

## 중학생이 지각한 심리적 성장환경의 자율성과 분노행동의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과

### Mediating Effects of Irrational Beliefs on the Relationships Between Autonomy of Psychological Growth Environment and Behavioral Anger Responses Perceived by Middle School Students

김태은(Taeun Kim)\*

Department of Child Studies & Education, Hanyang Cyber University

---

#### <Abstract>

This study examined the mediating effects of irrational beliefs on the relationships of middle school students' autonomy of psychological growth environment and behavioral anger responses(impulsive reaction, verbal aggression, physical confrontation and indirect expression). A sample of 346 first and second year students of middle school participated in the autonomy of psychological growth environment scale, the irrational beliefs scale and behavioral anger responses scale. Pearson's correlation analysis and regression analysis were performed. The results showed that: (1) The relations among autonomy of psychological growth environment, irrational beliefs and behavioral anger responses were significant. The autonomy of psychological growth environment had negative correlations with irrational beliefs and behavioral anger responses. Irrational beliefs produced positive correlations with behavioral anger responses. There were positive correlations among the subtypes of behavioral anger responses. (2) There were mediating effects of irrational beliefs between autonomy of psychological growth environment and behavioral anger responses. The effects of autonomy of psychological growth environment on impulsive reaction, physical confrontation and indirect expression were fully mediated by irrational beliefs. However, the effect of autonomy of psychological growth environment on verbal aggression was partially mediated by irrational beliefs. This study demonstrated that irrational beliefs mediate the relationship between autonomy of psychological growth environment and behavioral anger responses.

---

▲주제어(Key words): 심리적 성장환경의 자율성(Autonomy of psychological growth environment), 비합리적 신념(Irrational beliefs), 분노행동(Behavioral anger responses), 중학생(Middle school students)

#### I. 서론

분노란, 정신 생물학적인 정서 상태로 경미한 짜증이나 성가신 느낌에서부터 강렬한 격노나 격분을 나타내는 주관적인 감정에 이르는 것 까지를 총칭하는데(C. D. Spielberger, 1999) 현대인은 가장 자주 느끼는 감정이자 조절할 필요가 있다고 생각하는 부정적 정서로 분노를 꼽

는다(J. J. Goss, J. M. Richards & O. P. John, 2006). 이처럼 우리가 분노에 주목하고 관리의 필요성을 강조하는 이유는 분노가 비난, 적대감, 공격성과 관련될 뿐 아니라 원시적이고 강렬한 감정으로 비사회적, 반사회적 분노행동 및 반응을 야기할 수 있기 때문이다(L. Berkowitz, 1989; R. S. Lazarus, 2001).

분노 체험 이후에 나타나는 분노행동은 청소년기에 특

---

\* Corresponding Author : Taeun Kim, Department of Child Studies & Education, Hanyang Cyber University, Wangsimni-ro 220, Seongdong Gu, Seoul 04763, Korea, tel: +82-2-2290-0355, E-mail: taeunkim@hycu.ac.kr

히 중요한 이슈가 된다. 청소년기는 부모에게 가장 큰 분노를 나타내는 시기이며(H. Lerner, 1985) 높은 학업 스트레스, 신체적·심리적 변화 및 불안정한 심리상태, 미숙한 통제력과 사회적 기술 같은 청소년기 특성들은 청소년들이 분노에 대해 충동적이거나 공격적으로 반응하게 만드는 요인이 될 수 있다. 실제로 C. A. Anderson and B. J. Bushman(2002), E. Jung and H. Song(2010)에 따르면 청소년기에는 분노 통제가 어렵고 공격적, 폭력적인 행동으로 분노를 표출하는 경우가 많았다. 그리고 청소년들은 언어, 욕설, 표정, 물건파괴 등의 방식으로 분노를 겉으로 직접 표현하는 분노표출 수준이 대학생과 직장인보다 더 높은 것으로 조사된 바 있다(H. Kwon, 2014). 또한 분노 행동은 정서 불안정성과 관련이 있으며(M. K. Rothbart & S. A. Ahadi, 1994) 분노반응 수준이 높은 청소년은 외현적 문제행동을 나타낼 가능성이 높다(L. Steinberg et al., 2006). 이에 청소년의 분노행동에 대한 연구 특히, 분노행동에 영향을 미치는 요인에 관한 연구의 필요성이 시사되나 관련 연구가 충분치 않은 실정이다.

R. W. Novaco(1994)는 분노를 느끼는 상황에서의 행동을 충동적인 반응, 언어적 공격, 신체적 대결, 간접적 표현 네 가지로 분류하였다(A. Kehn, S. E. Culhane, L. Kolmans, & S. J. Bongard, 2015). 충동 반응은 분노를 느낄 때 버럭 화를 내는 등 충동적으로 반응하는 경향을 말하며 언어적 공격과 신체적 대결은 각각 언어와 폭력으로 사람이나 사물에 분노를 표현하는 유형을 말한다. 간접적인 표현은 분노를 야기한 대상이 아닌, 다른 대상에게 분노를 대체하여 표현하는 경향을 일컫는다. C. D. Spielberger, S. S. Krasner and E. P. Solomon(1988)은 분노에 대한 반응을 분노표출, 분노억제, 분노조절로 구분하였다. 분노표출 행동은 냉정한 말투나 욕설, 표정, 물건 파괴 등으로 분노를 숨기지 않고 드러내는 행동을 말한다. 분노억제는 분노를 밖으로 드러내지 않고, 말을 하지 않거나 상황을 피하고 뒤에서 분노를 야기한 대상을 비난하는 행동을 보이는 유형이다. 분노조절은 분노를 조절하고 다루려 애쓰는 행동으로, 분노를 야기한 상황과 상대를 이해하려 노력하는 행동을 의미한다. 이처럼 분노 상황에서의 행동 및 분노에 대한 반응은 다양한데, C. D. Spielberger et al.(1988)이 제시한 분노조절을 제외하고는 모두 긍정적이지 않은 양식이라 할 수 있다.

분노에 대한 청소년의 반응 및 행동에는 가정환경 특히 부모의 청소년 자녀에 대한 태도가 영향을 미친다. 부모는 자녀에게 분노행동의 모델이 되며(J. R. Averill, 1982) 청소년들은 부정응적인 분노행동인 분노억제에 부모가 영향을 미친다고 인식한다는 연구결과(M. B. Jones & M.

K. Peacock, 1992), 부모의 허용적인 훈육이 청소년 자녀의 부정적 분노행동을 증가시킨다는 연구결과(B. J. Houlberg, A. S. Morris, L. Cui, C. S. Henry, & M. M. Criss, 2016)가 이를 증명한다. 관련 개념 중 심리적 환경은 인간 상호관계에서 나타나는 과정을 뜻하는 용어로, 부모-자녀 간의 상호작용 과정을 심리적 성장환경이라 일컫는다. 청소년 자녀의 심리적 성장환경의 질과 수준은 부모의 양육방식과 그에 따라 형성된 부모에 대한 이미지에 의해 결정된다(S. Chang, 2002; E. Shim, 1992). 심리적 성장환경을 구성하는 여러 요인들 중에서 심리적 성장환경의 자율성 즉, 부모가 자녀에게 자유를 보장하며 자율적으로 행동할 수 있게 허용하는 정도, 자녀를 독립적인 개체로 인정하고 의사표현 기회를 허용하는지 여부가 청소년 자녀의 분노행동과 관련이 깊은 것으로 알려져 있다. 청소년기에는 자유, 자율에 대한 욕구와 간섭받기를 꺼려하는 성향이 증가하므로 심리적 성장환경의 자율성이 보장되지 않은 가정의 자녀는 욕구좌절 상태에 놓이게 된다. 자율에 대한 욕구좌절은 충동적이고 폭발적인 분노행동을 야기할 수 있는데 선행연구를 통해 이러한 사실이 확인되어 왔다. 분노행동을 충동반응, 언어적 공격 및 신체적 대결, 간접적 표현으로 구분해 살펴보면, 부모가 자녀에게 지나치게 간섭하고 과보호하는 환경에서 성장하는 자녀는 그렇지 않은 가정의 자녀에 비해 충동성이 높은 것으로 나타나(E. An, 2008; E. Lee, 2001) 심리적 성장환경의 자율성과 분노에 대한 충동반응 간에 관련이 있을 것으로 보인다. L. Cui, A. S. Morris, M. M. Criss, B. J. Houlberg and J. S. Silk(2014)의 연구에서는 부모의 통제적 태도가 청소년 자녀의 공격적인 분노행동에 영향을 미치는 것으로 나타나 심리적 성장환경의 자율성이 언어적 공격 및 신체적 대결 반응과 관련이 있음을 알 수 있다. 또한 H. Kassinove and D. G. Sukhodolsy(1995)의 연구에서는 부모의 허용성 및 제한이 자녀의 공격, 분노반응과 관련이 있었고 고위험군 청소년을 대상으로 한 L. Cui. et al.(2014)의 연구에서는 낮은 심리적 성장환경의 자율성이 청소년의 분노조절을 거쳐 언어적·신체적 공격 행동에 간접적인 영향을 미치는 것으로 조사되었다. 우리나라 중학생을 대상으로 한 M. Suk and I. Oh(2014)의 연구에서도 자녀의 독립적인 행동을 저해하고 필요 이상으로 간섭하고 통제하는 부모의 과보호적 양육태도가 청소년의 분노표출 행동에 유의한 정적영향을 미치는 것으로 나타났다. 유사하게 Y. Oh(2012)의 연구에서도 낮은 자율성 보장과 관련된 부모의 과잉간섭 태도는 청소년의 분노표출 행동 증가에 영향을 미치는 것으로 조사되어 심리적 성장환경의 자율성은 분노행동인 언어적 공격 및 신

체적 대결에 부적 영향을 미침을 알 수 있다. Y. Kim and Y. Kang(2016)의 연구에서는 부모와 의견충돌이 빈번하고 부모의 과잉기대 및 간섭 수준이 높으며 부모와 대화가 안 통한다고 보고하는 등 부모로 인한 스트레스 수준이 높다고 지각한 청소년 일수록 회피대처 전략을 더 많이 사용하는 것으로 나타났을 뿐 아니라, 부모요인이 일반청소년의 회피 대처양식에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 심리적 성장환경의 자율성은 분노를 야기한 대상에 직접 분노를 표출하거나 분노해결을 시도하는 대신 다른 대상에 분노를 표현하는 회피반응인 간접적 표현에도 영향을 미쳤다. 한편, 중국계 미국인 청소년을 대상으로 한 J. Liew, O. Kwok, Y. Chang, B. Chang and Y. Yeh(2014)의 연구에서는 부모의 자율성 지지가 높을수록 청소년 자녀의 분노조절 수준이 우수한 것으로 나타났으며 A. Walton and E. Flouri(2010)의 연구에서는 심리적 성장환경의 자율성이 낮은 경우 분노를 포함한 정서적 어려움 수준이 높아지는 것으로 나타나는 등 청소년의 분노행동은 심리적 성장환경의 자율성과 분명한 관련성을 나타내었다.

이처럼 청소년의 분노행동에는 심리적 성장환경의 자율성이 영향을 미치지만 심리적 성장환경의 자율성 수준이 낮다고 지각하는 모든 청소년들이 강렬하고 부정적인 분노행동을 나타내지는 않는다. 이는 심리적 성장환경의 자율성이 분노행동에 영향을 미치는 과정에 다른 요인들이 관여하기 때문일 수 있다. 여러 요인들 중, 분노행동에 대한 비합리적 신념의 영향(J. Persampiere, G. Poole, & C. Murphy, 2014), 부모의 양육태도와 분노조절 행동 간 관계에서 비합리적 신념의 매개효과(J. Son, 2011)를 고려하면 심리적 성장환경의 자율성과 분노행동 간 관계를 비합리적 신념이 매개할 가능성이 제기된다. 비합리적 신념이란 완고하고 비논리적이며 부당한 인지를 뜻한다(C. Wijhe, M. Peeters, & W. Schaufeli, 2013). 비합리적 신념은 '나는 절대 실패해서는 안 된다'같은 자신에 대한 당위성, '부모는 항상 나에게 친절해야 한다'와 같은 타인에 대한 당위성, '집은 항상 깨끗해야 한다'같은 조건에 대한 당위성을 포함한다. 그러나 당위적 신념, 절대적 바람은 현실에서 실현될 수 없기 때문에 비합리적 신념을 가진 개인은 좌절감, 분노를 느끼고 부정적인 분노행동을 나타내기 쉽다(A. E. Ellis & W. Dryden, 1997; A. No, 2006). 즉 비합리적 신념은 충동 반응, 언어적 공격 및 신체적 대결, 간접적 표현 등 부정응적인 분노행동에 영향을 미치는 요인으로, 비합리적 신념을 합리적인 것으로 대체하여 분노행동의 긍정적 변화를 성취한 선행연구들을 통해 분노행동에 대한 비합리적 신념의 영향력이 확인되

어 왔다(A. Ellis & J. Wilde, 2001; M. Kim & Y. Lee, 2008). 여러 비합리적 신념 중에서도 상황을 실제보다 더 나쁘게 받아들이는 것(awfulizing), 좌절에 대한 낮은 인내력(low frustration tolerance), 전반적인 자기평가(global self-ratings) 그리고 당위적 요구(dictatorial demands)가 분노행동에 특히 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(R. C. Martin & E. R. Dahlen, 2004). 비합리적 신념과 분노행동의 하위유형인 충동반응, 언어적 공격 및 신체적 대결, 간접적 표현에 관한 선행연구를 살펴보면 중학생을 대상으로 한 연구에서 비합리적 신념은 충동반응과 상반되는 분노행동양식인 분노억제에는 정적영향을, 분노조절에는 부적영향(J. Kim & Y. Lee, 2013)을 미치는 것으로 나타나 비합리적 신념은 충동반응에 관여함을 알 수 있다. K. Hong, Y. Chea and M. Lee(2000), M. E. Bernard(1998)의 연구에서는 비합리적 신념이 공격적인 분노표출에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 비합리적 신념은 분노에 따른 언어적 공격 및 신체적 대결 행동 증가에도 영향을 친다는 것을 알 수 있다. R. C. Martin and E. R. Dahlen(2004)는 비합리적 신념이 개인의 분노행동 및 표현에 영향을 미친다고 지적하면서, 대학생을 대상으로 한 연구를 통해 좌절에 대한 낮은 인내력과 상황을 실제보다 더 나쁘게 받아들이는 비합리적 신념이 분노억압 행동과 공격적 반응에 유의한 영향을 미침을 밝혔다. C. I. Eckhardt and H. Kassino(1998)의 연구에서는 부부 관계에서 범죄를 저지른 사람들에게 분노를 야기하는 상황에서 떠오르는 신념들을 이야기하게 한 결과, 범죄자들은 그렇지 않은 연구대상보다 일반적인 비합리적 신념, 자신과 타인에 대한 전반적인 평가, 인지적 왜곡을 더 자주 언급한 것으로 나타났다. 이 연구는 분노상황을 제시하기에 앞서 비합리적 신념을 측정하지 않았다는 한계에도 불구하고 비합리적 신념이 공격적인 분노행동과 관련이 있다는 사실을 보여주었다(R. C. Martin & E. R. Dahlen, 2004). 또한 폭력 가해자를 대상으로 한 J. Persampiere et al.(2014)의 연구에서도 비합리적 신념과 분노반응 간 유의한 정적상관이 있는 것으로 나타나 비합리적 신념은 분노행동과 상관이 있고 분노행동에 영향을 미침을 알 수 있다.

합리적 정서행동치료(Rational Emotive Behavior Therapy: REBT)의 창시자인 Ellis는 인간은 합리적 사고와 비합리적 사고를 할 수 있는 능력을 모두 가지고 태어났으나 가정과 사회의 영향으로 비합리적으로 사고하게 된다고 하였다(A. Ellis, 1962). 비합리적 신념이 형성되고 강화되는 데에는 가정요인 중 하나인 심리적 성장환경의 자율성이 영향을 미친다. Y. Joo(2000)의 연구에서는 심리적 성장환경

경의 자율성을 보장하는 부모의 태도가 자녀의 비합리적 신념 및 비합리성과 상관성이 있는 것으로 나타났다. M. Yang(2006)의 연구에서는 부모 양육태도 중 자율-통제 차원이 비합리적 신념의 여러 영역들과 높은 상관성을 보였고 청소년을 대상으로 한 K. Hong et al.(2000)의 연구에서는 전체적이고 통제적인 부모의 태도 그리고 비합리적 신념과 상반되는 합리적 신념이 높은 상관성을 보였다. 또한 부모가 과잉간섭하고 과보호하는 환경 즉, 심리적 성장환경의 자율성이 낮은 가정의 청소년 자녀는 위협에 스스로 대처할 수 없다는 비합리적 신념을 갖게 되며(D. Silove, G. Parker, D. Hadzi-Pavlovic, V. Manicavasagar, & A. Blaszczynski, 1991) 자녀가 부모와의 관계를 부정적이라고 지각하는 청소년은 그렇지 않은 청소년에 비해 역기능적 인지 및 비합리적 신념 수준이 더 높은 것으로 알려져 있다(A. T. Beck, 1976). 이처럼 선행연구는 비합리적 신념이 심리적 성장환경의 자율성 및 분노행동과 분명한 상관성을 가지며 이들과 영향을 주고받는 관계에 있음을 보여주었다.

한편, M. Suk and I. Oh(2014)는 자녀의 자율성을 억제하는 부모의 과보호적 양육태도와 분노표현 사이를 어떤 현상에 대해 순간적으로 자신도 모르게 현상을 왜곡하며 부정적 사고를 하는 인지적 특성인 부정적 자동적 사고가 부분 매개함을 밝혔다. 또한 J. Son(2011)의 연구에서는 부모의 양육태도와 분노조절 행동 사이를 인지적 특성인 비합리적 신념이 매개하는 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과는 인지적 특성으로써 비합리적 신념이 심리적 성장환경과 분노행동 사이에서 매개효과를 가질 수 있음을 보여준다. 그러나 청소년의 심리적 성장환경 자율성과 분노행동 간의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과를 살핀 연구의 수가 절대적으로 부족하여 연구의 필요성이 제기된다. 이에 본 연구에서는 고등학생보다 중학생의 분노조절 수준이 유의하게 낮고(J. Ahn & K. Ahn, 2012) 법적으로 처벌받지 않는 만 10세부터 만 14세에 해당되는 촉법소년의 분노로 인한 강력 범죄가 증가 추세에 있다는 사실(The Herald Business, 2016)에 기초해, 중학생을 대상으로 하여 심리적 성장환경의 자율성과 분노행동의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과를 살펴보고자 한다. 이를 위해 먼저 심리적 성장환경의 자율성, 비합리적 신념, 분노행동 간 상관관계가 있는지를 살펴볼 것이다. 본 연구를 통해 비합리적 신념과 분노행동 간의 관계에서 비합리적 신념이 어떠한 역할을 하는지 더 구체적으로 이해할 수 있고 나아가 청소년의 분노행동을 관리, 지도하는데 의미 있는 자료를 제공할 수 있을 것으로 기대한다. 아래에 연구문제 및 매개효과 연구모형을 제시하였다.

- 연구문제 1. 심리적 성장환경의 자율성, 비합리적 신념 및 분노행동 간에는 상관관계가 있는가?
- 연구문제 2. 심리적 성장환경의 자율성과 분노행동의 관계에서 비합리적 신념은 매개효과를 나타내는가?
- 2-1. 심리적 성장환경의 자율성과 충동반응의 관계에서 비합리적 신념은 매개효과를 나타내는가?
  - 2-2. 심리적 성장환경의 자율성과 언어적 공격의 관계에서 비합리적 신념은 매개효과를 나타내는가?
  - 2-3. 심리적 성장환경의 자율성과 신체적 대결의 관계에서 비합리적 신념은 매개효과를 나타내는가?
  - 2-4. 심리적 성장환경의 자율성과 간접적 표현의 관계에서 비합리적 신념은 매개효과를 나타내는가?

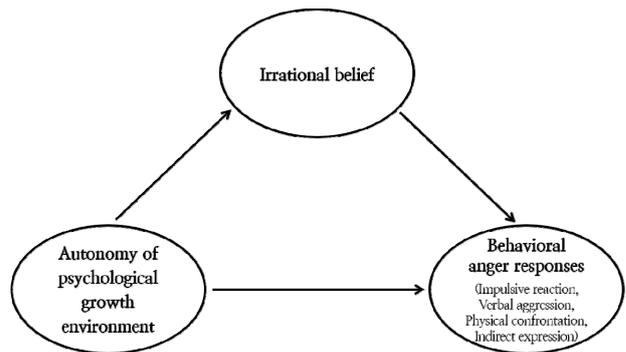


Figure 1. The mediating effects of irrational beliefs on the autonomy of psychological growth environment and behavioral anger responses

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

임의 표집한 서울시 내 중학교 세 곳의 교감과 조사 참여 여부, 대상 학년, 조사 내용과 시기에 대해 상의한 결과 1개 학교 1, 2학년생들이 연구대상으로 선정되었다. 조사 전 중학교 1, 2학년생 5명을 대상으로 예비조사를 실시해 문항의 적절성과 소요 시간을 검토하였고 아동·가족학 전공 교수 및 중학교 교사에게 도구의 타당성을 확인 하였다. 2014년 12월 15일부터 1주일 간, 중학교 1, 2학년생 383명을 대상으로 조사를 실시하였다. 참여를 원치 않은 학생들은 불참할 수 있게 하였고 참여자들에게는

보상을 제공하여 윤리성을 확보하고자 하였다. 수거된 설문지 중 응답이 불성실한 설문지 37부를 제외하고 346명의 자료를 분석하였다. 성별 분포는 남학생 176명(50.87%), 여학생 170(49.13%)명이었고 학년 별 분포는 1학년 136명(39.31%), 2학년 210명(60.69%)이었다. 인구학적 정보를 <Table 1>에 제시하였다.

2. 연구도구

1) 심리적 성장환경의 자율성

심리적 성장환경의 자율성은 E. Shim(1992)이 제작한 심리적 성장환경 질문지에서 자유척도를 사용해 측정하였다. 이 척도는 '무슨 일이든 부모님의 허락을 받아야 한다', '나는 집에서 자유롭게 의사표현을 할 수 있다'와 같은 문항 10개로 구성되어 있다. '전혀 그렇지 않다'에서 '항상 그렇다'로 구분된 5점 척도 상에 반응하며 점수가 높을수록 더 자율적이고 자유로운 환경에서 성장하고 있는 것으로 평가한다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .79였다.

2) 비합리적 신념

R. DiGiuseppe, R. Leaf, T. Exner and M. W. Robin(1988)이 개발한 일반적 태도 및 신념 척도(General Attitude and Belief Scale: GABS)를 S. Seo(2004)이 번안, 수정한 것을 사용하였다. 38문항으로 구성되어 있으며 성취에 대한 집착, 자기비하, 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력, 무시나 부당한 대우에 대한 과민성, 호감이나 인정에 대한 집착에 관한 5개의 비합리적 신념 하위척도와 1개의 합리적 신념 척도로 구분된다. 본 연구에서는 합리적 신념척도를 제외하고 비합리적 신념척도들의 총점을 사용하였다. '전혀 동의하지 않는다'부터 '강하게 동의한다'로 구분된 5점 척도 상에 답하도록 되어 있으며 점수가 높을수록 비합리적인 신념이 높음을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .83이었다.

3) 분노행동

R. W. Novaco(1994)의 분노 척도(Novaco Anger Scale)를 H. Namkoong(1997)이 번안한 것에서 행동영역 척도

를 사용해 측정하였다. 이 척도의 행동영역은 분노를 느끼는 상황에서의 행동을 4가지로 구분하는데, 이 중 충동 반응은 분노자극에 대해 억제하지 못하고 충동적으로 반응하는 패턴을 말한다. 언어적 공격은 분노 유발상황에서 타인을 기분 나쁘게 하고 갈등을 증폭시키는 언어를 사용하는 유형이며 신체적 대결은 다른 사람을 신체적으로 해치고 공격하는 행동을 나타내는 유형이다. 간접적 표현은 수용될만한 대체물에 분노를 전환해 표현하는 형태로 자신에게 보복할 가능성이 없는 약한 상대를 공격하는 것도 간접적 표현으로 간주된다. '사소한 일에도 화를 벌컥 내는 편이다'(충동반응), '누가 나에게 소리를 지르면 나도 그 사람에게 소리를 지른다'(언어적 공격), '나는 화가 나면 쉽게 다른 사람을 때린다'(신체적 대결), '화가 나면 물건을 던지거나 부순다'(간접적 표현) 등 총 16문항으로 구성된다. 3점 척도 상에 답하게 되어 있으며 점수가 높을수록 각각의 분노행동을 많이 나타내는 것으로 평가한다. 분노행동 하위유형 별 Cronbach's  $\alpha$ 는 충동반응 .78, 언어적 공격은 .81, 신체적 대결은 .80, 간접적 표현은 .78이었다.

3. 자료분석

SPSS WIN 22.0을 사용해 자료를 분석하였다. 연구변인들 간 상관관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하고 Pearson's  $r$ 을 산출하였다. 그리고 비합리적 신념이 심리적 성장환경의 자율성과 분노행동의 관계를 매개하는지 알아보기 위해 R. M. Baron and D. A. Kenny(1986)가 제시한 단계를 따라 회귀분석을 실시하였다. 1단계에서는 독립변인인 심리적 성장환경의 자율성이 종속변인인 분노행동에 미치는 영향을 살펴보고 2단계에서는 독립변인인 심리적 성장환경의 자율성이 매개변인인 비합리적 신념에 미치는 영향을 살펴보고 3단계에서는 심리적 성장환경의 자율성과 비합리적 신념이 분노행동에 미치는 영향력을 확인하고 1단계에서 도출된 독립변인의 영향력과 비교하였다. 그리고 매개효과의 유의성을 확인하기 위해 Sobel's test를 실시하였다.

Table 1. Demographic Characteristics of Participants

(N=346)

Category		Frequency	%
Sex	Male	176	50.87
	Female	170	49.13
Grade	1	136	39.31
	2	210	60.69

III. 연구결과

1. 심리적 성장환경의 자율성, 비합리적 신념 및 분노행동 간의 상관관계

<Table 2>에 제시한 바와 같이 연구변인들 간에는 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 심리적 성장환경의 자율성은 비합리적 신념( $r=-.21, p < .001$ ), 분노행동의 하위유형들인 충동반응( $r=-.15, p < .01$ ), 언어적 공격( $r=-.29, p < .001$ ), 신체적 대결( $r=-.13, p < .01$ ), 간접적 표현( $r=-.13, p < .01$ )과 부적상관을 나타냈다. 비합리적 신념은 분노행동의 하위유형인 충동반응( $r=.40, p < .001$ ), 언어적 공격( $r=.24, p < .001$ ), 신체적 대결( $r=.38, p < .001$ ), 간접적 표현( $r=.42, p < .001$ )과 정적상관을 보였다. 충동반응은 언어적 공격( $r=.45, p < .001$ ), 신체적 대결( $r=.59, p < .001$ ), 간접적 표현( $r=.62, p < .001$ )과 정적상관을 보였고 언어적 공격은 신체적 대결( $r=.56, p < .001$ ), 간접적 표현( $r=.40, p < .001$ )과 정적상관을 나타냈다. 신체적 대결은 간접적 표현( $r=.51, p < .001$ )과 정적상관이 있었다.

2. 심리적 성장환경의 자율성과 분노행동의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과

심리적 성장환경의 자율성, 비합리적 신념 및 분노행동 하위유형들 간의 상관관계를 바탕으로, 심리적 성장환경

의 자율성과 분노행동의 관계를 비합리적 신념이 매개하는지 알아보기 위해 R. M. Baron and D. A. Kenny (1986)가 제시한 단계를 따라 회귀분석을 실시하였다. 독립변수의 다중공선성 여부를 살펴본 결과 공차는 .89-.97, 분산팽창계수는 1.10-1.14사이에 분포하여 문제가 없는 것으로 판단하였다. Durbin-Watson 검정 결과는 1.81-1.99로 나타나 변인들이 상호독립적인 것을 확인하였다.

<Table 3> 및 <Figure 2>에 제시된 바와 같이, 비합리적 신념은 심리적 성장환경의 자율성과 충동반응의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 1단계에서 심리적 성장환경의 자율성은 충동반응 분산의 3%를 설명하였으며( $\beta =-.16, p < .01$ ) 2단계에서 심리적 성장환경의 자율성은 비합리적 신념의 분산을 5%를 설명하였다( $\beta =-.21, p < .001$ ). 3단계에서 충동반응에 대한 비합리적 신념의 회귀계수가 통계적으로 유의하였고( $\beta =.39, p < .001$ ) 충동반응에 대한 심리적 성장환경의 자율성 회귀계수는 1단계에서와 달리 유의하지 않았다( $\beta =-.08, p = ns$ ). 3단계에서 심리적 성장환경의 자율성과 비합리적 신념을 모두 포함하는 모델이 충동반응의 분산을 설명하는 정도는 17% 였다. 따라서 비합리적 신념은 심리적 성장환경의 자율성과 충동반응의 관계를 완전매개하는 것으로 볼 수 있다. 매개효과의 유의성을 확인하기 위해 Sobel's test를 실시한 결과 z값은 -3.28로, 비합리적 신념의 완전매개효과는  $p < .01$  수준에서 유의한 것으로 나타났다.

Table 2. Correlations among autonomy of psychological growth environment, irrational beliefs and behavioral anger responses (N=346)

	1	2	3	4	5	6
1. Autonomy of psychological growth environment	1.00					
2. Irrational beliefs	-.21***	1.00				
Behavioral anger responses	3. Impulsive reaction	-.15**	.40***	1.00		
	4. Verbal aggression	-.29***	.24***	.45***	1.00	
	5. Physical confrontation	-.13**	.38***	.59***	.56***	1.00
	6. Indirect expression	-.13**	.42***	.62***	.40***	.51***

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

Table 3. Mediating effect of irrational beliefs on the relationship of autonomy of psychological growth environment and impulsive reaction (N=346)

Step	Independent variable	Dependant variable	$\beta$	$R^2$	F
1	Autonomy of psychological growth environment	Impulsive reaction	-.16**	.03	9.63**
2	Autonomy of psychological growth environment	Irrational beliefs	-.21***	.05	18.12***
3	Autonomy of psychological growth environment Irrational beliefs	Impulsive reaction	-.08 .39***	.17	40.77***

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

<Table 4>, <Figure 3>과 같이, 비합리적 신념은 심리적 성장환경의 자율성과 언어적 공격의 관계를 매개하였다. 1단계에서 심리적 성장환경의 자율성이 언어적 공격 분산의 8%를 설명하였으며 회귀계수가 통계적으로 유의하였다( $\beta = -.29, p < .001$ ). 2단계에서 심리적 성장환경의 자율성은 비합리적 신념의 분산을 5%를 설명하였다( $\beta = -.21, p < .001$ ). 3단계에서 언어적 공격에 대한 비합리적 신념의 회귀계수가 유의하였고( $\beta = .22, p < .001$ ) 언어적 공격에 대한 심리적 성장환경의 자율성 회귀계수는 1단계( $\beta = -.29, p < .001$ )보다 감소하였다( $\beta = -.21, p < .001$ ). 3단계 모델이 언어적 공격의 분산을 설명하는 정도는 11%로 1단계보다 3% 증가하였다. 즉, 비합리적 신념은 심리적 성장환경의 자율성과 언어적 공격의 관계를 부분매개

하였다. Sobel's test로 매개효과의 유의성을 확인한 결과 z값은 -2.47로  $p < .05$  수준에서 유의하였다.

<Table 5>와 <Figure 4>를 보면, 비합리적 신념은 심리적 성장환경의 자율성과 신체적 대결 간 관계를 매개함을 알 수 있다. 1단계에서 심리적 성장환경의 자율성은 신체적 대결 분산의 2%를 설명하였으며( $\beta = -.13, p < .01$ ) 2단계에서 심리적 성장환경의 자율성은 비합리적 신념의 분산을 5% 설명하였다( $\beta = -.21, p < .001$ ). 마지막 3단계에서 신체적 대결에 대한 비합리적 신념의 회귀계수가 유의하였고( $\beta = .38, p < .001$ ) 신체적 대결에 대한 심리적 성장환경의 자율성 회귀계수가 통계적으로 유의하지 않았다( $\beta = -.07, p = ns$ ). 3단계 모델이 신체적 대결의 분산을 설명하는 정도는 16%였다. 즉, 비합리적 신념은 심리적 성장환경

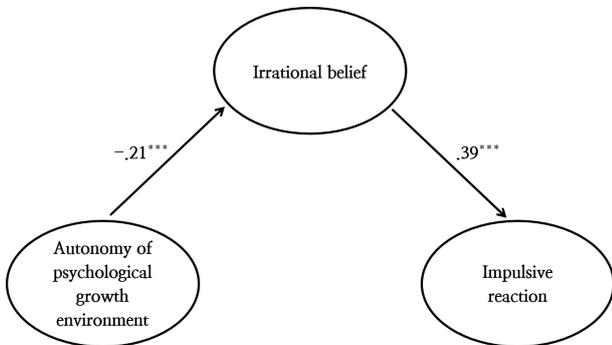


Figure 2. The mediating effects of irrational beliefs on the relationship between autonomy of psychological growth environment and impulsive reaction

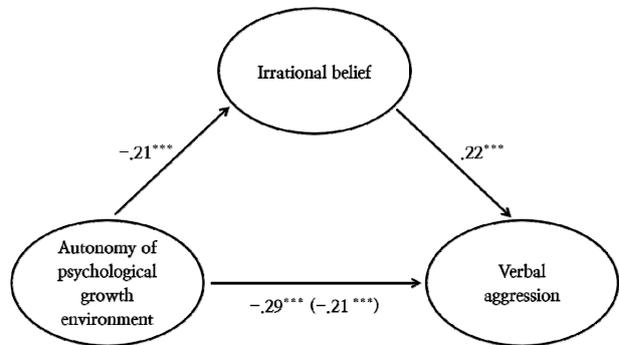


Figure 3. The mediating effects of irrational beliefs on the relationship between autonomy of psychological growth environment and verbal aggression

Table 4. Mediating effect of irrational beliefs on the relationship of autonomy of psychological growth environment and verbal aggression (N=346)

Step	Independent variable	Dependant variable	$\beta$	$R^2$	F
1	Autonomy of psychological growth environment	Verbal aggression	-.29***	.08	36.34***
2	Autonomy of psychological growth environment	Irrational beliefs	-.21***	.05	18.12***
3	Autonomy of psychological growth environment Irrational beliefs	Verbal aggression	-.21*** .22***	.11	24.30***

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

Table 5. Mediating effect of irrational beliefs on the relationship of autonomy of psychological growth environment and physical confrontation (N=346)

Step	Independent variable	Dependant variable	$\beta$	$R^2$	F
1	Autonomy of psychological growth environment	physical confrontation	-.13**	.02	7.19**
2	Autonomy of psychological growth environment	Irrational beliefs	-.21***	.05	18.12***
3	Autonomy of psychological growth environment Irrational beliefs	physical confrontation	-.07 .38***	.16	36.40***

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

경의 자율성과 신체적 대결의 관계를 완전매개 하였다. Sobel's test로 완전매개효과의 유의성을 확인한 결과 z값은 -3.00로  $p < .01$  수준에서 유의하였다.

<Table 6> 및 <Figure 5>에 제시된 바와 같이, 비합리적 신념은 심리적 성장환경의 자율성과 간접적 표현의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 1단계에서 심리적 성장환경의 자율성은 간접적 표현 분산의 2%를 설명하였고 ( $\beta = -.13, p < .01$ ) 2단계에서 심리적 성장환경의 자율성은 비합리적 신념의 분산을 5%를 설명하였다( $\beta = -.21, p < .001$ ). 3단계에서 비합리적 신념의 회귀계수가 유의하였으나( $\beta = .42, p < .001$ ) 간접적 표현에 대한 심리적 성장환경의 자율성 회귀계수( $\beta = -.03, p = ns$ )는 통계적으로 유의하지 않았다. 3단계 모델이 간접적 표현을 설명하는 정도는 18%였다. 그러므로 비합리적 신념은 심리적 성장환경의 자율성과 비합리적 신념의 관계를 완전매개 한다고 볼 수 있다. Sobel's test로 완전매개효과의 유의성을 확인한 결과 z값은 -3.28로  $p < .01$  수준에서 유의하였다.

VI. 논의

본 연구에서는 중학생의 심리적 성장환경의 자율성, 비합리적 신념 및 분노행동의 하위유형들 간 상관관계를 확

인하고, 이를 바탕으로 심리적 성장환경의 자율성과 분노행동 간의 관계에서 비합리적 신념이 매개효과를 가지는지 살펴보았다. 연구결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 연구변인들 간의 상관관계를 살펴보면, 심리적 성장환경의 자율성은 비합리적 신념과 부적상관이 있는 것으로 나타났는데 이는 J. Son(2011), M. Yang(2006)의 연구결과와 일치하는 것으로 심리적 성장환경의 자율성이 높은 중학생일수록 더 합리적인 신념을 가진다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 통제적인 부모의 태도, 그에 따른 경험과 활동 기회의 제한이 청소년에게 부정적인 자기인식과 무력감을 야기할 수 있고, 그 결과 청소년의 자기비하 및 좌절에 대한 낮은 인내력, 세상은 통제적이고 제한적이라는 인식 등과 관련된 비합리적 신념(R. DiGiuseppe et al., 1988)이 형성되었기 때문에 나타난 것일 수 있다. 심리적 성장환경의 자율성은 분노행동 하위영역인 충동반응, 언어적 공격성, 신체적 대결, 간접적 표현 모두와 부적상관 관계에 있는 것으로 나타났다. 이는 자율성이 보장된 환경에서 성장하는 청소년일수록 분노상황에서 자신을 더 잘 조절하고 덜 충동적으로 반응함을 의미하는 것이다. 또한 부모가 자녀의 자율성과 자유를 보장할수록 청소년은 분노 상황에서 갈등을 증폭시키는 언어를 덜 사용하며 다른 사람을 신체적으로 해치거나 공격하는 경향

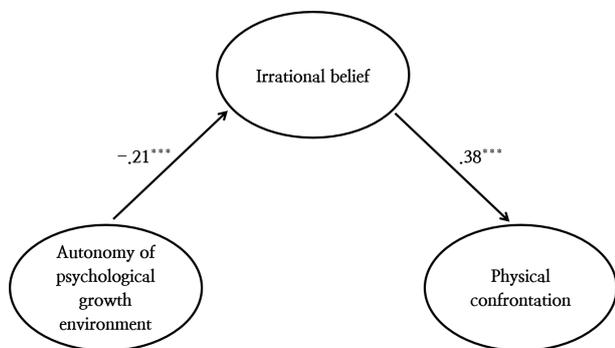


Figure 4. The mediating effects of irrational beliefs on the relationship between autonomy of psychological growth environment and physical confrontation

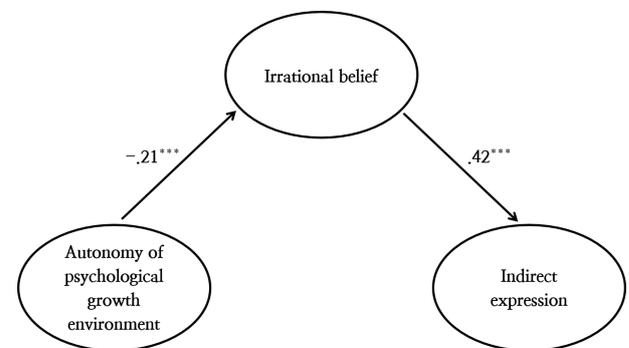


Figure 5. The mediating effects of irrational beliefs on the relationship between autonomy of psychological growth environment and indirect expression

Table 6. Mediating effect of irrational beliefs on the relationship of autonomy of psychological growth environment and indirect expression (N=346)

Step	Independent variable	Dependant variable	$\beta$	$R^2$	F
1	Autonomy of psychological growth environment	Indirect expression	-.13**	.02	6.94*
2	Autonomy of psychological growth environment	Irrational beliefs	-.21***	.05	18.12***
3	Autonomy of psychological growth environment Irrational beliefs	Indirect expression	-.03 .42***	.18	43.45***

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

이 낮고 대체물에 분노를 전환하거나 자신보다 약한 상대를 공격하는 경향도 더 낮은 것으로 나타났다. 이 결과는 자유와 자율성을 제한하는 부모의 과잉간섭 태도가 남자 청소년의 분노조절 행동과 부적상관을, 분노표출 및 분노억제 행동과는 정적상관을 보이며 여자청소년의 분노억제 행동과 정적상관을 나타낸 H. Chang(2016)의 연구, 부모 양육태도와 분노표현 간 상관을 보고한 E. An(2008)의 연구를 지지하였다. 이처럼 청소년의 분노행동은 심리적 환경의 자율성과 상관이 있고 자율성을 보장하는 부모는 자녀와의 관계에서 자기규제와 조절을 가치 있게 다룬다는 점(D. Baumrind, 1991) 고려하면 청소년의 분노행동을 개선하는데 부모의 관심과 참여가 필요하다고 하겠다. 비합리적인 신념은 분노행동과 정적인 상관을 갖는 것으로 나타났다. 이는 비합리적 신념이 낮은 중학생은 분노상황에서 충동적인 반응을 덜 나타내고 상대에게 공격적인 언어, 신체적 공격을 덜 사용하며 분노를 야기한 대상이 아닌 다른 대체물에 분노를 표출하는 간접적 분노표출 행동을 덜 나타냄을 의미하는 결과로, 비합리적 신념이 분노행동과 관련된다는 REBT 학파의 주장(A. Ellis & J. Wilde, 2001)을 지지하는 것이다. 그리고 분노행동의 하위영역인 충동반응, 언어적 공격, 신체적 대결과 간접적 표현 간에는 정적상관이 있는 것으로 나타나 J. Kim and Y. Lee(2013), R. C. Martin and E. R. Dahlen(2004)의 연구를 지지하였다. 이 결과는 충동반응, 언어적 공격, 신체적 대결, 간접적 표현 같은 부정적인 분노행동들은 서로 연관이 있고, 분노상황에서 한 가지 부정적인 분노행동을 많이 그리고 자주 나타내는 청소년일수록 다른 유형의 분노행동들도 빈번하고 강렬하게 나타냄을 뜻하는 것이다. 이렇게 볼 때, 충동반응, 언어적 공격, 신체적 대결, 간접적 표현 중 한 가지 행동을 잘 나타내는 청소년은 다른 유형의 분노행동도 쉽게 나타낼 수 있으므로 청소년의 분노행동을 위한 프로그램에서는 한 가지 분노행동을 개선하는 데에 초점을 두기 보다는 다양한 분노행동을 모두 다루어야 할 것이다.

둘째, 비합리적 신념이 매개효과를 가지는지 살펴본 결과, 비합리적 신념은 심리적 성장환경의 자율성과 분노행동 하위유형인 충동반응, 신체적 대결, 간접표현과의 관계에서 완전매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 이는 중학생의 비합리적 신념이 분노에 대한 충동적인 반응, 신체적 대결, 간접표현에 직접적인 영향을 미치는 요인임을 의미한다. 또한 충동반응, 신체적 대결, 간접표현을 유발하는 요인은 비합리적 신념이고 이를 활성화하는 것이 심리적 성장환경의 자율성임을 보여주는 결과이다. 달리 말하면, 심리적 성장환경의 자율성에 의해 활성화된 분노상황에

대한 지각과 해석 즉, 비합리적 신념이 청소년의 충동반응, 신체적 대결, 간접표현에 영향을 미침을 의미한다. 이 결과는 심리적 성장환경의 자율성이 비합리적 신념에 영향을 미친다는 주장(A. E. Ellis & W. Dryden, 1997; J. Son, 2011)과 청소년의 비합리적 신념에 개입함으로써 충동반응(H. Chang & W. Choi, 2008), 신체적 대결(Y. Hwang & Y. Kim, 2013), 간접표현(S. Kim & S. Hong, 2011) 개선에 효과를 거둔 인지행동치료 프로그램의 타당성을 지지하는 것이다. 그러나 심리적 성장환경의 자율성과 충동반응 및 신체적 대결, 간접표현과 관련 있는 분노표출 요인 간의 관계를 부정적 자동적 사고가 부분매개하는 것으로 나타난 M. Suk and I. Oh(2014)의 연구결과와는 불일치하였다. 이는 두 연구의 매개변인인 비합리적 신념과 부정적 자동적 사고의 내용 그리고 발현과정에 차이가 있기 때문으로 보인다. 비합리적 신념과 부정적 자동적 사고는 비합리적이고 왜곡된 인지체계라는 공통점이 있다. 하지만 비합리적 신념의 내용은 '반드시, 항상 ~해야만 한다'는 당위성과 관련되며 부정적 자동적 사고는 과잉일반화, 개인화, 이분법적 사고, 파국화 등을 포함한다. 또한 부정적 자동적 사고에 대해서는 개인의 노력과는 상관없이, 부지불식간에, 자발적이고 자동적으로 발생한다는 점이 강조된다(A. No, 2006). 이처럼 내용과 발현 특성의 차이로 인해 본 연구에서는 비합리적 신념이 완전매개 효과를 나타냈고 선행연구에서는 부정적 자동적 사고가 부분매개 효과를 나타낸 것으로 사료된다. 선행연구(M. Suk & I. Oh, 2014)와의 차이를 이해하기 위해서는 비합리적 신념과 부적응적 분노행동 사이에 존재하는 강력한 악순환 구조(S. Kwon, 2013; A. Wells, 1995)도 고려해 볼 수 있다. 악순환 구조란, 비합리적 신념은 부적응적 분노행동을 야기하고 분노행동의 결과는 비합리적 신념을 더욱 강하게 만든다는 순환적 패턴을 말한다. 예를 들면, 충동반응과 관련된 자기비하 신념은(J. R. Ramsay, 2010) 충동반응을 야기하고 충동반응에 대한 주변의 부정적 평가, 후회와 좌절감은 자기비하 신념을 더 강화시킨다. 이 과정이 반복되면서 충동반응과 비합리적 신념 모두 더욱 확고해지게 된다. 마찬가지로, 비합리적 신념인 좌절에 대한 낮은 인내력은 청소년의 신체적 대결 행동에 영향을 미치는데(S. Kwon, 2013; R. C. Martin & E. R. Dahlen, 2004) 신체적 대결에 따른 즉각적인 분노저하는 신체적 대결이 효과적인 분노행동이라는 잘못된 신념을 강화시킨다. 또한 신체적 대결은 성인의 개입과 처벌을 유도한다. 엄격한 개입과 처벌은 청소년이 자기비하, 세상에 대한 부정적 신념까지 갖게 만들어 부정적인 분노행동을 강화시킬 수 있다. 간접표현을 사용하는 청소년들은

자신에게 복수할 위험이 없는 약자나 물건에 분노를 표출함으로써 분노와 긴장이 안전하게 해소되는 것을 경험한다. 간접표현이 주는 만족감은 자신보다 약한 대상에게 화풀이를 하는 것이 효과적인 분노행동이란 믿음을 강화시키고, 이 믿음은 분노상황에서 간접표현을 지속하게 만든다. 이 같은 비합리적 신념-부정적 분노행동 간 상호강화 패턴으로 인해 본 연구에서는 부정적 자동적 사고가 부분매개효과를 나타낸 선행연구와는(M. Suk & I. Oh, 2014) 다른 결과가 나왔을 가능성이 있다. 아울러, 비합리적 신념이 충동반응, 신체적 대결, 간접적 표현에 완전매개 효과를 나타낸 공통적인 이유로 청소년의 부모, 가족에 대한 인식 변화도 고려해 볼 수 있다. 전청년기부터는 가족과 거리를 두면서 가족을 보다 객관적으로 때로는 비판적으로 바라보기 시작하며 가족보다는 또래와의 관계에 비중을 둔다는(O. Chung, 2007; H. S. Sullivan, 1953) 특징을 통해 이해될 수 있다. 즉, 청소년기에는 가족에 대한 객관적·비판적 시각이 발달하면서, 심리적 성장환경을 구성하는 주축인 부모를 나름의 기준으로 평가해 보는 경향성과 또래의 영향력이 증가함에 따라, 분노행동에 대한 부모의 영향력이 직접적인 효과를 나타내지 않았을 가능성이 있다. 더욱이 자녀가 청소년기에 들어서게 되면 부모는 자녀의 교우관계, 이성교제, 학습 시간과 양 등에 더 관심을 갖고 자녀의 일상에 더 관여할 수 있다. 따라서 청소년은 부모가 아동기 때보다 자율성과 자유를 덜 보장한다고 느낄 수 있고 이전 보다 부모와의 심리적 거리가 더 커질 수 있다. 이에 심리적 성장환경의 자율성 영향력이 비합리적 신념에 비해 낮게 나타났을 가능성이 있다. 이처럼 충동적 반응, 신체적 대결, 간접표현에 대한 비합리적 신념의 완전매개효과가 밝혀짐에 따라, 향후 청소년을 위한 분노행동 조절 프로그램에서는 충동반응과 신체적 대결, 간접적 표현 행동을 수정하기 위해 비합리적 신념을 교정하는데 집중하는 것이 더 효과적일 것으로 본다.

한편, 비합리적 신념은 심리적 성장환경의 자율성과 분노행동 하위유형인 언어적 공격을 부분매개 하는 것으로 나타났다. 이는 심리적 성장환경의 자율성이 언어적 공격에 유의한 영향을 미치나 비합리적 신념을 투입하였을 때 심리적 성장환경의 자율성 영향력이 감소됨을 뜻한다. 그리고 심리적 성장환경의 자율성은 언어적 공격에 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라 비합리적 신념을 통해 간접적인 영향도 미침을 의미하는 것으로, 부모의 과보호가 중학생의 분노표출행동에 영향을 미치는 과정을 인지체계인 부정적 자동적 사고가 부분매개 한다는 연구결과(M. Suk & I. Oh, 2014)를 지지하였다. 이러한 결과는 비합리적

신념 수준이 높고 완고한 비합리적 신념을 가진 청소년의 부모, 그리고 이런 청소년의 언어적 공격을 개선하고자 하는 상담자 및 교사에게 유용한 정보가 된다. 비합리적 신념 수준이 높고 완고한 청소년의 언어적 공격 행동을 개선하고자 할 때에는 부모교육 및 상담을 통해 심리적 성장환경의 자율성을 향상시킴으로써 비합리적 신념의 영향을 완화할 수 있을 것이다. 또한 이 결과는 언어적 공격을 개선하고자 한다면 부모교육 및 상담을 병행하는 것이 효과적임을 뜻한다. 그러나 아직까지는 청소년 분노조절 프로그램에 부모가 참여한 경우를 찾아보기 어려운데(E. Kang, M. Kim, & B. Lee, 2015; J. Kim & G. Lee, 2013) 청소년의 분노 범죄 증가 현황(The Herald Business, 2016)을 고려하면 부모의 참여 유도 방안이 시급히 모색되어야 할 것이다. 부모의 참여율을 높이기 위해서는 학교에서의 부모교육 및 면담 기회나 캠페인 등을 통해 청소년기 부적응적 분노행동의 위험성과 분노행동에 대한 부모의 영향력을 홍보할 수 있을 것이다. 그리고 각 구마다 설치된 국가 청소년 시설에 부모-자녀를 대상으로 한 분노프로그램을 보급하는 등 부모의 관심을 유도하고 부모의 참여를 용이하게 하려는 노력이 필요할 것으로 본다.

셋째, 비합리적 신념의 완전매개효과 크기는 간접적 표현, 충동반응, 신체적 대결 순으로 나타났다. 이는 비합리적 신념을 투입하였을 때, 심리적 성장환경의 자율성으로부터 영향을 받는 정도가 감소한 폭이 간접적 표현이 가장 크고 다음으로 충동반응, 신체적 대결 순이라는 것을 의미한다. 간접적 표현의 완전매개효과가 가장 크게 나타난 것은 간접표현이 충동반응이나 신체적 대결과는 달리, 자신의 분노행동을 수용해 줄 만한 상대나 자신의 분노표현에 보복할 가능성이 없는 대상을 찾아 분노를 표출하는 행동 즉, 회피 및 소극적 대처와 관련이 있기 때문으로 보인다. 분노를 야기한 대상에 직접적이고 즉각적으로 반응하는 것, 갈등 대상과 직접 대면 및 대결하는 행동과 달리, 간접적 표현은 고통으로부터 벗어나 안도감을 얻고 자하는 욕구, 보호를 요하는 개인적 성향과 관련이 있다. 또한 회피행동을 보이는 사람은 충동반응이나 신체적 대결 행동을 추구하는 사람에게서는 보기 어려운 비합리적 신념들 예를 들면, 좋은 감정만 느껴야 한다, 부정적인 사건은 겪지 않는 것이 좋다 같은 신념을 갖고 있다(D. M. Clark & A. Wells, 1995; S. C. Hayes, K. Strosahl, & K. G. Wilson, 1999). 즉, 간접표현 수준이 높은 사람들은 다른 유형의 분노행동을 나타내는 사람보다 더 다양한 편견과 비합리적 신념을 소유하고 있을 뿐 아니라 안전과 보호에 대한 갈망 수준도 높을 가능성이 있는 것으로 사료된다. 또한 회피행동은 부정적 정서와 긴장 해소에 도

움이 될 것으로 보이지만 자신의 비합리적 신념을 확인, 수정할 기회를 박탈하여 비합리적 신념을 강화하는데 기여한다(A. Wells, 1995). 즉, 간접적 표현에는 더 다양한 유형의 비합리적 신념과 개인적 욕구가 관여하며 간접적 표현은 비합리적 신념 수준을 오히려 증가시킬 가능성이 있기 때문에 완전매개효과의 크기가 가장 크게 나타난 것으로 사료된다.

본 연구는 심리적 성장환경의 자율성과 청소년의 분노행동 간 관계에 비합리적 신념이 영향을 미치는 주요 변인임을 확인하였다는 의의가 있다. 이는 비합리적 신념에 개입하여 분노행동 개선 성과를 거둔 I. Choi and S. Choi(2009), R. Beck and E. Fernandez(1988) 연구의 타당성을 지지하며, 청소년의 분노행동에 개입하는 프로그램 계획 시 비합리적 신념을 다루는 인지행동치료를 실시함으로써 효과를 거둘 수 있음을 의미한다. 그리고 청소년의 분노행동 중 언어적 공격 행동을 개선하고자 할 때에는 부모를 대상으로 자녀에 대한 허용성과 자유의 중요성 및 부모-자녀 관계에서 이를 표현하고 보장하는 방법에 대한 교육을 병행하는 것이 효과적임을 밝혔다는 의의가 있다. 한편, 충동반응, 신체적 대결, 간접적 표현에서는 비합리적 신념이 완전매개효과를 가진다는 점, 청소년들은 부적응적인 분노행동인 분노억제를 야기하는 대상으로 부모를 꼽고(M. B. Jones & M. K. Peacock, 1992) 부모의 자율적 양육태도는 자녀의 통제력과 높은 상관(K. Kim, 2014)이 있음을 고려하면 충동반응, 신체적 대결, 간접적 표현 개선 프로그램에서도 부모의 참여와 노력이 병행되는 것이 효과적일 것이다.

본 연구의 제한점을 바탕으로 추후 연구에 제안을 하면 다음과 같다. 본 연구는 서울에 있는 1개 중학교에 재학 중인 학생들을 대상으로 조사를 실시하였기 때문에 결과를 일반화하는데 주의가 필요하며 청소년의 자기보고에만 의존했다는 제한점이 있다. 또한 중학교 1, 2학년만을 대상으로 조사했기 때문에 청소년의 연령에 따른 매개효과의 차이를 확인하지 못하였다. 따라서 지역 및 자료 제공자를 다양화하고 여러 연령대의 청소년을 대상으로 한 추후 연구가 실시되어 청소년들의 심리적 성장환경, 분노행동 및 비합리적 신념에 관해 더 정교하게 이해할 수 있게 되기를 기대한다. 또한 비합리적 신념은 여러 하위유형으로 구분되며 분노, 불안 등 문제행동 마다 관여하는 비합리적 신념에 차이가 있는 것으로(R. C. Martin & E. R. Dahlen, 2004; L. Stopa & D. M. Clark, 1993) 알려져 있으나, 본 연구에서는 비합리적 신념의 총점을 매개변인으로 투입하였다는 한계도 있다. 이에 비합리적 신념 하위유형들 각각의 영향력을 확인할 수 있는 추후 연구가

실시되어 연구변인에 대해 더 심도 깊게 이해할 수 있게 되길 기대한다. 아울러 본 연구의 결과를 반영한 효과적인 청소년 분노행동 개선 프로그램이 개발되어 청소년의 정신건강과 안녕에 보탬이 되기를 기대한다.

## REFERENCES

- Ahn, J. M., & Ahn, K. S. (2012). A study on related factors for adolescent's anger emotional experience. *Korean Journal of Youth Studies*, 19(3), 267-292.
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). Human aggression. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 27-51.
- Averill, J. R. (1982). *Anger and aggression: An essay on emotion*. New York: Springer Verlag.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Baumrind, D. (1991). Effective parenting during the early adolescent transition. In P. A. Cowan & M. Hetheringt (Eds.), *Family transitions*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International University Press.
- Beck, R., & Fernandez, E. (1988). Cognitive behavioral therapy in the treatment of anger: A meta analysis. *Cognitive therapy and Research*, 22(1), 63-74.
- Berkowitz, L. (1989). Frustration-aggression hypothesis: Examination and reformation. *Psychological Bulletin*, 106(1), 59 - 73.
- Bernard, M. E. (1998). Validation of the general attitude and belief scale. *Journal of Rational Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 16(3), 183-196.
- Chang, H. K., & Choi, W. S. (2008). The effects of cognitive behavioral group art therapy on impulsiveness and self-control of children with ADHD. *Korean Journal of Art Therapy*, 15(3), 391-410.
- Chang, H. L. (2016). The effect of perceived parenting attitude on the anger expression of middle-class adolescent: The moderating effect of gender. *Journal of Korean Family Relations*, 21(3), 95-122.
- Chang, S. J. (2002). *A relationship psychological growth environment, resilience of adjustment and characteristics of juvenile delinquency tendencies*. Unpublished

- master's thesis. Wonkwang University, Jeonbuk, Korea.
- Choi, I. K., & Choi, S. N. (2009). Effects of cognitive behavioral group art therapy on the anger expression and self-esteem of the children in low-income families-focused on the plastic activity. *Korea Journal of Counseling, 10*(2), 1097-1112.
- Chung, O. B. (2007). *Theories of life-span development*. Seoul: Hakjisa.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. Liebowitz, D. Hope and F. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment*. New York: Guilford.
- Cui, L., Morris, A. S., Criss, M. M., Houlberg, B. J., & Silk, J. S. (2014). Parental psychological control and adolescent adjustment: The role of adolescent emotion regulation. *Parenting: Science and Practice, 14*(1), 47-67.
- DiGiuseppe, R., Leaf, R., Exner, T., & Robin, M. W. (1988). *The development of a measure of irrational/rational thinking*. Presented at the World Congress of Behavior Therapy, Edinburgh, Scotland.
- Eckhardt, C. I., & Kassonov, H. (1998). Articulated cognitive distortions and cognitive deficiencies in maritally violent men. *Journal of Cognitive Psychotherapy, 12*(3), 231-250.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Secaucus: The Citadel Press.
- Ellis A. E., & Dryden, W. (1997). *The practice of rational-emotive therapy*. New York: Springer.
- Ellis, A., & Wilde, J. (2001). *Case studies in REBT with children and adolescents*. New York: Prentice-Hall.
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion regulation in everyday life. In Snyder, D. K., Simpson, J., & Hughes, J. N. (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health*. Washington DC: American Psychological Association.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press.
- Hong, K. J., Chae, Y. K., & Lee, M. J. (2000). The effects of the adolescents' irrational beliefs, self-esteem and their perceived parents' parenting attitude on their modes of anger expression. *Korea Journal of Counseling, 1*(1), 161-181.
- Houlberg, B. J., Morris, A. S., Cui, L., Henry, C. S., & Criss, M. M. (2016). The role of youth anger in explaining links between parenting and early adolescent prosocial and antisocial behavior. *Journal of Early Adolescence, 36*(3), 297-318.
- Hwang, Y. R., & Kim, Y. M. (2013). The effects of mindfulness meditation based cognitive behavioral program on reducing children's aggression. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 13*(6), 51-68.
- Jones, M. B., & Peacock, M. K. (1992). Self-reported anger in adolescents. *The Journal of Health Behavior, Education & Promotion, 16*(2), 11-19.
- Joo, Y.-D. (2000). *The Relationship between children's perception of parent's child-rearing attitudes and their irrational beliefs & depression*. Unpublished master's thesis. Kyungnam University, Gyeongnam, Korea.
- Jung, E.-E., & Song, H.-J. (2010). A validation study of the anger rumination scale for adolescents in Korea. *Korean Journal of Clinical Psychology, 29*(1), 223-239.
- Kang, E., Kim, M., & Lee, B. (2015). The effect of emotional expression based anger-control program on the anger and interpersonal relationship of male adolescent of divorced families. *The Journal of Yeolin Education, 23*(1), 215-234.
- Kassonov, H., & Sukhodolsky, D. G. (1995). Anger disorders: basic science and practice issue. In Kassonov, H. (Ed.), *Anger disorder: definition, diagnosis, and treatment*. Washington, DC: Taylor & Francis.
- Kehn, A., Culhane, S. E., Kolmans, L., & Bongard, S. J. (2015). The German translation of the Novaco anger scale and provocation inventory. *Current Psychology, 34*(2), 294-310.
- Kim, J. E., & Lee, Y. J. (2013). The effects of irrational beliefs and social support on anger expression styles in middle school students. *Korean Journal of Counseling, 14*(3), 1551-1567.
- Kim, J.-M., & Lee, G.-M. (2013). Effect of group art therapy on the mode of anger expression of bullying adolescents at school violence. *Journal of Koran Society for Youth Protection and Guidance, 19*(1),

- 73-95.
- Kim, K. H. (2014). A study on the correlations between parent's raising attitude and children's personal character. *The Human Right Welfare Society of Korea*, 16(15), 135-157.
- Kim, M.-R., & Lee, Y.-M. (2008). The effects of a cognitive-behavioral anger control training on anger control ability and peer relationships of children. *The Korean Journal of Elementary Counseling*, 7(2), 101-115.
- Kim, S.-R., & Hong, S.-H. (2011). The effects of cognitive-behavioral academic stress coping training on elementary school children's academic stress and coping strategy. *The Korean Journal of Elementary Counseling*, 10(1), 19-38.
- Kim, Y. H., & Kang, Y. J. (2016). Comparison between general teenagers and juvenile delinquents in cause and coping methods of stress. *Journal of Youth Welfare*, 18(1), 261-284.
- Kwon, H. J. (2014). *The relationship among distress tolerance, anger rumination and dysfunctional anger: A comparison of Adolescents and Adults*. Unpublished master's thesis. Seoul Women's University, Seoul, Korea.
- Kwon, S. M. (2013). *Contemporary abnormal psychology*. Seoul: Hakjisa.
- Lazarus, R. S. (2001). Model of appraisal in the emotion system: Integrating theory, research, and applications. In K. R. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Lee, E. K. (2001). *The relationship between the father's attitude for bringing up and the children's impulsivity*. Unpublished master's thesis. Cheju National University, Cheju, Korea.
- Lerner H. (1985). *The dance of anger*. New York: Harper and Row.
- Liew, J., Kwok, O., Chang, Y. P., Chang, B. W., & Yeh, Y. C. (2014). Parental autonomy support predicts academic achievement through emotion-related self regulation and adaptive skills in Chinese American adolescents. *Asian American Journal of Psychology*, 5(3), 214-222.
- Martin, R. C., & Dahlen, E. R. (2004). Irrational beliefs and the experience and expression of anger. *Journal of Rational - Emotive & Cognitive - Behavior Therapy*, 22(1), 1-18.
- NamKoong, H. S. (1997). *The effects of an anger-control program for elementary school students*. Unpublished master's thesis. Yonsei University, Seoul, Korea.
- No, A. Y. (2006). *Counseling psychology*. Seoul: Hakjisa.
- Novaco, R. W. (1994). Anger as a risk factor for violence among the mentally disordered. In J. Monahan & H. J. Steadman (Eds.), *Violence and mental disorder: Developments in risk assessment*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Oh, Y.-S. (2012). The influence of perceived parent's rearing attitude on adolescent's anger and school violence. *Journal of the Korea Institute of Youth Facility and Environment*, 10(3), 91-104.
- Persampiere, J., Poole, G., & Murphy, C. (2014). Neuropsychological correlates of anger, hostility, and relationship-relevant distortions in thinking among partner violent men. *Journal of Family Violence*, 29(6), 625-641.
- Ramsay, J. R. (2010). CBT for adult ADHD: Adaptations and hypothesized mechanisms of change. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 24(1), 37-45.
- Rothbart, M. K., & Ahadi, S. A. (1994). Temperament and the development of personality. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 55-66.
- Seo, S. K. (2004). *Cognitive factors related to anger and their therapeutic implications*. Unpublished doctoral dissertation. Seoul National University, Seoul, Korea.
- Shim, E. C. (1992). *Effects of psychological growth environment and self-concept on juvenile delinquency*. Unpublished doctoral dissertation. Chungang University, Seoul, Korea.
- Silove, D., Parker, G., Hadzi-Pavlovic, D., Manicavasagar, V., & Blaszczynski, A. (1991). Parental representations of patients with panic disorder and generalized anxiety disorder. *The British Journal of Psychiatry*, 159(6), 835-841.
- Son, J. E. (2011). *The effect of nurture attitude of parents, self respect and un reasonable thoughts recognized by teenagers to the anger management ability*. Unpublished master's thesis. Yonsei University, Seoul, Korea.
- Spielberger, C. D. (1999). *State-trait anger expression inventory-2: Professional manual*. FL: Psychological Assessment Resources.

- Spielberger, C. D., Krasner, S. S., & Solomon, E. P. (1988). The experience and control of anger. In M. P. Janisse. (Ed.), *Health psychology, individual differences and stress*. New York: Springer-Verlag Publishers.
- Steinberg, L., Dahl, R., Keating, D., Kupfer, D. J., Masten, A. S., & Pine, D. S. (2006). The study of developmental psychopathology in adolescence: Integrating affective neuroscience with the study of context. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology, Vol. 2: Developmental neuroscience*. NJ: John Wiley.
- Stopa, L. & Clark, D. M. (1993). Cognitive processes in social phobia. *Behaviour Research & Therapy*, 31(3), 255-267.
- Suk, M. J., & Oh, I. S. (2014). Relations of perceived parental overprotection, negative automatic thought and anger among middle school students. *Secondary Institute of Education*, 62(3), 491-511.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- The Herald Business. (2016). 'Because of anger...' teenage crime. Retrieved from <http://news.heraldcorp.com/view.php?ud=20160526000133>.
- Walton, A., & Flouri, E. (2010). Contextual risk, maternal parenting and adolescent externalizing behaviour problems: The role of emotion regulation. *Child Care, Health and Development*, 36(2), 275-284.
- Wells, A. (1995). Meta-cognition and worry: A cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 23(3), 301 - 320.
- Wijhe, C., Peeters, M., & Schaufeli, W. (2013). Irrational beliefs at work and their implications for workaholism. *Journal of Occupational Rehabilitation*, 23(3), 336-346.
- Yang, M. S. (2006). *The relationship between parental attitude and anxiety of presentation and between irrational belief and anxiety of presentation*. Unpublished master's thesis. Jeonju University, Geonbook, Korea.

Received: September 15. 2016

Revised: November 23. 2016

Accepted: December 23. 2016