

# 전공계열별 대학생의 분노표현, 긍정적 사고, 감사성향과 특성분노

전원희<sup>1</sup> · 조명주<sup>2</sup>

<sup>1</sup>계명대학교 간호대학 조교수, <sup>2</sup>부산가톨릭대학교 간호대학 조교수

## College Students' Anger Expression, Positive Thinking, Gratitude, and Trait Anger according to College Majors

Jun, Won Hee<sup>1</sup> · Jo, Myoung-Ju<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Assistant Professor, College of Nursing, Keimyung University, Daegu; <sup>2</sup>Assistant Professor, College of Nursing, Catholic University of Pusan, Busan, Korea

**Purpose:** This study was conducted to investigate the differences in the characteristics of anger expression, positive thinking, gratitude, and trait anger, and factors affecting trait anger in college majors. **Methods:** The participants were 339 college students and recruited from two universities in P and D cities. Data were analyzed with descriptive analysis, ANOVA, Pearson's correlation coefficients, and stepwise regression analysis using the SPSS/WIN 20.0 program. **Results:** There were significant differences in anger-in, anger-control, positive thinking, gratitude, and trait anger according to college majors. Moreover, anger-out was a significant factor of trait anger in all college majors. Positive thinking was a significant factor of trait anger in all college majors but natural sciences college. In terms of art, music and physical education college. Three subscales of anger expression and positive thinking were significant factors of trait anger in art music and physical education colleges majors. **Conclusion:** The finding of this study suggests strategies for promoting appropriate anger expression techniques and enhancing positive thinking of college students in order to decrease trait anger.

**Key Words:** Anger, Positive thinking, Gratitude, College student

## 서 론

### 1. 연구의 필요성

분노감정은 일상생활 속에서 빈번하게 경험할 수 있는 자연스럽고 정상적인 감정이나 적절히 조절되지 못하는 경우 대인관계를 악화시키고 불안, 우울 등의 내현화 문제행동과 비행, 공격성 등의 외현화 문제행동 및 나아가 자살 위험성을 증가시키는 것으로 보고되고 있다[1-3]. 대학생 시기는 학업, 대인관계, 가치 판단, 진로 등의 다양한 발달과제에 직면하여 지속적으로 스트레스를 받고 이로 인해 자주 분노를 경험하는 반면, 분노를 효과적으로 다루는 것이 미숙하여 적절히 해소하지 못하거나 난폭한 말과 행동 등의 공격적인

양상으로 표출할 가능성이 높다[4,5]. 즉, 분노관리는 대학생들이 성공적으로 발달과업을 완수해 나가는 데 중요한 부분으로 대학생들의 분노에 대한 사회적 차원의 관심과 적극적인 관리 방안이 요구된다.

분노경험은 상태분노(state-anger)와 특성분노(trait-anger)로 구분할 수 있다. 상태분노는 일시적으로 경험하는 정서 상태이며 검사 당시 분노감정의 정도를 의미하며 특성분노는 일반적인 분노 경향성으로서 평소 얼마나 자주 분노를 경험하는지를 나타낸다[6]. 특성분노는 보다 쉽고 강하게 상태분노를 상승시키고 부적절한 분노 표현방식과도 밀접한 관련이 있어[7] 대학생의 분노경험을 측정하는 데 중요한 지표가 될 수 있다. 따라서 대학생들의 분노관리를 위

**주요어:** 분노, 긍정적 사고, 감사성향, 대학생

Address reprint requests to: Jo, Myoung Ju

College of Nursing, Catholic University of Pusan, 57 Oryundae-ro, Geumjeong-gu, Busan 46252, Korea

Tel: +82-51-510-0775 Fax: +82-51-510-0747 E-mail: nicupicu@naver.com

Received: 29 March 2016 Revised: 6 July 2016 Accepted: 16 July 2016

해 특성분노에 영향을 미치는 요인들을 탐색할 필요가 있다.

본 연구에서 특성분노에 영향을 미치는 요인으로 고려한 첫 번째 요인은 분노표현이다. 분노표현은 분노를 다른 사람이나 사물을 향해 드러내는 분노표출(anger-out), 분노를 자기 내부로 돌리는 분노억제(anger-in)와 분노를 자각하고 이를 조절하고 관리하기 위해 다양한 방법을 찾는 분노조절(anger-control)의 세 가지 유형을 포함하고 있다[8]. 선행연구들은 분노관리에서 분노 그 자체보다 분노를 어떻게 다루는지가 더욱 중요할 수 있음을 언급하고 있다. 예를 들어, 분노를 억제하는 경우 겉으로는 감정조절을 잘 하는 것으로 보일 수 있으나 내부에는 여전히 분노가 남아있어 감정 회복이 더디게 된다[9]. 또한 청소년의 역기능적 분노표현은 분노경험을 증가시키고, 분노를 적절히 조절하여 표현하는 것은 분노경험을 감소시키는 것으로 보고되고 있어[10] 대학생의 분노관리에서 분노표현방식은 주요 요인으로 다루어야 할 부분이라 하겠다.

분노에 대한 선행연구들을 살펴보면, 분노 관련요인으로서는 주로 성격 특성이나 부정적 정서 등이 보고되고 있다[1,5,11]. 그러나 최근 긍정심리학자들은 인간의 문제에 대해 부정적인 부분들을 교정하기보다 개인의 강점, 자원 등의 긍정적인 측면을 강화시키는 데 초점을 맞추고 있다[12]. 긍정심리 특성 중 긍정적 사고는 개인이 삶을 긍정적으로 인식하고 부정적인 사건에서도 긍정적인 부분을 발견하여 성장의 기회로 삼고 목표를 추구하는 인지적 태도 및 대처방식으로 정의될 수 있다[13,14]. 선행연구에서 긍정적 사고는 행복, 삶의 만족감 등의 심리적 건강 지표들과 정적 상관관계가 있고, 스트레스, 우울, 불안, 분노 등과 같은 정신 병리 지표들과는 부적 상관관계가 있는 것으로 나타나[15] 부정적 정서에 대한 보호요인이 될 수 있음을 알 수 있다.

또한 감사는 스트레스로 인한 부정적인 영향을 덜 받게 하고 그 영향에서 빠르게 회복할 수 있도록 돕는 인지, 정서, 행동적 개념이다. 평소에 감사성향이 높은 사람은 그렇지 않은 사람들에 비해 우울, 불안, 분노와 같은 부정적 정서를 적게 경험하고 스트레스 사건을 긍정적이고 의미있는 사건으로 재구조화할 수 있으며 유연한 대인관계와 친사회적 행동을 나타낸다[16-19]. 아울러, 선행연구에서 간호대학생의 감사성향은 특성분노와 역상관관계가 있는 것으로 나타났다[14].

지금까지 대학생의 분노 관련연구들은 전체 대학생을 대상으로 한 경우가 대부분이었다. 전공계열 단위의 단일 집단으로는 보건계열[5,14]이나 예체능계열[20]의 대학생을 대상으로 한 연구 외에는 찾아보기 힘든 실정이었으며, 전공계열에 따른 분노와 분노 관련요인들의 차이를 조사한 연구는 간호대학생과 교육대학생의 분노표현을 비교한 연구[21] 이외에는 없었다.

대학생들은 전공 특성에 따라 분노를 표현하는 방식이나 주장행

동의 양상이 다를 수 있다[21]. 예를 들어, 인본적이고 이타주의적인 헌신, 돌봄의 간호이념은 학생들이 분노를 억제하는 방식으로 표현하는 데 영향을 미칠 수 있다[22]. 또한 학업의 대부분이 운동의 형태로 이루어지는 체육계열 학생들은 감정표현에 있어 폭언이나 신체적 공격을 나타내기 쉽다[20]. 이러한 점에서, 대학생들의 분노관리를 위한 중재적 접근 시 전공계열별 분노 관련요인의 차이를 조사하고 이를 반영하여 중재 프로그램을 개발하는 것이 보다 효과적인 전략이 될 수 있다고 본다. 이에 본 연구는 대학생의 전공계열에 따른 분노표현, 긍정적 사고, 감사성향 및 특성분노의 차이를 파악하고 전공계열별 특성분노 영향요인을 규명함으로써 대학생의 분노에 대한 이해를 넓히고 전공계열의 특성을 반영한 분노관리방안을 마련하는 데 기초자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구 목적

본 연구는 전공계열별 대학생의 특성분노에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 전공계열에 따른 분노표현, 긍정적 사고, 감사성향 및 특성분노의 차이를 파악한다.
- 2) 대상자의 전공계열에 따른 분노표현, 긍정적 사고, 감사성향과 특성분노의 관계를 파악한다.
- 3) 대상자의 전공계열에 따른 특성분노의 영향요인을 파악한다.

## 연구 방법

### 1. 연구 설계

본 연구는 전공계열별 대학생의 특성분노에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상 및 자료 수집 방법

본 연구 대상자는 B시와 D시에 소재한 2개 4년제 대학에 재학 중인 대학생으로, 인문사회계열, 자연계열, 보건계열, 공학계열과 예체능계열을 포함하여 전공계열별로 70명씩 총 350명을 편의 추출하였다. 자료수집은 2015년 10월 1일부터 30일까지 실시되었다. 연구자는 해당기관의 학과장으로부터 자료수집에 대한 승인을 얻은 후 강의실을 방문하여 학생들의 휴식시간 동안 본 연구의 목적과 내용을 설명하였다. 또한 대상자의 윤리적 문제를 고려하여 연구 참여의 자발성과 익명성에 대해 명시하였고 대상자가 연구 참여를 원하지 않을 경우 언제든지 중단할 수 있으며 이로 인해 어떠한 불이익도 받지 않음을 설명하였다. 이후 연구자가 자리를 비운 상태에서 자료수집에 대해 훈련 받은 연구보조원이 연구 동의를 배포하였고, 본 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 연구 참여에 서면 동의한

대상자에 한하여 구조화된 자가 보고식 설문지를 배부하였다. 설문지는 대상자가 직접 작성하도록 하였으며 응답이 완성된 설문지는 일괄 수거하였다. 총 350부의 설문지를 배부하여 345부가 회수되었고 이 중 응답내용이 불성실한 6부를 제외한 339 (96.9%)부를 최종 분석에 사용하였다. G-power 3.1.5 프로그램을 이용하여 분산분석에서 유의수준 .05, 검정력 .80, 중간효과 크기 .25, 그리고 5개 그룹을 기준으로 하였을 때 최소 표본 수는 200명으로 산출되어 본 연구의 대상자 수는 추정된 최소 표본 수를 충족하였다.

### 3. 연구 도구

#### 1) 분노 및 분노표현

분노는 Spielberger 등[6]이 개발한 상태-특성 분노 표현 척도(state-trait anger expression inventory, STAXI)를 Chon 등[23]이 한국어로 번역·수정하여 타당도와 신뢰도를 검증한 도구를 사용하였다. 이 도구는 분노의 경험적 측면을 측정하는 상태분노와 특성분노는 각각 10문항씩 총 20문항이며, 분노표현양식을 측정하는 분노억제, 분노표출 및 분노조절 척도는 각각 8문항씩 총 24문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 개인의 일반적인 분노 경향성을 측정하는 특성분노 척도 10문항과 분노억제, 분노표출 및 분노조절 척도 24문항을 사용하였다. 각 척도는 Likert 4점 척도로, 특성분노 척도는 10점에서 40점까지의 점수범위를 가지며 점수가 높을수록 분노수준이 높음을 의미한다. 분노표현양식 척도의 각 척도별 점수범위는 8점에서 32점까지이며 점수가 높을수록 해당 분노표현양식을 사용하는 정도가 높음을 의미한다. Chon 등[23]의 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$ 값은 상태분노 .90, 특성분노 .82, 분노억제 .73, 분노표출 .74 그리고 분노조절이 .81이었고, 본 연구에서는 특성분노 .85, 분노억제 .75, 분노표출 .76, 분노통제 .78이었다.

#### 2) 긍정적 사고

긍정적 사고는 Kim 등[13]이 긍정적 사고를 체계적으로 측정할 수 있도록 개발하여 타당도와 신뢰도를 검증한 도구를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 총 18개 문항으로 각 척도는 Likert 5점 척도로 측정되며 점수가 높을수록 긍정적 사고 수준이 높음을 의미한다. Kim 등[13]의 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .85였고, 본 연구에서는 .87이었다.

#### 3) 감사성향

감사성향은 McCullough 등[17]이 개발하고, Kwon 등[16]이 한국어로 번안하여 타당도와 신뢰도를 검증한 한국판 감사 질문지(Gratitude Questionnaire-6, GQ-6)를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 일상생활에서의 감사의 경험과 표현을 평가하는 총 6문항의 7점

Likert 척도로 측정된다. 점수가 높을수록 감사성향이 높은 것으로 해석한다. Kwon 등[16]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .85였고, 본 연구에서는 .86이었다.

### 4. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 20.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며, 구체적인 분석 방법은 다음과 같다. 첫째, 대상자의 일반적 특성은 기술통계를 이용하여 빈도와 백분율로 나타내었고, 대상자의 전공계열에 따른 일반적 특성의 차이는  $\chi^2$  test로 분석하였다. 둘째, 대상자의 전공계열에 따른 분노표현, 긍정적 사고, 감사성향 및 특성분노의 정도는 평균과 표준편차를 제시하였다. 전공계열에 따른 분노표현, 긍정적 사고, 감사성향 및 특성분노의 차이는 one-way ANOVA로 분석하였으며, 집단 간의 차이를 알아보기 위한 사후검정은 Scheffe's test를 실시하였다. 셋째, 대상자의 전공계열에 따른 분노표현, 긍정적 사고, 감사성향과 특성분노 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다. 마지막으로, 대상자의 전공계열에 따른 특성분노 영향요인을 파악하기 위해 단계적 다중회귀분석을 시행하였다.

## 연구 결과

### 1. 전공계열에 따른 일반적 특성의 차이

본 연구대상자의 성별 분포는 여학생이 192명(56.6%), 남학생이 147명(43.4%)이었고, 학년은 1학년이 117명(34.5%), 2학년이 77명(22.7%), 3학년이 74명(21.8%), 4학년이 71명(21.0%)이었다. 대상자의 절반 이상인 207명(61.1%)이 종교가 있었고 전공 만족도에서는 만족이 199명(58.7%), 보통이 120명(35.4%), 불만족이 20명(5.9%)이었다. 전공계열에 따른 일반적 특성은 인문사회계열, 자연계열, 보건계열, 공학계열, 예체능계열에서 성별, 학년, 종교 유무, 전공 만족도 모두 유의한 차이가 없었다(Table 1).

### 2. 전공계열에 따른 특성분노, 분노표현, 긍정적 사고 및 감사성향의 차이

전공계열에 따라 분노억제, 분노조절, 긍정적 사고, 감사성향, 특성분노는 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 사후검정 결과, 분노표현 하위영역에서 분노억제는 인문사회계열 학생들이 공학계열에 비해 유의하게 높았고 분노조절은 예체능계열 학생들이 인문사회계열과 공학계열에 비해 유의하게 낮았다. 긍정적 사고는 분산분석 시 집단 간의 평균의 차이는 유의하였으나, 사후검정 결과 집단별 차이는 없었다. 감사성향은 예체능계열 학생들이 인문사회계열, 보건계열과 공학계열에 비해 유의하게 낮았다. 특성분노는 보건계열

**Table 1. Differences for General Characteristics between College Majors**

(N = 339)

| Characteristic        | Category     | Total      | HSSC (n = 68) | NSC (n = 68) | HC (n = 70) | EC (n = 70) | AMPEC (n = 63) | $\chi^2$ | p    |
|-----------------------|--------------|------------|---------------|--------------|-------------|-------------|----------------|----------|------|
|                       |              | n (%)      |               |              |             |             |                |          |      |
| Gender                | Female       | 192 (56.6) | 40 (58.8)     | 37 (54.4)    | 49 (70.0)   | 38 (54.3)   | 28 (44.4)      | 9.33     | .053 |
|                       | Male         | 147 (43.4) | 28 (41.2)     | 31 (45.6)    | 21 (30.0)   | 32 (45.7)   | 35 (55.6)      |          |      |
| Grade                 | 1st          | 117 (34.5) | 21 (30.9)     | 22 (32.4)    | 25 (35.7)   | 22 (31.4)   | 27 (42.9)      | 5.56     | .937 |
|                       | 2nd          | 77 (22.7)  | 16 (23.5)     | 14 (20.6)    | 14 (20.0)   | 18 (25.7)   | 15 (23.8)      |          |      |
|                       | 3rd          | 74 (21.8)  | 18 (26.5)     | 16 (23.5)    | 14 (20.0)   | 16 (22.9)   | 10 (15.9)      |          |      |
|                       | 4th          | 71 (21.0)  | 13 (19.1)     | 16 (23.5)    | 17 (24.3)   | 14 (20.0)   | 11 (17.4)      |          |      |
| Religion              | Yes          | 207 (61.1) | 35 (51.5)     | 45 (66.2)    | 46 (65.7)   | 47 (67.1)   | 34 (54.0)      | 6.44     | .169 |
|                       | No           | 132 (38.9) | 33 (48.5)     | 23 (33.8)    | 24 (34.3)   | 23 (32.9)   | 29 (46.0)      |          |      |
| Satisfaction on major | Satisfied    | 199 (58.7) | 48 (70.6)     | 36 (52.9)    | 37 (52.9)   | 39 (55.7)   | 39 (61.9)      | 13.15    | .107 |
|                       | Common       | 120 (35.4) | 19 (27.9)     | 27 (39.7)    | 28 (40.0)   | 29 (41.4)   | 17 (27.0)      |          |      |
|                       | Dissatisfied | 20 (5.9)   | 1 (1.5)       | 5 (7.4)      | 5 (7.1)     | 2 (2.9)     | 7 (11.1)       |          |      |

HSSC = humanities and social science college; NSC = natural sciences college; HC = health allied college; EC = engineering college; AMPEC = art, music and physical education college.

**Table 2. Differences in Anger Expression, Positive thinking, Gratitude, and Trait Anger according to College Majors**

(N = 339)

| Characteristic    | HSSC (n =68)             | NSC (n =68)              | HC (n =70)               | EC (n =70)               | AMPEC (n =63)            | F (p)         |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------|
|                   | Mean ± SD                |                          |                          |                          |                          |               |
| Anger expression  |                          |                          |                          |                          |                          |               |
| Anger-in          | 2.21 ± 0.51 <sup>a</sup> | 2.07 ± 0.51              | 2.13 ± 0.49              | 1.93 ± 0.53 <sup>b</sup> | 2.04 ± 0.51              | 2.95 (.020)   |
| Anger-out         | 1.95 ± 0.47              | 1.80 ± 0.37              | 1.93 ± 0.45              | 1.80 ± 0.43              | 1.93 ± 0.42              | 2.15 (.074)   |
| Anger-control     | 2.64 ± 0.52 <sup>a</sup> | 2.55 ± 0.53              | 2.41 ± 0.53              | 2.66 ± 0.59 <sup>a</sup> | 2.34 ± 0.57 <sup>b</sup> | 4.41 (.002)   |
| Positive thinking | 3.68 ± 0.59              | 3.48 ± 0.66              | 3.62 ± 0.61              | 3.66 ± 0.66              | 3.36 ± 0.63              | 3.06 (.017)   |
| Gratitude         | 5.60 ± 1.15 <sup>a</sup> | 5.30 ± 1.18              | 5.49 ± 0.98 <sup>a</sup> | 5.47 ± 1.05 <sup>a</sup> | 4.81 ± 0.97 <sup>b</sup> | 5.47 (< .001) |
| Trait anger       | 2.06 ± 0.52              | 1.83 ± 0.41 <sup>b</sup> | 2.11 ± 0.46 <sup>a</sup> | 1.84 ± 0.44 <sup>b</sup> | 2.13 ± 0.55 <sup>a</sup> | 7.45 (< .001) |

HSSC = humanities and social science college; NSC = natural sciences college; HC = health allied college; EC = engineering college; AMPEC = art, music and physical education college.

scheffe's test: a > b

**Table 3. Correlations between Anger Expression, Positive thinking, Gratitude and Trait Anger by College Majors**

(N = 339)

| Variable    | College major | Anger-in     | Anger-out    | Anger-control | Positive thinking | Gratitude   |
|-------------|---------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|-------------|
| Trait anger | HSSC          | .32 (.008)   | .58 (< .001) | -.36 (.003)   | -.57 (< .001)     | -.11 (.367) |
|             | NSC           | .28 (.021)   | .54 (< .001) | -.33 (.006)   | -.11 (.368)       | -.17 (.163) |
|             | HC            | .37 (.002)   | .63 (< .001) | -.36 (.002)   | -.49 (< .001)     | -.38 (.001) |
|             | EC            | .29 (.016)   | .49 (< .001) | -.41 (.001)   | -.36 (.002)       | -.20 (.095) |
|             | AMPEC         | .57 (< .001) | .62 (< .001) | -.19 (.048)   | -.56 (< .001)     | -.11 (.397) |

HSSC = humanities and social science college; NSC = natural sciences college; HC = health allied college; EC = engineering college; AMPEC = art, music and physical education college.

과 예체능계열이 자연계열과 공학계열에 비해 유의하게 높았다(Table 2).

### 3. 전공계열에 따른 분노표현, 긍정적 사고, 감사성향 및 특성분노와의 관계

분노억제, 분노표출은 특성분노와 전공계열별로 모두 정적 상관관계가 있었고, 분노조절은 부적 상관관계가 있었다. 긍정적 사고와 특성분노는 대부분의 전공계열들에서 부적 상관관계가 있었으나 자연계열에서는 상관관계가 없었다. 감사성향과 특성분노는 대

부분의 전공계열에서는 상관관계가 없었으나 보건계열 학생들에서는 부적 상관관계가 있었다(Table 3).

### 4. 전공계열에 따른 특성분노의 영향요인

전공계열에 따른 특성분노의 영향요인을 규명하기 위해 단계적 회귀분석을 실시하였다. 전공계열별 Durbin-Watson 통계량은 1.812-1.954였고 공차한계(tolerance)는 0.547-0.979으로 0.1 이상이었으며 분산팽창계수(Variance Inflation Factor, VIF)는 1.022-1.829로 10보다 작아 다중공선성의 문제가 없음을 확인하였다. 인문사회계열에서

Table 4. Factors influencing on Trait Anger according to College Majors

(N = 339)

| College major | Variable          | $\beta$ | t     | p      | R <sup>2</sup> | Adjusted R <sup>2</sup> | F        |
|---------------|-------------------|---------|-------|--------|----------------|-------------------------|----------|
| HSSC          | Anger-out         | .44     | 4.67  | < .001 | .34            | .33                     | 31.53*** |
|               | Positive thinking | -.42    | -4.45 | < .001 | .49            | .48                     |          |
| NSC           | Anger-out         | .49     | 4.78  | < .001 | .29            | .28                     | 16.71*** |
|               | Anger-control     | -.22    | -2.16 | .035   | .34            | .32                     |          |
| HC            | Anger-out         | .54     | 6.18  | < .001 | .39            | .38                     | 35.40*** |
|               | Positive thinking | -.36    | -4.09 | < .001 | .51            | .50                     |          |
| EC            | Anger-out         | .45     | 4.41  | < .001 | .24            | .23                     | 16.33*** |
|               | Positive thinking | -.30    | -2.98 | .004   | .33            | .31                     |          |
| AMPEC         | Anger-out         | .32     | 2.42  | .019   | .38            | .37                     | 16.36*** |
|               | Anger-in          | .31     | 2.58  | .012   | .46            | .44                     |          |
|               | Positive thinking | -.23    | -1.99 | .051   | .50            | .47                     |          |
|               | Anger-control     | -.20    | -2.03 | .047   | .53            | .50                     |          |

HSSC = humanities and social science college; NSC = natural sciences college; HC = health allied college; EC = engineering college; AMPEC = art, music and physical education college.

\*\*\* $p < .001$

는 분노표출( $\beta = .44$ )과 긍정적 사고( $\beta = -.42$ )가 특성분노에 영향을 미치는 유의한 요인으로 나타났고 이들 변인의 특성분노에 대한 설명력은 48.0%였다. 자연계열에서는 분노표출( $\beta = .49$ )과 분노조절( $\beta = -.22$ )이 특성분노에 영향을 미치는 유의한 요인이었고 이들 변인의 특성분노에 대한 설명력은 32.0%였다. 보건계열의 경우, 특성분노에 영향을 미치는 유의한 요인은 분노표출( $\beta = .54$ )과 긍정적 사고( $\beta = -.36$ )였고 이들 변인의 특성분노에 대한 설명력은 50.0%였다. 공학계열에서는 분노표출( $\beta = .45$ )과 긍정적 사고( $\beta = -.30$ )가 특성분노에 영향을 미치는 유의한 요인으로 나타났고 이들 변인의 특성분노에 대한 설명력은 31.0%이었다. 예체능계열에서는 분노표출( $\beta = .32$ ), 분노억제( $\beta = .31$ ), 긍정적 사고( $\beta = -.23$ )와 분노조절( $\beta = -.20$ )이 특성분노에 영향을 미치는 유의한 요인으로 나타났고 이들 변인의 특성분노에 대한 설명력은 50.0%였다(Table 4).

## 논 의

본 연구는 전공계열에 따른 대학생의 분노표현, 긍정적 사고, 감사성향 및 특성분노의 차이와 특성분노에 영향을 미치는 요인들을 파악하여 전공계열별 대학생의 분노관리 방안을 마련하는 데 기초 자료를 제공하고자 시도되었다.

연구결과, 전공계열에 따라 분노억제, 분노조절, 긍정적 사고, 감사성향, 특성분노 수준에 유의한 차이가 있었다. 분노표현에서는 인문사회계열 학생들의 분노억제 점수가 가장 높았고, 사후분석에서 공학계열과 비교하여 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 인문사회계열 학생들이 분노경험 시 분노를 억제하는 경향이 많음을 알 수 있다. 그러나 지금까지 인문사회계열이나 공학계열 학생들을 대상으로 분노와 분노표현 조사한 연구가 없어 이러한 차이를 논의하는 데 제한이 있으므로 추후 표본을 확대하여 이러한 전공계열

학생들의 분노와 분노표현에 대한 심층적인 연구가 필요할 것으로 사료된다. 분노조절은 예체능계열 학생들의 점수가 가장 낮았으며, 인문사회계열과 공학계열에 학생들에 비해 유의하게 낮아 예체능계열 학생들이 분노를 적절히 조절하여 표현하는 데 어려움이 있는 것으로 해석할 수 있다. 이는 체육계열 학생들이 규율이 엄격한 교육 환경으로 인해 자신의 감정을 적절히 표현하는 데 어려움이 있음을 언급한 선행연구[20]와 유사한 맥락으로 이해할 수 있다.

긍정적 사고는 비록 전공계열에 따라 유의한 차이가 있었으나 사후분석에서는 유의한 차이가 없었다. 그러나 감사성향은 예체능계열 학생들이 인문사회계열, 보건계열, 공학계열 학생들에 비해 유의하게 낮게 나타나 예체능계열 학생들이 긍정적 경험이나 결과에 대해 타인의 공헌을 인식하고 고마운 마음으로 반응하는 경향이 낮음을 알 수 있었다[17]. 예체능계열 학생들은 다른 전공계열에 비해 졸업 후 취업이 어렵고 노동시장에서 열악한 근로조건을 경험할 가능성이 높아 상대적으로 기능적 사회행동을 발전시켜나갈 기회가 적고 심리적 안녕감을 갖기 어려울 수 있다[20,26]. 감사성향은 기능적, 도덕적 사회행동을 동기화하고 대학생의 심리적 웰빙과 대인관계 유능성을 증진시킬 수 있다는 점에서[17], 예체능계열 학생들의 사회적 기능과 정신건강에 중요한 역할을 할 수 있다. 그러므로 예체능계열 학생들이 감사를 생활화할 수 있도록 다양한 활동들을 개발하여 훈련시켜나갈 필요가 있다.

특성분노에 대한 사후검정 결과, 보건계열과 예체능계열은 자연계열과 공학계열에 비해 특성분노가 유의하게 높았다. 스트레스나 우울과 같은 부정적 감정은 분노와 유의한 관련이 있는 것으로 보고되고 있다[4,5]. 선행연구에서 보건계열 중 간호대학생의 학업스트레스는 일반대학생에 비해 높고[25] 선후배 위계가 엄격하고 경직되어 있어[21] 불안이나 우울 등의 부정적 감정을 경험하기 쉬운 것으로 나타났다[26]. 또한 예체능계열은 전공의 높은 전문성에도 불

구하고 협소한 취업시장으로 인해 취업률이 낮아 다른 전공계열 학생들에 비해 진로문제로 복잡한 심리상태를 경험할 수 있다[24]. 이와 같이 보건계열과 예체능계열의 학생들은 학업, 경직된 선후배 관계 및 취업과 관련하여 많은 스트레스를 경험할 수 있다는 점에서 이들의 높은 분노수준을 이해할 수 있다.

상관관계 분석에서 특성분노는 전공계열에 상관없이 분노표출, 분노억제와 정적 상관관계를 보였고 분노조절과는 부적 상관관계를 보였는데 이는 대학생을 대상으로 특성분노와 분노표현과의 관계를 조사한 선행연구[7]의 결과와 일치하였다. 긍정적 사고는 자연계열을 제외한 전공계열에서 특성분노와 부적 상관관계가 있는 것으로 나타나 대학생의 긍정적 사고가 우울, 분노 등의 심리적 부적응에 부적 상관관계가 있음을 보고한 선행연구[15]와 일관된 결과를 보였다. 그러나 자연계열에서만 긍정적 사고가 특성분노와 상관관계가 없었던 것은 자연계열의 학문 특성이 현상에 대한 객관적 진리 탐구에 초점을 두기 때문에 주관적 심리상태일 수 있는 긍정적 사고가 개인의 분노경험에 영향을 미치지 못한 것으로 생각된다. 감사성향은 보건계열에서만 특성분노와 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났고, 이는 간호대학생의 감사성향과 특성분노 간에 유의한 상관관계가 있었던 선행연구[14]의 결과와 일관되었다. 이는 인간에 대한 전인적 접근을 통해 인간의 적응과 성장을 추구하는 보건계열의 학문 특성이 감사성향의 다양한 측면 즉, 사회적, 정서적, 인지적, 행동적 측면을 보다 효과적으로 활용하는 데 기여하고 나아가 분노수준을 감소시키는 데 영향을 미친 것으로 생각된다.

전공계열에 따른 특성분노 영향요인을 규명하기 위해 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 모든 전공계열에서 특성분노에 가장 영향을 미치는 요인은 분노표출이었다. 이러한 결과는 역기능적 분노표출의 양상으로 볼 수 있는 간접적, 폭력적, 그리고 언어적 공격성이 높을수록 체육계열 대학생의 특성분노 수준이 높았던 선행연구[20]의 결과와 대학생의 분노표출에 가장 높은 설명력을 보인 비난형 의사소통방식이 특성분노에서도 가장 높은 설명력을 보였던 선행연구[7]의 결과를 지지하고 있다. 분노를 표출하는 것이 카타르시스를 경험하게 함으로써 정신건강에 긍정적 영향을 미칠 수 있다고 생각할 수 있으나 실상, 분노가 표출되고 나면 대부분의 대인관계 상황은 분노표출 이전보다 더욱 악화되기 쉽고 이러한 상황은 또 다른 분노를 불러일으키게 되어 분노수준을 증가시킬 수 있다[27]. 이러한 연구결과들을 종합해 볼 때, 분노표출은 대학생의 분노관리를 위한 중재 프로그램 개발 시 우선적으로 고려되어야 할 것이다.

다음으로, 긍정적 사고는 자연계열을 제외한 모든 전공계열에서 특성분노에 영향을 미치는 유의한 요인으로 나타났다. 분노는 생리적, 인지적, 정서적 측면에서 정의되고 있으나 많은 학자들은 분노 경험을 일으키는 핵심적인 요인으로 인지적 요인을 강조하고 있다[8].

즉, 부정적인 외적 자극을 수용하고 의미를 찾도록 돕는 긍정적 사고의 특성은 특성분노 감소에 영향을 미칠 수 있다[11]. 이는 긍정적 사고가 부정적 정서를 감소시킬 수 있음을 제시한 선행연구[28]의 결과와 유사한 맥락으로 이해할 수 있다. 다만, 다른 전공계열과는 달리 자연계열에서는 긍정심리특성이 특성분노에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 전공영역에 따라 형성된 지식의 구조와 인식 및 신념이 다르기 때문인 것으로 생각되나 추후 다양한 심리사회적 요인들을 포함하여 특성분노 관련요인들을 탐색하는 연구가 필요하겠다. 아울러, 예체능계열의 경우, 긍정적 사고뿐만 아니라 분노표현의 3개 하위요인 모두 특성분노에 영향을 미치는 유의한 요인으로 나타나 교육과정 내 적절한 분노표현 기술을 배울 수 있는 교수법이나 교육 콘텐츠를 개발하는 것이 무엇보다 중요하겠다.

한편, 본 연구에서 감사성향은 모든 전공계열에서 대학생의 특성분노 예측요인에 포함되지 않았다. 이는 대학생의 감사성향이 분노 대처행동에 유의한 영향을 미쳤던 선행연구[29]의 보고와 상반되는 결과였고, 간호대학생에서 감사성향이 특성분노에 대한 영향요인으로 규명되지 않았던 것[14]과는 유사하였다. 이와 같이 선행연구들은 감사성향과 특성분노 간의 관계에 대해 서로 다른 결과들을 보고하고 있어 보다 다양한 관련요인들을 포함하여 통합적 구조모형에서 이들 변이 간의 인과관계를 살펴볼 필요가 있을 것으로 생각된다.

결론적으로, 본 연구는 대학생의 특성분노에 영향을 미치는 요인들이 전공계열에 따라 차이가 있음을 제시함으로써 향후 대학생의 분노 중재방안을 마련하는 데 있어 전공계열별 차이를 반영하여 차별화된 프로그램을 개발할 필요가 있음을 제시하였다. 본 연구의 제한점은 대상자 선정에서 2개 대학에 재학 중인 대학생을 대상으로 편의 추출하여 연구결과를 일반화하는데 한계가 있다. 또한 본 연구에서 특성분노에 영향을 미칠 수 있는 다양한 일반적 특성 변인을 고려하지 못한 점과 전공학문을 다루지 않는 1학년 학생을 포함한 연구결과에 대해 전공계열의 학문 특성과 연관 지어 해석한 부분은 전공계열별 특성분노 영향요인으로서 분노표현과 긍정적 사고의 타당성을 설명하는 데 제한이 될 수 있다.

## 결론 및 제언

본 연구에서 전공계열에 따라 대학생의 특성분노, 분노억제, 분노조절, 긍정적 사고, 감사성향 수준은 유의한 차이가 있었다. 또한 모든 전공계열에서 특성분노에 가장 영향을 미치는 유의한 요인은 분노표출이었고 긍정적 사고는 자연계열을 제외한 모든 전공계열에서 특성분노에 영향을 미치는 유의한 요인으로 나타났다. 예체능계열의 경우, 긍정적 사고뿐만 아니라 분노표현의 3개 하위요인 모

두 특성분노에 영향을 미치는 유의한 요인으로 나타났다.

이러한 연구결과는 대학생의 분노를 이해하는 데 새로운 지식을 더하였으며 나아가, 대학생을 위한 분노 중재 프로그램을 개발 시 전공계열에 따른 차이를 반영하는 것이 보다 실제적이고 효과적인 중재적 접근이 될 수 있음을 시사하고 있다. 또한 모든 전공계열에서 분노를 적절히 표현할 수 있는 행동적 기술을 훈련하는 것은 분노관리에 효과적인 전략이 될 수 있으며, 긍정적 사고를 증진시키는 것은 자연계열을 제외한 모든 전공계열에서 분노표현기술에 대한 훈련과 함께 분노 중재전략으로 고려되어야 할 것으로 사료된다. 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언한다. 첫째, 본 연구는 2개의 대학에서 대상자를 편의 표집하여 전공의 특성이 충분히 반영되지 못하였을 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 전공계열별 대상자 수와 지역을 확대한 반복연구를 통해 연구결과를 일반화할 필요가 있다. 둘째, 전공계열별 학년에 따른 특성분노와 분노표현방식의 차이와 특성분노에 영향을 미칠 수 있는 다양한 일반적 특성 변인을 포함하여 특성분노 영향요인을 규명할 필요가 있다. 셋째, 본 연구결과를 바탕으로 분노중재프로그램을 개발하고 그 효과를 평가하는 후속연구를 제언한다.

## REFERENCES

1. Baek SH, Hyun MH. Hostility, anger experience and anger expression in overt and covert narcissists. *The Korean Journal of Clinical Psychology*. 2008;27(4):1001-1017.
2. Moon SH, Cho HH. Anger, anger expression types, problem behaviors, and suicide probability in adolescent women using cluster analysis. *Korean J Women Health Nurs*. 2015;21(2):128-138. <http://dx.doi.org/10.4069/kjwhn.2015.21.2.128>
3. Yang NY, Song MS. Health allied college students' interpersonal relationships and purpose-in-life depending on their ability to manage anger. *Journal of Korean Public Health Nursing*. 2014;28(1):46-56. <http://dx.doi.org/10.5932/JKPHN.2014.28.1.46>
4. Lee JS, Lee H, Ahn YY, Yoo JS, Kwon SJ. Research trends of anger management programs-focusing on Korean theses and dissertations(1996-2008). *Korean Journal of Child Psychotherapy*. 2010;5(1):1-22.
5. Cha NH, Sok SR. Depression, self-esteem and anger expression patterns of Korean nursing students. *International Council of Nurses*. 2014;61(1):109-115.
6. Spielberger CD, Krasner SS, Solomon EP. *The experience, expression and control of anger*. Springer Verlag; 1988.
7. Choo MR, Kim CH. The relationships of trait anger, angry thoughts, and expression of anger to dysfunctional communication patterns. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*. 2008;20(4):1023-1039.
8. Seo SG. *Cognitive factors related to anger and their therapeutic implications [dissertation]*. Seoul: Seoul National University; 2004. p.1-167.
9. Gross JJ, John OP. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003;85:348-362.
10. Ahn JM, Ahn KS. A study on related factors for adolescent's anger emotional experience. *Korean Journal of Youth Studies*. 2012;19(3):267-292.
11. Goh HG, Hyun MH. The mediation effect of cognitive coping strategies on the relationships between perfectionism and anger expression. *Korean Journal of Clinical Psychology*. 2009;28(1):97-116. <http://dx.doi.org/10.15842/kjcp.2009.28.1.006>
12. Seligman ME. Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*. 2000;55:5-14.
13. Kim HJ, Oh Y, Oh GS, Suh DW, Shin YC, Jung JY. Development and validation study of the positive thinking scale. *Korean Journal of Health Psychology*. 2006;11(4):767-784.
14. Park Y, Wee H. The influence of purpose in life, gratitude, and depression on anger in nursing college student. *Journal of The Korean Data Analysis Society*. 2013;15(5): 2685-2700.
15. Wong SS. Negative thinking versus positive thinking in a Singaporean student sample: relationships with psychological well-being and psychological maladjustment. *Learning & Individual Differences*. 2012;22(1):76-82. <http://dx.doi.org/10.1016/j.lindif.2011.11.013>
16. Kwon SJ, Kim KH, Lee HS. Validation of the Korean version of gratitude questionnaire. *Korean Journal of Health Psychology*. 2006;11(1):177-190.
17. McCullough ME, Emmons RA, Tsang J. The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2002;82:112-127. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.82.1.112>
18. Tedeschi RG, Calhoun LG. Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004;15(1):1-18.
19. Watkins PC, Woodward K, Stone T, Kolts RL. Gratitude and happiness: development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality*. 2003;31(5):431-451.
20. Jung JH, So YH. The influence of aggression on the depression and anger level of physical education college students. *The Korean Journal of Physical Education*. 2007;46(3):43-54.
21. Sung KW, Kwag OG, Lee WH. Comparison of anger expression, assertive behavior, and self-esteem between a nursing student group and an educational student group. *J Korean Acad Community Health Nurs*. 2010;21(1): 1-11.
22. Han AK, Won JS, Kim OS. Anger expression types and interpersonal problems in nurses. *Asian Nurs Res*. 2015;9(2):146-151. <http://dx.doi.org/10.1016/j.anr.2015.04.001>
23. Chon KK, Hahn DW, Lee CH, Spielberger CD. Korean adaptation of the state-trait anger expression inventory: anger and blood pressure. *Korean Journal of Health Psychology*. 1997;2(1):60-78.
24. Cho YH, Kim BC, Kim BJ. Investigation into the influential factors on employment outcomes of university graduates. *The Journal of Educational Administration*. 2008;26(2):437-462.
25. Cha SK, Lee EM. Comparison of stress, depression and suicidal ideation between nursing students and students of other majors. *J Korean Acad Soc Nurs Educ*. 2014;4(3):650-658. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.4.650>
26. Reeve KL, Shumaker CJ, Yearwood EL, Crowell NA, Riley JB. Perceived stress and social support in undergraduate nursing students' educational experiences. *Nurse Educ Today*. 2013;33(4):419-424. <http://dx.doi.org/10.1016/j.nedt.2012.11.009>
27. Kim IJ. Anger, acceptance and expression: intervention through the hu-

- manities therapy in the green camp. *Lingua Humanitatis*. 2013;15(1):47-68.
28. Lightsey OR, Johnson E, Freeman P. Can positive thinking reduce negative affect? A test of potential mediating mechanisms. *Journal of Cognitive Psychotherapy*. 2012;26(1):71-88. <http://dx.doi.org/10.1891/0889-8391.26.1.71>
29. Kim JU, Lee JE. The mediating effect of cognitive emotion regulation on the relationship between gratitude disposition and anger coping behaviors among university students. *Korean Journal of Counseling*. 2015;16(5):409-423.