

공격성향 여성노인의 분노 경험

한정화¹ · 김은자¹ · 현진숙² · 김나현³

계명대학교 간호대학¹, 선린대학교 응급구조과², 계명대학교 간호대학 · 간호과학연구소³

The Lived Experience of Anger in Elderly Women with Aggressive Tendency

Han, Jung Hwa¹ · Kim, Eun Ja¹ · Hyun, Jin Sook² · Kim, Nahyun³

¹College of Nursing, Keimyung University, Daegu

²Department of Paramedics, Sunlin University, Pohang

³College of Nursing · Research Institute of Nursing Science, Keimyung University, Daegu, Korea

Purpose: The purpose of this study was to describe the essential structure of the lived experience of aggressive elderly women's anger. **Methods:** Seven elderly women with aggressive tendency were interviewed. Colaizzi analysis of phenomenological research was applied. **Results:** The meaning of experiences were identified as four categories from eight theme clusters and fourteen themes. The four categories were 'Lamenting over life that has been disrespected', 'Uncontrollable and deep resentment', 'Rationalization for anger', 'Embers of the fire that have never been extinguished'. **Conclusion:** The findings of this study reveal a close similarity between the anger of older women and the anger of different age groups. However, this study is significant because the data came from an in-depth examination of aggressive older women's anger vented in the Korean social-cultural context, offering ample understanding of this anger. The results of this study can be used to develop diverse physical, psychological and social programs to help older women control and relieve their anger and have a healthier lifestyle.

Key Words: Aggression, Women, Aged, Anger, Qualitative research

서론

1. 연구의 필요성

최근 평균 수명의 연장으로 65세 이상 노인이 전체 인구의 13.1%에 육박하고 있으며[1], 이중 여성노인이 58.2%를 차지하고 있어, 여성노인의 건강문제에 대한 이슈가 점차 큰 비중을 차지하고 있다. 특히, 우리나라 여성노인은 남성노인에 비

해 경제적 빈곤과 정서적 소외를 더 많이 겪고 있는 것으로 나타나[2], 여성노인의 건강은 신체적 측면뿐만 아니라 정서적, 심리적 및 사회적 측면까지 고려한 포괄적 접근이 요구되고 있는 실정이다.

여성은 폐경을 전후로 급격한 호르몬 변화를 경험하면서 다양한 심리적 격변기를 경험하게 된다. 이러한 심리적 특성의 변화는 중년기에 나타나 노인기로 이어지는데, 특히 과거 유교적 가치관이 지배적인 사회를 살아온 우리나라 여성노인

주요어: 공격성, 여성, 노인, 분노, 질적 연구

Corresponding author: Kim, Nahyun

College of Nursing, Keimyung University, 1095 Dalgubeol-daero, Dalseo-gu, Daegu 42601, Korea.

Tel: +82-53-580-3928, Fax: +82-53-580-3916, E-mail: drkim@kmu.ac.kr

- 이 논문은 2014년도 계명대학교 동산의료원 연구비의 지원을 받아 연구되었음.

- This work was supported by the research promotion grant from the Keimyung University Dongsan Medical Center in 2014.

Received: Jul 19, 2016 / Revised: Aug 18, 2016 / Accepted: Aug 25, 2016

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

은 자신의 감정을 표출하지 못하고 가부장적인 사회 구조 안에서 희생과 인내를 미덕으로 살아온 탓에 분노를 적절히 표출하지 못함으로써 우리나라 문화권에서만 독특하게 발생하는 ‘화병’을 갖게 되는 경우가 많았다. 화병은 억눌려온 분노를 제대로 다스리지 못해 나타나는 특징적인 감정반응으로 심리적·신체적·정서적 다양한 증상을 나타내는 분노 관련 증후군이다[3].

분노는 인간이 경험하는 매우 강렬한 부정적 정서의 하나로 긴장, 격분 등의 주관적 느낌으로 구성되는 정서 상태와 이에 따른 자율신경계의 활성화에 의해 규정되는 감정으로, 개인에게 특유한 행동양식을 유발한다[4]. 분노는 종종 공격성의 형태로 표현되어 유사한 개념으로 사용되기도 하는데, 분노는 공격성의 형태를 나타내는 2가지 측면-감정적 및 행동적-중 감정적 측면의 특성을 의미한다[5]. 따라서 분노는 공격적 행동의 감정 또는 정서적 요인이 되며, 분노가 부적절하게 표현되거나 지나치게 빈번하게 표출되면서 언어적, 신체적 공격적 행동을 나타내게 되는데, 이러한 분노와 분노표현은 나이가 많아질수록 더 증가하는 경향이 있으며[6], 분노수준이 높거나 장기간 지속될 경우에는 고혈압과 심혈관계 질환의 위험을 상승시킬 뿐만 아니라[7] 다양한 신체적 문제와 우울과 같은 심리적 건강문제를 발생시킨다[8,9]. 또한 지속적인 분노표출은 대인관계를 손상시키고 궁극적으로 삶의 만족도를 저하시키는 등 부정적인 영향을 미치는 것으로 알려져 있다[10,11]. 이처럼 분노는 인간의 보편적인 정서반응 중의 하나이지만 공격성과 분노의 정도가 심할 경우에는 신체적, 정서적, 심리적 및 사회적 측면을 포괄하는 다양한 건강문제를 유발할 수 있다는 점에서 간호학 분야에서 심층적으로 탐구되어야 할 간호현상이라 할 수 있을 것이다.

지금까지 국내에서 보고된 여성 분노에 관한 연구는 분노와 다른 변수들 간의 관계를 탐색한 양적 연구가 대부분이었으며[10-15], 질적 연구로는 중년여성[16] 및 여성노인의 분노 현상을 탐색한 논문[3]이 있으나 국내·외 분노 관련 질적 연구는 많이 부족한 실정이다. 이중 Kwon 등[3]은 여성노인의 분노 현상을 근거이론적 접근법으로 탐색하여, 일반적인 분노의 구조와 양상에 대한 이해를 돕기는 하였으나 분노현상에 대한 생생한 경험적 기술에 초점을 둔 방법론이 아니어서 분노현상의 본질과 의미에 대한 심층적 분석에 제한이 있는 것으로 사료된다. 또한 선행연구에서는 일반 여성노인을 대상으로 하였기에 분노의 양상이 다양한 형태로 나타났으나, 모든 노인들이 분노성향을 지닌 것은 아니며, 특히 일부 노인에서는 공격성이 강하게 표출되는 등 여성노인이라 할지라도 분노의 특성

이 다르게 관찰된다는 점에 착안하여 알려진 내용 이외에도 다른 현상이 내재해 있을 것으로 보인다. 뿐만 아니라 나이가 들에 따라 분노와 관련된 공격성의 경험이나 표현, 다루는 형식이 지속적으로 변화할 수 있으므로[10] 최근의 사회현상과 맞물려 살아가는 노인의 분노가 어떻게 경험되고 있는지를 생생하게 기술해 볼 필요가 있다고 본다.

이에 본 연구에서는 여성노인의 분노현상의 본질과 의미를 심층탐색해 보고자 하였으며, 이를 위하여 평소 분노를 빈번하게 표출하는 공격성향이 있는 여성노인을 의도적으로 표출하여 현상학적 연구방법을 적용하여 그 본질과 의미를 분석해 보고자 한다. 이를 통하여 여성노인의 분노에 대한 심층 이해와 관리를 위한 지식체 개발에 일조하고 나아가 노인간호학 영역의 학문적 지평을 확장시키는데 기여하고자 한다.

2. 연구문제

본 연구의 문제는 ‘공격성향 여성노인의 분노의 본질과 그 의미는 어떠한가?’이다.

연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 공격성향 여성노인의 분노 경험 현상을 파악하기 위하여 인간 경험의 의미에 중점을 두고 본질을 파악하는데 목적을 두는 Colaizzi[17]의 현상학적 방법을 적용한 질적 연구이다. Colaizzi 분석방법은 개개인의 속성보다는 연구참여자가 전체에게 나타나는 공통적인 본질적 속성을 이끌어내는데 초점을 두고 있기 때문에 공격성향 노인이 경험하는 분노의 본질을 파악하고자 하는 본 연구의 취지에 가장 적합한 방법이라 할 수 있다.

2. 연구대상

본 연구의 대상은 D광역시와 G시에 거주하는 만 65세 이상의 분노를 자주 경험하는 여성노인으로서 지역사회 노인정보 인터넷 공고 및 지인의 소개를 통해 의도적으로 추출하였다. 평소 자주 분노를 표출하는(화를 잘 내는) 노인 중 구두 의사소통에 어려움이 없으면서 본 연구에 참여하는 것에 동의한 여성노인 중 공격성향 측정도구를 이용하여 54점 이상의 공격성향을 가진 여성노인을 대상으로 면담을 진행하였다. 공격성

향은 Buss 등[18] 이 개발한 공격성 척도를 우리말로 번역하여 신뢰도와 타당도를 검증한 Koh[19]의 도구를 사용하였다. Koh[19]는 원도구 75문항 중 감정적 측면의 공격성을 제외하고 행동적 측면의 능동적 공격성을 나타내는 21문항만을 포함하여 간략한 형태로 표준화하였는데, 본 연구대상자가 노인이라는 점과, 도구를 사용하여 공격성향을 측정하기 이전에 주관적 혹은 객관적으로 공격성향을 나타내는 대상자를 일차적으로 모집하였으므로 Koh[19]의 한국형 표준화 도구가 적합하다고 판단되어 본 연구에서 사용하였다. 점수의 범위는 최저 21점에서 최고 84점으로 점수가 높을수록 공격성향이 높은 것으로 해석하며, 54점 이상부터 공격성이 있는 것으로 간주한다. 본 연구에 포함된 최종 대상자는 7명으로, 본 연구대상자의 일반적 특성에 관한 내용은 Table 1과 같다.

3. 연구자 준비

본 연구의 연구자는 다수의 질적 연구경험이 있는 간호학 교수 1인과 대학원 박사과정에서 질적 연구방법론 교과목을 이수한 연구자 3인이 포함되었다. 본 연구자들은 질적 연구 관련 학회참석 및 정기적인 연구모임에 참여하여 간접적인 연구경험을 공유하는 등의 노력을 통해 현상학적 연구를 수행하기 위한 연구자로서의 준비를 하였다.

4. 자료수집

자료는 2014년 11월 3일부터 12월 7일까지 2명의 연구자가 개인적으로 심층면담의 방법으로 수집하였으며, 면담 횟수는 1회에서 2회였고, 자료가 포화되어 더 이상 새로운 진술이 나타나지 않을 때까지 진행되었다. 면담시간과 장소는 면담에 방해되지 않는 환경적 여건을 고려하여 참여자가 원하는 시간

에 참여자의 집, 커피숍 등에서 이루어졌다. 대상자들의 양해 하에 모든 면담 내용을 녹음하였으며, 중요한 단서가 될 만한 것은 바로 메모하여 분석 자료에 포함시켰다. 면담 진행시 연구자의 편견이 개입되지 않도록 참여 관찰자로서의 중립적 태도를 유지하고자 노력하였으며, 녹음된 내용은 면담이 끝난 후 필사하여 자료분석을 동시에 실시하고 기록이 정확한지 다시 녹음을 들으면서 확인하였다.

면담 방법은 비구조적, 서술적 개방형 질문을 사용하여 질문을 계속적으로 하면서 더 이상 새로운 범주들이 나타나지 않는 이론적 포화상태에 이를 때까지 심층면담을 진행하였다. 질문의 내용은 “화(분노)가 났을 때의 경험에 대해 말씀해 주십시오”라는 포괄적 질문을 먼저 하고, 참여자가 표현하는 내용에 따라 “어떤 상황에서 화가 나는가?”, “화가 났음을 다른 사람에게 어떻게 표현하는가?”, “다른 사람들이 자신에게 화를 내면 어떻게 표현하는가?”, “화가 나면 어떻게 조절하는가?”, “화가 났을 때 기분이 어떠한가?”, “화내는 정도가 심하다고 느끼는가?” 등 참여자가 표현하는 내용에 따라 적절한 질문을 추가하였다. 면담자가 자신의 심리상태를 충분히 이야기할 수 있도록 시간제한을 두지 않았으며 면담에 소요된 시간은 1시간에서 2시간 30분 정도였다.

5. 자료분석

본 연구는 현상학의 철학적 관점에 입각하여 Colaizzi[17]의 자료분석방법을 사용하였다. 심층면담을 통해 수집한 자료는 연구자들이 함께 모여 자료를 분석하였으며 이 과정에서 나타난 이견들은 원자료와 비교하면서 반복적으로 검토하였으며, 필요시 참여자들에게 확인하는 과정을 거쳐 공격성향 노인의 분노경험의 본질에 다가가고자 하였다. 구체적으로 참여자가 진술한 내용 중 분노현상과 관련이 있는 구절이

Table 1. Characteristics of Participants

(N=7)

No	Age	Living status	Religion	Job	Economic status	Aggression levels	Number of interviews
1	74	Living with children	None	No	Middle	54	2
2	76	Living with children	Buddhist	No	Middle	63	1
3	88	Living with children	Christian	No	Middle	54	1
4	73	Living alone	None	Yes	Middle	56	1
5	76	Living with children	Christian	No	Middle	56	1
6	80	Living alone	None	No	Low	58	1
7	72	Living alone	None	Yes	Low	58	2

나 문장에 밑줄을 그어가며 의미 있는 진술들을 추출하였다 (testimonies of clients). 그런 다음 의미 있는 구절이나 문장의 맥락을 숙고하면서 그 속에 담겨있는 의미를 발견하여 이를 연구자의 언어로 재구성하였다(formulated meaning). 재구성된 의미들 중 유사한 것끼리 분류하여 주제(theme)를 도출하였다. 다음으로, 유사한 주제들을 다시 모으고 통합하여 더욱 추상적인 수준인 주제모음(theme clusters)과 범주(categories)를 이끌어 내었다. 이 과정에서 주제모음과 범주가 경험 진술을 잘 드러내는지, 모순은 없는지 숙고하고 토의 하면서 여러 차례 분석을 반복하여 시행하였다. 이를 종합하여 공격성향 여성노인의 경험을 총체적으로 기술하였다.

6. 윤리적 고려

본 연구는 기관연구윤리위원회(Institution Review of Board, IRB)의 심의를 통과하였으며(IRB No. 40525-201410-HR-69-02), 참여자에게 연구목적을 충분히 설명한 뒤 동의를 받은 후에 실시하였고, 원하지 않을 경우 언제든지 연구에 참여를 거부할 수 있음을 알려주었으며 면담 내용은 연구목적 이외에는 사용하지 않을 것과 참여자의 신분도 절대 공개되지 않을 것임을 약속하였다. 자료분석 결과를 확인하는 과정에서 본인의 진술 내용 중 삭제를 원하는 단어나 문구는 삭제하거나 참여자 동의하에 수정하였으며, 연구참여자에게는 소정의 사례비를 제공하였다.

7. 신뢰도와 타당도

본 연구에서는 Lincoln과 Guba[20]의 엄밀성 평가 기준에 따라 연구의 신빙성(사실적 가치), 적용성(적합성), 일관성, 중립성 측면에 근거하여 연구의 신뢰도와 타당도를 높이고자 하였다. 도출된 결과의 타당성을 확인하기 위해 공동연구자의 반복적인 검토가 이루어졌으며, 자료를 수차례 비교분석하고 질문하는 과정을 거쳤다. 참여자들의 의미 있는 진술로부터 연구자의 의미재구성, 주제, 주제모음으로 추상화 하는 과정에서 연구자간 이견이 있는 경우에는 반복적인 검토 이외에도 참여자들에게 직접적으로 확인하는 과정을 거쳤다. 이러한 방법을 통해 연구자의 시각으로 자료를 잘못 해석한 부분은 즉시 수정하였고, 범주화 하는 과정에 대한 신빙성을 확인하기 위해 면담동안 같은 질문을 다른 형태로 반복하여 확인하였다. 최종적으로 연구자들이 도출한 분노현상의 본질적 구조를 반영하는 주제모음이 타당한지를 검증받기 위하여 연구참여

자들로부터 그들의 경험과 일치하는지를 확인하는 과정을 거쳤다. 연구의 전 과정은 질적 연구 경험이 다수 있는 간호학교수 1인에 의해 엄격하게 평가받았으며, 자료수집에서부터 결과 기술에 이르기까지 연구자의 선 이해나 선입견이 개입되지 않도록 의식적으로 노력하여 중립성을 유지하였다.

연구 결과

심층면담을 통한 참여자의 진술을 분석한 결과 공격성향 여성노인의 분노 경험의 본질적 측면을 잘 나타내는 문장들을 찾아내어 분리하였으며, 158개의 의미 있는 진술을 도출하였다. 이로부터 14개의 주제를 형성하였으며 참여자들에게 나온 주제 진술 중 반복적으로 나타나거나 비슷한 주제들로부터 8개의 주제모음과 다시 4개의 범주를 조직하였다. 공격성향 여성노인의 분노 경험의 4가지 범주는 ‘존중받지 못한 삶에 대한 회환’, ‘견잡을 수 없는 분노의 응어리’, ‘분노에 대한 합리화’, ‘가서지지 않는 분노의 불씨’로 나타났다(Table 2).

1. 범주

1) 범주 1. 존중받지 못한 삶에 대한 회환

이 범주는 참여자들의 분노를 경험하게 되는 원인과 관련이 있었다. 오랜 세월 가족을 위하여 헌신한 자신의 노고와 희생을 알아주지 못하는 것에 대한 야속함과 평생을 힘들게 살아온 인생살이에 대한 억울함을 느끼게 되었다. 또한 다른 사람들과의 관계 속에서 가만히 있는 자신을 무시하고 외면할 때마다 참을 수 없는 분노를 경험하였다.

(1) 자신을 존중하지 않는 야속한 가족

젊은 시절 남편의 폭력과 폭언으로 인한 상처와 속아서 살아온 인생에 대한 후회와 원망이 마음 깊이 패여 힘들게 산 인생이 억울하고 또 그렇게 최선을 다해 살아온 인생을 인정받지 못한 것이 슬프고 서럽다고 여겼다. 자신의 분노는 남편에게 억눌러온 억울한 삶이 가슴에 한이 되었기 때문이라 생각하였다.

신랑한테 화난 거 때문에 성이 나고 화풀이 하는 거지. 신랑 만나고 그때부터 매 맞는 소리하고 그게 화나지... 시집 잘못 가서 내가 속고 가서 분해. 지가 술 먹고 두드려 패고 그런 거 때문에 앙갚음 하려고 화를 내는 거지. 잘못 만나가지고 평생을 희생하고 살았지. 한스럽지 생각하

Table 2. The Lived Experiences of Anger of Elderly Women with an Aggressive Tendency

Categories	Theme clusters	Theme	Formulated meaning
1. Lamenting over life that has been disrespected	Disrespectful family members	Unfair life that has been suppressed by the husband	<ul style="list-style-type: none"> · I was battered by my husband. · I feel deceived and have deep resentment. · I take my anger out on my husband.
		I feel bad for my child who falls short of my expectations	<ul style="list-style-type: none"> · I am angry at my son. · My son's dilatory character and behaviors · My life has been staked on my son. · I have been disappointed, but I still have strong wishes for my son.
	Pride hurt by others	My life falls short of others' expectations	<ul style="list-style-type: none"> · Sense of inferiority · When my pride is hurt, I snap at anybody.
		I do not deserve this disrespected life from other people	<ul style="list-style-type: none"> · My advice or opinions have been disregarded. · I have been falsely charged.
2. Uncontrollable and deep resentment	Bitter feelings that have bubbled up	Anger that has started building up	<ul style="list-style-type: none"> · I feel the anger rising in me. · I am boiling with rage. · Frequent outbursts of rage inside me make me a difficult person to live with.
		I can't stand it anymore	<ul style="list-style-type: none"> · I spit out what I want to say, even though I have to apologize after. · I can't stand my anger, and just lash out. · I used to be able to stand it, but I cannot stand it anymore.
	Anger expression without caution	Aggressive anger expression with abusive language and actions like I have nothing to lose	<ul style="list-style-type: none"> · When someone springs at me, I also violently confront such action. · I confront (someone's attack) by shouting and hurling insults. · When I am angry, my course of action is to hit rather than talk. · I pour out all that I want to say or do. · I throw out tissues or anything that I see.
3. Rationalization for anger	I Victimize myself	I am sure that I am an upright person	<ul style="list-style-type: none"> · I have lived uprightly. · I am always meticulous in everything, honest and upright. · I have never done anything wrong to anybody. · I haven't done anything wrong. · Nobody thinks I am a bad person. · I don't choose the wrong way. · I am never wrong, because I am like my grandmother. · I think everything is going well through my advice.
		My anger is the fault of others	<ul style="list-style-type: none"> · It's not my fault, but it is my son's. · If nobody nags at me, I will not be angry.
	I excuse my anger due to my inherent disposition	I easily get angry, because of my upright and stubborn disposition	<ul style="list-style-type: none"> · I am more tenacious than others. · I tend to get angry easily. · I have no mercy.
4. The embers of the fire that have never been extinguished	Relief and lament after expressing anger	I feel so much better after I express all that I want to say	<ul style="list-style-type: none"> · I feel better after I express all the anger. · I have no hwa-byung (mental or emotional disorder as a result of repressed anger or stress), because I say what I want to do. · I think I have to make a fuss (to solve the problem). · I feel much better after I say all that I want to say.
		I feel guilty after expressing my anger	<ul style="list-style-type: none"> · I regret acting on my anger. · I feel regret after I pour out all that I want to say. · I don't feel good because I get stressed after I pour out my anger. · I have a difficult time after I snap at (somebody).
	Anger that has remained like a sediment that is difficult to dissolve	I have angry feelings that have never been healed	<ul style="list-style-type: none"> · The anger has never been dissolved, and I repeatedly get angry. · I guess that, because I am older, the anger cannot be dissolved quickly. · I never forget the anger because the feelings I have because of it have accumulated.
		I have recurring feelings	<ul style="list-style-type: none"> · The anger that pops out over and over · I act on it, and still get angry even after I pour out my anger. · The feelings that have remained for a long time have be recurring.

면...(참여자 1)

젊었을 때부터 내가 얼마나 고생을 했는데 이렇게 날 무시하니 눈물밖에 안나. 영감이 나를 하찮게 여기고 인간 취급도 안하고, 서러워서 눈물밖에 안나. 내가 헛살았지.(참여자 5)

그 가문에 가서 너무 억울하게 늙고 했지 그렇게 해도 몰라준다. 죽는 날까지 몰라줘. 내가 속에 다 쌓여있다. 죽을 때도 가져가지 싶다. 안 잊혀진다.(참여자 7)

또한 평생을 오직 자식을 위해 인생을 바쳐 희생하고 키웠는데 자신을 헤아려주지 못할망정 이제는 늙은이 취급하며 간섭하고, 자신이 의도하는 대로 따라주지 않아 서운하고 속상해 하였다. 지난 세월을 보상이라도 받는 듯 자식의 성공을 지켜보고 싶으나 기대에 못 미치는 자식이 야속하였다.

갑자기 생각 없이 말을 꺼내서 마음을 상하게 할 때, 왜 이렇게 했냐? 그런 잔소리 비슷한 이야기를 들으면 많이 화가 나요... 충고나 의견을 주면 순순히 안 받아들이고 충돌이 되면 화가 나요...(참여자 4)

부모가 나이가 많으면 자기가 앞서야 되는데 시키는 거만 하나까 그게 좀 답답지... 아들이 10년이 넘었는데도 반장도 못 달고 있으니 화나고 속이 치받고 그러지.(참여자 1)

(2) 타인에게 상처받은 자존심

참여자 대부분은 자신을 억울하게 하는 불편한 인간관계에서 분노를 나타냈다. 자신의 충고나 의견을 무시하는 태도를 취하거나 다른 사람들에게 비난이나 비판을 받을 때 모욕감으로 자존심에 상처를 받아 분노하게 되는 것으로 나타났다. 타인으로부터 자신의 존재가 지속적으로 무시당한다고 여겨지는 경우에는 서러움을 넘어선 분노를 경험하게 되는데, 이러한 무시당함은 자신의 삶이 다른 사람보다 못하다는 열등의식으로 이르게 되고 이러한 자신의 열등감과 약점을 들이기 않도록 하기 위해 타인에게 더 촉각을 곤두세우게 되는 것으로 나타났다.

내가 보는 화의 근본은 열등의식이야, 남보다 못하다고 생각하는 그래서 자존심을 세우고, 그런 자존심이 다치게 되면 화가 나게 되지.(참여자 2)

중요한 거까지 아니더라도 아주 사소한 거 그런 거도 얘기 안할 때는 진짜 화나더라구요. 나를 무시 하는거 같

아, 아주 무시해...(참여자 4)

화난 건 한번 두 번 아니다. 억울할 때 화가 나는 기라. 내 손해 입힐 때 내 죄 없이 억울하게 덮어씌울 때 화가 많이 나지 그럴 때야. 날 건드리거나 손해 입히거나 억울하게 욕하거나 손해를 입히면 부글부글 끓고 안 참지, 말을 다 한다.(참여자 6)

2) 범주 2. 견잡을 수 없는 분노의 응어리

이 범주는 참여자들이 다른 사람들에게 자신의 분노 감정을 거침없이 표현하는 공격성이 표출되는 측면으로, 분노의 감정을 느꼈을 때 상처 입은 자신의 관점에서 표현하기 때문에 순간순간 생기는 분노를 언어적 표현이나 행동적 표현으로 다양하게 표출하였다. 이 분노는 타인 뿐 아니라 가족과의 관계에서도 표출되었으며, 스스로도 참아지지 않는 통제가 불가능한 정도의 분노표현임을 알 수 있었다.

(1) 차오르는 감정의 응어리

참여자들은 분노를 경험하게 될 때 분노가 쌓이고 쌓여 부글부글 성나고 끓어올라 천불이 나고, 화가 치밀어 오름을 느끼게 되었다. 분노 감정은 참으려 해도 참아지지 않고, 신체를 통해 여러 가지 증상이 나타나기도 하였다.

화가 날 때는 속에서 불이 나는 듯해서 가슴이 벌벌 떨리고, 손도 떨리고 힘들어요. 속이 터지고 얼굴도 붉어지고 불쾌하죠, 아주...(참여자 2)

화가 났을 때는 기분이 너무 답답하지. 말도 못하게 속상하지. 천불나지. 가슴 아프고. 기분 안 좋지. 가슴에서 치받아 오르고. 답답한 게 이루 말할 수 없지(참여자 4)

화가 났을 때 기분 나쁘지. 부글거리면서 성이 바짝 나지.(참여자 6)

(2) 거침없는 분노표현

참여자들은 화가 날 때는 이를 참지 않고 그 즉시 표출하였으며, 그 방법은 소리를 지르거나 욕설을 퍼붓거나 심지어는 손찌검을 하는 등 공격적 언어와 행동을 통해 과격하게 표현하는 것으로 드러났다. 젊은 시절에는 참을 수 있었거나 참는 경우도 있었으나 이제는 더 이상 그럴 필요가 없다고 생각하며 화를 참지 않음은 물론이며, 통제 또한 불가능한 정도로 폭발적으로 분노를 표현하는 것으로 나타났다.

주로 말로 화가 났다고 언성을 높이는 경우가 많지. 지

고는 못사는 성격이라 주로 목소리로 대들고, 손가락질하고, 욕도 하고, 왜냐하면 내가 못한 것이 없는데, 뭐가 아쉬워서 조용히 있을 필요는 없지.(참여자 2)

막 퍼부어버리지, 까짓것 이판사판이지...(참여자 5)

같이 때리고 싸우고, 못 참고 그 자리에서 퍼부어댄다. 젊을 때는 안이었다. 전에는 참고 참았는데 요새 같으면 안 참고, 지금은 내 건드리면 안 참는다.(참여자 3)

상대가 달려들면 같이 달려들어서 쥐뜯어뿌지. 안 맞는 소리 하면 부에나지. 따라 땀기면서 붙잡아가 풀어야 속이 풀리지 내뺄때면 더 약 올라서 더 해뻐다. 부에나면 붙들리면 때리지. 지금도 부에나면 귀싸대기 올려 부친다 안가는교.(참여자 1)

싸울 때는 안 참고 심한 욕설과 뺨때리고 할퀴고 물어 뜯고 하지. 참아야 한다고 생각은 들지만 그게 안 돼... 지가 잘했다고 화를 내니 내가 더 화가 오르지... 그래 니가 이기나 내가 이기나 해보자.(참여자 5)

3) 범주 3. 분노에 대한 자기 합리화

이 범주는 대상자들은 자신이 화를 잘 내는 이유를 두 가지 기전으로 합리화하는 것으로 나타났다. 즉, 대상자들은 본인이 과격하게 분노를 표현하는 걸 알고 있지만 자신은 늘 올바른 길을 걸어온 사람이라 자신이 화를 내는 것은 다 이유가 있기 때문이라고 합리화하고 있었는데, 자신의 분노성향은 외적으로는 타인으로부터 존중받지 못한 피해자로서의 정당한 반응이며(외적 합리화) 내적으로는 자신의 강직한 성격 때문으로 받아들이고 있었다(내적 합리화). 따라서 자신은 잘못이 없으며, 자신이 화를 돌우는 것은 다른 사람의 잘못으로 여기고 있었다.

(1) 오히려 자신을 피해자라 여기

일부 참여자는 항상 자신이 항상 옳고 바른말을 잘 하는 성격이라 타인의 가치나 행위가 정직대로 살아온 자신의 소신과 어긋났을 때 분노를 경험하며, 이때의 분노는 타인의 문제로 인해 초래된 당연히 분노할 수밖에 없는 상황이라 합리화하였다.

나는 바른말 하는 거 좋고, 거짓말 싫기 때문에 항상 바로하지. 남 속이고 이런 거 싫고 똑바로 사는 게 좋지. 내한테 아무 잘못 없는데 거슬리는 말 할 때는 달려들어야지 뭐한테 들고 있노. 나는 남한테 잘못도 안하고 그러니까...(참여자 3)

내가 성격은 원래 욕하는 다혈질이고 보기보다 성격이 급해. 그래서 틀린 말하면 참아야 하는데 고쳐줘야 속이 풀려.(참여자 5)

(2) 자신의 분노를 타고난 성격 탓으로 돌림

일부 참여자는 고집이 세고 성을 잘 내는 성격으로 인해 자신도 모르게 분노를 더 잘 느끼고 표현한다고 생각하였다. 타고난 성격은 변할 수 없으므로 자신의 분노는 당연한 것이라고 여기고 있었다.

나는 남들보다는 깡다구 있지. 그거는 타고났는거니까 타고난 성격은 어쩔 수가 없어.(참여자 1)

내가 화내는 그거는 못 참으니 그렇겠제. 그걸 소화를 잘 시키려면 웬만한건 이해를 해뻐면 되는데 내가 이해를 못하이 그렇겠지. 시간이 가고 그러면 수그러질란지 모르지만 그 당시에는 못 참지.(참여자 6)

나보고 독불장군이래. 틀린 게 하나 없는 그런 성격이니까 뭐든 확고부동하게 해야 되니까 성격이 화를 많이 내게 되지.(참여자 4)

4) 범주 4. 가셔지지 않는 분노의 불씨

일부 참여자들은 분노를 완전히 표출하고 난 이후에 후련함을 경험하였고, 또 일부 참여자들은 분노 표출 후 극단적인 자신의 모습에 후회와 자책감이 나타났다. 그러나 어떤 경우이던지 분노를 표출한 뒤에도 여전히 해소되지 않은 분노의 불씨가 남아 반복해서 되새겨지고 있었다.

(1) 화를 토해낸 후련함과 후회

속에 담아두지 않고 다 뱉어버리고 나면 속이 편하고 시원하고 화를 참아서 화병에 걸리느니 다 쏟아내고 후련한 것이 건강에 도움이 된다고 여기는 참여자가 있는 반면, 퍼붓고 나니 후련하기도 하지만 화를 참지 못하고 표현한 자신의 충동적인 모습에 후회하게 되고, 객관적으로 본 자신의 모습을 책망하고 뉘우치는 참여자도 있었다. 때로는 자책 뒤에도 남아 있는 분노 감정으로 인해 힘들고 기분이 좋지 않다고 토로하는 참여자도 있었다.

바로 쏟아붓고 하고 싶은 말해버리고 나면 속이 후련하고 시원해. 그리고 나서 후회해. 아직 멀었구나 하고...(참여자 5)

내가 실컷 퍼붓고 가만 생각하니까 고거는 괜히 켜다

싶어. 그거는 그럴 건 아니거든. 고거는 내가 참을 걸 잘못 했다 싶더라.(참여자 6)

(2) 양금으로 남아있는 분노

분노를 표출한 후에도 분노의 감정이 완전히 해소되지 않고 남아 다시금 분노하게 한다고 하였다. 이것은 분노하게 만든 일들이 속에 다 쌓여 양금으로 남아 나이가 들수록 더 잊혀지지 않고 해소가 되지 않는다고 하였다.

가만히 있다가도 나를 화나게 했잖아 그럼 막 화내고 한 시간마다 가서 반복해서 얘기해. 막 그걸 되새기고 반복해가면서 막 화를 내... 나를 왜 이렇게 서운하게 해? 왔다 갔다 하면서 자꾸 그걸 되새겨...(참여자 4)

나이가 들수록 더 생각나고 살아온 게 내가 등신이다... 억울하고 분하고... 내 맘에 맨날 그거지 뭐...(참여자 6)

몇 번 시숙하고 대판했다. 성질이 안나나... 한 번씩 그거 생각나고 그럴 땐 담배 피워야 돼... 그런 게 항상 쌓여있어... 나이가 들수록 더 생각난다... 억울하고 분하고...(참여자 7)

2. 공격성향 여성노인의 분노 경험의 본질적 구조 기술

본 연구를 통해 도출한 공격성향 노인의 분노 현상은 ‘존중받지 못한 삶에 대한 회환’, ‘견잡을 수 없는 분노의 응어리’, ‘분노에 대한 합리화’, ‘가서지지 않는 분노의 불씨’ 등 4가지 범주로 나타났다. 즉, 공격성향을 보이는 노인의 분노 원인은 가까운 가족이나 타인에게 무시당하거나 존중받지 못하고 살아오면서 오랫동안 마음의 자존심에 상처를 받았기 때문이며, 이로 인해 억눌렸던 분노가 터져 나오게 되었다고 하였다. 일단 한번 분노가 터져 나오면 자신이 입었던 상처와 억울함에 거침없이 분노를 표현하게 되고 이로 인해 욕설과 행동으로 상대방을 거칠게 공격하게 되는 것으로 나타났다. 공격성향 여성노인은 본인이 과격하게 분노를 표현하는 걸 알고 있지만 자신은 늘 올바른 길을 걸어온 사람이라 자신이 화를 내는 것도 잘못된 것은 아니며, 자신의 분노성향은 외적으로는 타인으로부터 존중받지 못한 피해자로서의 정당한 반응이며(외적 합리화) 내적으로는 자신의 강직한 성격 때문으로 받아들이고 있었다(내적 합리화). 한바탕 거침없이 화를 내고 나면 후련한 마음도 있지만 자책감과 후회의 기분도 들며, 아무리 화를 내면서 풀어도 늘 마음속의 분노의 불씨는 양금처럼 남아 있다고 하였다.

논 의

공격성향 노인의 분노의 원인은 ‘존중받지 못한 삶에 대한 회환’으로, 지금까지 힘들게 살아온 자신의 노고를 몰라주는 자식에게 야속한 마음과 남편에 대한 원망, 타인의 무시가 가슴이 한이 되어 장기간 해결되지 않고 가슴에 남아있어 분노가 증폭되어 유발되는 것을 알 수 있었다. 이러한 결과는 일반적인 여성노인에서 분노의 인과적 조건이 ‘어긋남’, ‘따돌림’, ‘대들’, ‘분함’, ‘쌓임’으로 나타난 것과[3], 중년여성의 분노의 원인이 ‘공들인 세월의 의미가 깨지면서 느끼는 파랑’과 비교해 보았을 때[16], 가까운 사람들과의 관계에서 상처를 받았을 때 분노가 유발된다는 공통점을 발견할 수 있었다. 이러한 공통점은 여성의 희생하는 태도를 당연시하고 묵인하는 우리나라의 전통적인 가부장적인 문화와 관련이 있어 보인다[21]. 그러나 본 연구에서는 선행연구에서 직접적으로 언급되지 않았던 ‘자존감’이나 ‘열등감’과 같이 존중받지 못한 삶에 대한 원망이나 억울함과 같은 내용들이 반복적으로 나타나 근거이론적 방법론을 적용하여 탐색한 일반 여성노인의 분노현상과는 [3] 다소 차이가 있었다.

본 연구결과에 따르면, 공격성향을 보이는 노인에서 분노의 원인으로 가장 많이 언급된 내용은 자존심에 관한 것으로, 오랜 기간 존중받지 못한 삶을 살아오면서 스스로 열등감을 가지게 되었고 이 열등감을 건드리게 될 경우 분노를 폭발적으로 표현하는 것으로 나타났다. 자존감과 관련된 분노에 대한 내용은 중년여성[16] 뿐만 아니라 노인을 대상으로 한 국내 양적 선행연구들에서도 타인의 무시와 상처받은 자존심이 분노표출과 관련이 있음을 밝히고 있고[22,23], 국외 선행연구를 통해서도 자아존중감과 분노 간의 유의한 부적관계가 있음이 보고된 바 있으며[24], 자존감이 낮은 사람들은 타인에게 공격행동을 나타낸다는 연구결과[15]를 통합해 보았을 때 낮은 자존감은 분노와 공격행동의 중요한 원인이라는 것을 알 수 있다. 따라서 분노는 자존감에 대한 욕구의 표현일 수 있으므로, 특히 공격성향을 나타내는 여성노인의 분노감을 예방하거나 완화하기 위해서는 그들의 자존감을 높여 주어야 할 필요가 있음을 시사하며, 이들을 위한 자존감 증진 프로그램의 개발 및 적용이 시도될 필요가 있음을 알 수 있다.

분노의 표출은 언어적인 요소와 행동적인 요소를 모두 포함하는 복합적, 다차원적 행동이며 자신의 분노를 환경 속의 타인이나 특정 대상에게 표현하는 것을 말하는데[25]. 공격성향 여성노인은 분노를 참지 못하고 ‘견잡을 수 없는 분노의 응어리’를 욕설과 행동으로 다양하게 표출하고 있었다. 본 연구

는 현상학적 연구방법을 통해 공격성향이 강한 여성노인의 생생한 분노표현을 확인할 수 있었다는데 의의가 있다. 또한 여성노인이 분노가 끓어오를 때 성질을 내고 직접적인 공격성을 나타낸다고 보고한 Kwon 등[3]의 연구와 일치하였는데, 이는 여성노인의 경우 자신의 존재가 가족 내에서 큰 의미를 가지지 못한 채 대부분 혼자 살고 있고 여명이 얼마 남지 않았으므로 굳이 자신의 분노를 억제하고자 하는 생각을 하지 않는 것으로 생각된다. 그러나 나이가 많아질수록 분노를 주로 억제한다는 선행연구와[2,10], 여성노인에서 분노 억제가 자주 나타난다고 보고한 선행연구결과와는[9] 다른 결과이다. 이는 본 연구가 일반적인 여성노인의 분노경험을 탐색한 것이 아니라 공격적인 성향이 강한 여성을 대상으로 하였기 때문에 나타난 결과로 사료되며, 공격성향을 나타내는 여성노인의 분노가 일반 여성노인의 분노와 다를 수 있음을 보여주는 결과라 할 수 있다. 본 연구의 공격성향 여성노인의 분노와 화병을 비교해 보면, 화병은 주로 분노를 억제하는 태도가 장기간 체류되어 나타나는 신체적 증상, 심리적 증상, 행동적 증상을 포괄하는 것인데[26], 공격성향 여성노인들은 마음속의 분노를 마음껏 표출하므로 분노의 억제로 인한 화병이 생길 가능성은 낮아 보이며, 본 연구결과에서도 화병과 관련된 내용을 언급한 경우는 없었다.

본 연구의 세 번째 범주인 ‘분노에 대한 자기 합리화’는 본 연구대상자들이 자신의 분노를 표현하는 일련의 행동들이 그에 맞는 합당한 이유가 있다고 생각하는 부분으로 자신의 분노성향은 외적으로는 타인으로부터 존중받지 못한 피해자로서의 정당한 반응이며(외적 합리화) 내적으로는 자신의 강직한 성격 때문으로 받아들이고 있었다(내적 합리화). 우리나라 문화권에서는 분노의 표현 측면에서 분노의 표출보다 분노의 억제를 보다 많이 사용하고 있는 것으로 나타나는 것[9,26]과 달리, 본 연구대상자들은 공격적인 성향을 가지고 있어 분노를 표출하는 기제를 주로 사용하며 분노표현에 대한 자기방어로 이에 대한 원인을 타인의 잘못이라 여기는 것으로 드러났다. 이러한 합리화에 대한 기제는 여성노인의 분노현상에 대한 선행연구들에서 드러나지 않았던 내용으로, 자신의 격렬한 분노표현은 타인으로부터 존중받지 못한 삶에 대한 회한의 반응이므로 자신의 분노를 타인의 탓으로 돌리는 것은 당연한 맥락으로 생각된다. 남성노인의 분노표출은 자기방어를 위한 자존감과 관련된 긍정적 정서경험이며, 문제해결을 위한 건설적인 방법이라고 언급한 선행연구에 비추어 볼 때[9], 이러한 결과는 공격성향 여성노인의 입장에서는 자신의 자존감을 지키기 위한 자기 방어적 정서경험의 일부라고도 볼 수 있을 것

이다. 따라서 공격성향을 지닌 여성노인을 대할 때 느끼게 되는 두려움이나 방어적 태도로부터 벗어나[3], 이들의 분노표현 저변에 자리 잡고 있는 방어기제를 이해하고 이들의 분노가 건강을 해치거나 다른 사람과의 관계를 해치지 않을 정도의 범위 안에서 긍정적으로 표출되거나 전환될 수 있도록 하는 중재전략이 필요할 것으로 생각된다.

공격성향 여성노인은 화를 내고 난 후 시원하고 후련함을 경험하나 동시에 토해낸 분노를 다시 되새기면서 후회하기도 하며, 아무리 화를 내면서 풀어도 늘 마음속에는 ‘가서지지 않는 분노의 불씨’가 남아있었다. Lee[16]의 연구에서 ‘그 때뿐인 후련함과 그 후에 밀려드는 후회와 자책감’과 유사한 맥락에서 이해해 볼 수 있으며 Kwon 등[3] 연구에서도 분노가 표출되어 누그러지기도 하지만 후회, 불편함, 어색함 등이 덧없음의 범주로 드러나 본 연구결과와 유사한 결과임을 알 수 있다. 분노는 분노유발 상황이 사라지면 완화되는 일시적 감정상태인 상태분노(state anger)와 상태분노 횟수와 정도의 증가에 따라 만성화되는 특성분노(trait anger)로 구분하는데[27], 본 연구결과에서 나타난 ‘가서지지 않는 분노의 불씨’는 기질적 분노인 특성분노(trait anger)의 의미로 사료되나 연구참여자의 분노에 대한 구체적 평가를 하지 않았기 때문에 제한점이 있다. 또한 분노가 억제되거나 풀리지 않고 잠재되어 있는 남은 불씨가 화병을 초래하는 ‘한(恨)’으로 맺혀지는지에 대한 부분도 향후 후속연구를 통해 알아볼 필요가 있다.

본 연구결과는 다른 연령대, 다른 계층의 분노의 체험과 많은 유사성을 발견할 수도 있으나 한국의 사회문화적 맥락 속에서 경험하는 여성노인, 특히 공격성향 여성노인의 분노에 대한 구체적 체험을 심층적으로 기술하여 풍부하고 이해를 도모하였다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있다. 본 연구결과는 공격성향 여성노인의 분노를 이해하고 이를 바탕으로 이들의 분노 조절 및 해소를 위한 다양한 신체, 심리, 사회적 프로그램을 개발하는 데 활용될 수 있을 것으로 기대한다.

결 론

본 연구는 공격성향 여성노인의 분노경험을 탐색하고 그 본질과 의미를 발견하기 위해 현상학 연구방법을 이용하여 이루어졌다. 공격성향 여성노인의 분노경험의 본질적 주제는 ‘존중받지 못한 삶에 대한 회한’, ‘견잡을 수 없는 분노의 응어리’, ‘분노에 대한 합리화’, ‘가서지지 않는 분노의 불씨’이었다. ‘존중받지 못한 삶에 대한 회한’은 공격성향 여성노인의 분노를 일으키는 자극이자 분노경험의 출발점으로 볼 수 있고

‘견잡을 수 없는 분노의 응어리’는 분노의 욕구가 마음속에 잠재해 있다가 공격적인 언어와 격렬한 행동으로 표출되는 것으로 공격성향 여성노인의 분노경험을 여실히 보여주고 있으며 ‘분노에 대한 자기 합리화’는 분노 후에 자신을 정당하다고 합리화시키면서 분노표현 후의 상황을 합리화시키는 것으로 드러났다. ‘가서지지 않는 분노의 불씨’는 분노를 표출하고 난 뒤의 시원함과 후회가 경험되는 부분으로 토해내고 남에도 불구하고 아직도 앙금으로 남은 분노의 불씨가 되새겨져 분노의 표출이 반복될 가능성이 있는 것으로 보여진다.

본 연구결과는 한국의 사회문화적 맥락 속에서 경험할 수 밖에 없는 공격성향 여성노인의 분노를 심층적으로 기술하여 풍부한 이해를 도모하였다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있을 것이며, 공격성향 여성노인을 위한 분노조절 간호중재 개발에 기여할 수 있을 것이다.

본 연구의 결과를 토대로 다음과 같은 사항을 제언한다.

첫째, 본 연구는 공격성향의 여성노인을 대상으로 하였으므로, 공격성향의 남성노인의 분노 경험을 탐색, 비교함으로써 공격성향 노인의 분노현상에 대한 포괄적인 경험적 구조를 밝힐 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서 도출된 주제 내용을 기초로 하여 공격성향의 여성노인들이 분노감정을 표출하고 관리할 수 있는 분노조절 프로그램의 개발 및 적용을 제언한다.

REFERENCES

1. Statistics Korea. 2015 world and korea population prospects [Internet]. Daejeon: Statistics Korea; 2015 July 8 [updated 2015 July 8; cited 2015 October 27]. Available from: http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/1/index.board?bmode=read&aSeq=348565
2. Kim MH, Min KH. Emotional experience and emotion regulation in old age. *Journal of Korean Psychology*. 2004;23(1):1-21.
3. Kwon HJ, Rho ES. A grounded theory approach to the phenomenon of elderly women's anger. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2000;9(2):220-30.
4. Song DL. A study on 'anger' in counseling. *Journal of Theological Perspective*. 2006;154:74-98.
5. Ramirez JM, Andrew JM. Aggression, and some related psychological constructs (anger, hostility, and impulsivity): some comments from a research project. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 2006;30:276-91. <http://dx.doi.org/10.1016/j.neubiorev.2005.04.015>
6. Koh KB, Kim DK, Kim SY, Park JK, Han M. The relation between anger management style, mood and somatic symptoms in anxiety disorders and somatoform disorders. *Psychiatry Research*. 2008;160:372-9. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2007.06.003>
7. Starner TM, Peters RM. Anger expression and blood pressure in adolescents. *Journal of School Nursing*. 2004;20(6):335-42. <http://dx.doi.org/10.1177/10598405040200060801>
8. Park YJ, Park ES, Kim SJ, Yang SS, Shin HJ, Im HS, et al. Anger and health status in late school-age children. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 2005;35(5):888-95.
9. Jang MH, Lee JA, Kim AS. Gender specific role of anger expression in association with depression and health behavior in community-dwelling elders. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2014;23(1):38-48. <http://dx.doi.org/10.12934/jkpmhn.2014.23.1.38>
10. Park JS, IM CS, Kim TS, Wang SK, Chee IS, Kim JL. Trends in anger and aggression across the life span in Korean population. *Journal of Korean Geriatric Psychiatry*. 2010;14:97-103.
11. Mackay M, Rogers P, Mackay J. 2nd ed. *When anger hurts: quieting the storm within*. Oakland: New Harbinger Publications, Inc; 2003. 320 p.
12. Choi IR. Anger expression type and mental health in middle aged women. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 2009; 39(2):602-12. <http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2009.39.4.602>
13. Park MY, Kang HS, Kim JI. The relationship between health promoting behaviors and anger in elderly women. *Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing*. 2005;12(3): 354-61.
14. Park YR, Yoo MS, Soon YJ. The relationship between trait anger, life style and physical symptoms in elderly people. *Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing*. 2007;14(1):72-81.
15. Seo SG, Kwon SM. Relations of self-esteem and narcissism with aggressiveness. *Korean Journal of Clinical Psychology*. 2002;21(4):809-26.
16. Lee YM. The lived experiences of the middle-aged women's anger. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2007;16(4):411-9.
17. Colaizzi PF. Psychological research as the phenomenologist views it. In: Valle RS, King M, editors. *Existential phenomenological alternatives for psychology*. New York, NY: Oxford University Press; 1978. p. 48-71.
18. Buss AH, Durkee A. An inventory for assessing different kinds of hostility. *Journal of Consulting Psychology*. 1957;21:343-9.
19. Koh YI. Effects of aggression and depression and anger expression style of university students [dissertation]. [Busan]; Busan University; 1993. 163 p.
20. Guba EG, Lincoln YS. *Effective evaluation: improving the usefulness of evaluation results through responsive and naturalistic approaches*. 1st ed. San Francisco: JosseyBass; 1981. 444 p.
21. Chang WS. The effects of the group forgiveness program on

- anger, anxiety and depression for female elders. *Journal of the Korea Gerontological Society*. 2010;30(1):109-26.
22. Kim KB, Song SJ, Sok SR. A study on correlation among anger, health state, and quality of life in the elderly. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2008;17(1):19-27.
23. Kim SH, Kim HS. The meta analysis of the effects of self-esteem and depression programs of the elderly. *Journal of Social Science*. 2014;40(3):77-97.
<http://dx.doi.org/10.15820/khjss.2014.40.3.004>
24. Mahon NE, Yarcheski A, Yarcheski TJ, Hanks MM. A meta-analytic study of predictors of anger in adolescents. *Nursing Research*. 2010;59:178-84.
25. Sharkin BS. The measurement and treatment of client anger in counseling. *Journal of Counseling and Development*. 1988;66:361-5.
26. Min SG. A study of the concept of hwabyung. *Journal of The Korean Neuropsychiatric Association*. 1989;28(4):604-16.
27. Spielberger CD, Jacobs G, Russell S, Crane RS. Assessment of anger: the state-trait anger scale. In: Butcher JN, Spielberger CD, editors. *Advances in personality assessment*. vol. 2. Hillsdale (NJ): Lawrence Erlbaum Associates; 1983. p. 159-87.