것으로 나타났다. 사회적 비교는 자기 강화나 자기 계발 또는 수치심을 피하기 위해 위(upward) 또는 아래(downward)로 향하게 된다(Suls & Wills, 1991; Wood, 1989). Allen과 Gilbert(1995)는 개인의 상대적 지위는 타인과의 비교를 통해 지각되며, 다음의 두 차원, 하나는 상대적인 힘(power)과 공격성의 비교를 통해, 다른 하나는 사회적 매력과 능력의 비교를 통해 지각된다고 제안하였다.

일반적으로 상대적 지위가 높은 사람은 상대적 지위가 낮은 사람에 비해서 분노감과 공격행동을 표출하는데 더 자유로우며, 이에 비해 상대적으로 지위가 낮은 사람은 분노를 억제하는 경향성을 나타내기도 하였다(Scott, 1990). Allan과 Gilbert(2002)은 일련의 연구를 통해 분노를 유발

하는 대상의 상대적 지위에 따라 개인의 표현이 조절되며, 이는 우울과 불안과 같은 병리적 증상과도 깊은 연관이 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 이들의 연구결과를 살펴보면, 상대의 지위가 자신보다 높은 상황에서는 분노를 더 억제하고, 분노를 덜 표출하는 경향을 보였다. 이는 개인의 분노경험과 분노표현에서, 사회적 맥락 내에서 상대의 지위에 따른 분노표현 조절이 나타남을 의미한다.

개인주의 문화에서 자신의 지위를 낮게 지각하는 사람이 분노표출을 더 많이 하는 것과는 달리 집단주의 문화에서는 자신의 지위를 높게 지각할수록 분노표출을 더 많이 하는 것으로 나타나 문화적 차이의 영향도 있다고 보고되었다(Park & Kitayama, 2013). 이는 특히 집단주의 문화를 중시하는 동양문화권, 상하질서 중심의 대인관계를 중요시하는 한국 사회에서 상대의 지위가 분노를 표현함에 있어 더 큰 영향을 미칠 것으로 여겨진다. 특히 한국 문화에서 의존적이고 권위적인 특성이 대인관계 상황에서 더 많은 스트레스 요인이 될 수 있다고 지적한 바 있다(권석만, 1996; 권정혜, 이소영, 2008). 특히 권위중심적 문화 속에서 상대적으로 지위가 높은 사람은 지위가 낮은 사람에게 자신의 권위를 행사하는 과정에서 갈등을 빚어낼 수 있다. 국내연구에서는 부부관계 내에서 지각된 상대적 지위를 조사하는데, 연구결과 부부관계에서 부인의 지각된 상대적 지위가 남편의 결혼만족도에 영향을 미치는 중요한 변인으로 제안되었다. 부인의 지각된 상대적 지위는 남편의 결혼만족에 영향을 주고, 남편이 결혼에 대한 불만족은 다시 간접적으로 외속속박감이나 분노표출로 이어져 이는 부인의 결혼불만족에 영향으로 미치는 것으로 나타났다(권정혜, 이소영, 2008).

자존감이 낮은 사람은 상대적으로 자신을 열등하고, 다른 사람들과는 다르다고 믿을 가능성이 많아 대인관계에서 취약성을 가지게 된다

(Atherton, Antley, Evans, Cernis, Lister, Dunn, & Freeman, 2016). Baumeister, Tice와 Hutton(1989)은 자존감이 높은 사람들은 사회적 비교과정에서 자신의 재능과 능력에 주의를 기울이는 반면, 자존감이 낮은 사람들은 자기 보호에 집중하고 약점이 노출되는, 예를 들어 수치심을 유발하는 상황에 더욱더 민감하게 된다고 보고하였다. 이를 통해 우리는 자존감이 개인의 상대적 지위를 지각하고, 집단 내에서 나타내는 행동에 중요한 영향을 미치는 요인임을 추론할 수 있다.

Lazarus(1991)는 분노에도 고유한 인지적 평가 과정이 있다고 제안하였다. 그의 설명을 살펴보면, 분노는 자존감 유지나 증진에 위협이 되는 지에 대한 일차평가가 이루어지는데 만약 위협이 된다고 지각이 되면 개인은 불안 또는 분노를 느끼게 된다. 이어서 상황에 대해 어떤 대처 행동이 가능하지, 어떤 결과들이 예상되는 지에 따라 개인의 이차평가가 이루어지는데 이 과정에서 부정적인 상황이 일어난 것이 타인의 탓이며 이를 통제할 수 없다고 느낄 때 분노는 타인을 향해 비난하게 되고, 반대로 자신에게 책임이 있다고 느끼게 되면 분노는 자신을 향하게 된다. 즉 자존감은 분노표현과도 밀접한 연관이 있는데 낮은 자존감은 공격행동과 같은 외현적 행동을 유발한다는 주장이 오래전부터 있어 왔다 (Anderson, 1994; Jankowski, 1991; Lochman & Lampron, 1986; Long, 1990). 하지만 경험적인 연구들은 이를 일관되게 지지하고 있지 않았다 (서수균, 2007). 기존의 연구들을 살펴보면, 자존감이 낮을수록 분노감과 적대감은 많이 보이지만 공격행동과 관련된 결과는 일관되지 않은 것으로 나타났다(Buss & Perry, 1992; Ehrlich, 1973). 높은 자존감이 높은 공격행동과 관련된다는 연구들도 제기되어 자존감과 분노표현의 관계에 대한 연구는 다소 혼재되어 나타났다(Licht, 1966; Worchel, 1958).

## 문제제기와 연구목적

위에서 살펴본바와 같이, 분노는 일상생활에서 흔히 경험할 수 있는 기본 정서 중 하나이지만 이를 표현함에 있어서는 여러 요인이 영향을 미칠 수 있다. 이러한 분노표현 양상이 개인의 심리적, 인지적 특성의 영향을 받는다는 선행 연구에 따라, 연구 I에서는 일상생활에서 일반적으로 지각된 상대적 지위와 자존감이 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향에 대해서 살펴볼 것이다.

분노는 타인과의 상호작용에 의해 발생하기도 하지만 사회적 상호작용 과정에서 개인의 행동에 영향을 미치기도 한다. 분노표현에 대한 기존의 연구들은 사회적 맥락을 고려하지 않고 개인의 심리적 인지적 특성들을 연구해왔다. 연구 II는 분노표현이 사회적 맥락에 따라 조절되어 나타난다는 Allan과 Gilbert(2002)의 연구에 기반하여 분노상황 스크립트를 통해 유도된 사회적 맥락 내에서 경험하는 상대의 지위와 개인의 자존감 수준이 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향을 살펴볼 것이다.

## 연구 I. 지각된 상대적 지위와 자존감이 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향

연구 I에서는 지각된 상대적 지위가 이차적 분노사고의 세 하위 요인인 타인비난/보복 사고, 무력감 사고, 분노통제/건설적 대처와 분노표현의 각기 다른 표현 양상인 분노표출, 분노억제, 분노통제에 차별적인 영향을 미칠 것이라고 예상을 하였다. 또한 지각된 상대적 지위와 개인의 심리적 특성이 자존감이 상호작용하여 이차적 분노사고와 분노표현에 영향을 미치는지 살펴보았다.

분노는 대인관계에서 나타나는 보편적이고 핵심적인 정서이다(Averill, 1983). 일반적으로 다른 사람과의 관계에서 자신의 상대적 지위를 높게 지각하는 사람은 자신의 상대적 지위를 낮게 지각하는 사람에 비해 분노나 적대감, 공격행동을 더 많이 표출하고, 자신의 상대적으로 지위를 낮게 지각하는 사람은 분노를 억제하는 경향이 많은 것으로 보고되었다(Scott, 1990).

서수균과 권석만(2005a)의 선행연구에 의하면 타인비난/보복 사고는 분노표출에 대한 예언 변인으로 분노상황에서 타인비난/보복 사고를 많이 할수록 분노가 겉으로 표현이 되어 충동적인 행동화 문제를 초래할 수 있다고 제안했다. 자신의 상대적 지위를 높게 지각하는 사람일수록 분노를 표출하는 것으로 나타났는데, 이는 분노가 표출되는 과정에 타인비난/보복 사고가 관여되어있음을 예상해 볼 수 있다. 반면, 무력감 사고는 분노억제에 대한 예언변인으로 분노상황에서 무력감 사고를 많이 할수록 분노를 억제하고 이를 적극적으로 대처하지 못하고 사회적으로 위축되어 나타날 수 있다. 자신의 상대적 지위를 낮게 지각하는 사람일수

록 분노를 억제하는 경향이 나타났는데, 이는 분노를 억제하는 과정에 무력감 사고가 관여되어있음을 예상해볼 수 있다.

Aspinwall와 Taylor(1993)는 사람들이 사회적 비교에 영향을 주는 요인으로 자존감을 제시했다. 낮은 자존감을 가진 사람들은 자신에 대한 확신이 부족하기 때문에 사회적 비교에 더 과민하게 반응하게 되며 자신보다 더 나은 대상과 비교하게 될 때 부적 정서를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(Aspinwall et al., 1993; Campbell, 1990). 자존감은 분노표현에 영향을 미치는 중요한 심리적 특성으로 낮은 자존감을 보고한 사람일수록 분노를 더 많이 경험하지만 꼭 분노표출로 이어지는 것은 아니었다고 보고되었다(Buss & Perry, 1991). 국내 연구에서는 자존감이 낮을수록 더 많은 분노표출로 이어졌다고 보고되었다(서수균, 2007). 그러나 높은 자존감이 공격행동으로 이어진다는 혼재된 연구 결과들도 보고되고 있어 이에 대한 추가적인 연구가 필요한 실정이다(Baumeister, 1996).

연구 I의 목적은 지각된 상대적 지위와 자존감이 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향을 확인하는데 있다. 자존감은 사회적 비교를 통해 상대적 지위를 지각하고 부정정서를 유발하는데 영향을 미칠 뿐만 아니라 분노를 표현하는데 영향을 미치는 중요한 심리적 기제라는 점에서 상대적 지위와 상호작용 효과를 가질 것으로 예상했다. 따라서 지각된 상대적 지위와 자존감이 상호작용하여 이차적 분노사고와 분노표현에 차별적인 영향을 미치는지 살펴보았다.

연구 I에서는 개인이 자신의 상대적 지위를 높게 지각 할 때 분노 상황에서 타인을 비난하거나, 보복관련 사고를 많이 하고, 이를 겉으로 드러낼 것이라고 예상했다. 또한 상대적 지위와 자존감이 상호작용할 때 추가적인 설명량을 지닐 것으로 예상했다. 반면, 개인이 자신의 상대적 지위를 낮게 지각 할 때 분노상황에서 무력감을 나타내는 사고를 많이

하고, 분노를 겉으로 드러내지 않고 이를 억제할 것이라고 예상했다. 마찬가지로 상대적 지위와 상호작용 할 때 추가적인 설명량을 지닐 것으로 예상했다. 선행연구에서 상대적 지위는 비교적 일관되게 분노표현을 예측하고 있으나 자존감은 비교적 혼재된 연구결과들을 보이고 있다. 그러나 높은 자존감보다 낮은 자존감이 더 부적응적인 결과들과 관련되어 있고, 낮은 자존감은 상대적 지위와, 분노표현에 있어 모두 부정적인 영향을 미치고 있기 때문에 가설을 설정함에 있어 낮은 자존감에 초점을 두었다.

이를 위해서, 상관분석을 통해 지각된 상대적 지위와 자존감, 이차적 분노사고와 분노표현의 관계를 탐색하였다. 다음으로 위계적 회귀분석을 통해 지각된 상대적 지위가 이차적 분노사고와 분노표현을 어느 정도 설명할 수 있는지 살펴보았고, 자존감과 상호작용하여 추가적인 설명량을 지니는지 확신하였다.

연구 I에서 검증하고자 하는 가설은 다음과 같다.

가설 1. 지각된 상대적 지위는 이차적 분노사고와 분노표현에 차별적인 영향을 미칠 것이다.

가설 1-1. 지각된 상대적 지위가 높을수록 타인비난/보복 사고와 분노 표출을 많이 보일 것이다.

가설 1-2. 지각된 상대적 지위가 낮을수록 무력감 사고와 분노억제를 많이 보일 것이다.



가설 2. 지각된 상대적 지위와 자존감은 상호작용하여 이차적 분노사고와 분노표현에 차별적인 영향을 미칠 것이다.

가설 2-1. 지각된 상대적 지위가 높고 자존감이 낮을수록, 타인비난/보복 사고와 분노표출을 더 많이 보일 것이다.

가설 2-2. 지각된 상대적 지위가 낮고 자존감이 낮을수록, 무력감 사고와 분노억제를 더 많이 보일 것이다.

## 방 법

### 참여자

연구 I 은 설문에 대한 모집문건을 확인한 후 자발적으로 참여에 동의한 대상에 한해 수행되었다. 본 연구는 서울대학교에서 심리학 관련 수업을 수강하는 교내 대학생과 온라인 커뮤니티에서 모집한 성인 참여자를 포함하여 총 200명의 성인을 대상으로 온라인 설문을 진행하였다. 분석에는 불성실한 응답을 제외하고 총 195명의 자료가 사용되었다. 참여자의 평균 연령은 만 23.19세(표준편차=4.12, 범위=18~46세)이었고, 전체 참여자 중 남성은 92명(47.18%)이었고 여성은 103명(52.82%) 이었다. 본 연구는 서울대학교 생명윤리위원회의 사전 승인을 받았다.(IRB No. E1807/001-001).

### 측정도구

**사회적 비교 척도(Social Comparison Scale).** 사회적 비교 척도는 개인의 상대적 지위에 대한 지각을 측정하기 위해 개발된 척도로, Allen과 Gilbert(1995)가 개발한 척도를 권정혜와 이소영(2008)이 번안한 것을 사용하였다. 사회적 비교 척도는 총 11문항으로 구성이 되었고, Likert형의 10점 척도 상에서 양극의 반대개념(예를 들어, 열등한-우월한)을 사용하여 다른 사람과의 관계 내에서 자신이 일반적으로 지각하는 평정하게 되어 있다. 높은 점수는 높은 상대적 지위를 의미한다. 권정혜와 이소영(2008)의 연구에서는 남편과 아내에게서 각각 측정하였고 내적 일치도는 각각 .91과 .89였다. 본 연구에서의 내적 일치도는 .95였다.

**이차적 분노사고 척도(Secondary Anger-Thought Scale).** 서수균과 권석만(2005a)이 분노가 표현되는 과정에서 개입되는 이차적 분노사고를 평가하기 위해 개발한 자기보고식 척도이다. 분노유발 상황에서의 자동적 사고를 일차적 분노사고와 이차적 분노사고로 구분하였다. 이차적 분노사고는 시간적으로는 일차적 분노사고에 이어서 일어나며, 흔히 대처양상을 반영하는 충동이나 행동, 심리상태를 반영한다. 이 척도는 총 34 문항으로 구성이 되어있고 최근 몇 주 동안 화가 났던 상황에서 얼마나 자주 이런 생각들이 머릿속에 떠올랐는지를 Likert형의 5점 척도 상에서 평가한다(1. 전혀 이런 생각을 하지 않는다; 2. 가끔 이런 생각을 한다; 3. 종종 이런 생각을 한다; 4. 자주 이런 생각을 한다; 5. 항상 이런 생각을 한다). 이 척도는 타인비난/보복 사고, 무력감 사고, 분노통제/건설적 대처라는 3개 하위 척도로 구성되어 있으며 각 하위척도에서 내적 일치도는 각각 .96, .78, .75 였다. 본 연구에서는 전체 내적 일치도는 .94이었고 각 하위척도에서의 내적 일치도는 각각 .94, .84, .81 이었다.

**한국판 상태-특성 분노표현 척도(State-Trait Anger Expression Inventory-Korean version, STAXI-K).** Spielberger, Krasner와 Solomon(1988)의 상태-특성 분노표현 척도를 전경구, 한덕웅, 이장호가 국판으로 개발한 것을 사용하였다. 본 연구에서는 STAXI-K에서 상태분노와 특성분노 척도를 제외하고 분노표출(8문항), 분노억제(8문항), 분노통제(8문항)의 3요인을 사용하였다. 일상생활에서 화가 나거나 분노를 느꼈을 때 얼마나 자주 문항과 같이 반응하거나 행동하는지에 대해서 Likert형의 4점 척도 상에서 평정하도록 하였다(1. 전혀 아니다; 2. 가끔 그렇다; 3. 자주 그렇다; 4. 거의 언제나 그렇다). 연구에서 내적 일치도는 .73, .78이었고, 검사-재검사 신뢰도는 분노표출, 분노억제, 분노통제

각각 .71, .67이었다(전경구, 한덕웅, 이장호, 1998). 본 연구에서 전체 내적 일치도는 .83 이었고 각 하위 척도에서의 내적 일치도는 각각 .83, .82, .82 였다.

**Rosenberg 자존감 척도(Self-Esteem Scale: SES).** 자존감척도는 Rosenberg(1965)가 개발한 것으로, 자기개념의 특정 영역에 국한되지 않는 전반적인 자존감을 측정한다. 본 연구에서는 이훈진과 원호택(1995)이 번안한 한국판 척도를 사용하였다. 자존감 척도는 총 10문항이며 각 문항은 자신의 해당하는 정도에 따라 Likert형의 5점 척도 상에서 평정하도록 하였다(1. 전혀 그렇지 않다; 2. 대체로 그렇지 않다; 3. 중간이다; 4. 대체로 그렇다; 5. 전적으로 그렇다). 한국판 척도의 요인분석결과 단일 요인이 시사되었고 내적 일치도는 .89 였다. 본 연구에서의 내적 일치도는 .91 였다.

## 통계적 분석

연구 I에서는 지각된 상대적 지위와 자존감의 상호작용이 이차적 분노사고와 분노표현에 차별적인 영향을 미치는지 탐색적으로 살펴보기 위해서 기술통계, 상관분석, 독립표본  $t$  검정, 위계적 회귀분석을 실시하였다. 본 연구는 SPSS 24.0(IBM Corp., 2016)을 사용하여 분석하였다.

## 결 과

### 기술통계

연구 I 에서 참여자 195명의 자료에서 측정된 변인들의 평균과 표준편차, 그리고 성별에 따른 차이를 표 1에 제시하였다.

표 1, 연구 I 에서 사용된 척도들의 평균, 표준편차 및 성차(N=195)

측정치	남(N=92)	여(N=103)	전체(N=195)	t
	평균(표준편차)	평균(표준편차)	평균(표준편차)	
SCS	66.10(18.03)	68.21(17.9)	67.22(17.96)	-.82
이차적 분노사고	79.96(22.80)	84.66(21.4)	82.44(22.17)	-1.48
타인비난/ 보복 사고	44.96(15.14)	46.83(15.0)	45.94(15.08)	-.86
무력감 사고	14.18(5.47)	16.22(5.79)	15.26(5.72)	-2.53**
분노통제/ 건설적 대처	20.82(6.01)	21.61(5.79)	21.24(5.89)	-.94
STAXI-K	53.88(8.79)	53.59(8.82)	53.73(8.79)	.23
분노표출	14.55(4.07)	14.89(4.15)	14.73(4.11)	-.57
분노억제	17.78(4.48)	18.78(4.95)	18.31(4.74)	-1.47
분노통제	21.54(4.10)	19.92(4.02)	20.69(4.13)	2.78**
RSES	48.31(11.58)	48.45(11.0)	48.39(11.26)	-.08

주. SCS = Social Comparisom Scale, 이차적 분노사고 = Secondary Anger-Thought Scale, STAXI= State-Trait Anger Expression Inventory, 자존감척도 = Rosenberg Self-Esteem Scale

\*\* $p < .01$

표 1에서 보이는 바와 같이, 성별에 따른 지각된 상대적 지위의 평균을 비교한 결과 지각된 상대적 지위는 유의미한 성별의 차이를 보이지 않았다( $t=.82$ ,  $n.s$ ). 이차적 분노사고의 하위 요인 중 무력감 사고에서는 여성( $M=16.22$ ,  $SD=5.79$ )이 남성( $M=14.18$ ,  $SD=5.47$ )보다 유의미하게 높은 것으로 나타났다( $t=-2.53$ ,  $p<.01$ ). 분노표현 척도의 하위 요인 중 분노통제에서는 남성( $M=21.54$ ,  $SD=4.10$ )이 여성( $M=19.92$ ,  $SD=11.0$ )보다 유의미하게 높은 것으로 나타났다( $t=-2.78$ ,  $p<.01$ ). 그 외의 변인들에서는 성차가 발생하지 않았다.

## 각 변인들의 상관관계

연구 I에서 참가자 195명의 자료를 통해 얻은 각 척도들 간의 상관을 표 2에 제시하였다.

표 2에서 보이는 바와 같이, 지각된 상대적 지위는 이차적 분노사고의 하위 요인 중 무력감 사고와 유의미한 부적 상관( $r=-.22$ ,  $p<.01$ )을 보였고, 분노표현 척도의 하위요인 중 분노억제와 유의미한 부적 상관( $r=-.54$ ,  $p<.01$ )을, 그리고, 분노통제와는 유의미한 정적 상관( $r=.17$ ,  $p<.05$ )을 보였다. 이차적 분노사고와 분노표현 양상과의 관계에서는 이차적 분노사고의 하위요인 중 타인비난/보복 사고는 분노표출( $r=.54$ ,  $p<.01$ ), 분노억제( $r=.47$ ,  $p<.01$ )와 모두 유의미한 정적 상관을 보였고 무력감 사고는 분노표출( $r=.24$ ,  $p<.01$ ), 분노억제( $r=.59$ ,  $p<.01$ ), 분노통제( $r=.19$ ,  $p<.01$ )와 모두 유의미한 정적 상관을 보였다. 또한, 분노통제/건설적 대처도 분노표출( $r=.21$ ,  $p<.01$ ), 분노억제( $r=.48$ ,  $p<.01$ ), 분노통제( $r=.38$ ,  $p<.01$ )와 모두 유의미한 정적 상관을 보였다. 마지막으로, 자존감은 상대적 지위와는 유의미한 정적 상관( $r=.68$ ,  $p<.01$ )을 보였고 이차적

분노사고의 하위요인 중 무력감 사고와 분노통제/건설적인 대처와는 유의미한 부적 상관( $r=-.52, p<.01$ ;  $r=-.24, p<.01$ )을 보였다. 분노표현 양상과의 관계에서는 분노억제와 유의미한 부적 상관( $r=-.40, p<.05$ )을 보였고 기타 변인들과는 상관을 보이지 않았다.

표 2. 연구 I 에서 사용된 척도들의 상관계수( $N=195$ )

척도	1	2	3	4	5	6	7
1. SCS	-						
2. 타인비난/ 보복 사고	.11	-					
3. 무력감 사고	-.22**	.46**	-				
4. 분노통제/ 건설적 대처	-.08	.44**	.60**	-			
5. 분노표출	.02	.54**	.24**	.21**	-		
6. 분노억제	-.27**	.47**	.59**	.48**	.40**	-	
7. 분노통제	.17*	.09	.19**	.38**	-.14*	.25**	-
8. RSES	.68**	-.08	-.52**	-.24**	-.03	-.40**	.13

주. SCS = Social Comparisom Scale, RSES = Rosenberg Self-Esteem Scale

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

### 지각된 상대적 지위와 이차적 분노사고, 분노표현과의 관계

연구 I 에서 사용된 척도들 간의 상관관계를 살펴봤을 때, 지각된 상대적 지위는 이차적 분노사고의 하위요인 중 무력감 사고와 유의미한 부적 상관이 나타났고, 분노표현의 하위요인 중 분노통제와는 유의미한 정

적 상관관이 나타났다. 하지만 표 1에서 무력감 사고와, 분노통제에서 모두 성차가 나타났기 때문에 이를 배제하였을 경우에도 상관관계를 보이는지 확인하기 위해 편상관분석을 진행하고 이를 아래 표 3에 제시하였다.

표 3. 성별을 통제한 척도들의 상관계수(N=195)

척도	SCS	무력감 사고
1. SCS	-	
2. 무력감 사고	-.24**	-
3. 분노통제	.19**	.23

주. SCS = Social Comparison Scale

\*\* $p < .01$

표 3의 결과를 살펴보면, 성별을 통제 한 뒤에도 지각된 상대적 지위는 여전히 무력감 사고와 유의미한 부적 상관( $r = -.24, p < .01$ )을 보였고, 분노통제와 유의미한 정적 상관을 보였다( $r = .19, p < .01$ ).

### 지각된 상대적 지위, 자존감, 이차적 분노사고와의 관계

지각된 상대적 지위, 그리고 지각된 상대적 지위와 자존감이 상호작용하여 이차적 분노사고에 어떤 영향을 미치는지 검증하기 위하여 앞서 상관분석에서 지각된 상대적 지위와 유의미한 상관을 보인 이차적 분노사고의 하위요인 중 무력감 사고를 종속변인으로 투입하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 1단계에서, 무력감과 유의미한 상관을 나타낸 지각된 상대적 지위를 투입하고, 연구에서 조절효과를 예측한 변인인 자존감을



추가 투입했다. 3단계는 지각된 상대적 지위와 자존감의 상호작용항을 추가로 투입하였고 이를 표 4에 제시하였다.

표 4의 결과를 살펴보면, 지각된 상대적 지위와 자존감의 상호작용효과는 통계적으로 유의미하지 않는 것으로 나타났다.

표 4. 지각된 상대적 지위와 자존감의 상호작용이 무력감 사고에 미치는 영향.

단계	예언변인	$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$
1	상수		12.84	.05		9.93**
	SCS	-.22	-3.15			
2	상수		16.78	.30	.25	69.56***
	SCS	.24	2.95			
	RSES	-.68	-8/34			
3	상수		15.58	.30	.00	.01***
	SCS	.24	2.95			
	RSES	-.68	-8.14			
	SCS*RSES	-.01	-.08			

주. SCS = Social Comparisom Scale, RSES = Rosenberg Self-Esteem Scale

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

### 지각된 상대적 지위, 자존감과 분노표현양상과의 관계

지각된 상대적 지위, 그리고 지각된 상대적 지위와 자존감이 상호작용하여 분노표현 양상에 어떤 영향을 미치는지 검증하기 위해 앞서 상관분석에서 변인에 유의미한 상관을 보인 분노표현의 하위요인 중 분노억제

를 종속변인으로 투입하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 1단계에서, 분노억제에 유의미한 영향을 미치는 지각된 상대적 지위를 투입하고, 2단계에서는 연구에서 조절효과를 예측한 변인인 자존감을 추가 투입했다. 마지막으로 지각된 상대적 지위와 자존감의 상호작용항을 투입하였고 이를 [표 5]에 제시하였다.

표 5. 지각된 상대적 지위와 자존감의 상호작용이 분노억제에 미치는 영향.

단계	예언변인	$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$
1	상수		18.16***	.07		15.44***
	SCS	-.27	-3.93***			
2	상수	-.01	17.21***	.15	.08	17.75***
	SCS	-.39	-.10			
	RSES		-4.32***			
3	상수		6.99***	.16	.01	12.30***
	SCS	-.34	-1.13			
	SES	-.61	-2.87**			
	SCS*RSES	.51	1.16			

주. 상대적 지위 = Social Comparisom Scale, RSES = Rosenberg Self-Esteem Scale

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

표 5를 살펴보면, 단계1에서 예측변인인 지각된 상대적 지위를 투입한 결과 분노억제 변량의 7%를 통계적으로 유의미하게 설명하였다. 단계 2에서 투입된 자존감은 분노억제 변량의 15%를 통계적으로 유의미하게 설명하였고 유의미한 추가 설명량을 나타냈다( $\Delta R = .07$ ,  $p < .001$ ). 단계 3

에서 투입된 지각된 상대적 지위와 자존감의 상호작용항은 분노억제 변량의 16%를 통계적으로 유의미하게 설명하였고 유의미한 추가 설명량을 나타냈다( $\Delta R=.01$ ,  $p<.001$ ).

## 논 의

연구 I에서 참여자 195명의 자료를 통해 일상생활에서 일반적으로 지각하는 상대적 지위와 개인의 자존감 수준이 이차적 분노사고와 분노표현에 유의미한 영향을 미치는지 확인하였다. 이를 위해 기술통계와 함께 상관관계를 제시하여 지각된 상대적 지위와 자존감, 이차적 분노사고와 분노표현과의 관계를 탐색하였다. 지각된 상대적 지위가 분노표현에 미치는 영향은 비교적 일관되게 나타나고 있으나, 자존감과의 관계에서는 다소 혼재된 양상을 보이고 있어 자존감이 미치는 영향을 예측하기 어렵다, 따라서, 위계적 회귀분석을 통해 지각된 상대적 지위를 먼저 통제한 뒤에 자존감과 이들의 상호작용항을 차례로 투입하여 이차적 분노사고와 분노표현에 유의미한 상호작용효과를 보이는지 확인하였다.

우선, 지각된 상대적 지위는 성차가 나타나지 않았다. 이차적 분노사고의 하위 차원에서는 무력감 사고만이 성차를 나타냈고 여성이 남성보다 무력감 사고를 더 많이 나타내는 것으로 보고되었다. 이는 여성이 남성보다 분노상황에서 적극적으로 대처하기 어렵다고 생각하고, 무기력한 생각을 한다는 것을 의미한다. 분노표현 양상에서는 분노통제에서 유의미한 성차가 나타났고 남성이 여성보다 분노통제를 더 많이 나타내는 것으로 보고되었다. 분노통제는 기능적인 분노표현으로 분노상황에서 자신의 상태를 자각하고 이를 위해 다양한 전략을 구사하고 냉정을 유지할 수 있는 것을 의미한다. 본 연구에서는 남성이 여성보다 다양한 전략을 구사할 수 있는 기능적인 분노표현을 더 많이 하는 것으로 나타났다.

연구 I에서 사용된 척도들의 상관을 분석한 결과, 지각된 상대적 지위는 이차적 분노사고의 하위요인인 무력감 사고와, 분노표현의 하위요인인 분노억제와 유의미한 부적 상관을 나타냈고 분노통제와는 유의미한

정적 상관을 나타냈다. 이는 개인의 자신의 지위를 낮게 지각할수록 분노상황에서 무기력하고 회피적이고 자기비난적인 생각을 하며, 분노를 더 많이 억제하는 것으로 나타나 가설 1-2를 지지하는 결과이다. 이는 Scott(1990)의 상대적 지위를 낮게 지각할수록 분노를 억제한다는 연구결과와 일치하는 결과이다. 즉 개인은 자신의 지위를 높게 지각할수록 분노를 조절하기 위해 다양한 전략을 구사할 수 있음을 시사한다. 하지만 가설 1-1에서 지각된 상대적 지위가 높게 지각할수록 타인비난/보복 사고와 분노표출을 보일 것이라는 가설을 지지하지 않았다. 이는 Scott(1990)가 자신의 상대적 지위를 높게 지각할수록 분노표출에 자유롭다는 연구결과와 일치하지 않는 결과이다. 본 연구에서는 지위를 높게 지각한다고 하여 분노상황에서 타인을 비난하는 사고를 더 많이 하거나 자신의 분노를 겉으로 드러내는 것이 아니며 분노를 직접적으로 표출하는 과정에는 또 다른 심리적 기제가 있음을 시사한다.

이차적 분노사고와 분노표현의 관계를 살펴보면, 타인비난/보복 사고는 분노표현의 하위요인 중 분노표출과 분노억제와 모두 유의미한 정적 상관을 나타냈을 뿐만 아니라 이차적 분노사고의 다른 하위요인들과도 유의미한 정적 상관이 나타났다. 이차적 분노사고의 다른 두 하위요인인 무력감 사고와 분노통제/건설적 대처는 분노표현의 하위요인과 모두 정적 상관을 나타냈다. 이 같은 결과는 이차적 분노사고 척도를 개발한 서수균(2004)의 논문과 이 척도를 사용한 김일중과 권석만(2017)의 연구에서도 유사한 결과를 보인다. 즉, 타인비난/보복 사고를 하더라도 분노를 억제할 수도 있으며, 반드시 분노표출로 이어지지 않을 수도 있다는 것을 알 수 있다. 따라서 변인들 간의 관계는 조심스럽게 해석되어야 한다. 다만, 김일중과 권석만(2017)의 연구에서 무력감사고의 경우 분노표출과 분노억제가 거의 유사한 정적 상관을 보인 것과는 달리 본 연구에서는

분노표출보다 분노억제와 더 높은 정적 상관을 보였다. 즉, 타인비난/보복 사고와 무력감사고와 같이 역기능적인 분노사고의 경우 모두 역기능적인 분노표현에 관여될 수 있으며, 무력감사고의 경우 분노억제와 더 깊은 연관을 보인다.

자존감은 지각된 상대적 지위와 높은 정적 상관을 보였고 높은 자존감을 지닐수록 무력감 사고를 덜 나타냈지만 분노통제/건설적인 대처도 적게 하는 것으로 나타나 자존감이 높다고 하여 기능적인 분노사고를 할 수 있는 것은 아님을 알 수 있다. 분노표현과의 관계에서는 자존감이 높을수록 분노를 덜 억제하는 것으로 나타났다. 이는 높은 자존감을 보일수록 공격행동을 보인다는 기존의 연구와는 일치되지 않는 결과이다 (Licht, 1966; Worchel, 1958).

따라서 자존감과 지각된 상대적 지위가 상호작용하여 이차적 분노사고와 분노표현에 영향을 미치는지 확인하기 위해 위계적 회귀분석을 통해 이를 확인하고자 하였다. 지각된 상대적 지위와 자존감은 무력감 사고에는 상호작용효과가 나타나지 않았으나 분노억제에서는 유의미한 상호작용효과가 나타나 자존감이 지각된 상대적 지위와 분노억제와의 관계에서 조절효과를 나타냈다. 이러한 결과는 지각된 상대적 지위와 자존감은 개인이 분노상황에서 분노억제에서 상호작용효과를 보인다는 가설 1-2를 지지하는 결과이다.

본 연구에서는 지각된 상대적 지위나 개인의 자존감 수준에 따라 타인비난/보복 사고나 분노표출과 유의미한 상관을 보이지 않았는데 이는 추후 연구에서는 분노상황에서 보다 적대적으로 반응하는 개인의 성격적 특성도 함께 고려하는 연구가 필요할 것으로 보인다. 또한, 본 연구에서 사용된 이차적 분노사고와 분노표현척도는 내적 일치도가 일관되게 나타났다지만, 두 척도의 관계에서 기능적인 하위요인이든, 역기능적인 하위요

인이든 서로 정적인 상관이나 나타나 이러한 결과가 원척도의 한계인지, 표본수의 영향을 받았는지, 혹은 다른 변인의 영향을 받았는지 추가 탐색해볼 필요가 제시된다. 본 연구는 설문방식으로 분노라는 부정적인 경험을 탐색하였는데 분노를 표출하는 것은 문화적으로 도덕적이지 않은 것으로 인식하기 때문에 설문에 사회적 승인을 높이는 방식으로 응답하려는 경향이 있을 수 있다. 또한, 최근 분노와 같은 부정정서를 연구함에 있어 사회적 맥락의 중요성이 강조되고 있다(English, Lee, John, & Gross, 2017, Faupel, Herrick, & Sharp, 2017). 즉, 개인이 분노를 표현함에 있어 사회적 맥락의 영향을 받을 수 있으며 이를 보완하기 위해 추후 연구에서는 사회적 맥락의 영향을 확인하거나 이에 영향을 미칠 수 있는 변인을 통제하거나 실험실 상황에서 탐색하여 좀 더 면밀히 살펴볼 필요성이 제시된다.

## 연구 II. 사회적 맥락에서의 상대적 지위와 자존감이 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향

연구 II의 목적은 사회적 상호작용 장면에서 경험된 분노에 초점을 두고, 상대의 지위와 개인의 자존감 수준에 따라 이차적 분노사고와 분노표현에 변화가 있는지 살펴보고자 한다. 최근 많은 연구들은 분노와 같은 부정정서를 조절함에 있어 사회적 맥락의 중요성을 강조하고 있다(English, Lee, John, & Gross, 2017; Faupel, Herrick, & Sharp, 2017). 특히, 상대적 지위가 분노표현에 영향을 미치는 중요한 요인으로 나타났으나 이를 연구함에 있어 일상생활에서 일반적으로 지각된 상대적 지위를 측정하였기 때문에 사회적 맥락의 요구를 반영하기 어려웠다. 대부분의 분노는 타인과 상호작용하는 상황에서 발생하고, 타인과의 상호작용에 의해 분노가 경험이 되기도 하지만, 사회적 상호작용 과정이 개인의 행동에 영향을 미치기도 한다(Allan & Gilbert, 2002; Averill, 1983; Forgas & Smith, 2003). 연구 I에서 사용된 지각된 상대적 지위를 측정하는 도구는 다양한 대상과 상호작용하게 되는 사회적 맥락의 요구를 반영하기에 충분하지 않다는 제한점이 존재한다. 특히 상하질서를 중요시하는 한국 사회에서 사회적 맥락에서의 상대의 지위가 개인의 분노표현에 많은 영향을 미칠 것으로 예상해볼 수 있다. 따라서 본 연구의 초점은 사회적 상호작용 장면에서 분노를 경험하게 될 때 개인이 어떠한 사고과정을 거치며, 개인의 자존감 수준은 분노표현에 어떤 영향을 미치는지를 탐색하는 것이다.

서수균과 권석만(2005a)의 연구에서 이차적 분노사고의 하위요인 중



분노통제/건설적 대처 사고는 건설적 언어행동과 유의한 상관성이 나타나 분노를 적응적으로 표현하거나 해소하는데 기여하는 하는 기능적사고로 제안되었다. 반면, 타인비난/보복 사고와 무력감 사고는 비합리적인 신념이나, 공격성, 낮은 자존감과 정적인 상관을 보여 분노를 표현하거나 해소하는데 어려움이 있는 역기능적인 이차적 분노사고로 제안되었다. Spielberger 등(1988)의 분노표현에 관한 연구에서는 분노표출(anger-out)과 분노억제(anger-in)를 역기능적인 분노표현 양상으로 제안하였고 분노통제(anger-control)는 기능적인 분노표현 양상으로 제안하였다. 이차적 분노사고와 분노표현 양상의 역기능적인 측면이 다양한 심리적, 사회적 불편감으로 이어진다는 점을 감안하여 연구 II에서는 이차적 분노사고와 분노표현의 역기능적인 측면에 초점을 두었다. 타인비난/보복 사고와 무력감 사고, 분노표출과 분노억제가 사회적 상호작용 장면에서 유발된 분노상황에서 상대의 지위와 개인의 자존감 수준에 따라 어떻게 달라지는지 살펴보고자 한다. 상호작용하는 대상의 사회적 지위를 달리하여 사회적 맥락을 구성한 9개의 분노 스크립트 상황에서 역기능적인 분노사고와 역기능적인 분노표현을 측정한다. 지위는 상대의 지위가 자신보다 높은 상황(up-rank), 상대의 지위가 자신과 동등한 상황(standard-rank), 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황(down-rank)으로 구분하여 검증하고자 한다.

Allen과 Gilbert(2002)의 연구에 따르면, 상대의 지위가 자신보다 높은 상황에서는 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황에 비해 분노를 더 많이 억제하는 것으로 나타났고, 상대의 지위가 낮은 상황에서는 분노 더 많이 표출하는 것으로 나타났다. 따라서 연구 II에서는 사회적 맥락에서의 상대의 지위가 자신보다 높은 상황에서 분노를 유발했을 때, 역기능적인 인지사고와 관련하여 무력감 사고를 더 많이 하고, 역기능적인 분노표현

과 관련하여 분노억제를 더 많이 할 것이라고 예상했다. 반면, 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황에서 분노를 유발했을 때, 역기능적인 인지사고와 관련하여 타인비난/보복관련 사고를 더 많이 하고, 역기능적인 표현과 관련하여 분노표출을 더 많이 보일 것이라고 예상했다. 또한, 높은 자존감보다 낮은 자존감이 더 부적응적인 결과들과 관련되어 있고, 낮은 자존감은 상대적 지위와, 분노표현에 있어 모두 부정적인 영향을 미치고 있기 때문에 가설을 설정함에 있어 낮은 자존감에 초점을 두었다.

이를 위해서, 상관분석을 통해 분노경험, 자존감, 역기능적인 이차적 분노사고와 역기능적 분노표현의 관계를 탐색하고, 지위에 따른 집단 간 차이를 확인하기 위해 ANOVA를 실시하였다.

연구 II의 가설은 다음과 같다.

가설 1. 사회적 맥락에서의 상대의 지위는 역기능적인 이차적 분노사고와 역기능적인 분노 표현에 차별적인 영향을 미칠 것이다.

가설 1-1. 상대의 지위가 낮은 상황(down-rank)에서 타인비난/보복 사고와 분노표출을 더 많이 보일 것이다.

가설 1-2. 상대의 지위가 높은 상황(up-rank) 무력감 사고와 분노억제를 더 많이 보일 것이다.

가설 2. 사회적 맥락에서의 상대의 지위와 개인의 자존감 수준은 역기능적인 이차적 분노사고와 역기능적인 분노표현에 차별적인 영향을 미칠 것이다.

가설 2-1. 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황(down-rank)에서 자존감이 낮을수록, 타인비난/보복 사고와 분노표출을 더 많이 보일 것이다.

가설 2-2. 상대의 지위가 자신보다 높은 상황(up-rank)에서 자존감이 낮을수록, 무력감 사고와 분노억제를 더 많이 보일 것이다.

# 방 법

## 참여자

연구 II는 설문에 대한 모집문건을 확인한 후 자발적으로 참여에 동의한 대상에 한해 수행되었다. 본 연구는 서울대학교에서 심리학 관련 수업을 수강하는 교내 대학생과 온라인 커뮤니티에서 모집한 성인 참여자를 포함하여 총 250명의 성인을 대상으로 온라인 설문을 진행하였다. 분석은 불성실한 응답을 제외하고 총 221명의 자료가 사용되었다. 참여자의 평균 연령은 만 20.56세(표준편차=2.11, 범위=18~30세)였고, 전체 참여자 중 남성 참여자는 117명(52.94%)이었고 여성 참여자는 104명(47.06%)이었다. 본 연구는 서울대학교 생명윤리위원회의 사전 승인을 받았다(IRB No. 1806/001-013).

## 측정도구

**사회적 비교 시나리오.** 본 연구에서는 분노가 경험이 되는 상황에서 상대의 지위에 따라 분노표현과 우울증이 증가한 Allan과 Gilbert(2002)의 선행연구에 착안하였다. 사회적 관계 내에서 지각되는 상대의 지위에 따라 이차적 분노사고와, 분노표현 방식이 어떻게 달라지는지를 알아보기 위해, 분노유발 스크립트를 구성하였다. 본 연구에서 사용된 분노유발 스크립트는 임상 및 상담심리전문가와 함께 사전 검토하여 연구목적에 적합한지 평가한 뒤 사용하였다. 우선, 참여자는 지시문에 따라 평소 관계를 맺고 있는 사람 중에, 자신보다 지위가 높은 사람(up-rank), 낮은 사

람(down-rank), 동등한 사람(standard-rank)을 각각 떠올리며 연구에 사용된 분노유발 스크립트를 읽게 되며, 이후 자신의 떠올린 사람의 지위를 Likert형의 5점 척도 상에서 평정하게 된다. 이후 본 연구에서 사용된 분노유발 스크립트를 통해 실제로 분노가 유발되었는지 확인하기 위해 시나리오 상황에서 얼마나 화가 날 것인지를 묻는 척도 1문항과, 연구목적에 따라 연구자에 의해 재구성된 이차적 분노사고와, 분노표현과 관련된 척도에 Likert형의 5점 척도 상에서 평정하도록 하였다(1. 전혀 그렇지 않다; 2. 그렇지 않다; 3. 보통이다; 4. 그렇다; 5. 매우 그렇다). 본 연구에서 사용된 분노유발 스크립트는 상대적 지위의 세 조건(자신보다 지위가 높은 사람, 낮은 사람, 동등한 사람)×세 가지 상황, 즉 9개의 분노 스크립트로 구성되었고, 평정된 경험된 전체 평균 분노점수는 4.12였고, 남성은 4.05, 여성은 4.21로 나타났다. 설문지에서 제시되는 피검자의 피로도나 무선반응을 방지하기 위하여 상황과 지위조작이 연속하여 겹치지 않도록 구성하였고, 상대의 지위를 지시문에 따라 정확하게 지각하였는지 확인하기 위해 이를 확인하는 문항을 추가하여 불성실한 응답을 통제하였다.

상대의 지위가 자신보다 높은 분노 상황에서 제시되는 지시문과 분노유발 스크립트는 다음과 같다.

**지시문 예:**

*다음에 나오는 상황 시나리오는 우리가 일상생활에서 흔히 경험할 수 있는 부정적인 상황들로 이루어져 있습니다. 각 시나리오를 읽고, 물음에 답을 해주세요. 옳고 그름은 없습니다. 어느 한 문장에서 너무 오래 머무르지 마시고 지금 이 순간 당신이 느끼는 바를 가장 잘 나타내는 숫자에 O표 해주십시오.*

평소 관계를 맺고 있는 사람 중에, 당신보다 지위가 높은 사람을 한명 떠올려보세요(예: 교수님, 학과 선배 등). 그 사람을 A라고 칭하겠습니다.

다음의 상황을 A와의 관계에서 경험하는 것처럼 생생하게 떠올리며 읽으신 후, 다음의 질문에 응답하세요.

**상황 예:**

A가 당신에게서 책을 한 권 빌려갔습니다.

책을 빌려준 지 얼마 지나지 않아 전공 수업에서 촉박한 시간 내에 제출해야 하는 과제가 부여되었고, 당신은 이를 위해 그 책이 다시 필요해졌습니다.

당신이 상황을 설명하며 이틀 안으로 책을 돌려달라고 요청하자, A는 흔쾌히 그러겠다고 약속하였습니다.

그러나 약속된 날 A와 연락이 되지 않아 책을 돌려받지 못했고, 그 책을 다른 곳에서도 구하지 못해 결국 과제를 제대로 마칠 수가 없었습니다.

A는 그 후로도 당신에게 미안하다는 연락조차 주지 않았습니다.

**이차적 분노사고 척도(Secondary Anger-Thought Scale).** 이차적 분노사고를 측정하기 위해 서수균과 권석만(2005a)이 개발한 척도이다. 연구 II의 초점은 분노상황에서 개인의 역기능적인 분노사고에 대한 탐색이며, 이를 위해 기능적인 사고로 분류된 분노통제/건설적 대처 척도를 제외하고 타인비난/보복 사고와 무력감 사고 척도를 사용하였다. 하위척도에서 문항 중 요인부하량이 높은 문항(예: 한 대 패주고 싶다) 각각 2

문항씩 선택하여 Likert형의 5점 척도 상에서 평정하도록 하였다(1. 전혀 그렇지 않다; 2. 그렇지 않다; 3. 보통이다; 4. 그렇다; 5. 매우 그렇다). 본 연구에서의 척도의 내적 일치도는 각각 .89, .92였다.

**한국판 상태-특성 분노표현 척도(State-Trait Anger Expression Inventory-Korean version, STAXI-K).** Spielberger, Krasner와 Solomon(1988)의 상태-특성 분노표현 척도를 전경구, 한덕웅, 이장호가 국판으로 개발한 것을 사용하였다. 연구 I 과 마찬가지로 STAXI-K에서 상태분노와, 특성분노 척도를 제외하였다. 연구 II의 초점은 분노상황에서 개인의 역기능적인 분노표현에 탐색이며, 이를 위해 기능적인 분노표현인 분노통제 척도를 제외하고 분노표출(2문항)과 분노억제(2문항) 문항을 요인부랑에 근거하여 연구의 목적에 맞게 재구성하였고 Likert형의 5점 척도 상에서 평정하도록 하였다(1. 전혀 그렇지 않다; 2. 그렇지 않다; 3. 보통이다; 4. 그렇다; 5. 매우 그렇다). 본 연구에서의 척도의 내적 일치도는 각각 .88, .89 였다.

**Rosenberg 자존감 척도(Self-Esteem Scale: SES).** 자존감척도는 Rosenberg(1965)가 개발한 것으로 연구 I 과 동일한 척도를 사용하였다.

## 절차

연구 II에서는 사회적 맥락에서의 상대의 지위와 개인의 자존감 수준에 따른 역기능적인 이차적 분노사고와 역기능적인 분노표현에 미치는 영향을 살펴보기 위해 기술통계와 상관관계에 대한 분석을 실시하였다. 다음으로 위계적 회귀분석을 통해 변인들의 관계에 대한 가설을 검증하

고, 자존감이 미치는 영향에 대해서 살펴보았다.

## 통계적 분석

본 연구는 SPSS 24.0(IBM Corp., 2016)을 사용하여 분석하였다. 이를 통해 척도의 신뢰도 분석, 기술 통계, 상관 분석, 회귀 분석을 실시하였다. 먼저 연구에서 탐색하고자 하는 변인들 간에 상관을 나타내는지 검증하기 위해 상관분석을 진행하였다. 다음은 상대의 지위에 따른 분노경험, 역기능적인 이차적 분노사고의 두 하위요인인 타인비난/보복 사고, 무력감 사고, 그리고 역기능적인 분노표현의 두 하위요인인 분노표출과 분노억제에 차이가 있는지 검증하기 위해 ANOVA를 실시하였다. 상대의 지위는 자신보다 높은 상황(up-rank), 자신과 동등한 상황(standard rank), 자신보다 낮은 상황(down-rank) 3집단으로 나누었다.



## 결 과

연구 II에서 참여자 221명의 자료에서 측정된 변인들의 평균과 표준편차, 그리고 성별에 따른 차이를 표 6에 제시하였다.

표 6. 연구 II에서 사용된 척도들 간의 평균, 표준 차 및 성차(N=221)

측정치	남(N=117)	여(N=104)	전체(N=221)	t
	평균(표준편차)	평균(표준편차)	평균(표준편차)	
up-rank				
타인비난/ 보복 사고	21.44(4.01)	21.62(4.26)	21.52(4.12)	-.32
무력감 사고	15.62(4.33)	19.20(5.31)	17.31(5.13)	-5.51***
분노표출	13.43(4.13)	12.59(4.12)	13.03(4.14)	1.51
분노억제	19.10(4.08)	19.62(4.84)	19.34(4.46)	-.84
standard-rank				
타인비난/ 보복 사고	22.01(3.93)	22.75(4.36)	22.36(4.15)	-.13
무력감 사고	13.24(4.28)	15.61(5.55)	14.35(5.05)	-3.60***
분노표출	16.15(4.36)	16.37(4.92)	16.87(4.50))	-.37
분노억제	16.74(4.04)	17.01(4.96)	16.25(4.63)	-.46
standard-rank				
타인비난/ 보복 사고	22.01(3.93)	22.75(4.36)	22.36(4.15)	-.13
무력감 사고	13.24(4.28)	15.61(5.55)	14.35(5.05)	-3.60***
분노표출	16.15(4.36)	16.37(4.92)	16.87(4.50))	-.37
분노억제	16.74(4.04)	17.01(4.96)	16.25(4.63)	-.46
RSES	38.61(5.86)	36.16(7.71)	37.46(6.89)	2.67**

주. RSES= Rosenberg Self-Esteem Scale, up-rank = 상대의 지위가 자신보다 높을 때, standard-rank = 상대의 지위가 자신과 동등할 때 down-rank = 상대의 지위가 자신보다 낮을 때

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

표 6에서 보이는 바와 같이, 연구Ⅱ에서 사용된 변인들의 성차를 비교한 결과, 상대의 지위와 상관없이, 모든 조건에서 여성이 남성보다 분노 유발상황에서 무력감 사고를 유의미하게 높게 경험하는 것으로 나타났고, up-rank: 여성( $M=19.20$ ,  $SD=5.31$ ), 남성( $M=15.62$ ,  $SD=4.33$ ); standard-rank: 여성( $M=15.61$ ,  $SD=5.55$ ), 남성( $M=13.24$ ,  $SD=4.28$ ); down-rank: 여성( $M=13.95$ ,  $SD=4.97$ ), 남성( $M=12.47$ ,  $SD=4.19$ ), 그 외의 변인에서는 성차가 나타나지 않았다. 자존감에서도 통계적으로 유의미한 성차를 보였는데( $t=2.67$ ,  $p<.01$ ), 남성( $M=38.61$ ,  $SD=5.86$ )이 여성( $M=36.16$ ,  $SD=7.71$ )보다 유의미하게 높았다.

#### 각 변인들의 상관관계

연구Ⅱ에서 참가자 221명의 자료를 통해 얻은 각 변인들 간의 상관을 표 7에 제시하였다. 표 7에서 보이는 바와 같이, 유발된 분노경험은 역기능적인 이차적 분노사고의 하위 요인 중 타인비난/보복 사고와 유의미한 정적 상관( $r=.58$ ,  $p<.01$ )을 나타냈고, 분노표현 척도의 하위요인 중 분노표출과 유의미한 정적 상관( $r=.28$ ,  $p<.01$ )을, 분노억제와 유의미한 부적 상관( $r=-.20$ ,  $p<.01$ )을 나타냈다. 역기능적인 이차적 분노사고의 두 하위요인은 유의미한 정적 상관( $r=.23$ ,  $p<.01$ )을 나타냈고 역기능적인 분노표현의 두 하위요인은 유의미한 부적 상관을 나타냈다( $r=-.16$ ,  $p<.01$ ). 역기능적인 이차적 분노사고와 역기능적인 분노표현과의 관계에서는 타인비난/보복 사고는 분노표출( $r=.45$ ,  $p<.01$ )과 유의미한 정적 상관을 나타냈고 무력감 사고는 분노표출( $r=.25$ ,  $p<.01$ ), 분노억제( $r=.41$ ,  $p<.01$ )와 모두 유의미한 정적 상관을 나타냈다. 마지막으로, 자존감은 역기능적인 타인비난/보복 사고, 무력감 사고, 분노억제와 모두 유의미한 부적 상관을 나타냈다( $r=-.22$ ,  $p<.01$ ;  $r=-.47$ ,  $p<.01$ ;  $r=-.36$ ,  $p<.01$ ).

표 7. 연구 II에서 사용된 척도들 간의 상관계수( $N=221$ )

척도	1	2	3	4	5
1. 분노경험	-				
2. 타인비난/ 보복 사고	.58**	-			
3. 무력감 사고	.01	.23**	-		
4. 분노표출	.28**	.45**	.25**	-	
5. 분노억제	-.20**	-.05	.41**	-.16**	-
6. RSES	.03	-.22**	-.47**	-.07	-.36**

주. RESE = Rosenberg Self-Esteem Scale

\*\* $p < .01$ .

### 상대의 지위가 각 변인들에 미치는 영향

연구 II에서 사회적 맥락에서의 상대의 지위와 자존감이 역기능적인 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향을 확인하기 위해 지위에 따른 변인들의 상관관계를 표 8-10에 제시하였다.

분노경험과 다른 변인들의 관계에서는 분노경험은 상대의 지위와 상관없이 타인비난/보복 사고와 분노표출과 모두 유의미한 정적 상관을 나타냈고, 상대의 지위가 나와 동등하거나 자신보다 낮은 상황에서만 분노억제와 유의미한 부적 상관( $r = -.20, p < .01$ ;  $r = -.21, p < .01$ )을 나타냈다.

역기능적인 분노사고와 역기능적인 분노표현의 관계에서는, 상대의 지위와 상관없이 타인비난/보복 사고는 분노표출과 유의미한 정적 상관을 나타냈고 무력감 사고는 분노억제와 유의미한 정적 상관을 나타냈다. 한

편, 무력감사고는 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮은 상황에서는 분노표출과 유의미한 정적 상관( $r=.25, p<.01$ ;  $r= .14, p<.01$ )을 나타냈다.

자존감과 다른 변인들의 관계에서는, 상대의 지위와 상관없이 무력감 사고는 분노억제와 부적 상관을 나타냈다. 한편, 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮은 상황에서는 타인비난/보복 사고와 유의미한 부적 상관을 나타냈다( $r=-.20, p<.01$ ;  $r=-.26, p<.01$ ).

표 8. 상대의 지위가 자신보다 높은 상황에서의 변인들 간의 상관( $N=221$ )

척도	1	2	3	4	5
up-rank					
1. 분노경험	-				
2. 타인비난/ 보복 사고	.57**	-			
3. 무력감 사고	.03	.19**	-		
4. 분노표출	.22**	.44**	.09	-	
5. 분노억제	-.10	-.06	.44**	-.23**	-
6. RSES	.09	-.13	-.49*	-.02	-.35*

주. up rank: 상대의 지위가 자신보다 높은 상황, RESE = Rosenberg Self-Esteem Scale,

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

표 9. 상대의 지위가 자신과 동등한 상황에서 변인들 간의 상관(N=221)

척도	1	2	3	4	5
standard-rank					
1. 분노경험	-				
2. 타인비난/ 보복 사고	.52**	-			
3. 무력감 사고	-.00	.17*	-		
4. 분노표출	.39**	.44**	.25**	-	
5. 분노억제	-.20**	-.07	.35**	-.19**	-
6. RSES	.00	-.20**	-.43**	-.07	-.33**

주. standard rank: 상대의 지위가 자신과 동등한 상황, RESE = Rosenberg Self-Esteem Scale

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

표 10. 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황에서 변인들 간의 상관(N=221)

척도	1	2	3	4	5
down-rank					
1. 분노경험	-				
2. 타인비난/ 보복 사고	.49**	-			
3. 무력감 사고	-.09	.15*	-		
4. 분노표출	.29**	.46**	.14*	-	
5. 분노억제	-.21**	-.07	.35**	-.25**	-
6. RSES	-.01	-.26**	-.38**	-.09	-.29**

주. down-rank: 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황, RESE = Rosenberg Self-Esteem Scale

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

## 상대의 지위에 따른 각 변인들 간의 차이

역기능적인 이차적 분노사고, 역기능적 분노표현에 대한 상대의 지위 집단 간 측정치를 분석한 결과 표 11에 제시하였다.

표 11. 상대적 지위에 따른 집단 간 차이

측정치	up rank	standard rank	down rank	F	사후검증
	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)		
분노경험	4.10(.53)	4.16(.53)	4.13(.52)	.80	
역기능적인 이차적 분노사고					
타인비난/보복 사고	3.58(.68)	3.72(.69)	3.54(.74)	4.01*	A=C<B
무력감 사고	2.88(.85)	2.39(.84)	2.19(.77)	41.22***	C<B<A
STAXI					
분노 표출	2.17(.69)	2.71(.77)	2.65(.75)	35.39***	A<B=C
분노 억제	3.22(.74)	2.81(.74)	2.72(.73)	28.41***	B=C<A

주. STAXI= State-Trait Anger Expression Inventory, A = 상대의 지위가 자신보다 높을 때, B = 상대의 지위가 자신과 동등할 때, C = 상대의 지위가 자신보다 낮을 때

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

표 11에서 보이는 바와 같이, 분노상황에서 상대의 지위에 따라 분노경험에서 유의미한 차이는 나타나지 않았다( $F= .80$ ,  $n.s$ ). 타인비난/보복 사고에서의 차이를 살펴보면, 상대의 지위가 자신보다 높거나 낮을 때 유의미한 차이가 없었으나, 이에 비해 상대의 지위가 자신과 동등할 때

타인비난/보복 사고가 가장 많이 나타났다. 무력감 사고는 상대의 지위가 자신보다 높을 때 가장 많이 나타났고, 차례로 자신과 동등할 때, 자신보다 낮을 때의 순서로 유의미한 차이가 나타났다. 분노표출에서는 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮을 때 유의미한 차이가 없었으나 자신보다 높을 때에 비해 분노표출을 많이 보이는 것으로 나타났다. 분노억제에서는 상대의 지위가 자신보다 높을 때 가장 많이 나타났고 자신과 동등하거나 자신보다 낮을 때 유의미한 차이를 나타내지 않았다.

## 논 의

연구 II는 사회적 맥락에서 상호작용하는 대상의 사회적 지위를 달리 하여 분노를 유발하는 스크립트 상황에서 상대의 지위와 개인의 자존감 수준이 역기능적인 이차적 분노사고와 역기능적인 분노표현에 미치는 영향에 대해 탐색하고자 하였다. 이를 위해, 대상의 지위가 다른 9개의 분노유발 스크립트 구성하였고 기존의 이차적 분노사고, 분노표현 척도를 연구자가 본 연구 목적에 맞게 재구성하여 검증하고자 하였다.

상대의 지위는, 자신보다 높은 상황(up-rank), 자신과 동등한 상황(standard-rank), 그리고 자신보다 낮은 상황(down-rank)으로 구분하였다. 우선, 기술통계를 통한 성차를 확인 하였다. 연구결과에 따르면, 상대의 지위와 상관없이 여성은 남성에 비해 무력감 사고를 더 많이 보고하는 것으로 나타났다. 이는 여성이 상대의 지위와 상관없이 분노상황에서 남성에 비해 무기력한 생각을 더 많이 하고 적극적으로 대처하기 어렵다고 생각하는 것으로 나타났다. 자존감 수준에서도 통계적으로 유의미한 차이를 보였는데 본 연구에서는 남성의 자존감 수준이 여성에 비해 더 높은 것으로 나타났다.

상대의 지위에 따른 분노경험, 역기능적인 이차적 분노사고, 역기능적인 분노표현 및 자존감과의 관계를 살펴봤을 때, 분노경험은 상대의 지위와 상관없이 타인비난/보복 사고와 분노표출과 모두 유의미한 정적 상관관계가 나타났다. 즉, 분노유발 스크립트를 읽고 화가 더 많이 났다고 보고한 개인은 분노상황에서 타인을 비난하거나 경멸하는 내용과 관련되어 있는 타인비난/보복 사고를 더 많이 하고, 분노를 더 많이 겉으로 표출하는 것으로 나타났다. 상대의 지위가 자신보다 높은 상황에서는 분노억제와 유의미한 상관을 보이지 않았으나 상대의 지위가 자신과 동등하게



나 자신보다 낮은 상황에서는 이러한 분노경험이 분노억제와 유의미한 부적 상관의 나타났다. 이는 분노유발 스크립트를 읽고 분노를 더 많이 보고한 개인은 상대의 지위가 자신보다 높은 상황과는 달리 분노상황에서 분노를 덜 억제하는 것으로 나타났다. 즉, 개인은 상대의 지위가 자신과 동등하거나 낮은 상황에서는 분노를 경험을 많이 하여도 이를 자신의 탓으로 돌리거나 억제할 필요성을 덜 느끼며 타인을 비난하거나 경멸하는 내용을 반영하는 사고나 분노를 밖으로 드러내는 것과 상관을 보였다.

상대의 지위에 따른 역기능적인 분노사고와 분노표현의 관계에서는 상대의 지위와 상관없이 타인비난/보복 사고를 많이 할수록 분노표출을 많이 하는 것으로 나타났고, 무력감 사고를 많이 할수록 분노억제도 많이 하는 것으로 나타났다. 한편, 무력감 사고는 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮은 상황에서는 분노표출과도 유의미한 정적 상관을 나타냈다. 즉, 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮은 분노상황에서 무력감과 관련된 사고를 많이 할수록 분노를 억압하기도 하지만, 반대로 분노를 더 쉽게 겉으로 드러내기도 한다. 이는 상대의 지위가 자신보다 높을 때 분노를 더 많이 표출하고, 상대의 지위가 자신보다 낮을 때 분노를 억제하였다고 보고한, Allan과 Gilbert(2002)의 연구와 일치되지 않는 결과이다. 다만, Allan과 Gilbert(2002)가 제안한바와 같이 개인은 상대의 지위에 따라 자신의 분노표현 방식을 조절함을 알 수 있다. 또한, 개인은 상대의 지위가 자신보다 높을 때보다 자신보다 낮거나 동등한 대상이 분노를 유발 했을 때 정서가 더 불안정할 수 있음을 생각해 볼 수 있다.

상대의 지위에 따른 집단 간 차이를 살펴봤을 때, 타인비난/보복 사고는 상대의 지위가 자신과 동등할 때 가장 많이 나타났고, 분노표출은 상

대의 지위가 자신과 동등하거나, 자신보다 낮을 때 가장 많이 나타났다. 이는 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황에서 타인비난/보복 사고와 분노 표출을 더 많이 보일 것이라는 연구 II의 1-1을 지지하지 못하는 결과이다. 반면, 무력감 사고와 분노억제는 상대의 지위가 자신보다 높을 때 가장 많이 나타나 연구 II의 가설 1-2를 지지하는 결과를 나타냈다. 특히 상대의 지위가 자신과 동등한 상황에서 분노가 유발될 때, 타인비난/보복 사고를 가장 많이 하는 것으로 나타나, 이는 친구나, 동료와 같이 개인이 자신과 지위가 비슷한 하다고 느끼는 대상이 분노를 유발했을 때 비난하거나 경멸하는 사고를 더 많이 한다는 것으로 나타나 추후 차별적인 치료적 개입을 시도해볼 수 있다.

자존감과 연구 II에서 사용된 다른 변인들의 관계에서 상대의 지위와 상관없이 자존감이 낮을수록 무력감 사고를 더 많이 보이고 분노를 더 많이 억제하는 것으로 나타났다. 이는 자존감이 낮을수록 공격행동을 더 많이 유발한다는 기존의 연구와 일치하지 않는 결과이다(Anderson, 1994; Jankowski, 1991; Lochman & Lampron 1986; Long, 1990). 한편, 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮은 상황에서는 자존감이 낮을수록 타인비난/보복 사고도 많이 보이는 것으로 나타났지만 분노 표출과는 유의미한 상관이 나타나지 않았다. 즉, 자존감이 낮은 개인은 역기능적인 분노사고를 많이 하며 분노를 드러내기보다 분노를 참거나 부정적인 방식으로 억제하는 것으로 나타났다. 이는 상대의 지위가 자신보다 높은 상황에서 자존감이 낮을수록 무력감 사고와 분노억제를 더 많이 보인다는 연구 II의 가설 2-2을 지지하지 못하는 결과이다. 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황에서 자존감이 낮을수록 타인비난/보복 사고를 더 많이 보였지만 분노표출과는 유의한 상관을 보이지 않아 연구 II의 가설 2-1에서 분노표출을 더 많이 보일 것이라는 가설을 지지하지

못하는 것으로 나타났다.

본 연구에서는 상대의 지위에 따라 개인의 역기능적인 이차적 분노사고와 역기능적인 분노표현에서도 변화를 보이는 것으로 나타났다. 본 연구에서는 역기능적인 분노사고와 분노표현만 살펴보았는데 추후 연구에서는 이를 기능적으로 조절하는데 영향을 미치는 심리적, 인지적 요인을 함께 탐색하여 분노가 적응적으로 표현되는 것에 영향을 미치는 요인이 무엇인지 탐색할 필요가 있다. 또한, 이 같은 결과가 일상생활에서 실제 분노표현 행동과 연결되는지 추가적인 연구가 필요할 것으로 보인다.

## 종합 논의

본 연구에서는 분노표현 과정에 영향을 미치는 심리적, 인지적 요인들의 특성과 그들의 관계에 대해서 탐색하였다. 분노는 일상에서 흔히 경험하는 부정적인 정서로서 위협으로부터 자신을 방어하는 적응적 기능도 하지만 지속적으로 높은 강도로 경험할 때 부적응으로 이어지며 신체적, 심리적, 사회적으로 부정적인 영향을 일으킨다(김일중, 권석만, 2017; Carter & Frank, 1995; Crockenberg, 1981; Navaco, 2016; Scherer, Wranik, Sangsue, Tran, & Scherer, 2004).

분노와 같이 개인이 일상생활에서 흔히 경험하는 부정정서는 사회적 상호작용에 의해 영향을 받기도 하고 개인의 행동에 영향을 미치기도 한다는 사실에 주목하였다. 동일한 분노상황에 직면하더라도 분노경험의 유무나 그 강도는 개인에 따라 차이가 있으며 동일한 상황에서도 분노를 유발하는 대상에 따라 대처방식이나 표현방식에 차이가 있을 수 있다.

연구 I에서는 서수균, 권석만(2005a)이 제안한 역기능적인 분노에 대한 “이중인지매개모델”에 기반하여 역기능적인 분노가 유발되는 경로와 유발된 분노가 증폭되는 경로에 모두 관여하는 이차적 분노사고, 그리고 개인의 분노표현 방식을 중심으로 이에 영향을 미치는 심리적 요인인 지각된 상대적 지위와 자존감에 대해 탐색하고 그 영향을 확인하였다. 이는 분노표현 양상을 이해함에 있어 심리적 요인인 지각된 상대적 지위와 자존감, 인지적 요인인 자동적 사고의 중요성을 강조하기 위함에 있다. 이를 통해 임상장면에서 분노로 인해 초래되는 대인관계 문제나 부적응 문제를 보이는 내담자를 이해하고 치료할 때 심리적 특성뿐만 아니라 자동적 사고와 같은 인지적 특성도 함께 고려하여 탐색과 수정이 필요하다

는 것을 강조하고자 하였다.

연구 I에서는 일상생활에서 일반적으로 지각한 상대적 지위에 초점을 두었다면 연구 II에서는 사회적 상호작용 과정이 개인의 대처방식에도 영향을 미칠 수 있다는 사실에 주목하였다. 따라서 사회적 맥락의 요구를 반영하여 분노유발 스크립트를 구성하여 상대의 지위에 따른 이차적 분노사고와 분노표현의 관계, 그리고 개인의 자존감 수준이 이에 어떤 영향을 미치는지 탐색하였다. 분노표현은 역기능적으로 표현될 때 부적응으로 이어지며 대인관계, 신체건강 및 심리사회적으로 악영향을 미치게 된다. 따라서 연구 II에서는 역기능적인 분노표현에 초점을 맞추고 역기능적인 이차적 분노사고와 함께 자존감과 사회적 맥락에서의 상대적 지위의 관계를 탐색하고자 하였다. 사회적 맥락에서 상대의 지위는 상대의 지위가 자신보다 높은 상황(up-rank), 상대의 지위가 자신과 동등한 상황(standard-rank), 상대의 지위가 자신보다 낮은 상황(down-rank)으로 구분하여 분석을 진행하였다. 이는 분노표현 양상을 이해함에 있어 사회적 맥락의 중요성을 강조하기 위함이다. 이와 함께 역기능적인 분노표현에 영향을 미치는 역기능적인 이차적 분노사고를 함께 고려하여 상대의 지위와 자존감 수준에 다른 차이를 확인하였다. 또한, 현재 사회적 이슈로 떠오른 “갑질” 행동문제를 이해함에 있어 자동적 사고와 같은 인지적 특성과 자존감과 같은 심리적 특성에 대한 탐색이 중요하다는 것을 강조하고자 하였다.

본 연구의 연구결과를 요약하면 다음과 같다. 연구 I은 지각된 상대적 지위와 자존감이 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향에 대해서 살펴보았다. 지각된 상대적 지위와 이차적 분노사고, 분노표현과의 관계를 살펴보면, 지각된 상대적 지위를 높게 낮게 지각할수록 무력감 사고와 분노억제를 더 많이 보이고 기능적인 분노표현인 분노통제를 더 적

게 하는 것으로 나타났다. 이는 성별을 통제한 뒤에도 일관된 결과로 나타났다. 이어 지각된 상대적 지위와 자존감이 상호작용하여 이차적 분노 사고와 분노표현에 영향을 미치는 지 확인하였으며 지각된 상대적 지위와 자존감의 상호작용항은 무력감은 유의미하게 예측하지 못하였으나 분노억제를 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다.

지각된 상대적 지위와 관련된 선행연구들에서는 상대적 지위를 높게 지각할수록 분노표출과 유의미한 상관을 보였다(Scott, 1990). 하지만 본 연구에서는 Scott(1990)의 선행연구에서와 달리 분노표출과 유의미한 상관을 보이지 않았고, 본 연구에서의 가설과 달리 타인비난/보복 사고에서도 유의미한 상관을 보이지 않았다. Allen과 Gilbert(2002)의 선행연구에서는 특성분노와 같은 개인적 특성을 함께 고려하였는데 본 연구에서는 분노표현 과정에 영향을 미칠 수 있는 개인적 특성에 대해 고려하지 않았으므로 추후 연구에서는 특성분노와 같이 개인이 분노상황에서 보다 예민하게 반응 할 수 있는 성격적 특성을 함께 고려한 다면 추가적인 설명을 가질 수 있을 것으로 여겨진다.

연구 II에서는 분노유발 스크립트를 구성하여 사회적 맥락에서 상대적 지위와 자존감이 역기능적인 이차적 분노사고와 분노표현에 미치는 영향에 대해 검증하고자 하였다.

사회적 맥락에서 상대의 지위에 따른 분노경험, 역기능적인 이차적 분노사고, 역기능적인 분노표현 및 자존감과의 관계를 살펴보면, 분노경험은 상대의 지위와 상관없이 타인비난/보복 사고와 분노표출과 모두 유의미한 정적 상관이 나타나 분노스크립트를 읽고 분노를 더 많이 보고한 개인은 분노상황에서 타인을 비난하거나 경멸하는 내용과 관련되어 있는 타인비난/보복 사고를 더 많이 하고, 분노를 더 많이 표출하는 것으로 나타났다. 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮은 상황에서는

이러한 분노경험이 분노억제와 유의미한 부적 상관성이 나타났는데 분노경험을 더 많이 했다고 보고한 개인은 상대의 지위가 자신보다 높은 상황과는 달리 분노상황에서 이를 덜 억제하는 것으로 나타났다. 즉, 개인은 자신과 상대의 지위가 동등하거나 낮은 상황에서는 분노를 많이 보고한 개인일수록 이를 자신의 탓으로 돌리거나 이를 억제할 필요성을 덜 느끼게 되며 개인은 더 쉽게 분노를 밖으로 드러내게 될 수 있다.

상대의 지위에 따른 역기능적인 분노사고와 분노표현의 관계에서는 상대의 지위와 상관없이 타인비난/보복 사고를 많이 할수록 분노표출을 많이 하는 것으로 나타났고, 무력감 사고를 많이 할수록 분노억제도 많이 하는 것으로 나타났다. 한편, 무력감 사고는 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮은 상황에서는 분노표출과도 유의미한 정적 상관을 나타냈다. 즉, 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮은 분노상황에서 무력감과 관련된 사고를 많이 할수록 분노를 억제하기도 하지만 분노를 밖으로 드러내기도 한다. 따라서 개인은 상대의 지위가 자신보다 높은 상황에서는 자신의 탓으로 돌리거나 분노를 더 많이 억압하는 것으로 나타났지만 상대의 지위가 자신과 동등하거나 낮은 상황에서는 분노를 억제하기도 하지만 반대로 이를 쉽게 드러내기 때문에 더 불안정한 정서 상태와 양가적인 감정을 보고할 수 있다. 상대적 지위에 따른 집단간의 차이를 봤을 때, 타인 비난/보복 사고는 지위가 자신과 동등할 때 가장 많이 나타났고, 분노표출은 상대의 지위가 자신과 동등하거나, 자신보다 낮을 때 가장 많이 나타났다. 무력감 사고와 분노억제는 상대의 지위가 자신보다 높을 때 가장 많이 나타나 상대의 지위가 자신보다 높을 때 쉽게 자신의 탓으로 돌려 무력감을 보이거나 분노를 억제하는 것을 알 수 있다. 이는 Allan과 Gilbert(2002)의 연구에서 상대의 지위가 자신보다 높은 상황에서는 분노억제를 더 많이 보이고, 상대의 지위가 자신

보다 낮은 상황에서는 분노표출을 더 많이 보인다는 연구결과와 일치하는 결과이다. 본 연구에서는 상대의 지위가 자신과 동등한 상황을 추가하여 탐색하였고, 다른 집단에 비해 분노표출을 더 많이 보였을 뿐만 아니라 타인비난/보복 사고를 가장 많이 하는 것으로 나타나 상대의 지위가 동등한 상황에서 유발된 분노가 타인비난/보복 사고와 분노표출에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 상대의 지위에 따른 분노표현 양상을 연구함에 있어 상하 수직적인 관계에만 초점을 두었다면 추후 연구에서는 동등한 지위의 개인도 함께 고려하여 탐색해야 함을 알 수 있다.

연구 II에서 사용된 다른 변인들과 자존감의 관계에서는 자존감이 낮을수록 타인비난/보복 사고와 무력감 사고를 더 많이 보이고 분노를 더 많이 억제하는 것으로 나타났지만 분노표출과는 유의미한 상관을 보이지 않았다. 낮은 자존감은 역기능적인 분노사고와는 모두 유의미한 상관을 보였는데 분노표출과는 유의미한 상관을 보이지 않았다. 상대의 지위의 세 조건에서 자존감이 역기능적인 이차적 분노사고와 분노표현관의 관계를 살펴보면, 낮은 자존감은 상대적 지위와 상관없이 무력감 사고와 분노억제를 더 많이 하는 것으로 나타났다. 상대의 지위가 자신과 동등하거나 자신보다 낮은 상황에서는 자존감이 낮을수록 타인비난/보복 사고도 많이 보이는 것으로 나타났지만 분노표출과는 세 조건 모두 유의미한 상관이 나타나지 않았다. 이는 자존감이 낮을수록 개인은 역기능적인 분노사고를 많이 하며 분노를 드러내기보다 분노를 참거나 부정적인 방식으로 억제하는 것으로 나타났다. 이는 낮은 자존감과 같은 부정적인 자기인식은 하나의 방어로서 분노를 유발하지만 분노를 경험한다고 하여 이를 모두 직접적인 표출로 드러내지 않는다는 선행연구를 지지하는 결과이다(전경구, 1999; Averill, 1983; Ornstein, 1999).



이상의 연구를 토대로 본 연구의 의의와 시사점을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 최근 사회적 이슈로 떠오른 ‘갑질’ 문제와 같이 개인이 사회적 관계에서 지각된 상대적 지위와 이에 따른 분노표현에 차이가 있는지 심리적, 인지적 관점에서 탐색하였다. 사회적으로 분노의 부적응적인 표현이 문제가 되고 있지만 연구는 상대적으로 덜 진행되어 오고 있는데 본 연구에서는 분노표현에 영향을 미치는 인지적 요인과 심리적 요인에 모두 주목하고 이를 구체적으로 탐색하여 그 영향을 밝혀냄으로써 추후 연구에 기초가 될 것으로 여겨진다.

둘째, 기존의 연구들은 분노를 다룸에 있어 다양한 사회적 대상과 상호작용하는 사회적 맥락의 요구를 반영하지 못한 점이 아쉬웠다. 분노와 같은 부정정서를 조절함에 있어 사회적 맥락의 중요성은 최근 많은 연구들에 의해 강조되고 있다(English, Lee, John, & Gross, 2017; Faupel, Herrick, & Sharp, 2017). 특히, 상대적 지위가 분노표현에 영향을 미치는 요인임이 밝혀졌으나 이를 연구함에 있어 대부분의 경우 일상생활에서 일반적으로 지각된 지위를 측정하였기 때문에 사회적 맥락의 요구를 반영하기 어려웠다. 이에 본 연구에서는 사회적 관계를 맺는 대상의 지위를 달리하여 개인의 분노경험, 인지적 사고와 분노표현과의 관계를 탐색함으로써 개인이 분노상황에서 분노표현 양상뿐만 아니라 인지적 사고에서도 차이를 보인다는 점을 밝힘으로써 추후 역기능적인 분노사고와 역기능적인 분노표현을 보이는 개인을 위한 인지적 개입의 가능성을 제공하였다는 점에서 의의를 가진다.

마지막으로, 본 연구에서는 자존감이 상대적 지위와, 이차적 분노사고, 분노표현에 미치는 영향을 확인하였다. 공통적으로 자존감은 무력감과 분노억제에 관여하는 것으로 나타났으나 타인비난사고와, 분노표출에는 일관되게 나타나지 않았다. 이러한 결과는 자존감이 부적응적인 인지사

고와 분노표현에 영향을 미치는 요인임은 가정할 수 있으나 분노표출에 미치는 영향은 미미하거나 없을 수 있다. 이는 분노경험하고 표현하기까지는 심리적, 인지적 특성뿐만 아니라 개인의 성격적 특성도 관여될 수 있는데 추후 연구에서는 이를 함께 고려하는 연구가 필요할 것으로 보여 진다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제안점은 다음과 같다. 첫째, 연구 참여자들은 대부분 교육수준이 높은 비임상군 대학생으로 구성이 되어있어 전체 성인집단에 일반화하기에 어려움이 있을 수 있다. 특히 연령에 따라서 지각되는 상대적 지위나 분노표현 양상이 달라질 수 있을 것으로 예상되는 바, 추후 연구에서는 다양한 교육수준과, 연령대의 일반인 및 임상군 집단을 대상을 반복 검증할 필요성이 제시된다.

둘째, 본 연구에서는 모든 변인을 자기보고식 질문지로 측정하였는데 이는 연구 참여자들의 반응왜곡의 가능성을 배제하기 어렵다. 분노표현, 특히 역기능적인 분노표현을 자기보고식으로 측정할 경우 사회적 바람직성으로 인해 사회적 승인을 높이는 방식으로 반응할 가능성이 있다. 따라서 후속 연구에서는 이를 보완하여 면담과 실험 등 다양한 측정방법을 사용하여 결과의 타당성을 높일 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 대인관계를 수직적인 상하관계, 즉 자신보다 높은 지위, 자신과 동등한 지위, 자신보다 낮은 지위에서만 연구 변인들과의 관계를 고려하였다. 하지만 또 다른 연구들에서는 사람들이 직면하게 되는 사회적 관계는 힘과 지위뿐만 아니라 친밀감의 측면에서도 고려할 것을 제안하였다(Overall, Hammond, McNulty, & Finkel, 2016). 연인인 남녀를 대상으로 실험실 상황에서 남성의 공격행동을 탐색한 결과, 남성이 친밀한 관계에서의 지위(relationship power)가 공격행동이나 의사소통과 같은 대인관계 행동에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서

추후 연구에서는 사회적 맥락에서 상호작용하는 대상을 설정함에 있어서, 상하 수직축에 따른 지위 비교뿐만 아니라, 수평축에서 관계적 친밀감에 따른 비교를 통해 분노상황에서 인지적 사고 내용과 분노표현 행동이 달라지는 지를 살펴볼 필요성이 제시된다.

넷째, 본 연구에서는 역기능적인 분노표현에 대해서 살펴보았는데, 이러한 분노표현의 사회적 적절성과 실제 심리적 부적응에 영향을 미치는지에 대해 추가 탐색되어야 한다. 기존에 분노표현 양상을 분노표출, 분노억제, 분노통제로 구분하는 것은 지나치게 단순하다는 비판이 이어져왔다. 분노억제에 대한 문항을 구체적으로 살펴보면, “나는 말을 하지 않는다.”, “나는 사람들을 피한다.” 등 문항은 상황이나 개인에 따라 적절성이 달라질 수 있으며 반드시 부적응으로 이어지지 않을 수 있다. 또한, 이차적 분노사고 척도는 개인의 특성보다는 상태에 가까운 측정도구이며 분노 상황에서 스쳐지나가는 생각을 반영한다. 따라서 역기능적인 이차적 분노사고를 많이 한다고 해서 개인이 반드시 심리적 부적응을 겪는다고 확언할 수 없다. 따라서 추후 연구에서는 이를 보완하여 사회적 맥락에서 역기능적인 표현과 역기능적인 사고로 인한 심리, 사회적 결과와 적절성과, 강도를 세분화하여 구체적으로 살펴보는 연구가 필요하다. 또한 이러한 역기능적인 사고의 기저에 있는 개인의 핵심신념인지 무엇인지 살펴봄으로써 추가적인 임상적 의의를 지닐 수 있다.

이와 같은 한계에도 불구하고 본 연구는 개인이 일상생활에서 일반적으로 지각하는 상대적 지위와 사회적으로 상호작용하는 과정에서 사회적 맥락에서의 상대적 지위를 구분하여 탐색하였다는 점에서 중요한 의의를 지닌다. 또한 사회적 비교과정과 분노표현에 영향을 미치는 인지적 사고와, 자존감과 같은 심리적 특성을 함께 고려하였다는 점에서 의의를 지닌다. 본 연구에서는 분노상황에서 상대적 지위가 분노표현에 미치는 영

향을 확인하였을 뿐만 아니라 상대의 지위에 따른 인지적 사고의 변화를 확인하여 개인의 분노표현에 있어서의 사회적 맥락을 고려해야함을 강조하였다. 더불어 이 같은 결과는 인지적 개입에서의 치료적 시사점을 제공할 수 있다는 점에서 의의가 있다.

## 참 고 문 헌

- 고영건, 안창일 (2003). 분노-억압 집단의 방어적 투사. 한국심리학회지: 임상, 22(3), 641-600.
- 권석만 (1996). 임상심리학에서의 비교문화적 연구: 정신병리에 나타난 한국문화와 한국인의 특성. 한국심리학회 창립 50주년 동계연구세미나, 105-133.
- 권정혜 (1993). 인지행동치료의 실제. 1993년도 한국심리학회 동계연수회 자료집.
- 김교헌 (2000). 분노억제와 고혈압. 한국심리학회지: 건강, 5, 181-192.
- 김교헌, 전검구 (1997). 분노, 적대감 및 스트레스가 신체건강에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 2, 79-95.
- 김일중, 권석만 (2017). 이차적 분노사고와 대인관계 문제 및 신체화 증상과의 관계에서 분노표현 양상의 매개효과. 한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제, 3(1), 1-22.
- 서수균 (2004). 분노와 관련된 인지적 요인과 그 치료적 함의. 서울대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 서수균, 권석만 (2005a). 분노사고 척도 개발과 타당화 연구: 일차적 분노사고와 이차적 분노사고. 한국심리학회지: 임상, 24(1), 187-206.
- 서수균, 권석만 (2005b). 비합리적 신념, 자동적 사고 및 분노의 관계. 한국심리학회지: 임상, 24(2), 327-339.
- 서수균 (2007). 자존감과 자기에 수준에 따른 분노사고, 신념, 분노표현의 차이. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(3), 719-734.

- 이승재 (역) (1996). 분노. Cater, L., & Frank, M의 The anger workbook. 서울: 은혜출판사.
- 이훈진, 원호택 (1995). 편집증적 경향, 자기개념, 자의식간의 관계에 대한 탐색적 연구. 한국심리학회 '95 연차대회 학술발표논문집', 277-290.
- 전경구, 한덕웅, 이장호 (1988). 한국판 상태-특성 분노표현 척도 (STAXI-K): 대학생 집단. 한국심리학회지: 건강, 3(1), 18-22
- Allan, S., & Gilbert, P. (1995). A social comparison scale: Psychometric properties and relationship to psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 19(3), 293-299.
- Allan, S., & Gilbert, P. (2002). Anger and anger expression in relation to perceptions of social rank, entrapment and depressive symptoms. *Personality and Individual Differences*, 32(3), 551-565.
- Anderson, E. (1994). The code of the streets. *Atlantic Monthly*, 273(5), 81-94.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1993). Effects of social comparison direction, threat, and self-esteem on affect, self-evaluation, and expected success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(5), 708.
- Atherton, S., Antley, A., Evans, N., Cernis, E., Lister, R., Dunn, G., & Freeman, D. (2016). Self-confidence and paranoia: an experimental study using an immersive virtual reality social situation. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 44(1), 56-64.

- Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression: implications for theories of emotion. *American Psychologist*, *38*(11), 1145-1160..
- Baron, R. (1977). *Human aggression*. New York: Plenum Press.
- Baron, K. G., Smith, T. W., Butner, J., Nealey-Moore, J., Hawkins, M. W., & Uchino, B. N. (2007). Hostility, anger, and marital adjustment: Concurrent and prospective associations with psychosocial vulnerability. *Journal of Behavioral Medicine*, *30*(1), 1-10.
- Baumeister, R. F., Tice, D. M., & Hutton, D. G. (1989). Self presentational motivations and personality differences in self esteem. *Journal of Personality*, *57*(3), 547-579.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorder*. New York: International University Press.
- Beck, A. T. (2000). *Prisoners of hate: The cognitive basis of anger, hostility and violence*. New York: Perennial.
- Beck, J. (1995). *Cognitive therapy: Basic and beyond*. New York: The Guilford Press
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*. Mcgraw-Hill Book Company.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, *63*, 452-459.
- Cautin, R. L., Overholser, J. C., & Goetz, P. (2001). Assessment of mode of anger expression in adolescent psychiatric inpatients. *Adolescence*, *36*(141), 163-170

- Crockenberg, S. B. (1981). Infant irritability, mother responsiveness, and social support influences on the security of infant-mother attachment. *Child Development, 52*, 857-865.
- Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., & Lynch, R. S. (1994). Development of a driving anger scale. *Psychological Reports, 74*(1), 83-91.
- Deffenbacher, J. L., & McKay, M. (2000). *Overcoming situations and general anger*. Oakland, CA: New Harbinger.
- DiGiuseppe, R., Tafrate, R., & Eckhardt, C. (1994). Critical issues in the treatment of anger. *Cognitive and Behavioral Practice, 1*, 111-132.
- DiGiuseppe, R. (1999). End piece: Reflections on the treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology, 55*(3), 365-379.
- Ehrlich, H. J. (1973). *The Social Psychology of Prejudice*. New York: Wiley.
- Ekman, P., Levenson, R. W., & Friesen, W. V. (1983). Autonomic nervous system activity distinguishes among emotions. *Science, 221*, 1208-1210.
- English, T., Lee, I. A., John, O. P., & Gross, J. J. (2016). Emotion regulation strategy selection in daily life: The role of social context and goals. *Motivation and Emotion*.
- Faupel, A., Herrick, E., & Sharp, P. M. (2017). *Anger Management: A Practical Guide for Teachers*. Routledge.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes.



- Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Forgas, J. P., & Smith, C. A. (2003). Affect and emotion. In M. A. Hogg & J. Cooper (Eds.), *The Sage Handbook of Social Psychology* (pp. 161-189). London: Sage.
- Frijda, N. H. (2000). The psychologists' point of view. *Handbook of Emotions*, 2, 59-74.
- Gilbert, P. and Miles, J. (2000). Sensitivity to social put-down: its relationship to perceptions of social rank, shame, social anxiety, depression, anger and self-other blame. *Personality and Individual Differences*, 29, 757 - 774.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and Adaptation*. Oxford University Press on Demand.
- Leibsohn, M. T., Oetting, E. R., & Deffenbacher, J. L. (1994). Effects of trait anger on alcohol consumption and consequences. *Journal of Child and Adolescent Substance Abuse*, 3(3), 17-32.
- Lochman, J. E., & Lampron, L. B. (1986). Situational social problem-solving skills and self-esteem of aggressive and nonaggressive boys. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 14(4), 605-617.
- Long, D. E. (1990). *The anatomy of terrorism*(p. 5). New York:

Free Press.

- Martin, R., Watson, D., & Wan, C. K. (2000). A three factor model of trait anger: Dimensions of affect, behavior, and cognition. *Journal of Personality, 68*(5), 869–897.
- Mayne, T. J., & Ambrose, T. K. (1999). Research review on anger in psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology, 55*(3), 353–363.
- Novaco, R. W. (2016). Anger. In *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior* (pp. 285–292).
- Ornstein, P. H. (1999). Conceptualization and treatment of rage in self psychology. *Journal of Clinical of Psychology. 55*(3), 283–293.
- Overall, N. C., Hammond, M. D., McNulty, J. K., & Finkel, E. J. (2016). When power shapes interpersonal behavior: Low relationship power predicts men's aggressive responses to low situational power. *Journal of Personality and Social Psychology, 111*(2), 195–217.
- Park, J., Kitayama, S., Markus, H. R., Coe, C. L., Miyamoto, Y., Karasawa, M., ... & Ryff, C. D. (2013). Social status and anger expression: The cultural moderation hypothesis. *Emotion, 13*(6), 1122–1131.
- Plutchik, R. (1980). *Emotion. A psychoevolutionary synthesis*, New York: Harper and Row.
- Ray, J. C., & Sapolsky, R. M. (1992). Styles of male social behavior and their endocrine correlates among high ranking

- wild baboons. *American Journal of Primatology*, 28(4), 231-250.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and Commitment Therapy. Measures package*, 61.
- Russell, J. A. (1980). A circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 1161-1178.
- Sanchez-Jankowski, M. (1991). *Islands in the street: Gangs and American urban society*. University of California Press.
- Sapolsky, R. M. (1989). Hypercortisolism among socially subordinate wild baboons originates at the CNS level. *Archives of General Psychiatry*, 46, 1047-1051.
- Sapolsky, R. M. (1990). Adrenocortical function, social rank, and personality among wild baboons. *Biological Psychiatry*, 28, 862-878.
- Scherer, K. R., Wranik, T., Sangsue, J., Tran, V., & Scherer, U. (2004). Emotions in everyday life: Probability of occurrence, risk factors, appraisal and reaction patterns. *Social Science Information*, 43(4), 499-570.
- Scott, J. P. (1985). *Aggression*. University of Chicago Press.
- Scott, A. (1990). *Ideology and the new social movements*. London: Granada
- Smith, T. W., Glazer, K., Ruiz, J. M., & Gallo, L. C. (2004). Hostility, anger, aggressiveness, and coronary heart disease: An interpersonal perspective on personality, emotion, and

- health. *Journal of Personality*, 72(6), 1217–1270.
- Spielberger, C. D., Jacobs, G., Russell, S., and Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The State–Trait Anger Scale. In J. N. Butcher , and C. D. Spielberger (Eds.), *Advances in Personality Assessment (pp.161–190)*. Hillsdale, NJ: Erlbaum,
- Spielberger, C. D., Johnson, E. H., Russell, S., Crane, R. S., Jacobs, G. A., & Worden, T. J (1985). The experience and expression of anger: Construction and validation of an anger expression scale. In M.A. Chesney & R.H Rosenman (Eds.), *Anger and hostility in cardiovascular and behavioral disorders(pp.5–30)*. New York: Hemisphere.
- Spielberger, C. D., Krasner, S. S., & Solomon, E. P. (1988). The experience, expression, and control of anger. *Health Psychology: In Individual and stress (pp. 89–108)*. New York,: Springer Verlag.
- Suls, J. E., & Wills, T. A. E. (1991). *Social Comparison: Contemporary Theory and Tesearch*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Sasaki, K., Hannam, A. G., & Wood, W. W. (1989). Relationships between the size, position, and angulation of human jaw muscles and unilateral first molar bite force. *Journal of Dental Research*, 68(3), 499–503.
- Zaitsoff, S. L., Geller, J., & Srikameswaran, S. (2002). Silencing the self and suppressed anger: Relationship to eating

disorder symptoms in adolescent females. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, *10*(1), 51-60.

Zhang, D., Liu, Y., Wang, L., Ai, H., & Luo, Y. (2017). Mechanisms for attentional modulation by threatening emotions of fear, anger, and disgust. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*, *17*(1), 198-210.

## 부 록

부록 1. 사회적 비교척도(SCS) .....	71
부록 2. 이차적 분노사고 척도 .....	72
부록 3. 분노표현 척도(STAXI-K: AXI) .....	74
부록 4. Rosenberg 자존감 척도 .....	76
부록 5. 분노 스크립트 .....	77
부록 6. 연구 II 측정 질문지 .....	81

## 부록 1. 사회적 비교 척도 (Social Comparison Scale)

당신이 보기에, 평소 자신과 관계를 맺고있는 다른 사람들과 비교해서 자기 자신을 가장 잘 묘사한다고 생각되는 숫자에 O표 해주십시오.

키가 작은      1   2   3   4   5   6   7   8   9   10      키가 큰

만약 당신이 3번에 동그라미를 쳤다면 당신은 다른 사람들과 비교해 자신을 키가 작은 것으로 보고 있는 것입니다; 만약 당신이 5에 동그라미를 쳤다면 키가 평균이라고 생각한 것이며; 만약 7에 동그라미를 쳤다면 키가 더 크다고 보는 것을 의미합니다.

위의 내용을 이해하셨다면, 아래 문항을 이어서 진행해 주시기 바랍니다. 다른 사람과의 관계에서 자기 자신을 어떻게 보는지에 따라 각 문항의 해당되는 숫자에 O표해 주십시오.

<i>다른 사람들과의 관계에서, 나는.....것처럼 느낀다:</i>										
열등한	1	2	4	5	6	7	8	9	10	우월한
무능한	1	2	4	5	6	7	8	9	10	유능한
호감이 가지 않은	1	2	4	5	6	7	8	9	10	호감가는
무시 받는	1	2	4	5	6	7	8	9	10	수용 받는
다른	1	2	4	5	6	7	8	9	10	같은
재능 없는	1	2	4	5	6	7	8	9	10	재능 있는
약한	1	2	4	5	6	7	8	9	10	강한
자신감 없는	1	2	4	5	6	7	8	9	10	자신감 있는
바람직하지 않은	1	2	4	5	6	7	8	9	10	바람직한
매력적이지 않은	1	2	4	5	6	7	8	9	10	매력적인
외부사람										내부사람
(아웃사이더)	1	2	4	5	6	7	8	9	10	(인사이더)

## 부록 2. 이차적 분노사고 척도 (Secondary Anger Thought Scale)

다음은 화가 나는 상황에서 자연스럽게 떠오르는 여러 가지 생각들을 열거한 것입니다. 각 문장을 읽고 최근 몇 주 동안 화가 났던 상황에서 얼마나 자주 이러한 생각들이 머릿속에 떠올랐는지를 표시해주시기 바랍니다. 각 문장을 읽고 아래와 같이 그 빈도에 따라 적당한 숫자에 O표 해주십시오.

전혀	가끔	종종	자주	항상
이런 생각을 하지 않는다	이런 생각을 한다	이런 생각을 한다	이런 생각을 한다	이런 생각을 한다
1... ..	2 ... ..	3 ... ..	4 ... ..	5

		전 혀	가 끔	종 종	자 주	항 상
1.	자신의 잘못을 시인할 때까지 모든 방법을 동원해서 괴롭히고 싶다.	1	2	3	4	5
2.	한 대 패주고 싶다.	1	2	3	4	5
3.	잘못을 하고도 사과도 안 하다니. 너무 기가 막힌다.	1	2	3	4	5
4.	내가 뭘 안 해줬나?	1	2	3	4	5
5.	그 사람도 기분 나쁘게 해주고 싶다.	1	2	3	4	5
6.	나쁜 놈!	1	2	3	4	5
7.	이 세상에 나 밖에 없구나.	1	2	3	4	5
8.	따지고 싶다.	1	2	3	4	5
9.	살기 싫다.	1	2	3	4	5
10.	이 사람 버릇을 단단히 고쳐주자.	1	2	3	4	5
11.	내가 어떻게 해야 하나?	1	2	3	4	5
12.	나는, 내 자신은 어떤데?	1	2	3	4	5



13. 저 사람이 치면 나도 그럴 것이다.	1	2	3	4	5
14. 이걸 그냥 확 얹어버려.	1	2	3	4	5
15. 내가 이렇게 흥분한 이유는 뭘까?	1	2	3	4	5
16. 앞으로 이 사람에게는 말대꾸도 안하고 쳐다보지도 말아야지.	1	2	3	4	5
17. 혼 내줘야겠구만.	1	2	3	4	5
18. 참아야지.	1	2	3	4	5
19. 모든 게 귀찮다.	1	2	3	4	5
20. 아무 소리도 듣고 싶지 않고 말하고 싶지도 않다.	1	2	3	4	5
21. 이 자식을 죽여버려!	1	2	3	4	5
22. 막 소리지르고 싶다.	1	2	3	4	5
23. 재수 없다.	1	2	3	4	5
24. 이번에는 절대 그냥 넘어갈 수 없다.	1	2	3	4	5
25. 난 왜 이렇게 못났을까?	1	2	3	4	5
26. 울고 싶다.	1	2	3	4	5
27. 내 상황도 조금 고려해 보고 배려를 해주면 좋겠다.	1	2	3	4	5
28. 화를 내면 나만 손해다. 참고 기분 좋게 어울리자.	1	2	3	4	5
29. 앞으로 이 사람을 무시해줘야지.	1	2	3	4	5
30. 인간쓰레기처럼 보이게 다른 사람에게 이 사람의 실체를 다 알릴까 보다.	1	2	3	4	5
31. 뭐 이런 인간이 다 있나.	1	2	3	4	5
32. 미안하다.	1	2	3	4	5
33. 욕을 퍼붓고 싶다.	1	2	3	4	5
34. 앞으로 잘 해주지 말자.	1	2	3	4	5

타인비난/보복 사고: 1, 2, 3, 5, 6, 8, 10, 13, 14, 16, 17, 21, 23, 24, 29, 30, 31, 33, 34

무력감 사고: 7, 9, 19, 20, 22, 25, 26

분노통제/건설적 대처 사고: 4, 11, 12, 15, 18, 27, 28, 32

### 부록 3. 분노표현 척도(STAXI-K: AXI)

사람들은 누구나 때로 화가 나거나 분노를 느끼지만, 화가 났을 때 반응하는 방식은 서로 다릅니다. 아래에는 사람들이 화가 나거나 분노를 느낄 때 어떻게 반응하는가를 나타내는 문항들이 적혀 있습니다. 각 문항을 잘 읽으신 후, 당신이 화가 나거나 분노를 느꼈을 때 일상적으로 얼마나 자주 아래에 적힌 바와 같이 반응하거나 행동하는 가를 나타내는 숫자에 O표 해주시기 바랍니다. 이러한 문제에는 옳고 그른 답이 없습니다. 어느 한 문항에 너무 오래 생각하지 마시고 응답해주시기 바랍니다.

<i>화가 나거나 분노를 느낄 때...</i>	전혀	조금	상당히	매우
1. 나는 화를 참는다.	1	2	3	4
2. 나는 화난 감정을 표현한다.	1	2	3	4
3. 나는 말을 하지 않는다	1	2	3	4
4. 나는 사람들에게 인내심을 갖고 대한다.	1	2	3	4
5. 나는 똥해지거나 토라진다	1	2	3	4
6. 나는 사람들을 피한다.	1	2	3	4
7. 나는 소리를 지른다.	1	2	3	4
8. 나는 냉정을 유지한다.	1	2	3	4
9. 나는 문을 팡 닫아버리는 식의 행동을 한다.	1	2	3	4
10. 나는 상대의 시선을 피한다.	1	2	3	4
11. 나는 나의 행동을 자제한다.	1	2	3	4
12. 나는 사람들과 말다툼한다.	1	2	3	4

13.	나는 아무에게도 말하지 않으나, 안으로 앙심을 품는 경향이 있다.	1	2	3	4
14.	나는 목소리를 높인다.	1	2	3	4
15.	나는 화가 나더라도 침착하게 자제할 수 있다.	1	2	3	4
16.	나는 속으로 다른 사람을 비판한다.	1	2	3	4
17.	나는 나 자신이 인정하고 싶은 것보다 화가 더 나 있다.	1	2	3	4
18.	나는 대부분의 사람들보다 진정을 빨리 회복한다.	1	2	3	4
19.	나는 욕을 한다.	1	2	3	4
20.	나는 참고 이해하려고 노력한다.	1	2	3	4
21.	나는 다른 사람들이 알고 있는 것 보다 분통이 더 나 있다.	1	2	3	4
22.	나는 자제심을 잃고 화를 낸다.	1	2	3	4
23.	나는 화난 표정을 짓는다.	1	2	3	4
24.	나는 화난 감정을 자제한다.	1	2	3	4

분노표출anger-out: 2, 7, 9, 12, 14, 19, 22, 23

분노억제anger-in: 3, 5, 6, 10, 13, 16, 17, 21

분노통제anger-control: 1, 4, 8, 11, 15, 18, 20, 24

#### 부록 4. Rosenberg 자존감 척도 (Self-Esteem Scale: SES)

다음은 여러분이 자신에 대해서 느낄 수 있는 여러 가지 측면들을 알아보기 위한 것입니다. 각 문항을 읽고 자신이 해당하는 정도를 나타내는 숫자에 O표 해주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	중간 이다	대체로 그렇다	전적으로 그렇다
1. 나는 내가 적어도 다른 사람만큼은 가치 있는 사람이라고 느낀다.	1	2	3	4	5
2. 나는 좋은 자질들을 많이 가지고 있는 것 같다.	1	2	3	4	5
3. 대체로 나는 내가 실패자라고 생각하는 경향이 있다.	1	2	3	4	5
4. 나는 대부분의 다른 사람들만큼 일을 잘 할 수 있다.	1	2	3	4	5
5. 나는 자랑할 만한 것이 별로 없는 것 같다.	1	2	3	4	5
6. 나는 나 자신에 대해 긍정적인 태도를 가지고 있다.	1	2	3	4	5
7. 대체로 나 자신에 대해 만족하고 있다.	1	2	3	4	5
8. 나 자신을 좀 더 존중할 수 있었으면 좋겠다.	1	2	3	4	5
9. 나는 때때로 내가 정말 쓸모없는 사람이라고 느낀다.	1	2	3	4	5
10. 때때로 나에게 좋은 점이랴곤 전혀 없다는 생각이 든다.	1	2	3	4	5

## 부록 5. 분노유발 스크립트

지시문:

다음에 나오는 상황 시나리오는 우리가 일상생활에서 흔히 경험할 수 있는 부정적인 상황들로 이루어져 있습니다. 각 시나리오를 읽고, 물음에 답을 해주세요. 옳고 그름은 없습니다. 어느 한 문장에서 너무 오래 머무르지 마시고 지금 이 순간 당신이 느끼는 바를 가장 잘 나타내는 숫자에 O표 해주십시오.

상대의 지위에 따른 지시문:

상대의 지위가 자신보다 높은 상황(up-rank):
<p>평소 관계를 맺고 있는 사람 중에, 당신보다 지위가 높은 사람을 한 명 떠올려보세요(예: 교수님, 학과 선배 등). 그 사람을 A라고 칭하겠습니다.</p> <p>다음의 상황을 A와의 관계에서 경험하는 것처럼 생생하게 떠올리며 읽으신 후, 다음의 질문에 응답하세요.</p>
상대의 지위가 자신과 동등한 상황(standard-rank):
<p>평소 관계를 맺고 있는 사람 중에, 당신과 지위가 비슷한 사람을 한 명 떠올려보세요(예: 친구, 동기 등). 그 사람을 B라고 칭하겠습니다.</p> <p>다음의 상황을 B와의 관계에서 경험하는 것처럼 생생하게 떠올리며 읽으신 후, 다음의 질문에 응답하세요.</p>
상대의 지위가 자신보다 낮은 상황(down-rank):
<p>평소 관계를 맺고 있는 사람 중에, 당신보다 지위가 낮은 사람을 한 명 떠올려보세요(예: 동생, 후배 등). 그 사람을 C라고 칭하겠습니다.</p> <p>다음의 상황을 C와의 관계에서 경험하는 것처럼 생생하게 떠올리며 읽으신 후, 다음의 질문에 응답하세요.</p>

## 시나리오 1

A 가 당신에게서 책을 한 권 빌려갔습니다.

책을 빌려준 지 얼마 지나지 않아 전공 수업에서 촉박한 시간 내에 제출해야 하는 과제가 부여되었고, 당신은 이를 위해 그 책이 다시 필요했습니다.

당신이 상황을 설명하며 이틀 안으로 책을 돌려달라고 요청하자, A 는 흔쾌히 그러겠다고 약속하였습니다.

그러나 약속된 날 A와 연락이 되지 않아 책을 돌려받지 못했고, 그 책을 다른 곳에서도 구하지 못해 결국 과제를 제대로 마칠 수가 없었습니다.

A는 그 후로도 당신에게 미안하다는 연락조차 주지 않았습니다.

문항	매우 낮음 (상대방<나)	약간 낮음	동등 (상대방=나)	약간 높음	매우 높음 (상대방>나)
1. A의 지위는 나와 비교했을 때 어느 정도였습니까?	1	2	3	4	5

## 시나리오 2

내일 중요한 시험이 있는 당신은 B로부터 PPT작업을 부탁 받았습  
니다.

당신은 B에게 중요한 시험이 있다는 사실을 알리고 부탁을 정중히  
거절합니다. 하지만 그는 이 일이 본인에게 아주 중요한 일이며, 시간  
이 그다지 오래 걸리지 않으니 잠깐만 도와 줄 수 없겠냐고 합니다.  
더 이상 거절하기 어려웠던 당신은, 일단 승낙은 하지만 작업은 내일  
보내주기로 약속합니다.

그런데, 시간이 얼마 지나지 않아, B로부터 혹시 작업을 시작했는지  
묻는 전화가 왔습니다. 당신이 저녁 늦게 시작해야할 것 같다고 하자  
불멘소리로 전화를 끊습니다.

밤 12시, 당신은 겨우 시험공부를 끝내고 이제 막 쉬려고 할 때, B로  
부터 계속 작업 확인 문자가 오고 있습니다.

문항	매우 낮음 (상대방<나)	약간 낮음	동등 (상대방=나)	약간 높음	매우 높음 (상대방>나)
1. B의 지위는 나와 비교했을 때 어느 정도였습니까?	1	2	3	4	5

### 시나리오 3

C가 자신이 주최하는 모임에 참신한 시각이 필요하다며 당신을 초대했습니다.

모임을 하고 있는 도중 당신은 C가 당신을 의도적으로 무시한다는 느낌을 받습니다. C는 당신이 하는 말마다 탄축을 걸고, 당신이 아이디어를 제시할 때마다 이미 자신들도 다 시도해봤던 것들이라며 창의성이 없다고 무시합니다.

좀 더 새로운 아이디어를 제시하자 이번에는 현실성이 없다며 편견을 줍니다. 여러 의견과 아이디어를 제시해봤지만 상대는 듣는 등 마는 등 합니다. 심지어 열심히 준비해 온 당신에게 설마 이게 다냐며 비웃습니다.

문항	매우	약간	동등	약간	매우
	낮음 (상대방<나)	낮음	(상대방=나)	높음	높음 (상대방>나)
1. C의 지위는 나와 비교했을 때 어느 정도였습니까?	1	2	3	4	5



## 부록 6. 연구 II 측정 질문지

다음의 문항들은 위 상황에서 느낄 수 있는 생각과 반응에 대한 것입니다. 각 문항들을 잘 읽고, 자신이 해당하는 정도를 나타내는 숫자에 O 표 해주십시오.

	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1.	나는 위 상황에서 C에게 화가 날 것 같다	1	2	3	4	5
2.	나는 위 상황에서 울고 싶다고 생각할 것 같다.	1	2	3	4	5
3.	나는 위 상황에서 한 대 패주고 싶다고 생각할 것 같다.	1	2	3	4	5
4.	나는 위 상황에서 “뭐 이런 인간이 다 있나”라고 생각할 것 같다.	1	2	3	4	5
5.	나는 위 상황에서 아무 소리도 듣고 싶지 않고 말하고 싶지도 않다고 생각할 것 같다.	1	2	3	4	5
6.	나는 위 상황이라면 찾아가서 소리지르며 화를 낼 것이다.	1	2	3	4	5
7.	나는 위 상황에서 참을 것이다.	1	2	3	4	5
8.	나는 위 상황에서 자제심을 잃고 화를 낼 것이다.	1	2	3	4	5
9.	나는 위 상황에서 아무에게도 말하지 않으나 안으로는 앙심을 품을 것이다.	1	2	3	4	5

타인비난/보복 사고: 3, 4

무력감 사고: 2, 5

분노표출anger-out 6, 8

분노억제anger-in: 7, 9

# Abstract

## The Effect of Social Rank and Self-esteem on Anger Expression

CAI YAN

Department of Psychology

Graduate School

Seoul National University

“Gapjil”, a newly coined term emerging as a social issue, means a harassment by relatively superior people using their social rank. Although social rank has been known to play an important role in expressing anger, there are few studies about relate between social rank and anger expression. The purpose of the present study is to explore whether social rank influences on secondary anger-thoughts and anger expression by interacting with self-esteem. Secondary anger-thoughts are major cognitive factors of anger expression (anger-out, anger-in, anger-control), are composed of three factors, namely derogation of others/revenge, helplessness, and anger - control/constructive coping.

Study I investigated whether social status and self-esteem

interacted to have a discriminatory effect on secondary anger thoughts and expression of anger. A total of 195 adult samples were collected using self-report questionnaires showed that the lower the perception of social rank, the more experience helplessness thoughts and anger-in. and lower anger-control. Meanwhile, perceived social rank interacts with self-esteem and influences on anger-in.

Study II investigated whether social rank effect on secondary anger thoughts and anger expression by different positions of interacting subjects in social context. For this purpose, they were asked to report after reading in context if nine anger scripts and fill out reconstructed secondary anger-thought and anger expression questionnaires were used in the study I . A total of 195 adult samples were collected using self-report questionnaires showed that more derogation of others/revenge thoughts with standard-rank, and the more helplessness thoughts and anger-in with up-rank. In the case of anger expression, with standard or down-rank was greater than when with up-rank. when investigated the influence of self-esteem based on one's social rank, regardless of the social rank, the lower self-esteem, showed the more helplessness thoughts and suppressed anger. Meanwhile, with standard-rank or down-rank, the lower his self-esteem, and showed the more derogation of others/revenge thoughts.

The present study distinguishes the social rank which is perceived generally in daily life and considering the needs of social context to interact with various objects. And also identified the discriminatory

effects of social rank and individual level of self-esteem on secondary anger-thoughts and expression of anger. Finally, implications and limitations of the study as well as suggestions for future research are discussed,

**Key Words : Social Rank, Self-Esteem, Secondary,  
Anger-thoughts, Anger Expression**

**Student Number : 2016-28534**