

보건계열 신입생들의 분노조절정도에 따른 대인관계와 삶의 목적

양 남 영* · 송 민 선**

I. 서 론

1. 연구의 필요성

우리나라 대학생들은 대학생들 자체가 취업 준비과정으로 내몰리게 되면서 대학생들에 대한 기대와 취업이라는 현실사이에서 스트레스를 겪고 있으며, 급속하게 변하는 사회 속에서 다양한 갈등을 겪고 있다. 특히 보건계열 대학생들은 보건의료와 관련된 보다 전문적이고 체계적인 교육과정, 국가고시를 치루어야 하는 학습환경, 낮은 병원환경에서 역동적으로 적응하여야 하는 임상실습 및 취업상황을 경험하게 되어 다른 계열 학생과는 다른 상황에 놓이게 된다(Yu, 2009).

이러한 상황속에서 여러 가지 정서를 경험하며 표현하게 되는데, 그 중 분노는 가장 빈번하게 경험되는 대표적인 정서 중 하나로 일상생활 속의 불가피한 사건에 대한 자연스러운 반응이며, 분노표현 방식에 따라 정신건강 및 타인과의 관계가 긍정적이거나 부정적인 역할을 할 수 있다(Jang, 2011). 특히 높은 수준의 분노와 부적절하고 잦은 분노표출은 자신과 타인에게 부정적 영향을 미치며, 대인관계 곤란, 사회적 문제를

유발하고 정신병리의 원인으로 작용할 수도 있다(Deffenbacher, Thwaites, Wallace, & Oetting, 1994). 또한, 최근 대두되고 있는 사회문제 중 하나인 학교폭력이나 약물중독, 집단따돌림 등도 분노수준이나 분노표출방식과 밀접한 관련이 있어(Seo & Baek, 2010) 대학생들이 가지는 여러 정서적 반응 중에 분노에 대한 적절한 관리가 필요할 것으로 보인다.

우리나라 대학생들은 외부적으로는 자기표현을 중요하게 생각하면서도 실질적으로는 분노감정을 표현하고 대처하기보다 인내하고 억제할 것을 더 많이 강요하는 문화권에서 성장하여 자신의 분노감정을 정확하게 인식하고 건설적인 방향으로 대처하는 방법에 대해 배울 기회가 부족하다(Park, 1994). 또한, 치열한 입시경쟁을 뚫고 대학에 들어왔지만 신입생들의 가슴 설레던 흥분은 잠시 대학이라는 곳이 결코 만만치 않은 곳임을 깨닫게 되며, 중·고교 시절과는 다르게 선택의 폭이 넓은 대인관계도 또 다른 부담으로 다가오게 된다. 이러한 부담을 가지는 대학생들에게 있어 Lee (2013)는 대인관계의 유지가 대학생들 적응에 중요한 요인이라고 제시하였으며, 대학에서 이러한 측면을 강화하는 것이 필요하다. 특히 학교에서는 대인관계 유지를 위해

* 건양대학교 간호학과 부교수

** 건양대학교 간호학과 조교수(교신저자 E-mail: mssong@konyang.ac.kr)

투고일: 2013년 11월 22일 심사완료일: 2014년 1월 22일 게재확정일: 2014년 4월 23일

• Address reprint requests to: Song, Min Sun

Department of Nursing, Konyang University
158 KwanJeoDong-ro, Seo-gu, Daejeon, 302-718, Korea
Tel: 82-42-600-6436 Fax: 82-42-600-6314 E.mail: mssong@konyang.ac.kr

MBTI(Myers-Briggs Type Indicator) 혹은 MMTIC(Murphy-Meisgeier Type Indicator for Children) 같은 프로그램을 시행하고 있다. 이러한 프로그램을 통해 각 학생과 집단원의 강점과 장점의 이해 및 타인과 자신이 다르다는 것을 이해하고, 타인을 있는 그대로 수용함으로써 오해와 갈등을 줄이고 이해의 폭을 넓히게 된다. 이로써 결국 대학생들은 대인관계의 반응 영역이 넓어지고 융통성이 생기면서 타인을 이해할 수 있게 된다(Hwang, 2004; Kim, 2007). 특히 앞으로 사람의 생명을 다루는 분야에 종사하게 될 보건계열의 대학생들은 타인의 건강과 정서에 직접적인 영향을 미칠 수 있는 상황으로 이들의 정서적 측면에 대한 관심이 더욱 필요하며(Ji & Yoo, 2013), 대상자의 존엄성을 인식하고 타인을 이해하고 수용하는 대인관계 능력의 강화가 더욱 필요하다고 할 수 있겠다.

Klinger (1977)는 대학생들에게 있어 친구가 삶의 의미를 주는 여러 가지 원천 중 가장 중요하다고 하였으며, 삶을 의미있게 만드는 요소 중 하나인 목적은 무언가 자신이 해야 할 일이 있다는 것을 말하며, 결국 삶의 목표를 가지고 있다는 것을 뜻하는 것이라고 하였다(Baumeister, 1991).

그러나, 대학에 들어오자마자 직면하는 미래의 취업 문제로 인해 자신에게 의미있는 새로운 삶의 구성을 위한 선택의 기회가 없이 왜곡된 삶의 구성을 강요당하게 된다(Oh, 2006). 따라서, 대학을 선택할 때 보건계열의 학생들은 미래의 취업을 생각하고 전공을 선택하는 경우가 많아 다른 계열의 학생들과는 처음부터 정해진 진로를 가지고 대학생활을 하게 된다. 그러나 보건계열은 국가시험의 합격이 취업에 필수적이며, 학과내에서 받는 스트레스 또한 상당하여 고등학교 생활의 연장이라고까지 느끼고 있는 실정으로(Park, 2009) 진로와 취업에 고심하는 다른 계열의 학생들과 보건계열 학생들이 가지는 삶의 목적 수준은 다를 것으로 생각된다. 특히 스트레스 수준이 높을수록 분노표현의 수준도 더 높다는 연구결과(Aseltine, Gore, & Gordon, 2000)에 따라 이들이 표출하는 정서적인 반응 중 분노조절정도에 따른 대인관계와 삶의 목적을 파악하는 것은 의미가 있다고 할 수 있겠다.

현재까지 진행된 대학생들을 대상으로 한 분노조절에 대한 선행연구들을 보면 분노조절 프로그램 시행 후의

긍정적인 효과를 본 연구들이 주로 시행되었으며(Ko & Son, 2008; Seo & Baek, 2010), 대학생 중 보건계열 학생을 대상으로 한 정서적인 측면을 본 연구로는 보건과 비보건계열 학생의 스트레스와 정신건강에 대해 연구한 Yu (2009)의 연구외에는 거의 없었다.

따라서, 본 연구는 교수 입장에서 보건계열 학생들을 신입생때부터 지도함에 있어 이러한 정서적인 측면들이 나아가 삶의 목적까지 영향을 미칠 것으로 생각되어 이러한 결과들에 주목하여 교과나 비교과과정에서도 활용할 수 있도록 하기 위한 기초자료를 제공하고자 시행하였다.

2. 연구 목적

본 연구는 보건계열 신입생들의 분노조절정도에 따른 대인관계와 삶의 목적의 차이를 확인해보고, 이러한 변수들의 상관관계를 확인하고자 하였다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 보건계열 신입생들의 분노조절정도를 확인한다.
- 보건계열 신입생들의 분노조절정도에 따른 대인관계 및 삶의 목적의 차이를 확인한다.
- 보건계열 신입생들의 분노조절정도, 대인관계 및 삶의 목적간의 상관관계를 확인한다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 보건계열 신입생들의 분노조절정도에 대해 알아보고, 분노조절정도에 따른 대인관계와 삶의 목적의 차이를 확인하고자 하는 서술적 조사연구이다.

2. 연구 대상

본 연구는 G와 D광역시의 2개 대학교의 보건계열 4개 학과 신입생들 중 설문지 참여에 동의한 대학생들을 대상으로 하였다. 표본수는 G*power 계산 프로그램에 근거하여 상관분석에서 중간정도의 효과크기 .30, 유의수준 .05, 검정력은 95%로 하였을 때, 138명의 대상자가 필요하였다(Faul, Erdfelder, Lang,

& Buchner, 2007). 설문지 탈락율을 고려하여 본 연구에서는 256명의 대상자를 설문조사하였으나 설문조사 답변이 미비한 12명(탈락율 4.7%)을 제외하고 최종 244명을 분석대상으로 하였다.

3. 연구 도구

1) 분노조절정도

분노조절정도를 평가하는 분노라는 감정을 어떻게 처리하는지를 묻는 것으로 이 척도는 Siegal (1985)이 개발한 것을 Hong (2002)이 재구성한 것을 사용하였다. 총 20문항으로 1점은 '완전무관하다', 2점은 '대부분 무관하다', 3점은 '대부분 맞는다', 4점은 '완전히 맞는다'의 4점 척도이다. 이는 점수가 높을수록 분노조절능력이 높은 것을 의미하는데, 20문항의 평균값이 2.5점 이상이면 분노조절능력이 높은 것으로, 2.5점 미만이면 분노조절능력이 낮은 것으로 판단하는 도구이다. Hong (2002)의 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α 는 .749였으며, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α 는 .612였다. 이 도구의 판단기준에 근거하여 본 연구에서는 2.5점 이상을 분노조절군으로 하고, 2.5점 미만을 분노미조절군으로 분류하였다.

2) 대인관계

대인관계 척도는 Schlein와 Guerney (1971)의 Relationship change 도구를 Moon (1980)이 번안하여 사용한 것으로 총 25문항으로 구성되었으며, 점수가 높을수록 대인관계가 원만함을 의미한다. 이 도구는 5점 척도로 7개의 하위영역 즉, 만족감(4문항), 의사소통(4문항), 신뢰감(3문항), 친근감(3문항), 민감성(2문항), 개방성(5문항), 이해성(4문항)으로 구성되었다. 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α 는 .884이며, 하위영역의 신뢰도 Cronbach's α 는 만족감 .675, 의사소통 .667, 신뢰감 .544, 친근감 .670, 민감성 .475, 개방성 .610, 이해성 .636 이었다.

3) 삶의 목적

삶의 목적 척도(Purpose-in-life: PIL)는 Crumbaugh와 Maholic (1964)이 제작한 것을 문화적 타당도 검토를 거쳐 Park (2003)이 대학생들을 대상으로 사용한

도구를 사용하였다. 이는 총 20문항 7점 척도로 1점은 '아주 그렇다', 7점은 '아주 그렇지 않다'이며, 점수가 높을수록 삶의 의미와 목적 수준이 높고, 점수가 낮을수록 삶의 의미와 목적 수준이 낮은 상태를 의미하며, 즉 실존적 공허상태에 있다고 할 수 있다고 하였다. Park (2003)의 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α 는 .913이었으며, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α 는 .834였다.

4. 자료 수집 방법 및 절차

자료수집기간은 2013년 3월 2일부터 2013년 3월 30일까지로 보건계열 학생으로 국한하여 1학년 신입생의 경우만 실시하도록 하였다. 총 4개학과에서 시행하였으며, 학과교수의 동의를 먼저 구한 후 학생들에게 연구의 취지를 설명하고 윤리적인 측면을 고려하여 연구참여에 자발적으로 동의한 학생들에게 설문지를 시행하였다. 연구참여에 동의한 대상자에게 설문지 작성요령을 설명한 후 대상자가 자기기입식으로 설문지를 작성하여 그 자리에서 수거하는 방법으로 자료수집하였다.

5. 자료 분석

자료 분석은 SPSS/WIN 18.0 통계 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성과 분노조절정도는 빈도와 백분율을 이용하였다.
- 분노조절군과 분노미조절군의 대인관계와 삶의 목적간의 차이는 t-test로 분석하였다.
- 분노조절정도, 대인관계 및 삶의 목적간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로 나타내었다.

III. 연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성

총 244명의 대상자의 일반적 특성을 보면, 성별로는 남자 77명(31.6%), 여자 167명(68.4%)이었다. 고등학교 계열은 문과 114명(46.7%), 이과 93명

(38.1%), 특성화고 37명(15.2%)이었으며, 대학입시 유형은 수시는 167명(68.4%), 정시는 77명(31.6%)이었다. 또한, 학과선택은 자발적인 경우가 176명(72.1%), 타의에 의한 비자발적인 경우가 68명(27.9%)이었다. 본 연구에서의 군을 나누기 위한 분노조절정도별 분류를 보면 평균 2.5점 이상의 분노조절군은 186명(76.2%), 2.5점 미만의 분노미조절군은 58명(23.8%)이었다(Table 1).

Table 1. General Characteristics of Subjects N=244

General characteristics	n(%)
Gender	
Male	77(31.6)
Female	167(68.4)
Curriculum tracks	
Liberal arts	114(46.7)
Natural sciences	93(38.1)
Specialized vocational high school	37(15.2)
Type of university entrance	
Occasional admission	167(68.4)
Regular admission	77(31.6)
Choice of department	
Voluntary	176(72.1)
Involuntary	68(27.9)
Anger management	
Anger controlled group	186(76.2)
Anger uncontrolled group	58(23.8)

2. 분노조절정도에 따른 대인관계 및 삶의 목적

분노조절정도에 따른 대인관계를 보면, 분노조절군

은 3.66±0.42점, 분노미조절군은 3.59±0.46점으로 두 군간에 유의한 차이가 없었다. 하부영역으로 보면, 친근감은 분노조절군이 3.83±0.62점, 분노미조절군이 3.57±0.68점으로 분노조절군의 친근감 점수가 유의하게 높았다($p=.008$). 개방성은 분노조절군은 3.42±0.58점, 분노미조절군은 3.62±0.65점으로 분노조절군의 개방성 점수가 유의하게 낮았다($p=.024$), 이해성은 분노조절군은 3.86±0.57점, 분노미조절군은 3.64±0.63점으로 분노조절군의 이해성 점수가 유의하게 높았다($p=.017$). 반면, 만족감은 분노조절군은 3.68±0.51점, 분노미조절군은 3.61±0.56점으로 두 군간에 유의한 차이가 없었고, 의사소통은 분노조절군은 3.63±0.60점, 분노미조절군은 3.59±0.63점으로 두 군간에 유의한 차이가 없었다. 신뢰감은 분노조절군은 3.56±0.54점, 분노미조절군은 3.39±0.69점으로 두 군간에 유의한 차이가 없었으며, 민감성은 분노조절군은 3.81±0.68점, 분노미조절군은 3.72±0.72점으로 두 군간에 유의한 차이가 없었다.

분노조절정도에 따른 삶의 목적을 보면, 분노조절군은 4.88±0.93점, 분노미조절군은 4.43±0.86점으로 분노조절군의 삶의 목적 점수가 유의하게 높았다($p<.001$) (Table 2).

3. 분노조절정도, 대인관계 및 삶의 목적간의 상관관계

분노조절정도와 대인관계는 유의미한 상관관계가 보이지 않았으나, 대인관계의 하부영역인 만족감($r=0.13$,

Table 2. The Difference of Interpersonal Relationship and Purpose in Life by Anger Management N=244

Variable	Anger controlled group	Anger uncontrolled group	t	p
	(n=186) Mean±SD	(n=58) Mean±SD		
Interpersonal relationship	3.66±0.42	3.59±0.46	1.15	.250
Satisfaction	3.68±0.51	3.61±0.56	0.89	.376
Communication	3.63±0.60	3.59±0.63	0.52	.606
Trust	3.56±0.54	3.39±0.69	1.74	.086
Intimacy	3.83±0.62	3.57±0.68	2.66	.008
Sensitivity	3.81±0.68	3.72±0.72	0.93	.352
Openness	3.42±0.58	3.62±0.65	-2.27	.024
Understanding	3.86±0.57	3.64±0.63	2.41	.017
Purpose-in-life	4.88±0.93	4.43±0.86	3.22	.001

Table 3. Correlation of Anger Management, Interpersonal Relationship and Purpose-in-life N= 244

Variable	Anger management r(p)	Interpersonal relationship r(p)	Satisfaction r(p)	Communication r(p)	Trust r(p)	Intimacy r(p)	Sensitivity r(p)	Openness r(p)	Under- standing r(p)	Purpose-in-life r(p)
Anger management	0.07 (.252)	0.13 (.040)	0.04 (.520)	0.14 (.030)	0.22 (.001)	0.04 (.583)	-0.18 (.006)	0.09 (.153)	0.15 (.017)	
Interpersonal relationship		0.67 (.001)	0.79 (.001)	0.62 (.001)	0.84 (.001)	0.56 (.001)	0.76 (.001)	0.75 (.001)	0.29 (.001)	
Satisfaction			0.38 (.001)	0.42 (.001)	0.57 (.001)	0.21 (.001)	0.37 (.001)	0.42 (.001)	0.31 (.001)	
Communication				0.39 (.001)	0.65 (.001)	0.31 (.001)	0.57 (.001)	0.53 (.001)	0.14 (.028)	
Trust					0.54 (.001)	0.25 (.001)	0.36 (.001)	0.31 (.001)	0.13 (.043)	
Intimacy						0.40 (.001)	0.54 (.001)	0.53 (.001)	0.32 (.001)	
Sensitivity							0.33 (.001)	0.54 (.001)	0.22 (.001)	
Openness								0.41 (.001)	0.11 (.077)	
Understanding									0.25 (.001)	

$p=.040$), 신뢰감($r=0.14$, $p=.030$), 친근감($r=0.22$, $p<.001$), 개방성($r=-0.18$, $p=.006$)은 정적 상관관계를 보였다. 반면, 의사소통, 민감성 및 이해성과는 유의미한 상관관계를 보이지 않았다.

분노조절정도와 삶의 목적간에는 정적 상관관계를 보였다($r=0.15$, $p=.017$). 또한, 대인관계와 삶의 목적은 정적 상관관계를 보였으며($r=0.29$, $p<.001$), 하부영역인 만족감($r=0.31$, $p<.001$), 의사소통($r=0.14$, $p=.028$), 신뢰감($r=0.13$, $p=.043$), 친근감($r=.32$, $p<.001$), 민감성($r=0.22$, $p<.001$), 이해성($r=0.25$, $p<.001$)에서도 삶의 목적과는 정적 상관관계를 보였다. 반면, 개방성과 삶의 목적은 유의미한 상관관계를 보이지 않았다(Table 3).

IV. 논 의

본 연구는 보건의계열 신입생들의 분노조절정도를 파악하고, 분노조절정도에 따라 대인관계와 삶의 목적간의 차이를 알아보기 위함이다. 또한, 분노조절정도, 대인관계 및 삶의 목적간의 상관관계를 파악하여 대상자들의 분노를 조절함으로써 이들의 대인관계와 삶의 목적을 증진시켜주기 위한 기초자료로 활용하여 앞으로 신입생부터 졸업때까지 대학생활을 하면서 자신의 정서적인 측면의 조절로 올바른 삶의 목적을 가질 수 있도록 하기 위함이다.

본 연구결과와 분노조절정도에 따라 대인관계는 유의한 차이가 없었으나 개방성을 제외하고 모든 항목에서 분노조절군의 점수가 높았다. 이는 분노조절을 잘 하는 대상자가 대인관계도 좋음을 의미하며, 개방성의 경우에는 분노조절을 잘하는 경우 자신을 개방하지 않고 감추는 경향이 있어 분노조절을 잘하는 군에서 개방성의 점수가 낮은 것으로 생각된다. 청소년의 분노 수준에 따른 대처전략을 볼 때 분노 수준이 높은 청소년은 자신을 때린 사람을 때리거나 욕하거나 다른 사람이나 다른 것에 화풀이 하는 표현전략과 자기 방으로 들어가거나 밖으로 나가거나 분노 상황에서 떠나거나 재미있는 일 혹은 해야 할 일을 하는 회피전략을 많이 사용한다고 보고하고 있다(Park, 1994). 이러한 결과를 볼 때 분노 수준이 높은 대상자에서 회피전략을 사용하는 경우에는 개방성의 점수가 낮을 것이라 생각하며

본 연구결과를 뒷받침하는 보고라 생각한다.

특히 친근감과 이해성은 분노조절군에서 유의하게 점수가 높아 분노조절을 잘하는 경우 대인관계에서 다른 대상자들과 더 친근함을 유지하고 타인을 더 잘 이해하는 것으로 보인다. 이는 분노표현이 부적절하거나 지나치면 불안, 신경증 및 각종 질병의 원인이 되고, 공격적인 언어나 행동으로 표현되는 경우 인간관계를 악화시킨다는 Kim (2003)의 연구결과를 보더라도 결국 분노조절을 못하여 잘못 표출되는 경우 대인관계에 악영향을 끼칠 수 있음을 보여주는 결과라 할 수 있겠다.

최근 고등학생을 대상으로 한 연구에서 학생들이 건강한 교우관계를 맺어 서로의 고민을 나누고 이야기할 수 있는 지지적 체계가 있어야 하나 실제 생활에서 대인관계에 만족하지 못하는 경우 인터넷상의 친구에게 분노표현을 많이 하는 것으로 나타났다. 이러한 성향의 학생들은 자살생각이 높은 것으로 나타났다(Chin & Seo, 2012). 요즘 스마트폰의 보급으로 대학생도 포함한 학생들에서 인터넷 사용시간이 늘고 부모님들과의 대화시간도 줄어들고 인터넷상의 친구들과 시간을 보내는 경우가 점점 늘고 있다. 결국 학생들 스스로의 분노표출을 가상공간에서 하는 경우가 늘어나고, 올바른 대인관계가 형성되지 못하는 악순환이 지속되고 있는 것으로 생각된다. 이를 위해 학생들이 건강한 교우관계를 유지하기 위한 각종 동아리 활동을 비롯한 교내에서 학생들이 자신의 감정을 표현하고 올바른 해결방법을 찾아갈 수 있는 다양한 프로그램 마련이 절실하다고 본다.

또한, 분노조절정도에 따른 삶의 목적 차이에서는 분노조절군에서 삶의 목적 점수가 높았다. 이는 분노를 잘 조절하여 자기 스스로에 대해 가치감을 가지고 긍정적인 사고를 하는 사람일수록 자신의 삶에 대한 의미와 목적을 추구하는 의지를 가지고 있다고 한 Kang (2003)의 연구를 보더라도 분노조절이 자신의 삶의 목적과 관련이 있음을 보여준다고 할 수 있겠다. Kim과 Son (2007)의 연구에서도 대상자가 삶의 의미를 가질 때 고위험상황이나 통제불가능한 위험에서 영향력을 행사한다고 하였으며, 자신의 의미와 존재가치를 발견하고 미래의 적절한 목적의식을 가지게 될 때 부정적 영향력을 완충하고 청소년의 경우에는 비행행동을 막을 수 있다고 하였다. 결국 분노 같은 정서적인

측면과 삶에 대한 의미와 목적은 관련성이 높다고 할 수 있겠다.

이들 변수들간의 상관관계 결과에서는 분노조절정도와 대인관계는 상관관계가 없었다. 그러나, 하부영역은 상관관계가 있었고, 분노조절정도와 삶의 목적간에는 상관관계가 있었다. 또한, 대인관계와 삶의 목적간에는 대인관계의 하부영역 중 개방성을 제외하고는 모든 영역에서 통계적으로 유의한 상관관계를 보였으나, 높은 상관관계를 보이지는 않았다. 이는 분노조절정도에 따른 대인관계의 하부영역의 결과와 마찬가지로 개방성은 제외되었다. Park, Loh, Cho와 Lee (2011)의 연구에 따르면, 분노를 밖으로 드러내는 집단보다는 분노를 드러내지 않는 집단이 높은 행복 수준을 보였다고 하였다. 이것은 회피전략을 드러내는 대상자의 특성도 앞에서 설명하였지만, 이 외에도 동서양의 문화적인 차이 즉, 서양의 개인주의 문화와는 달리 동양의 집합주의 문화는 개인의 충동이나 욕구를 억제하고 대인관계와의 조화를 강조하기 때문에 분노를 밖으로 드러내기 보다는 드러내지 않는 것이 좋은 대인관계를 유지할 수 있다는 관점에서 개방성을 드러내지 않는 분노 억제 성향을 띠게 되고 궁극적으로 분노조절정도와 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성 및 이해성과는 정적인 상관관계를 가진다고 설명할 수 있겠다.

Kim (2003)의 청소년을 대상으로 한 연구에서 분노조절을 잘 하는 경우가 교사관계, 교우관계에서 정적 상관관계를 가져 본 연구의 대인관계 전체 점수와 상관관계가 없다는 결과와는 다른 결과를 보였다. 그러나, 하부영역들에서는 상관관계를 보인 것으로 보아 분노조절은 대인관계와도 관련성이 있는 것으로 생각되며, 표본수를 늘려 반복연구를 시행하는 것이 필요하다.

대학생들은 자신들의 정체감 형성이나 삶의 목표에 대해 진지하게 탐색하는 기회를 갖거나 구체화시켜나가는 기회를 충분히 가지지 못한 상태에서 많은 시간과 에너지를 쏟아 미래를 위한 시험공부에 매달려 살아야 하며, 모든 발달과업이 유보된 채, 부모에게 의존하며 지내는 경우가 많다(Park & Baik, 2011). 특히 보건계열의 학생들에서는 국가고시라는 미래를 위한 시험을 대비하느라 대인관계를 형성하는 능력을 개발하지 못하기 때문에 결국은 이것이 대상자의 삶의

목적에도 영향을 미칠 수 있을 것이라 생각한다.

여러 선행연구들을 보면 대학생을 대상으로 한 분노조절 프로그램들이 분노조절과 대인관계기술 증진(Seo & Baek, 2010), 분노억압 수준과 신체화증상의 감소(Ko & Son, 2010) 및 분노표현, 분노표출, 대인관계 중 경쟁적-공격적, 반항적-불신적 척도에서 긍정적인 변화를 보였다. 그러나, 이러한 연구들은 대부분 단기적인 프로그램으로 건강한 분노표현을 유도하는 방법과 내적인 성찰을 할 수 있는 내용과 시간이 있어야 함을 지적하기도 하였다(Lee et al., 2010).

보건계열 학생들의 분노수준을 이해하고, 이를 잘 조절하여 대인관계 향상은 물론 자신의 삶을 행복하게 가꾸어나갈 수 있도록 해야 한다. 앞으로 성인기까지 건강한 생활을 위해 대학생 시기에서도 적극적인 신체활동을 증진할 수 있는 교과목 강화, 동아리 활동, 개인 맞춤형 신체활동 프로그램의 운영 등을 통해 건강한 대학생활을 시행할 수 있도록 하는 것도 필요하다고 하였다(Park & Kim, 2013). 따라서, 건강한 대학생활을 위하여 보건계열 신입생들이 건강하게 분노표현을 하며, 적절하게 분노를 조절할 수 있도록 단기적인 프로그램만이 아닌 지속적인 교육과 연습을 통한 행동강화가 필요할 것으로 사료된다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 보건계열 신입생 244명을 대상으로 분노조절정도에 따른 대인관계 및 삶의 목적 차이를 비교하였으며, 분노조절정도, 대인관계 및 삶의 목적과의 상관관계를 알아보고자 시행하였다.

본 연구결과는 다음과 같다.

- 분노조절정도에 따른 대인관계를 보면, 분노조절군과 분노미조절군은 두 군간에 유의한 차이가 없었다. 하부영역으로 보면, 친근감과 이해성은 분노조절군에서 유의하게 높았으며, 개방성은 분노조절군에서 유의하게 낮았다.
- 분노조절정도에 따른 삶의 목적을 보면, 분노조절군의 삶의 목적 점수가 유의하게 높았다.
- 분노조절정도, 대인관계 및 삶의 목적간의 상관관계를 보면, 분노조절정도와 대인관계는 유의미한 상관관계가 없었으나, 분노조절정도와 삶의 목적 및 대

인관계와 삶의 목적과는 정적 상관관계를 보였다.

이상의 연구결과를 종합하여 볼 때 분노조절정도는 대인관계의 하부영역 중 일부영역 그리고 삶의 목적과는 관련성을 보였다. 보건계열 신입생들에 있어 학과특성 뿐만 아니라 대학생들의 심리적인 문제들의 해결이 앞으로의 인생의 중요한 삶의 목적에 영향을 미치므로, 학생들을 지도함에 있어 학업성적 이외의 정신적인 측면의 세심한 관심과 지도가 필요할 것으로 사료된다.

본 연구에서는 보건계열 신입생들의 분노조절정도에 따른 대인관계와 삶의 목적을 비교한 것으로 향후 비 보건계열 신입생들 및 재학생들과의 비교연구가 필요하다. 또한, 보건계열 신입생들 중 분노미조절군에 대한 분노조절 프로그램의 시행으로 이들의 분노조절 양상을 향상시켜 대인관계와 삶의 목적을 긍정적으로 변화시킬 필요성이 있으며 추후 분노미조절군에 대한 중재연구가 진행되어야 할 것으로 생각된다.

References

- Aseltine, R. H., Susan, G., & Gordon, J. (2000). Life stress, anger and anxiety, and delinquency: an empirical test of general strain theory. *Journal of Health and Social Behavior*, 41(3), 256-275. <http://dx.doi.org/10.2307/2676320>
- Baumeister, R. F. (1991). *Meaning of life*. New York: The Guilford Press.
- Chin, E. Y., & Seo, Y. M. (2012). The study on the relations among anger, suicidal ideation and internet addiction in male high school students. *The Journal of the Korea Contents Association*, 12(1), 430-437.
- Crumbaugh, J. C., & Maholic, L. J. (1964). *Manual of instructions for the purpose-in-life*. Munster, Psychometric Addiliates.
- Deffenbacher, J. L., Thwaites, G. A., Wallace, T. L., & Oetting, E. R. (1994). Social skills and cognitive-relaxation approaches to general anger reduction. *Journal of Counseling Psychology*, 41(3), 386-396. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.41.3.386>
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: a flexible statistical power analysis program for the social, behavior, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175-191. <http://dx.doi.org/10.3758/BF03193146>
- Hong, S. M. (2002). *A study on the effectiveness analysis of adolescent resentment control program based on social support systematic perspective-A comparison with cognitive behavioral program*. Unpublished master's thesis, Hallym University, Gangwon.
- Hwang, S. S. (2004). A study on the effect of M BTI(Myers and Briggs Type Indicator) basic program on the interpersonal relationship between nursing science major students and their cohesion. *Journal of Korea Community Health Nursing Academic Society*, 18(1), 61-73.
- Jang, H. J. (2011). *The relationships among type of cause and expression of anger, emotional intelligence and social competence in children*. Unpublished doctoral dissertation, Kyungpook National University, Daegu.
- Ji, K. J., & Yoo, J. Y. (2013). A study of emotional intelligence, interpersonal relationship and psychological happiness university student division of health. *The Journal of Digital Policy & Management*, 11(10), 653-660.
- Kang, E. S. (2003). Relationship of the in life, spiritual well-being self-concept, self-esteem of adolescence. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 12(3), 245-259.
- Kim, H. S. (2007). The effects of interpersonal relationship improvement program applied MMTIC on self-esteem and interpersonal relationships of the Middle School Students.

- Journal of Korean Academy of Public Health Nursing*, 21(1), 85-94.
- Kim, J. K., & Son, C. N. (2007). The effects of logotherapy on depression, purpose in life, and delinquency impulsivity of juvenile delinquents. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 26(1), 1-19.
- Kim, K. S. (2003). The relationship among adolescents' anger, anger coping strategies and school adjustment, *The Korean Journal of Educational Psychology*, 7(1), 393-410.
- Klinger, E. (1977). *Meaning and void: Inner experience and the incentives in people's lives*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Ko, S. J., & Son, C. N. (2010). The effects of group program for anger management on anger-in and somatization symptoms of the somatization-prone undergraduate students. *Korean Journal of Health Psychology*, 13(1), 185-203.
- Lee, S. J. (2013). *The effects of self-differentiation of university students on interpersonal relationship problems and adaptation to university life*. Unpublished master's thesis, Konyang university, Chungnam.
- Moon, S. M. (1980). A study on the effect of human relations training of university students. *Journal of Gyeongsang National University*, 19(2), 195-203.
- Oh, H. S. (2006). *The relationships between perceived employments problem, aim of Life & Life satisfaction of Korean students*. Paper presented at meeting of the Korean Psychological Association, 366-367.
- Park, J. Y., & Kim, N. H. (2013). Relationships between physical activity, health status, and quality of life of university students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 27(1), 153-165. <http://dx.doi.org/10.5932/JKPHN.2013.27.1.153>
- Park, S. C., & Baik, K. I. (2011). The effects of univ. students' self-differentiation and self-efficacy on their interpersonal relationship and stress coping strategy. *Journal of Buddhist Counselling*, 3(1), 79-96.
- Park, S. M. (2009). *The employment stress, physical and psychological symptom in collegian of health related departments*. Unpublished master's thesis. Kyungpook National University, Daegu.
- Park, S. H. (1994). *Use and effectiveness of coping strategies employed by adolescent in anger-provoking situation*. Unpublished master's thesis. Sookmyung Women's University, Seoul.
- Park, S. H., Loh, Y. K., Cho, E. H., & Lee, D. G. (2011). Differences in interpersonal problems and happiness by the subgroups of anger expression styles. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 25(3), 77-92.
- Park, S. S. (2003). *The effect of the group logotherapy on university students for searching life meaning and fulfilling inner meaning as well as overcoming existential frustration*. Unpublished doctoral dissertation, Catholic University, Daegu.
- Schlein, S., & Guernsey, B. G. (1971). *Relationship Enhancement*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Seo, H. S., & Baek, Y. M. (2010). The effects of anger control program based on social skill training on the anger level, anger control ability and interpersonal relationship skills with male students of university. *Journal of Rehabilitation Psychology*, 17(1), 1-19.
- Siegal, J. M. (1985). The measurement of anger as a multidimensional construct, In M. A. Chesney & R. H. Rosenman(Ed.), *Anger and*

hostility in cardiovascular and behavioral disorders. New York: Hemisphere.

Yu, E. Y. (2009). Relationships between stress-coping schemes and mental health for

health department and non-health department college students. *The Journal of the Korea Contents Association*, 9(12), 718-729.

Health Allied College Students' Interpersonal Relationships and Purpose-in-Life depending on their Ability to Manage Anger

Yang, Nam Young (Associated Professor, Konyang University)

Song, Min Sun (Assistant Professor, Konyang University)

Purpose: The purpose of this study was to investigate the difference and correlation of interpersonal relationship and purpose-in-life in health allied college students depending on their ability to manage anger. **Method:** A total of 244 students were surveyed using structured questionnaires. Data were analyzed using descriptive statistics, t-test, and Pearson Correlation Coefficient with the SPSS program. **Results:** No significant difference of interpersonal relationship was observed between the anger controlled group and the anger uncontrolled group. Intimacy ($p=.008$) and understanding ($p=.017$) were significantly higher and openness was significantly lower in the anger controlled group ($p=.024$). Purpose-in-life was significantly higher in the anger controlled group ($p<.001$). There was no significant correlation of anger management and interpersonal relationship, however, there was significant positive correlation of anger management and purpose-in-life ($r=0.15$, $p=.017$) and interpersonal relationship and purpose-in-life ($r=0.29$, $p<.001$). **Conclusion:** An education program for freshmen who cannot control anger can promote interpersonal relationship and purpose-in-life.

Key words : Students, Anger, Interpersonal Relations, Life