한국지역사회생활과학회지
Korean J. Community Living Science
20(4): 539~547, 2009

남녀대학생의 에니어그램 성격유형에 따른 분노표현 방식

김 영 희 · 정 희 정*
한경대학교 아동가족복지학과 · 한국 부모코칭센타*

Anger Expression Style by the Enneagram Personality Types of College Students

Kim, Young Hee · Chung, Hee Jung*
Dept. of Child & Family Welfare, Hankyong National Univ., Ansung, Korea
Korean Parent Coaching Center, Seoul, Korea*

ABSTRACT

The purpose of this study is to investigate the relationship between the Enneagram personality types and the anger expression styles, and to see how the relationship depends on the gender. The subjects, selected by the convenience sampling method, are 315 college students. The instrument is the Korean Enneagram Personality Types(Yoon 1999), which categorizes the personal types into the gut-center, the heart-center and the head-center. On the other hand, the anger expression styles, which is the anger-control as a functional role, and the anger-out and the anger-in as a dysfunctional role, is measured by the Korean version of STAXI(Chon et al 1998). The major findings of the study are as follows. First, comparing the personality types of students, the ratio of the students of the gut-center, that of the head-center and that of the heart-center types are in descending order. Second, It is found that students rely on the anger-out more than the other two expression styles. There also exist the gender differences in terms of the level of the anger expression: female students tend to express the anger-out and the anger-control significantly more than male students. Third, the relationship between the Enneagram personality types and the anger expression styles of students are statistically significant such that students of the gut-center style express the anger-out more severely than the head-center and the heart-center. Therefore, the findings from the study may become the basis on which the education program is designed for the sake of the psychological adjustment of college students, especially taking into account the gender differences.

Key words: the Enneagram personality type, anger-out, anger-in, anger-control, college students

접수일: 2009년 10월 4일 채택일: 2009년 11월 29일
Corresponding Author: Kim, Young Hee Tel: 82-31-670-5234 Fax: 82-31-677-5230
e-mail: ykim@hknu.ac.kr

I. 문제제기

최근 청소년이나 성인의 충동통제, 감정조절 등 정서영역의 문제가 자주 사회적 문제로 거론되고 있으며, 이러한 가운데 분노의 경험과 표현에 대한 관심이 높아지고 있다. 분노는 일상생활에서 가장 많이 경험하는 부정적 감정의 하나로 분노가 강하지 않은 경우에는 자기주장적인 의사소통이나 적극적인 문제해결 행동이 나타나는 것을 도와줄 수 있으나, 분노가 과다할 경우에는 적대적이고 공격적인 형태로 표현되기 쉽고 이로 인해 대인관계에 어려움이 발생할 가능성이 높다.

분노의 부적절하고 역기능적인 표현행동으로서 분노표출 및 분노억제, 기능적인 분노표현 행동으로서 분노조절을 들 수 있는데(Biodeau 1992; 서수균 등 2004에서 재인용), 역기능적 표현행동의 부정적인 영향이 주로 문제시되고 있다. 선행연구들에 의하면 역기능적인 분노표현은 다양한 심리적, 신체적 질환에 영향을 미치는 것으로 나타나, 과도한 분노표출은 공격성(양명희 · 김은진 2007), 알콜 관련 문제, 심장혈관계 및 소화계 질환(전겸구 2000)과 높은 관련성을 보였으며, 분노억제가 강한 사람들은 주로 우울감이나 절망감(김교현 2000)에 빠지기 쉽고, 특히 한국인의 독특한 감정체계와 연루된 홧병이 발생한다는 것이다(추미례 2006).

분노에 관한 선행연구들은 비행청소년이나 공격성을 보이는 아동을 대상으로 한 연구가 주를 이루고 있는데, 이혜련과 김경연(2008)에 의하면 아동의 공격성에 따라 분노정도에 유의한 차이가 나타났으며, 채유경(2003)의 연구에서는 부적응 청소년 집단이 적응 청소년 집단보다 더 높은 수준의 분노를 경험하는 것으로 나타났다. 그런데 청소년기에서 성인기로 넘어가는 대학생의 경우도 여러 가지 역할습득의 요구에 직면하면서 많은 스트레스를 경험하기 때문에 분노를 느끼고 표현하게 되는 상황에 자주 직면하게 된다. 그럼에도 불구하고 대학생을 대상으로 분노를 다룬 연구가 매우 적은 실정으로, 이 또한 대학생의 대인관계 향상이나 심리적 적응을 위한 분노관련 프로그램 개발에 치중해 있다. 이경선(2003)은 분노수준이 높은 대학생 집단을 대상으로 자기표현 훈련을 실시하였을 때 분노억제 및 분노 표출이 유의하게 감소함을 증명하였다. 따라서, 초기 성인기인 대학생들의 다양한 분노표현 방식 즉, 분노억제, 분노표출 및 분노조절이 어느 정도인지 알아보고 성별에 따른 차이 등 분노표현 방식의 특성을 살펴보는 연구가 필요하다 하겠다.

분노는 상황에 대한 인지적 평가나 태도에 의해 직접적으로 영향을 받는 주관적 경험이어서 동일한 상황을 경험하더라도 분노표현 강도나 표현방식이 개인에 따라 차이가 있을 수 있다. 말하자면, 자신과 타인, 상황을 각 개인의 심리적 요인별로 어떻게 인식하고 해석하느냐에 따라 느끼는 분노경험 및 표현은 다를 수 있다는 것이다. 선행연구들은 분노표출/억제 태도가 분노표현 행동에 중요한 영향을 미친다고 하였으며(서수균 등 2004), 비합리적 신념의 내용(고경희 2000)에 따라 분노표현 방식이 달라진다고 하였다. 그런데 태도나 신념 이외에도 개인의 독특한 심리적 특성인 성격유형을 분노표현 행동을 유발하는 요인으로 짐작할 수 있다. 예컨대, 개인의 성격특성과 분노표현 행동과의 관계를 살펴본 연구(양명희 · 김은진 2007)에 의하면 신경증적 불안정성이 높을수록 화가 난 감정을 외부로 표출하고 역기능적 표현방식을 사용할 가능성이 높다는 것이다.

최근 성격유형 분류 관점에서 인간의 성격을 보다 통합적으로 접근하는 에니어그램이 주목을 받고 있는데, 에니어그램은 자신의 성격유형을 알게 함으로서 자신을 좀 더 온전하게 이해할 수 있고 성격의 강점이나 자원을 찾아 내적 발전과정에 개입하도록 도와주는 인간관계 접근법이다. 에니어그램에서는 성격유형을 배중심, 머리중심, 가슴중심으로 구분하고 있는데, 배중심 사람들의 압도적 감정은 분노로 나타난다. 이는 배중심 성격유형 사람들이 공격 및 억압과 관련된 문제를 갖고 있으며, 이들은 자아를 방어하는 행동의 밑바탕에 많은 분노를 갖고 있다는 것을 의미한다(주혜명 역 2000).

이와 같이 에니어그램의 성격유형과 분노가 밀접한 관계에 있음에도 불구하고, 국내의 자료

를 이용하여 에니어그램 성격유형에 따른 분노표현 방식의 차이를 살펴본 연구는 드물고, 특히 대학생을 대상으로 성격유형과 분노표현 방식과의 관계, 그리고 그들 관계에 있어 성차이 등을 실증적으로 탐색한 연구는 거의 없다. 따라서 본 연구에서는 우리나라 자료, 즉 대학생을 대상으로 에니어그램 성격유형에 따라 분노표현 방식에 어떠한 차이가 있는지 분석해 봄으로써 분노표현 행동을 초래하는 성격유형을 탐색해 보고자 한다. 특히, 배중심에 속한 대학생들이 가슴중심 또는 머리중심에 속한 대학생들보다 역기능적 분노표현방식인 분노억제나 분노표출 정도가 높은지 그리고 이러한 차이는 남녀에 따라 달라지는지 검증하고자 한다. 궁극적으로, 대학생의 성격유형과 분노표현방식 관계에 대한 분석결과는 대학생이 행하는 분노표현방식의 개인별 특성을 이해하기 위한 기초자료를 제공할 것이다.

본 연구의 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 대학생의 에니어그램 힘의 중심으로 분류한 성격유형 분포는 어떠한가?

둘째, 성에 따라 대학생의 분노표현방식은 어떠한 차이가 있는가?

셋째, 에니어그램 성격유형에 따라 대학생의 분노표현방식에는 어떠한 차이가 있는가? 또, 이 차이는 남녀에 따라 달라지는가?

Ⅱ. 선행연구 고찰

1. 에니어그램 성격유형

에니어그램은 자신과 타인을 깊이 있게 이해하도록 도와줌으로써 인사관리, 조직운영 뿐 아니라 심리치료, 영적성장 등을 가능하게 하는 도구로 전 세계에서 각광을 받고 있다(김현정 2003). 국내에서는 1990년 초반 에니어그램이 알려지기 시작하여 후반부터 에니어그램 관련 연구활동이 이루어졌으며(손봉희 2003), 최근에는 전문적으로 에니어그램을 활용하여 훈련하는 기관에서 단기적 또는 장기적인 에니어그램 교육 프로그램을 통하여 참여자들에게 집단상담, 부모교육, 정신질환 치료 등을 실시하고 있다.

에니어그램 효과를 분석한 실증연구에 의하면 프로그램 실시 후 청소년의 자아정체감(김진영 2009; 허진 2005)이나 대인관계(이옥순 2008; 조성란 2005)가 유의미한 수준으로 향상된다는 것이다. 에니어그램 교육에 참여하여 프로그램의 내용이나 구성에 만족한 대학생들이 그렇지 않은 대학생들보다 우울, 불안 및 적대감 수준이 낮았으며(이성영 2002), 에니어그램 성격유형별로 자기표현이나 촉진적 의사소통 수준에서 유의한 차이가 나타났다(정희정 2006).

한편 학교폭력 가해 청소년에게 에니어그램을 활용한 프로그램을 실시한 결과, 그들의 우울수준이 유의미하게 감소되었으며(오은경 2005), 대인관계 향상에 영향을 미치는 것으로(박은숙 2008) 나타났다. 따라서 우울수준이 높고 분노표출이 과다하며 심리적으로 매우 불안정한 청소년에게 에니어그램 교육프로그램은 자신의 성격유형을 알고 이해하는 차원에서 뿐만 아니라 자신이 갖고 있는 감성표현방식, 대인관계방식의 강점과 약점을 찾아내어 심리적 적응에 도움을 줄 수 있을 것으로 판단된다.

에니어그램은 개인의 독특함을 인정하고 그에 따라 성격을 나누어 설명한다. 에니어그램 각 성격유형에 속하는 사람은 저마다 인생행로에서 만나기 쉬운 장애나 함정이 있고, 타고난 재능, 한계, 자신이 깨닫지 못한 약점 등이 있으며 사고하고 행동하는데 특이한 방식이 있다는 것이다(주혜명 역 2000).

에니어그램을 통해 나누는 성격유형의 근간은 힘의 중심이 어디에 있는가 하는 것이다. 크게 세 가지로 가슴중심, 머리중심, 배중심으로 나누어지는데, 이 세 중심들이 사용하는 감정, 사고, 본능기능은 자아가 가장 강하게 형성되어 있는 기능이며 가장 자유롭지 못한 정신기능이다. 대부분 사람들은 세 가지 중심을 활용할 수 있지만 스트레스 상황이나 당황스러운 사건이 생길 때 먼저 사용하는 의식의 신체기관이 그 사람의 중심이 되며, 각각의 중심에 따라 형성되는 심리적 흐름이나 행동방식이 다르게 나타난다(박종영 역 2001). 가슴중심 사람들은 에니어그램 성격유형 2, 3, 4번에 속하며 이들은 감정과 정서를 중요시하고 무게중심은 심장과 순환계로 느낌을 통해

삶을 파악하고 직관과 주관적인 판단을 하는 경향이 높다. 이들은 대체로 상황파악을 잘 하는데 이는 다른 사람들과 접촉하는 감각이 예민하기 때문이다.

머리중심 사람들은 에니어그램 성격유형 5, 6, 7번에 해당되며, 이들의 무게중심은 머리(뇌)와 신경계로 상황을 분석하고 생각한 다음에 자신의 위치를 정하므로 모든 상황에서 한 걸음 뒤로 물러나는 경향이 있다. 이들은 자기생활의 거의 모든 위험을 지각하는 능력을 가지고 있으며 부끄러움을 타고 소심하다. 여기에 속한 유형들은 생활의 위험에 대한 불안이 높다.

배중심 사람들은 에니어그램 성격유형 8, 9, 1번에 해당하며, 이들의 무게중심은 하복부(장)와 소화계로 본능과 습관에 따라 행동하는 특성을 지닌다. 분노가 이들의 압도적인 감정인데, 이것은 실제 이들의 욕망을 잘 이루지 못하는 좌절에서 오는 것이다. 따라서 자신의 의지가 꺾이게 되면 특징적으로 분노를 다른 사람에게 폭발시키거나 자신에게 터트린다(김현정 2003).

최근 국내에서는 전문기관 및 학계에서 에니어그램 성격유형 검사지에 대한 표준화 작업을 거쳐 성격유형 검사를 실시하고 있다. 힘의 중심에 의한 성격유형 분포를 살펴본 선행연구에 의하면, 성인(윤운성 2005; 주선영 2008) 및 대학생(이소현2008; 조주영 2006)을 대상으로 조사했을 때 남녀 모두 배중심이 가슴중심 및 머리중심보다 높은 비율을 나타냈다. 그러나 표집방법이나 조사대상자 선정 등 연구의 특성에 따라 힘의 중심에 따른 분포비율은 여러 연구(김재원 2004; 조주영 2006)에서 일치하지 않는 것으로 나타났다.

2. 에니어그램 성격유형과 분노표현방식

분노를 경험하는 것과 분노라는 정서를 표현하는 것은 다른 개념이다. 분노수준이 비슷한 사람의 경우에도 어떤 사람은 분노를 폭발하고, 어떤 사람은 분노를 가슴에 삭히거나, 화를 진정시켜 분노감정을 해소하기도 한다. 최근의 연구들은 이처럼 개인마다 분노를 표현하는 방식의 차이를 분노를 경험하는 사람의 성격적 특성에 기인한다고 설명한다(고경희 2000; 양명희・김은진 2007; Spielberger et al 1995). 다시 말하여 과도하게 분노를 표출하거나 지나치게 분노를 억제하는 사람들은 기저에 이들 분노표현 양상을 선호하는 고착된 성격유형이 내재해 있을 것으로 짐작해 볼 수 있다.

국내에서 개인의 성격특성과 분노표현 행동과의 관계를 살펴본 선행연구들에 의하면, 청소년들의 자기 개념이 명확할수록 분노표출행동이 감소한 반면 신경증적 불안정성이 높을수록 분노표출행동이 증가하였다는 것이다(양명희・김은진 2007). 또한 성인을 대상으로 한 연구에서도 유사한 방향의 결과가 나타나, 스트레스에 취약한 신경증적 성향이 높은 사람들이 정서경험을 표현할 때 갈등하는 정도가 높음을 알 수 있다(양세경 2006).

한편 서구의 에니어그램 이론가들은 에니어그램의 성격유형과 분노표현의 관련성을 다루고 있는데, Riso와 Hudson(1999)에 의하면 가슴중심이나 머리중심보다 배중심 성격유형을 가진 사람들에게서 분노라는 감정이 자주 우세하게 나타난다는 것이다. 그러나 국내에서 에니어그램 성격유형과 분노표현 행동과의 관계를 분석한 연구는 최근에 보육종사자를 대상으로 실증분석한 주선영(2008)의 연구를 제외하고는 거의 없다. 주선영(2008)의 연구에 의하면, 배중심 유형의 보육교사들이 가슴중심이나 머리중심 유형의 보육교사들보다 자기 또는 타인에 대한 정서를 이해하는 수준이 더 높게 나타난다는 것이다. 따라서 우리나라 자료를 이용하여 대학생을 대상으로 그들의 성별 그리고 에니어그램의 성격유형별 분노표현 방식의 차이를 살펴보는 것이 필요하다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 서울과 천안 지역 대학생 315명이다. 비확률표집인 편의표집을 사용하여 서울 1곳, 천안 3곳의 대학교를 대상장소로 정한 후 2007년 10월 4일부터 한 달간 조사가 이루어졌다. 각 대학에서 수업이 끝난 후 연구자 및 부모코칭센타의 연구원 3명의 지시에 따라 에니어

그램 검사를 비롯한 설문지 응답이 이루어졌다. 검사지 내용파악이 어려운 응답자들은 개별면접에 의하여 답하게 한 후 그 자리에서 회수하였다. 총350부를 배부하여 부실기재를 제외하고 315부를 본 연구의 분석에 사용하였다.

연구대상자의 평균 연령은 20.51세(SD=2.75)로 1학년이 41.9%, 2학년이 27.6%, 3학년 15.2%, 4학년 15.2%를 차지한다. 남학생이 69명으로 전체의 21.9%, 여학생이 246명으로 전체의 78.1%이다. 본인이 주관적으로 인식하는 경제적 수준은 '중'이라는 응답이 60.9%로 가장 많아서 일반적인 학생청소년의 특성을 가지고 있음을 알 수 있다. 기독교, 카톨릭, 불교 등 종교를 가지고 있다는 응답이 46.8%, 종교를 가지고 있지 않다는 응답이 43.2%로 반반의 비율을 나타냈다.

2. 측정도구

본 연구를 위하여 에니어그램 성격유형과 분노표현방식에 관한 2가지 측정도구를 사용하였다.

에니어그램 성격유형은 윤운성(1999)이 개발하여 표준화 한 한국판 에니어그램 성격유형 검사(Korean Enneagram Personality Types)를 사용하여 측정하였다. 본 척도는 1유형부터 9유형까지 유형별 9문항으로 총81문항으로 구성되어 있으며 5점 척도이다. 따라서 각 유형의 점수는 문항의 점수를 합하여 9점-45점의 분포를 갖게 되며 가장 높은 점수의 유형이 그 사람의 기본성격유형을 나타낸다. 또한 성격유형을 힘의 중심에 따라 배중심, 가슴중심, 머리중심으로 나누어 보았는데, 배중심은 개인의 성격유형이 8유형, 9유형 및 1유형 사람들이 해당되고, 가슴중심은 2유형, 3유형 및 4유형 사람들이 이에 속한다. 개인의 성격유형이 5유형, 6유형 및 7유형에 속하면 머리중심으로 분류된다는 것이다.

대학생의 분노표현 행동을 측정하기 위하여 전겸구・한덕웅・이창호(1998)가 한국판으로 개발한 상태-특성 분노표현척도(STAXI-K)를 사용하였다. 본 연구에서는 분노표현방식을 측정하는 24문항만을 사용하였는데, 분노억제에 관한 8문항, 분노표출에 관한 8문항, 분노조절에 관한 8문항으로 구성되어 있다. 분노억제는 화가 나 있지만 분노를 참거나 자제하는 행동이고, 분노표출은 화가 나면 이를 겉으로 드러내는 행동이며, 분노조절은 화가 난 상태를 진정시키는 행동을 말한다. 1점에서 4점까지 리커트 척도로 측정하였으며, 점수가 높을수록 분노억제, 분노표출 및 분노조절 각각의 수준이 높은 것을 의미한다. 신뢰도 계수는 분노억제 α=0.62, 분노표출 α=0.71, 분노조절 α=0.69 이다.

Ⅳ. 연구결과

1. 힘의 중심으로 분류한 대학생의 에니어그램 성격유형

Table 1에서 제시한 바와 같이 대학생의 에니어그램 성격유형을 힘의 중심으로 분류하였을 때, 배중심 성격유형이 48.6%로 가장 많았으며, 머리중심 유형이 29.8%, 가슴중심 유형이 21.3% 순으로 나타났다. 배중심에 속한 사람들은 그 중에서 9유형이 전체의 37.5%로 가장 많았으며, 가슴중심 사람들은 그 중에서 4유형의 비율이 전체의 9.8%로 가장 높았다. 또한 머리중심 사람들은 그 중에서 6유형(11.1%)과 7유형(12.1%)의 비율이 비슷하게 나타났다. 보육종사자를 대상으로 한 주선영(2008)의 연구와 대학생을 대상으로 한 이소현(2008)의 연구에서도 남녀 모두에게서 배

Table 1. The Enneagram personality types in terms of the center of energy

Center of energy	Personality type	n	(%)
Gut-center	8	12	(3.8)
	9	118	(37.5)
	1	23	(7.3)
	total	153	(48.6)
Heart-center	2	25	(7.9)
	3	11	(3.5)
	4	31	(9.8)
	total	67	(21.3)
Head-center	5	21	(6.7)
	6	35	(11.1)
	7	38	(12.1)
	total	94	(29.8)

중심 성격유형 비율이 가장 많았으며 그다음이 머리중심, 가슴중심 순으로 나타나 본 연구결과와 일치한다.

2. 남녀대학생의 분노표현방식

대학생의 분노표현 방식이 성별에 따라 달라지는 가를 알아보기 위하여 t 검증한 결과는 Table 2와 같다. 먼저, 전체 대학생의 분노표현 행동은 역기능적인 분노표출(M=24.58)수준이 가장 높았으며, 그 다음이 분노억제(M=20.77)이고, 기능적 분노표현 행동인 분노조절(M=19.63)수준이 가장 낮게 나타났다.

Table 2. Differences of anger expression style between male and female college students

Anger expression style	Total	Male (n=69)	Female (n=246)	t
	M(SD)	M(SD)	M(SD)	
Anger-in	20.77 (3.37)	20.39 (3.74)	20.87 (3.26)	1.06
Anger-out	24.58 (4.17)	23.62 (4.73)	24.86 (3.96)	2.19*
Anger-control	19.63 (3.54)	18.52 (3.37)	19.94 (3.52)	2.98**

* p<0.05 , ** : p<0.01

또한 성별에 따라서는 역기능적인 분노억제 행동은 차이가 나타나지 않았다. 그러나 분노표출과 분노조절에서는 성별에 따라 통계적으로 유의한 차이가 나타났는데, 즉, 남학생보다 여학생이 분노표출을 더 자주 하고(t=2.19, p< .05), 기능적으로 분노를 통제하는 분노조절 또한 더 많이 하는 것으로(t=2.98, p<.01) 나타났다.

3. 남녀대학생의 에니어그램 성격유형별 분노표현방식의 차이

대학생의 에니어그램 성격유형에 따라 분노표현방식에 차이가 있는지 알아보기 위해 집단간 변량분석을 실시하였으며, 그 결과는 Table 3과 같다.

Table 3에 의하면 에니어그램 성격유형 세집단에 따라 대학생의 역기능적인 분노표출 행동에 통계적으로(F(2, 310)=5.22, p<.05) 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 집단간의 차이를 구체적으로 살펴보기 위해 Scheffe 사후검증을 실시하였으며, 배중심 집단(M=25.39)이 가슴중심 집단(M=23.78) 그리고 머리중심집단(M=24.04)보다 통계적으로 의미 있는 높은 평균점수를 나타냈다(Table 3 참조). 그러나 가슴중심 집단과 머리중심 집단간에는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이러한 결과로 미루어 볼 때 배중심의 성격유형 대학생들이 분노를 표출하는 표현방식을 나타내는데 가장 큰 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 한편 또 다른 역기능적 분노표현 방식인 분노억제와 기능적 표현방식인 분노조절은 성격유형에 따라 유의한 차이가 나타나지 않았다.

Table 3. Anger expression style by the Enneagram personality types

Anger expression style	Gut center (a)	Heart center (b)	Head center (c)	F	Scheffe
	M(SD)	M(SD)	M(SD)		
Anger-in	21.01 (3.12)	20.37 (3.20)	20.79 (3.63)	0.90	
Anger-out	25.39 (3.73)	23.78 (5.02)	24.04 (3.64)	5.22*	a>b,c
Anger-control	19.36 (3.48)	19.88 (3.47)	20.01 (3.49)	1.18	

* p<0.05 , ** : p<0.01

대학생의 성별 및 에니어그램 성격유형에 따

Table 4. Anger expression style by gender and the Enneagram personality types

Anger expression style	Gender	Gut center (a)	Heart center (b)	Head center (c)	F	Scheffe
		M(SD)	M(SD)	M(SD)		
Anger-out	Male	24.68 (4.26)	22.50 (5.33)	23.60 (3.49)	1.41	
Anger-out	Female	25.57 (3.57)	24.18 (4.91)	24.16 (3.69)	3.92*	a>b,c

* : p<0.05 , ** : p<0.01

라 분노표출 행동에서 차이가 나타난 앞의 분석 결과에 따라 남녀학생을 구분하여 성격유형과 분노표출과의 관계를 살펴보았다. 먼저, Table 4에 제시된 바와 같이 남학생의 에니어그램 성격유형에 따른 분노표출에는 유의한 차이가 없었다. 즉, 배중심, 가슴중심 그리고 머리중심 남학생들간에는 분노표출 수준이 다르게 나타나지 않았다.

다음으로, 여학생들은 분노표현 방식 중 표출 행동에서 성격유형에 따른 유의한 차이가 나타났으며, 이러한 집단간의 차이를 구체적으로 살펴보기 위하여 Sheffe 사후검증을 실시하였다. Table 4에서 보는 바와 같이 배중심(M=25.57)에 속한 여학생들이 가슴중심(M=24.18) 및 머리중심(M=24.16)에 속한 여학생들보다 통계적으로 의미 있는 높은 평균점수를 나타냈다. 그러나 가슴중심 유형과 머리중심 유형의 집단은 유의한 점수 차이를 보이지 않았다. 따라서, Table 3과 Table 4를 종합해 볼 때 에니어그램 성격유형에 따른 분노표출 행동의 차이는 남녀대학생 중 주로 여학생에게서 나타남을 알 수 있다.

V. 요약 및 결론

본 연구에서는 우리나라 대학생을 대상으로 그들이 사용하는 분노표현 방식을 성 차이를 중심으로 탐색 하였으며, 에니어그램 성격유형에 따라 분노표현 방식이 달라지는지, 특히 배중심에 속한 성격유형 사람들이 가슴중심이나 머리중심 사람들보다 역기능적인 분노표출이나 분노억제 정도가 높은지 그리고 이들 차이가 남녀에 따라 달라지는지 살펴보았다. 국내 기존 연구가 극히 부족한 상황이므로 탐색적 정보를 제공하는 것에 초점을 맞추었다. 남녀대학생 315명을 대상으로 실증분석에서 밝혀진 결과를 요약하고 결론을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 조사대상자들의 힘의 중심에 근간을 둔 에니어그램 성격유형을 살펴본 결과, 배중심에 속한 대학생(48.6%)들이 가장 많았으며, 그다음이 머리중심(29.8%), 가슴중심(21.3%)순으로 성격유형 비율이 나타났다. 이러한 결과는 대학생(이소현 2008)이나 성인(윤운성 2005; 주선영 2008)을 대상으로 성격유형의 분포를 살펴본 선행연구 결과와 일치하는 것이다. 그러나 앞에서 언급한 바와 같이 결과가 일치하지 않는 선행연구들이 존재하므로 추후 대규모 표집과 조사대상자 연령집단 확대에 따른 자료축적이 요구된다. 다른 두 중심의 성격유형에 비해 배중심 사람들이 행동화 경향이 높다는 특성과 배중심 성격유형을 가진 대학생의 비율이 높게 나타난 본 연구결과는, 대학생들이 참여하는 옥외운동경기 응원열기가 이러한 특성과 무관하지 않는다는 조주영 (2006)의 주장과 같은 맥락이라 하겠다.

둘째, 대학생의 분노표현방식은 분노억제나 분노조절 수준보다 부적절한 분노표출 수준이 더 높게 나타났으며, 성별에 따라서는 분노표출과 분노조절 행동에서 유의한 차이가 나타났다. 다시 말하여 여학생이 남학생보다 역기능적인 분노표출과 기능적인 분노조절을 더 많이 한다는 것이다. 이러한 결과는 청소년을 대상으로 한 기존의 연구결과(양명희・김은진 2007)와 일치하지 않으며, 더욱이 과도한 분노표출과 연결되는 신체적 공격행동에서 남성이 여성보다 더 우세하다는 보고(전겸구 2000)와도 같은 방향이라고 생각할 수 없다. 그동안 대학생을 중심으로 남녀간 분노표현 행동의 차이를 밝힌 선행연구가 매우 적어서 명확한 해석을 하기 어렵기 때문에 추후 체계적이고 심도 있는 연구가 필요하다고 판단된다.

셋째, 에니어그램 성격유형에 따라 대학생의 분노표현 방식에 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 즉, 배중심에 속한 성격유형의 대학생들이 가슴중심 및 머리중심에 속한 대학생들 보다 분노표출 정도가 가장 높았으며, 이는 주로 여학생의 성격유형에 따른 차이에서 기인한다고 볼 수 있다. 그러나 또다른 역기능적 분노표현 방식인 분노억제는 에니어그램 성격유형에 따라 유익한 차이가 나타나지 않았다. 이러한 결과는 에니어그램 워크샵에 참가한 대학생들과 상담하는 과정에서도 확인 할 수 있었는데, 배중심에 속한 8번 성격유형의 한 여성 참가자는 자신의 분노표현 방식을 이렇게 이야기 하였다. “저는 누군가가 나의 약점이나 내가 잘못한 점을 얘기하면 화가 나요. 저를 통제하고 구속하려고 할 때도 매우

화가 나서 감정이 폭발하는 경우도 있구요. 그럴 때 상대방에게 직접 화를 내고 소리를 지르게 되지요. 저는 앞에서 화를 내고 싸우는 것이 낫지 뒤에서 구시렁거리는 것은 싫어요".

본 연구는 서구의 에니어그램 이론가들이 밝힌 배중심 성격유형과 분노표출과의 밀접한 관계를 한국의 대학생을 대상으로 확인하였다는데 의의를 둔다. 결론적으로 성격적 특성과 관련하여 본 연구결과가 시사하는 바는 분노를 지각하고 표현하는데 있어 대학생들이 무의식적으로 선호하거나 습관화된 패턴을 가질 수 있다는 것이다. 이러한 선호나 경향성은 결국 여러 상황에서 반복적이고 지속적으로 나타날 수 있다. 그러므로 개인마다 자신의 성격적 특성을 알고 깊이 이해한다면 각 성격유형에 적합한 분노 대처 방안이 무엇인지 파악할 수 있으며, 궁극적으로 건강한 적응에 긍정적 영향을 미칠 수 있으리라 본다. 구체적으로, 에니어그램 성격유형별로 감정 및 분노상황을 이해하고, 화가 날 때 신체적, 정서적 및 행동적으로 어떻게 표현하는지 알아보며 기능적으로 분노를 표현하는 방법을 학습하는 분노조절 교육프로그램이 요구된다 하겠다. 또한 남학생보다는 여학생의 성격유형에 따라 분노표출정도가 달라진다는 연구결과에 기초하여, 남녀의 성격유형에 적합한 맞춤형 교육프로그램을 실시하는 것이 바람직하다 하겠다.

예를 들어, 배중심 성격유형을 중심으로 한 에니어그램 프로그램의 행동지침에서는 분노를 억압하거나 정당화하지 않고 그대로 느끼고 처리하는 법을 배우라고 강조한다(주혜명 역 2000). 즉, 자신에게 의미 있는 사람과 분노에 대해 자유롭게 이야기하는 것이 배중심 유형들의 분노에 대한 치료전략이 될 수 있다. 만약 분노를 억제하고 분노가 없는 체 하고 있으면 강박적인 생각이나 신체적 긴장이 증가하게 되므로 이때 운동이나 이완요법 등이 몸과 마음의 건강에 도움을 줄 수 있다는 것이다. 또한 자신과 타인이 행하는 다양한 분노표현 행동들을 구속받지 않는 자연스러운 상황에서 재연할 수 있는 역할놀이 등 도적절한 분노조절 방식을 학습하는데 도움이 된다는 것이다. 이처럼 에니어그램을 활용한 효과적인 분노조절 프로그램이 대학생들에게 적용가능하다 하겠다.

이 연구의 제한점과 이를 보완하기 위한 연구방법을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 이 연구의 대상자가 임의표집방법에 따라 선정된 몇몇 대학교의 학생들로 한정되었다는 것과 표집대상의 성비 불균형이다. 추후연구에서 대규모 표집과 성비의 균형을 맞춘 분석이 이루어진다면 연구결과를 좀 더 일반화시킬 수 있을 것으로 사료된다. 둘째, 본 연구에서는 대학생을 중심으로 그들의 에니어그램 성격유형을 파악하고 분노표현과의 관계를 살펴보았으나, 추후 연구에서는 아동, 청소년 및 일반 성인 등 연령층을 넓혀 연령집단간 에니어그램 성격유형이나 분노표현 특성의 차이 또는 변화를 살펴보는 연구가 필요하다. 또한 개인의 성격유형이외에도 애착, 사회적 지원 등 분노표현 행동에 영향을 미치는 관련변인들을 분석해 보는 것도 요구된다 하겠다. 셋째, 분노표현 행동에 대한 정보가 자기보고형 질문지를 통해서 얻은 자료이다. 따라서 제3자의 관찰에 의해서 개인의 분노표현 행동을 알아보는 것도 객관적인 평가자료로 필요하다고 본다.

참고문헌

고경희(2000) 특성분노, 분노표현 양식과 비합리적 신념. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

고윤경(2007) 분노표현태도와 대인관계문제: 분노표현방식의 매개효과. 전남대학교 대학원 석사학위논문.

김교현(2000) 분노억제와 고혈압. 한국심리학회지: 건강 5(2), 181-192.

김재원(2004) 대학생의 자아발견을 위한 에니어그램 데이터베이스 구축과 분석. 한양대학교 대학원 석사학위논문.

김진영(2009) 에니어그램 자아발견 워크샵이 청소년의 자아정체감에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위논문.

김현정(2003) 에니어그램으로 보는 우리 아이 속마음 : 성격에 맞춘 성공적인 자녀 양육법. 연경미디어

박은숙(2008) 에니어그램을 활용한 학교폭력 예방프로그램이 학교폭력 가해학생의 대인관계 향상에 미치는 효과. 창원대학교 대학원 석사학위논문.

박종영 역(2001) 마이클 J・골드버그 저/ 에니어그램 성격의 리더십. 서울:상상북스, 1-28.

서수균・이훈진・권석만(2004) 분노표출/분노억제 태도 척도의 개발과 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상 23(2), 521-540.
손봉희(2003) 에니어그램 성격유형검사 RHETI(The Riso-Hudson Enneagram Type Indicator, version 2.5) 한글판의 신뢰도 및 타당도 조사. 이화여자대학교 임상보건과학대학원 석사학위논문.
양명희・김은진(2007) 청소년의 분노와 자기개념 명확성, 성격특성과 관련성 탐구. 한국청소년연구 18(1), 163-184.
양세경(2006) 정신분열병 환자들의 성격유형, 정서표현, 정서표현갈등간의 관계. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
오은경(2005) 에니어그램 프로그램이 학교폭력 가해 청소년의 심리적 적응에 미치는 효과. 대전대학교 대학원 석사학위논문.
윤운성(1999) 에니어그램 이해. 서울: 학지사.
윤운성(2005) 한국형 에니어그램 성격유형 현황 분석. 에니어그램 연구 2(2), 9-49.
이경선(2003) 자기주장 훈련이 대학생의 분노억제와 분노표출의 감소에 미치는 영향. 전북대학교 대학원 석사학위논문.
이성영(2002) 대학생의 정신건강관리를 위한 에니어그램 교육효과. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
이소현(2008) 경남지역 대학생의 에니어그램 성격특성과 식습관 및 식품기호도와의 상관관계 연구. 경남대학교 교육대학원 석사학위논문.
이옥순(2008) 단기 에니어그램 집단상담이 남자고등학생의 자아정체감, 공감능력 및 대인관계에 미치는 효과. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
이정섭・김영은(2004) 대학생의 스트레스관리를 위한 에니어그램의 효과. 정신간호학회지 13(4), 438-448.
이혜련・김경연(2008) 아동의 공격성과 분노조절 전략, 분노조절 정도간 관련성. 대한가정학회지 46(8), 27-36.
전겸구(2000) 분노의 종합적 이해를 위한 시도. 미술치료연구 7(1), 1-31.
정윤성(2007) 자녀가 지각한 부모의 수용-거부양육태도에 따른 대학생의 분노표현 방식의 차이. 청소년상담연구 15(1), 91-103.
정희정(2006) 대학생의 에니어그램 성격유형별 자기표현과 촉진적 의사소통에 관한 연구. 한국지역사회생활과학회지 17(4), 163-173.
조성란(2005) 에니어그램을 활용한 집단상담이 청소년들의 대인관계와 학교생활 적응에 미치는 효과. 선문대학교 교육대학원 석사학위논문.
조주영(2006) 에니어그램 성격유형 분석-고등학생과 대학생을 중심으로. 에니어그램 연구 3(2), 37-61.
주선영(2008) 보육종사자의 성격유형에 따른 정서노동 및 정서지능. 남서울대학교 대학원 석사학위논문.
주혜명 역(2000) 돈 리처드 리소・러스 허드슨 저/에니어그램의 지혜. 서울: 한문화. 1-123.
채유경(2003) 청소년 분노표현 방식의 모델 및 조절효과 검증. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
추미례(2006) 역기능적 의사소통 유형의 특성분노, 분노사고 및 분노표현에 대한 관계: Satir 역기능적 의사소통 모델 중심으로. 전북대학교 대학원 석사학위논문.
허진(2005) 에니어그램 집단상담이 청소년의 자아정체감에 미치는 효과. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
Averill JR(1983) Studies on anger and aggression: Implication for theories of emotion. American Psychologist 38, 1145-1160.
Chon KK, Hahn DW, Lee CH(1998) Korean Adaptation of the State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI-K): The case of college students. Korean Journal of Health Psychology 3(1), 18-32.
Riso DR, Hudson R (1999) The wisdom of Enneagram. New Yor: Bantan Books.
Spielberger CD, Jacobs GA, Russell S, Crane RS (1983) Assessment of anger : The State-Trait Anger Scale. Advances in Personality Assessment. 2, NJ, Erlbaum. 159-187.
Spielberger CD, Regeiser EC, Sydman SM(1995) Measuring the experience, expression, and control of anger. Kassinove(Ed). Anger disorder: Definition, diagnosis, and treatement. Tatlor & Francis, 50-67.