

# 간호학과 여대생의 분노와 우울, 자아존중감에 관한 연구

김경희<sup>1</sup> · 김계하<sup>2</sup>

서울여자간호대학 부교수<sup>1</sup>, 조선대학교 간호학과 조교수<sup>2</sup>

## Anger, Depression and Self-esteem among Female Students in Nursing College

Kim, Gyung Hee<sup>1</sup> · Kim, Kye Ha<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Associate Professor, Seoul Women's College of Nursing, <sup>2</sup>Assistant Professor, Department of Nursing, Chosun University

**Purpose:** The purpose of this study was to investigate relationships among anger, depression, and self-esteem in female college students. **Methods:** First-semester nursing students (N=248) completed surveys to estimate correlations of anger, depression, and self-esteem. Participants were recruited from two colleges in S and G cities, Korea. Data were collected from April 10 to 30, 2011. Measurement tools were for anger, Novaco Anger Scale (NAS), for depression, Beck Depression Inventory (BDI), and for self-esteem, Rosenberg Self-esteem Scale. SPSS/WIN 17.0 version was used for descriptive analysis, t-test, one-way ANOVA, Pearson correlation, and multiple regression. **Results:** There were significant differences in self-esteem according to mood of family. Anger was significantly correlated with depression and self-esteem, which were significant predictors (30.0%) of anger. **Conclusion:** These results indicate that health promotion programs conducted by nurses for college student health care should target depression while bolstering self-esteem to promote anger management.

**Key Words:** Anger, Depression, Self-esteem, Female

## 서론

### 1. 연구의 필요성

현대사회에는 실적 위주의 끊임없는 경쟁과 경제 위기 등으로 인해 자신이 사는 사회를 의심하고 분노하게 되는 사람들이 많아졌다. 분노는 우리가 살아가면서 가장 많이 경험하는 감정 중의 하나로 중요한 인간의 정서인데, 특히 청소년기를 끝내고 사회적 측면의 성인기를 시작하게 되는 대학생들의 경우에는 여러 가지 다양한 변화를 경험하게 된다. 그 예로써, 미국 대학생들을 대상으로 조사한 Smyth, Hockemeyer, Heron, Wonderlich와 Pennebaker (2008)

의 연구에서는 대학생들의 스트레스성 생활사건의 비율이 55.8~84.5%까지 나타나는 것으로 보고되었고, 이에 연구자들은 대학에서 스트레스성 생활사건으로 인해 발생할 수 있는 대학생들의 정신건강을 선별하고 의뢰하는 서비스에 대해 제안하고 있다. 우리나라 대학생의 경우에도 언론보도를 통해 경제적 양극화로 인한 분노가 만만치 않은 것으로 보고되었는데, 이들은 어려운 생활에 지쳐 자포자기하거나 절도 등 범죄를 저지르거나 인터넷 게임에 몰두하는 등의 현실 도피를 택하는 경우도 적지 않은 것으로 나타났다(Kim, 2011). 또한 분노 및 분노로 인한 부적응 공격은 청소년 연령집단에 있어서 정신과 상담을 의뢰하게 되는 가장 일반적이고 힘든 이유 중 하나인데(Steiner, Saxena, &

**주요어:** 분노, 우울, 자아존중감, 대학생

**Address reprint requests to:** Kim, Kye-Ha, Department of Nursing, Chosun University, 375 Seosuk-dong, Dong-gu, Gwangju 501-759, Korea. Tel: 82-62-230-6326, Fax: 82-62-230-6329, E-mail: kyeha@chosun.ac.kr

- 본 연구는 2010학년도 조선대학교 학술연구비 지원에 의해 수행되었음.

- This work was supported by the Chosun University Research Grant of 2010.

투고일 2011년 5월 18일 / 수정일 1차: 2011년 8월 1일, 2차: 2011년 9월 18일 / 게재확정일 2011년 9월 18일

Chang, 2003), 연령별 비교 결과, 대인관계 상황과 같은 경우에는 젊은 층이 노인에 비해 전반적으로 분노를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(Blanchard-Fields & Coats, 2008). 따라서 젊은 층에서의 분노 조절은 사회적으로도 중요한 이슈라 할 수 있다.

분노는 당뇨병, 거식증 등과 같은 여러 건강문제에 부정적인 영향을 미치며 분노 조절을 잘 못하는 사람은 심혈관 질환과도 관련이 있는 것으로 보고되었다(Staicu & Cutov, 2010). 특히 청소년들의 경우에는 분노가 자살시도와도 관련이 있는 것으로 나타나 큰 문제가 아닐 수 없는데(Daniel, Goldston, Erkanli, Franklin, & Mayfield, 2009), Lee, Choi, Kim, Park과 Shin (2009)은 한국 청소년의 자살 예방 프로그램에 분노 조절을 고려해야 한다고 보고하였다. 대학생의 경우도 역시 이들의 자살사고 위험요인에 분노 표현이 포함되어 있어(Engin, Gurkan, Dulgerler, & Arabaci, 2009), 분노가 대학생의 사망에까지 영향을 미칠 수 있음을 알 수 있다. 이처럼 조절되지 않는 분노는 젊은 층에서의 사망의 주요 원인이 될 수 있으므로 분노를 조절하거나 예방하는 중재가 필요하다.

성별로 볼 때 남자대학생이 여자대학생보다 좀 더 긍정적인 정서를 가지고 있는 것으로 보고되는데(Ayyash-Abdo & Alamuddin, 2007), 우리나라에서 실시된 선행연구(Chon, 1999)에서도 여성들이 남성에 비해 ‘사건과 관계없는 다른 사람에게 분노를 표현하거나 공격을 가하는’ 행동이 높게 나타났고, 여자일수록 여자에 대하여 분노를 더 많이 경험하고 있었다. 여대생은 남자대학생과는 달리 취업 장애요인으로 외모나 키와 같은 신체적 문제를 지각하고 있으며, 몇몇 상위 대학에 재학 중이거나 자타가 인정하는 외모의 소유자를 제외한 나머지 여대생들은 학벌이나 외모에 대한 불만족으로 인해 부정적 정서를 가지며 개인의 삶에 부정적 영향을 미치는 것으로 보고되었다(Seo, 2010). 또한 대학생을 대상으로 조사한 결과 여학생은 남학생보다 감성적 성향이 강하여 정서에 따른 이미지 표현이 성별에 따라 다른 것으로 나타났다(Shin & Kim, 2011).

Saini (2009)는 분노 치료를 위해서는 심리학적인 접근이 필요하다고 보고하였는데, 이를 위해서는 분노와 심리적인 요인이 어떤 관련이 있는지 확인할 필요가 있겠다. Staicu와 Cutov (2010) 역시 분노를 치유하거나 예방하기 위한 중재에는 약물요법뿐만 아니라 심리적인 접근이 필요하다고 보고하였다. 따라서 분노와 관련된 심리적 원인을 조사할 필요가 있는데, 선행연구들을 살펴보면 청소년들을

대상으로 한 메타분석 결과 우울과 자존감이 분노와 관련이 있었다(Mahon, Yarcheski, Yarcheski, & Hanks, 2010). Puskar, Ren, Bernardo, Haley와 Stark (2008)의 연구에서는 자아존중감과 가족지지가 분노와 유의한 부적 상관관계가 있었다. 2007년에 삼성사회정신건강연구소가 성인 남녀를 대상으로 자아정체감을 분석한 결과, 74.4%가 자존심이나 체면이 손상됐다고 느끼면 타인을 비난하거나 분노를 과격하게 표출하는 공격적인 모습을 보일 수 있다고 보고하였다(Lee, Lee, Lee, & Sung, 2007). 노인을 대상으로 한 Jang과 Won (2009)의 연구에서도 분노는 자아존중감과 관련이 있는 것으로 나타났다.

우울과 자아존중감 역시 성별에 따라 차이가 있는 것으로 보고되고 있다(Jeon & Bae, 2007; Paik & Song, 2009; Park & Seo, 2008). 여대생이 남자대학생들보다 우울증에 더 많이 노출되어 있고, 여학생일 경우 남학생에 비해 자아존중감 정도가 낮은 것으로 나타나는데 이는 여대생들의 분노 발생 가능성을 높여주는 결과라 할 수 있다. 그러나 최근 들어 대학생과 관련된 분노 연구가 지속적으로 이루어지고 있으나 이러한 결과를 검증한 연구는 아직 많이 부족한 상태이다. 최근 5년 이내 정신간호학회를 비롯한 간호학 관련 연구들을 검색해 보아도 특히 우리나라에서는 우울이나 자아존중감과 같은 심리적 요인과 분노와의 관련성을 본 연구는 많지 않다. 분노로 인한 부정적 영향을 고려할 때 분노 표출을 예방할 수 있는 프로그램이 필요하며, 그러한 프로그램을 개발하기 위해서는 먼저 분노와 관련된 여러 변수들을 확인해 보는 것이 필요한 과정이라 사료된다. 이제 갓 성인이 된 대학생의 경우, 중고등학교 시절과는 다른 분노 경험을 할 것이고 이에 따라 분노표출을 할 것이다. 이에 본 연구에서는 이와 같은 문헌고찰을 근거로 볼 때 여대생들이 분노에 대해 더 취약할 것으로 사료되어 여자대학생을 대상으로 이들의 분노와 우울, 자아존중감에 대해 조사하고 이들 간의 관련성을 살펴보고자 한다.

## 2. 연구목적

본 연구는 여대생의 분노와 우울 및 자아존중감 정도를 알아보고 이들 간의 관계를 알아보기 위한 것으로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성을 알아본다.
- 대상자의 분노, 우울 및 자아존중감 정도를 알아본다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 분노, 우울 및 자아존중

감 정도를 알아본다.

- 대상자의 분노, 우울 및 자아존중감 간의 상관관계를 알아본다.
- 대상자의 분노에 영향을 미치는 요인을 알아본다.

## 연구 방법

### 1. 연구설계

본 연구는 여대생의 분노와 우울 및 자아존중감 정도를 알아보고, 우울과 자아존중감이 분노에 영향을 미치는지를 알아보기 위한 상관관계 연구이다.

### 2. 연구대상

본 연구의 대상자는 S와 G시에 소재한 2개 대학의 간호학과 여대생 248명을 대상으로 하였다. 총 260부의 설문지를 배부하였으나, 일부 답변에 응답하지 않은 자료 23부를 제외한 총 248부를 최종 자료분석에 사용하였다. 연구 표본의 크기는 다중회귀분석을 구하기 위한 표본 수를 고려하여 Cohen (1992)의 공식에 따라  $\alpha = .05$ ,  $power = .80$ , 중간(medium) 효과크기인 .15를 기준으로 하고, 독립변수가 3개일 때 최소 표본수가 76명이었으므로 본 연구의 대상자 표본 수는 충분히 만족되었다.

### 3. 연구도구

#### 1) 분노

분노 정도를 알아보기 위해 Novaco (1994)가 개발하고 Namgung (1997)이 한국적 상황에 맞게 변안한 Novaco Anger Scale (NAS)을 사용하여 측정하였다. 이 도구는 분노 유발상황에 대한 인지, 각성, 행동적 반응을 측정하기 위하여 개발된 자기 보고형 검사지로 총 48문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대해 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '항상 그렇다' 3점까지의 3점 Likert 척도로 평정하게 되어 있으며 점수가 높을수록 분노 수준이 높다고 볼 수 있다. Namgung (1997)의 연구에서 측정된 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .75 \sim .92$ 까지였고, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .87$ 이었다.

#### 2) 우울

본 연구에서는 우울을 측정하기 위해 Beck (1978)이 개

발하고 Lee 등(1995)에 의해 타당화 연구가 이루어진 Beck Depression Inventory (BDI) 한국판을 사용하였다. 우울 증의 정서적, 인지적, 동기적, 생리적 증상 영역을 포함하는 21개 문항으로 구성되어 있다. 이 척도는 정도에 따라 기술되어 있는 4개의 보기 중 하나를 선택하게 되어 있고, 각 문항마다 0점부터 3점까지 점수가 주어지며 측정가능한 총점은 0~63점이다. 측정점수가 0에서 9점까지는 '우울증이 전혀 없거나 매우 경미한 상태'이고, 10~18점까지는 '가볍거나 보통 정도의 우울 상태', 19~29점까지는 '보통 정도에서 심한 우울 상태', 30~63점까지는 '매우 심한 우울 상태'를 의미한다. Lee 등(1995)의 연구에서는 신뢰도가 .85였고, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .78$ 이었다.

### 3) 자아존중감

자아존중감을 측정하기 위해 Rosenberg (1965)가 개발하고 Jeon (1974)이 번역한 4점 척도의 Rosenberg's Self-esteem 도구를 사용하였다. 이 도구는 자기수용 측면을 측정하는 긍정적 자아존중감 5문항과 부정적 자아존중감 5문항 등 총 10문항으로 구성되어 있다. Rosenberg (1965)의 연구에서는 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .92$ 였고, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .81$ 이었다.

### 4. 자료수집

본 연구의 자료수집기간은 2011년 4월 10일부터 4월 30일까지였으며, 연구를 수행하기 전에 연구자가 소속된 기관의 연구윤리심의위원회(IRB)에 소정의 양식을 갖춘 연구계획서를 제출한 후 심의를 거쳐 연구 승인을 받았다(IRB-11-005). 자료수집을 위해 S시와 G시에 있는 학교를 방문하여 간호학과에 재학 중인 1학년 학생들을 대상으로 편의추출하였다. 설문조사에 앞서 각 대상자들에게 본 연구의 목적과 참여 과정에 대해 설명하고, 참여하는 동안에도 언제든지 철회할 수 있음을 설명하였다. 또한 본 연구의 설문지는 익명으로 처리될 것이며, 연구목적 외에는 결코 사용하지 않을 것임을 정확히 제시하였다. 모든 설명을 들은 후에 본 연구에 참여하기를 서면으로 동의한 대상자들에 한하여 설문지를 배부하였고 자기기입식으로 설문지를 작성하게 하였다.

### 5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 17.0 프로그램을 이용하여 분

석하였다.

- 대상자의 일반적 특성과 분노, 우울 및 자아존중감 정도를 알아보기 위해 기술통계를 사용하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 분노, 우울 및 자아존중감 정도를 알아보기 위해 t-test와 one-way ANOVA를 실시하였고, 사후 검증은 Scheffe test로 확인하였다.
- 대상자의 분노, 우울 및 자아존중감 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson's correlation coefficient를 구하였다.
- 분노에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 stepwise multiple regression을 실시하였다.

## 연구결과

### 1. 대상자의 일반적 특성

본 연구대상자의 평균 연령은 20.6세로 20세와 21세가 72.2%로 가장 많았다. 종교를 가지지 않은 경우가 47.2%로 가장 많았으며, 기독교가 32.3%로 다음을 차지하였다. 한 달 용돈은 27.4%의 대상자가 15만원 미만이라고 응답하였으며, 다음은 15만원 이상에서 20만원 미만인 것으로 나타났다. 대상자의 절반 정도(47.2%)가 용돈에 대해 만족한다고 보고하였으며, 보통이라고 한 경우는 32.6%였다. 가족 분위기는 절반 이상(67.0%)이 화목하다고 응답하였으며, 대다수(81.5%)의 대상자들은 자택에서 학교를 다니고 있었다. 현재 아르바이트를 한다고 응답한 경우와, 이성친구가 있다고 응답한 경우는 각각 21.0%인 것으로 나타났다(Table 1).

### 2. 분노, 우울, 및 자아존중감 정도

대상자들의 분노 정도는 48~144점까지의 범위 중에서 평균 81.4점(평점 1.69)이었고, 우울 정도는 측정가능한 점수가 0~63점인데 평균이 10.6점(평점 0.50)으로 '가볍거나 보통 정도의 우울 상태'에 해당하였다. 자아존중감의 경우는 10~40점까지 가능한 점수 중에서 평균 30.4점(평점 3.04)으로 나타났다(Table 2).

### 3. 일반적 특성에 따른 분노, 우울 및 자아존중감

대상자의 일반적 특성에 따른 분노에서는 용돈( $F=3.49$ ,  $p=.032$ )에 따라 유의한 차이가 있었으나 사후 검증에서는

Table 1. General Characteristics

(N=248)

Characteristics	n (%) or M ± SD
Age (year)	20.6 ± 1.48
< 20	29 (11.7)
20~21	179 (72.2)
≥ 22	40 (16.1)
Religion	
Protestant	80 (32.3)
Catholic	37 (14.9)
Others	14 (5.6)
None	117 (47.2)
Pocket money (ten thousand won/month)	
< 15	68 (27.4)
≥ 15~ < 20	57 (23.0)
≥ 20	123 (49.6)
Satisfaction with pocket money	
Satisfied	117 (47.2)
Moderate	81 (32.6)
Dissatisfied	50 (20.2)
Mood of family	
Harmony	166 (67.0)
Moderate	68 (27.4)
Disharmony	14 (5.6)
Dwelling pattern	
In a home	202 (81.5)
Living apart from one's own family	25 (10.1)
Others	21 (8.4)
Part-time job	
Have	52 (21.0)
Not have	196 (79.0)
Boyfriend	
Have	52 (21.0)
Not have	196 (79.0)

Table 2. The Levels of Variables

(N=248)

Variables	M ± SD	Min	Max
Anger	81.4 ± 10.86	57	116
Depression	10.6 ± 5.64	2	35
Self-esteem	30.4 ± 4.85	19	40

각 집단 간에 유의한 차이가 없었다. 일반적 특성에 따른 우울 정도는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 그러나 자아존중감의 경우, 가족 분위기( $F=6.99$ ,  $p=.001$ )에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 사후 검증 결과 자신의 가

Table 3. Anger, Depression, and Self-esteem by General Characteristics

(N=248)

Variables	Anger			Depression			Self-esteem			
	M±SD	t or F	p	M±SD	t or F	p	M±SD	t or F	p	Scheffe
Age (year)		0.88	.416		0.61	.546		0.52	.595	
< 20	83.6±11.34			11.3±6.22			31.3±5.32			
20~21	80.8±10.57			10.4±5.45			30.3±4.68			
≥ 22	82.0±11.81			11.2±6.13			30.2±5.28			
Religion		0.75	.522		0.26	.856		1.13	.338	
Christianity	82.2±11.17			11.0±6.21			31.2±5.15			
Catholicism	82.7±10.68			10.5±5.36			30.3±4.47			
Others	78.6±8.60			11.2±3.96			30.1±3.53			
None	80.7±10.96			10.3±5.53			29.9±4.88			
PM (10,000 won/month)		3.49	.032		1.14	.322		0.69	.934	
< 15	82.6±11.47			10.4±5.53			29.8±4.86			
≥ 15~< 20	78.1±9.13			10.8±6.30			31.1±4.69			
≥ 20	82.2±10.86			10.6±5.42			30.5±4.91			
Satisfaction with PM		1.06	.118		0.10	.905		2.15	.118	
Satisfied	80.3±10.69			10.4±5.50			31.1±5.12			
Moderate	82.5±10.95			10.8±5.28			29.6±4.66			
Dissatisfied	81.8±11.09			10.7±6.57			30.2±4.37			
Mood of family		1.78	.171		0.72	.488		6.99	.001	a > b > c
Harmony	80.5±10.71			10.4±5.53			31.2±4.66 <sup>a</sup>			
Moderate	82.7±11.03			10.8±5.78			29.1±4.58 <sup>b</sup>			
Disharmony	84.9±11.24			12.2±6.47			27.8±6.24 <sup>c</sup>			
Dwelling pattern		0.87	.421		0.06	.945		0.14	.867	
In a home	81.8±10.72			10.7±5.71			30.3±4.86			
Living apart from OOF	80.2±11.78			10.4±5.83			30.8±4.51			
Others	78.8±11.17			10.3±5.01			30.8±5.29			
Part-time job		-0.29	.774		0.12	.904		0.03	.979	
Have	81.0±10.83			10.7±5.89			30.4±4.72			
Not have	81.5±10.89			10.6±5.59			30.4±4.89			
Boyfriend		0.96	.339		-1.36	.174		1.20	.230	
Have	82.6±12.24			9.7±5.55			31.1±4.77			
Not have	81.0±10.47			10.9±5.66			30.2±4.87			

PM=pocket money; OOF=one's own family.

족 분위기가 ‘화목하다’고 응답한 경우에 ‘보통이다’ 또는 ‘화목하지 않다’고 응답한 대상자보다 자아존중감이 유의하게 높게 나타났다(Table 3).

#### 4. 분노, 우울 및 자아존중감 간의 관계

대상자의 분노, 우울 및 자아존중감 간의 관계를 살펴본 결과, 대상자의 분노는 우울( $r=.53, p<.001$ ) 및 자아존중감( $r=-.38, p<.001$ )과 통계적으로 유의한 상관관계가 있었다(Table 4). 즉, 우울이 증가할수록, 그리고 자아존중감이 낮을수록 분노 정도가 높은 것으로 나타났다.

Table 4. Correlation among Anger, Depression, and Self-esteem (N=248)

Variables	Depression	Self-esteem
	r (p)	r (p)
Anger	.53 (<.001)	-.38 (<.001)
Depression		-.51 (<.001)

#### 5. 분노에 영향을 미치는 요인

본 연구에서 분노에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 회귀분석 전에 실시한 변수들(용돈 15만원 미만과 용돈 20만원 이상인 경우, 우울, 자아존중감, 분노)간의 상관분석 결과, 대상 독립변수의 상관계수가 모두 .80 미만



( $r=-.07\sim.53$ )으로 나타났으며, Durbin-Watson의 오차의 자기상관 계수는 2.095, VIF값은 1.343으로 10보다 작아 다중공선성의 문제는 없어 변수 모두 분석에 이용하여 단계적 회귀분석을 하였다. 그 결과 우울( $\beta=.46, p<.001$ )과 자아존중감( $\beta=-.15, p=.020$ )이 분노에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 이에 대한 설명력은 29.0%였다 (Table 5).

**Table 5.** Influencing Factors of Anger for Female Students in Nursing College (N=248)

Variables	$\beta$	t	p
Depression	.46	7.41	<.001
Self-esteem	-.15	-2.34	.020
Adjusted $R^2=.29, F=52.29, p<.001$ .			

## 논 의

본 연구는 여대생의 분노와 우울 및 자아존중감 정도를 알아보고 이들 간의 관계를 알아보기 위해 시도되었다.

본 연구대상자들의 분노 정도는 평균 81.4점(평점 1.69점)으로 중간보다 약간 낮은 정도의 수준을 나타내었는데, 이는 본 연구에서 사용된 도구와 동일한 도구로 측정되어진 실업계 고교생의 분노 점수 88.70점(Han, 2007)보다는 낮은 점수이며, 남자 중학생에게서 나타난 분노 평점 1.66점(Hong, 2009)과는 비슷한 결과이다. 인문계와 전문계 고등학생을 대상으로 실시한 Kim (2009)의 연구에서는 여자 고등학생의 분노 점수가 남자고등학생의 분노 점수보다 더 높게 나타났다. Cho 등(2007)은 남성이 여성에 비해 정서 조절 중 긍정적인 평가 점수가 더 높고, 여성의 경우 우울 증상이 높는데 이러한 우울 증상이 어떠한 부정적인 사건을 경험하였을 때 문제의 원인을 자기 자신에게로 돌리고 스스로를 탓하거나 사건의 부정적인 측면을 두렵게 지각하는 것과 관련이 있으며 우울 증상 이외에 분노나 신체화와 같은 다양한 증상으로 표현되는 것으로 보인다고 보고하였다. 또한 Lee와 Lee (2006)도 남성에서는 능력이 있고 유능하다는 평판이 주관적인 행복이나 삶의 만족과 같은 심리적 안녕감에 유의한 영향을 미쳤고, 여성의 경우는 외모 유능감에 대한 평판을 긍정적으로 할수록 심리적 안녕감이나 자아존중감이 높다고 하여 사회적으로 볼 때 남성과 여성 간에는 정서심리적 차이가 있으며 이는 여성에게서 좀 더 부정적으로 나타남을 알 수 있다. 이처럼 차이가 있는 이유

로 Sprecher, Regan와 McKinney (Lee & Lee, 2006에 인용됨)는 사회맥락적 관점에서 볼 때 남녀의 차이는 생물학적인 것이 아니라 사회적 규범이 학습, 내재화되었기 때문에 남성이 여성에 비해 권력과 자율성을 더 많이 갖는다고 하였다. 현대에 올수록 성차가 감소하고 성역할의 경계선이 허물어지고는 있다 하지만 아직 우리나라의 경우 사회 내에서의 남녀 간 차이는 존재하며 이는 정서적 부분까지 영향을 미치기 때문이 아닌가 사료된다.

우울 정도는 평균이 63점 만점에 10.6점(평점 0.50)으로 나타났는데, 이는 본 연구에서와 동일한 도구를 사용하여 미국의 50~70세 건강한 성인의 우울 점수를 측정할 결과 우울 평균 점수가 3.8점으로 나타난 것(Stewart, Fitzgerald, & Kamarck, 2010)보다 높은 점수이다. 본 연구에서의 우울 점수는 “가볍거나 보통 정도의 우울 상태”에 포함되는데 근래 대학생 우울증의 유병률이 증가하고 심각한 결과를 보일 수 있는 것을 감안할 때(Paik & Song, 2009) 점수가 높은 학생들 뿐 아니라 전체적으로 경한 우울 정도를 가지고 있는 대상자들에 대해서도 추후 관리가 필요할 것으로 보인다.

자아존중감의 경우 평균 30.4점(평점 3.04)으로 중간보다 조금 높은 정도였는데, 이는 전북 지역 남자대학생의 자아존중감 평점이 3.82점으로 나온 결과(Kang & Park, 2010)보다는 낮은 점수이나, 노인을 대상으로 한 Jang과 Won (2009)의 연구에서의 2.99점보다는 높은 점수이다. 자아존중감은 대개의 연구에서 남자보다 여자가 더 낮은 것으로 보고되는데, 본 연구대상자도 이를 반영하듯 남자 대학생보다는 여자대학생의 점수가 다소 낮은 것으로 보인다. 자아존중감은 질병의 진전을 막는 데 도움을 줄 수 있다는 연구결과(O'Donnell, Brydon, Wright, & Steptoe, 2008)를 고려할 때 대학생들의 자아존중감을 높이는 것은 중요한 일이라 하겠다. 전체적으로 본 연구대상자들은 부정적인 정서가 높지 않았는데, 향후 연구에서는 분노 정도가 높은 대상자를 선별하여 이들의 분노에 영향을 미치는 요인을 분석하고 이 대상자들에 적합한 분노조절 예방 프로그램을 개발할 필요가 있겠다.

본 연구에서는 대상자의 일반적 특성에 따라 분노와 우울 정도에 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 타 연구들에서는 학교생활에 만족할 경우 분노 정도가 낮았고(Lee et al., 2009), 영국 대학생의 경우에는 자존감이 성, 연령 등과 관련이 없는 것으로 나타나(O'Donnell et al., 2008), 분노나 우울, 자아존중감 등의 관련 요인들을 확인하는 연구는

대상자나 지역, 상황들에 따라 달라질 수 있으므로 각 집단에 맞는 요인들을 찾아 관련성을 확인하는 것도 필요하리라 본다. 특히 분노의 경우 연령이 높을수록 분노를 더 많이 경험한다고 했는데(Blanchard-Fields & Coats, 2008) 본 연구에서는 연령의 분포가 19~26세로 그리 크지 않고, 이로 인해 연령에 따른 큰 차이는 없었던 것으로 보인다. 본 연구에서는 일반 여대생의 우울과 자아존중감이라는 심리적 요인이 분노에 영향을 미치는지 파악하고자 하는 것이 주요 주제였으나 향후에는 연령에 따른 발달과정이나 또는 대학생의 경우도 학과나 계열 간 특성을 다양하게 한 대상자들을 포함시켜 이들 간에 차이가 있는지 확인하는 연구를 실시할 필요가 있겠다.

대상자의 분노는 우울 및 자아존중감과 통계적으로 유의한 상관관계가 있었고, 다중공선성의 문제도 없었다. 따라서 이 두 주요 변수를 모두 회귀분석에 포함시킨 결과, 우울과 자아존중감 모두 분노에 유의한 영향을 미치는 요인으로 나타났으며, 이에 대한 설명력은 30.0%였다. 이는 우울 및 자아존중감이 분노와 관련이 있는 것으로 보고된 선행 연구들(Jang & Won, 2009; Mahon et al., 2010; Puskar et al., 2008)의 결과와 일치하는 것이다. Jeong, Hwang과 Lee (2008)는 우울한 사람이 분노상황에서 분노감정의 통제나 분노 상황을 객관적, 문제해결중심으로 생각하기 어렵고 무력한 내용의 사고를 하기 쉬우므로, 실제 상황에서도 이를 적극적으로 해결하기 보다는 참거나 무력하게 대처할 가능성이 높다고 하였다. Jang과 Won (2009)은 자아존중감이 낮을수록 분노 표현이 높아지는 것으로 보고하였다. 분노는 공격성으로 표출되어 심각한 피해를 불러일으킬 수 있는데, 이처럼 분노의 원인 중 하나인 열등감이 자아정체감을 형성하는데 부정적인 영향을 끼칠 수 있으므로, 대상자들이 자기 자신을 긍정적으로 볼 수 있도록 돕는다면 분노의 정도를 낮출 수 있을 것으로 보인다. 따라서 향후에 여대생을 접하게 되는 건강관리제공자들은 이러한 결과를 고려하여 여대생과의 면담 시에 분노 감정을 표출할 경우, 이들의 우울 및 자아존중감 정도를 먼저 확인하는 것이 도움이 될 것이다. 또한 분노조절을 위한 프로그램 개발 시에 우울 정도를 낮추고 자아존중감을 향상시킬 수 있는 내용이 포함될 필요가 있는 것으로 사료된다. 향후에 대학생들 중 분노 점수가 높은 대상자들을 선정하여 이를 조절하고 예방하는 프로그램을 실시할 때 우울과 자아존중감 요인을 포함시킴으로써 그 효과가 있는지 파악하는 실험연구 역시 제언한다. 그러나 본 연구에서는 우울과 자아존중감

두 변수의 분노에 대한 설명력이 29%인 것으로 나타났으므로 그 외에 조사되어지지 않은 다른 요인들을 계속 탐색하여 여대생들의 분노 조절에 도움이 될 수 있는 영향요인을 지속적으로 살펴보아야 할 것이다. 또한 좀 더 심층적 조사를 위해 동일 대상자를 선택하여 학년별 비교를 하는 종단 연구를 실시함으로써 대학생들의 분노 정도가 어떻게 변하는지 추적 조사하는 것도 향후 여대생의 분노 관리에 있어서 필요할 것이라 본다.

본 연구에서는 일부 지역의 간호학과 1학년만을 대상으로 하였기 때문에 결과의 일반화가 제한될 수 있다. 따라서 향후에는 고학년 대학생을 대상으로 선정하여 반복연구를 실시할 필요가 있으며 종단적 연구로서 본 대상자들이 향후 학년이 증가하면서 어떤 변화가 발생하는지 관찰하는 것도 필요하리라 본다. 또한 일반적 특성에서 분노 변인과 특별히 상관성이 있는 변인들로 구성되지 못한 부분은 향후 좀 더 관련성 있는 변인들을 찾아 반복연구를 하는 것이 필요하겠다.

## 결론

본 연구는 여대생의 분노, 우울 및 자아존중감 정도를 알아보고 이들 간의 관계를 알아보기 위해 시도된 것으로 본 연구결과 여대생의 분노는 또다른 심리적 요인인 우울과 자아존중감에 의해 영향을 받는 것을 알 수 있었다. 따라서 건강관리제공자들은 여대생들을 대할 때 이들의 분노와 관련하여 우울이나 자아존중감 정도를 확인하면서 이러한 심리적 요인들의 정도를 고려한 후 우울은 감소시키고, 자아존중감은 높여주는 중재를 통해 여대생들의 분노를 감소시키려는 노력이 필요하다. 또한 본 연구에서는 간호학과에 재학 중인 여대생만을 대상으로 조사하였으므로 향후에는 남학생들도 연구대상으로 포함한 분노 연구를 실시하여 분노에 대한 성별의 차이 및 남학생들의 분노와 관련된 다른 심리적 요인에 어떠한 변수들이 있는지 확인하는 것도 필요할 것으로 사료된다.

## REFERENCES

- Ayyash-Abdo, H., & Alamuddin, R. (2007). Predictors of subjective well-being among college youth in Lebanon. *Journal of Social Psychology, 147*, 265-284.
- Beck, A. T. (1978). *The Beck Depression Inventory*. Philadelphia: Center for Cognitive Therapy.

- Blanchard-Fields, F., & Coats, A. H. (2008). The experience of anger and sadness in everyday problems impacts age differences in emotion regulation. *Developmental Psychology*, 44, 1547-1556.
- Cho, H. J., Jun, T. Y., Chae, J. H., Woo, Y. S., Choi, J. E., Kee, B. S., et al. (2007). The relationship of heterogeneous symptoms of depression and emotional regulations strategies in depressive disorder. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 26, 663-679.
- Chon, K. K. (1999). A preliminary study on anger. *Journal of Rehabilitation Psychology*, 6, 173-190.
- Cohen, J. (1992). Power primer. *Psychological Bulletin*, 112, 155-159.
- Daniel, S. S., Goldston, D. B., Erkanli, A., Franklin, J. C., & Mayfield, A. M. (2009). Trait anger, anger expression, and suicide attempts among adolescents and young adults: A prospective study. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 38, 661-671.
- Engin, E., Gurkan, A., Dulgerler, S., & Arabaci, L. B. (2009). University students' suicidal thoughts and influencing factors. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 16, 343-354.
- Han, S. K. (2007). *A study of the school violence prevention program effect on anger-control and self-esteem of vocational high school students*. Unpublished master's thesis, Dong-A University, Busan.
- Hong, H. J. (2009). *The effects of the school violence prevention program on the anger-control of middle school boys*. Unpublished master's thesis, Changwon National University, Changwon.
- Jang, M., & Won, J. S. (2009). Association of anger and anger expression, social support, self-esteem, and depression in elderly. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 18, 259-268.
- Jeon, J., & Bae, E. J. (2007). Difference between self-esteem and family cohesiveness by university students' demographical variances. *The Korean Journal of Counseling*, 8, 807-817.
- Jeong, H. M., Hwang, S. T., & Lee, S. H. (2008). Anger experience and anger thought in paranoid and depressed students. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 27, 153-165.
- Jeon, B. J. (1974). Self-esteem: A test of its measurability. *Yonsei Nonchong*, 11, 107-129.
- Kang, H. J., & Park, N. S. (2010). The relationships among social comparison, self-consciousness, self-esteem, subjective well-being, and physical symptoms. *Social Science Studies*, 34, 237-256.
- Kim, J. M. (2009). The relationship among empathy, peer influence, social support and aggression of high school students. *Korean Journal of Educational Research*, 47, 49-72.
- Kim, S. M. (2011, March 1). *College students in the edge of a precipice*. Retrieved April 6, 2011, from [http://news.chosun.com/site/data/html\\_dir/2011/03/01/2011030100079.html?Dep1=news&Dep2=top&Dep3=top](http://news.chosun.com/site/data/html_dir/2011/03/01/2011030100079.html?Dep1=news&Dep2=top&Dep3=top)
- Lee, D. S., Lee, Y. R., Lee, S., & Sung, T. H. (2007). *A study on ege-identity of the Korean* (Issue Brief No. 2007-1). Seoul: Samsung Social Mental Health Research Institution.
- Lee, H. P., & Lee, H. S. (2006). The effect of perceived social reputation on psychological well-being and self-esteem, and sexual differences. *The Korean Journal of Health Psychology*, 11, 329-344.
- Lee, J., Choi, H., Kim, M. J., Park, C. G., & Shin, D. S. (2009). Anger as a predictor of suicidal ideation in middle school students in Korea: Gender difference in threshold point. *Adolescence*, 44, 433-446.
- Lee, M. K., Lee, Y. H., Park, S. H., Sohn, C. H., Chung, Y. C., Hong, S. K., et al. (1995). A standardization study of Beck Depression Inventory I-Korean Version (K-BDI): Reliability and factor analysis. *Korean Journal of Psychopathology*, 4, 77-95.
- Mahon, N. E., Yarcheski, A., Yarcheski, T. J., & Hanks, M. M. (2010). A meta-analytic study of predictors of anger in adolescents. *Nursing Research*, 59, 178-184.
- Namgung, H. S. (1997). *Effects of a anger control program*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Novaco, R. W. (1994). Clinical program of anger and its assessment and regulation through a tree coping skills approach. In W. O'Conohue & L. Krasner (Eds.), *Handbook of psychological skills training: Clinical technique and applications* (pp. 320-337). Boston: Charles C. Thomas.
- O'Donnell, K., Brydon, L., Wright, C. E., & Steptoe, A. (2008). Self-esteem levels and cardiovascular and inflammatory responses to acute stress. *Brain, Behavior, and Immunity*, 22, 1241-1247.
- Paik, J. W., & Song, J. Y. (2009). Depression in the college student. *Journal of Kyung Hee University Medical Center*, 25, 1-6.
- Park, J. W., & Seo, S. K. (2008). A study on the actual depressive symptoms in a college students. *Journal of Daegu Health College*, 28, 166-186.
- Puskar, K., Ren, D., Bernardo, L. M., Haley, T., & Stark, K. H. (2008). Anger correlated with psychosocial variables in rural youth. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 31, 71-87.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Saini, M. (2009). A meta-analysis of the psychological treatment of anger: Developing guidelines for evidence-based practice.



- tice. *Journal of American Academy of Psychiatry and Law*, 37, 473-488.
- Seo, E. K. (2010). The relationship between dissatisfaction of academic background and physical appearance and negative emotion in female college students: Focusing on the mediating effect of self-esteem and ego-resilience. *Korean Journal of Interdisciplinary Therapy*, 2, 73-93.
- Shin, Y. H., & Kim, K. S. (2011). A study to investigate an association between college students' emotions and the image draw to express the emotions. *Art Therapy Studies*, 18, 597-620.
- Smyth, J. M., Hockemeyer, J. R., Heron, K. E., Wonderlich, S. A., & Pennebaker, J. W. (2008). Prevalence, type, disclosure, and severity of adverse life events in college students. *Journal of American College Health*, 57, 69-76.
- Staicu, M. L., & Cutov, M. (2010). Anger and health risk behaviors. *Journal of Medicine and Life*, 3, 372-375.
- Steiner, H., Saxena, K., & Chang, K. (2003). Psychopharmacologic strategies for the treatment of aggression in juveniles. *CNS Spectrums*, 8, 298-308.
- Stewart, J. C., Fitzgerald, G. J., & Kamarck, T. W. (2010). Hostility now, depression later? Longitudinal associations among emotional risk factors for coronary artery disease. *Annals of Behavioral Medicine*, 39, 258-266.