

군에서의 분노와 자해표현행동과의 관계에서 이차적 분노가 미치는 영향에 관한 연구*

A Study on the Effect of Secondary Anger on the Relationship between Anger and Self-harm
Behavior in the Military

Jung Won Lee**

Department of Military and Police Counseling, Seoul Cyber University,
49 Somaero, Gangbukgu, Seoul, Korea

Abstract

The purpose of this research is to find out psychological and cognitive factors which affect to reduce self-harm behavior in the military, and to find out what is the mediating effect. The research was done to 255 soldiers. From the selected group of soldiers, data were collected using inventory on rage, depression, self-harm behavior, secondary anger-thought and multiple regression analysis were done with the collected data with SPSS WIN 18.0 program. In relation between anger and self-harm behavior, regression analysis was done to verify how secondary anger-thought, especially thought on blaming and retaliating against others and feeling of helplessness show mediating effect. Also Sobel Test was done to verify the effectiveness of these mediators. The result showed that independent variables of anger, depression, self-harm behavior explains its dependent variable, behaviors which expresses self-harm behavior, and especially depression influences the most. Anger influences self-harm impulse by the medium of blaming and helplessness which are secondary anger thought. These results shows that intervention is needed to modify the thoughts of helplessness and blaming others in order to cure self-harm behavior.

Key words: military suicide, self-harm behavior, meditating effect, secondary anger

* 본 논문은 2014학년도 교내 연구비지원으로 수행된 논문임.

** Tel. +82-2-944-5162. FAX. +82-2-980-7200. E-mail. leejw@iscu.ac.kr

Submission & Publication Process

Received: May. 8, 2015 / Revised: Jun. 15, 2015 / Accepted: Jun. 20, 2015

국문초록

본 연구의 목적은 군에서의 자해표현행동에 영향을 주는 심리적, 인지적 요인이 무엇이며 매개효과는 무엇인지 알아보려고 하는 것이다. 이를 위해 병사 255명을 대상으로 분노, 우울, 자해행위, 자해표현행동, 이차적 분노 사고 척도를 사용하여 자료를 수집하였으며 수집된 자료는 SPSS WIN 18.0 프로그램을 이용하여 다중회귀 분석을 실시하였다. 분노와 자해표현행동의 관계에서 이차적 분노사고 중 타인비난/보복사고와 무력감사고가 매개효과를 나타내는지 검증하기 위하여 회귀분석 방법을 사용하였으며, 매개 유효성을 검증하기 위하여 Sobel Test를 사용하였다. 분석결과 분노, 우울, 자해행위의 세 개의 독립변인이 종속변인인 자해표현행동을 설명하는 것으로 나타났으며 특히 우울이 자해표현행동에 가장 큰 영향요인으로 나타났다. 분노는 이차적 분노사고인 타인비난/보복사고와 무력감사고를 매개로 자해표현행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자해행동 치료를 위해 정서적 무력감과 타인비난/보복사고를 수정하는 개입이 필요함을 시사한다.

주제어: 군 자살, 자해행위, 매개효과, 이차분노,

1. 서론

우리나라는 2011년 인구 십만 명당 자살자수가 31.7명으로 나타나(통계청 자료, 2013) OECD(경제협력개발기구) 국가 중 자살률 1위(평균은 12.9명)이다. 군에서도 자살사고는 사망사고 원인 중 1위로 2010년 육군의 자살률은 12명이었으나 2011년 72명으로 증가하고 있어서 더욱 세심한 지휘관심을 요구하고 있다(육군본부, 2013). 특히 국가의 안보를 위하여 전투력을 육성하고 유지해야 하는 특수한 조직이라는 점에서 군내 자살은 중요한 문제로 다루어지고 있다. 이에 군에서는 2009년부터 자살사고 예방을 위한 ‘자살예방 종합시스템’을 도입하여 자살위험에 대해 식별-관리-처리의 단계별 예방조치에 많은 노력을 기울이고 있다(국방부, 2011). 이러한 단계별 조치를 위해서는 병영생활 부적응 병사들의 심리적 특성과 사고나 부적응에 기여하는 예측변인들을 탐색하는 다양한 기초자료가 필요할 것이다.

군인의 자살은 군의 입장에서 보면 비전투 손실로서 전력을 약화시키고 조직 구성원의 사기와 단결을 저하시킬 뿐 아니라 가족, 친구, 동료 등 주변 사람들에게까지 파급된다는 데 그 심각성이 있다. 국방의 의무를 수행하기 위해 입대하였는데 군 환경은 열악하고 자신이 가진 문제를 해결할 길은 막막해서 어쩔 수 없는 고립과 절망 속에서 자살의 길을 택한 사람은 어쩌면 타인에 대한 공격을 스스로에게 돌린 점에서 가장 적은 피해를 일으킨 것일 수도 있다. 이러한 자살사고는 군 내부의 폭행이나 가혹행위, 성폭행, 복무염증, 처벌우려 등과 연관되어 있는 것으로 나타났으며(구승진, 2006) 자살하는 병사들의 심리적 특징은 과도한 특정 욕구와 욕구의 해결실패, 열등감, 우울이 보고되고 있다(신응섭, 1999). 또한 스트레스에 대한 대처능력의 부족이나 자신의 의견을 제대로 표현하지 못하는 성격적 요인도 작용하고 있는 것으로 보인다(Bourne, 1970). 한편 군에서 분석한 군 자살의 원인은 부대적인 원인으로 선임병 및 간부로부터의 인권침해, 통제된 군 생활의 복무 부적응, 과중한 업무 부담감이 대부분 차지하였고 개인적인 원인은 불우한 가정환경 및 우울증, 신변 비관이 주로 차지하고 있다(육

군본부, 2013).

최근에 자살은 기분장애의 행동적 결과가 아니라 그 자체를 질환으로 봐야 한다는 주장이 나왔다. 미국정신의학회(APA)에 따르면 지난 24개월 이내 자살을 시도한 적인 있는 사람을 ‘자살행동장애(Suicidal Behavior Disorder)’로 별도로 구분하는 방안을 제시하였다(DSM-5: American Psychiatric Association, 2013). 이것의 근거는 자살하는 사람의 뇌는 기분장애를 가졌지만 자연사한 사람의 뇌와 유사해 보여도 꽤 많이 다르며, 자살이 특정 가족 구성원에서 더 흔하게 나타난다는 점에서 유전적, 생물학적 요인이 작용할 가능성이 있다는 것이다. 아울러 이러한 자살에 대한 새로운 이해와 함께 비자살적 자해에 대한 진단 준거가 제안되어졌으며 향후 연구가 필요한 분야 중 하나라고 게재하였다. 따라서 자살행동을 이해하기 위한 새로운 접근들이 요구된다.

겉으로 잘 드러나지 않는 자해의 특성과 자해와 자살간의 개념적인 구분의 어려움으로 인해 자해와 관련한 국내 연구는 미미하며 군에서는 전무한 상황이다. 그러나 청소년 우울증에서 지속적인 불안 및 자살사고가 지속적인 자해 행위의 반복으로 이어질 가능성을 시사하고 있으며(예택해, 2012) 자살 사고가 지속되거나 그 정도가 심한 청소년에 있어서 그것을 해소하고자 하는 욕구가 자해 행동을 통해서 표현되는 것으로 나타나(손정남, 2009) 자해 행동을 하는 청소년의 경우 자살사고의 정도가 심각함을 반영하고 있음을 볼 때 군에서의 자해행동에 영향을 주는 인지적 심리적 요인이 무엇인지 탐색해 보는 것은 의미 있는 작업이라 생각된다.

본 연구의 목적은 이러한 상황을 직시하고 자해표현행동을 촉발하는 과정에서 분노와 자해표현행동과의 관계를 살펴보고 이차적 분노가 어떻게 자해표현행동에 매개효과를 나타내는지를 병사들을 대상으로 설문조사한 것을 토대로 군 자살에 대한 기초 자료를 제공하고자 하는 것이다. 이를 위해 육군의 병사들을 대상으로 그들의 자해표현행동에 영향을 미치는 정서적, 인지적 요인들을 파악하기 위한 설문조사를 실시하여 얻은 402명의 자료 중, 유효한 자료 총 255명을 분석하였다.

II. 이론적 배경

1. 자살행동의 이해

자살관련 행동은 자살사고, 자살시도, 자살로 인한 죽음에 이르기까지 다양한 개념을 포함하고 있으며 그 정의도 학자마다 다르다(Silverman, *et al.*, 2007). Silverman 등은 자살관련 생각(Suicidal-related Ideation)과 자살관련 행동(Suicidal-related Behaviors)에 자살관련 의사소통(Suicidal-related Communication)이라는 새로운 분류를 첨가하였다. 자살관련 행동에는 자해, 자살시도, 자살로 분류하고 있는데 자해는 죽고자 하는 의도는 없으나 치명적인 결과가 나오는 것을 의미하며 자살시도는 치명적인 정도는 다양하지만 죽을 의도는 분명히 있는 경우를 말한다. 자살은 자살시

도가 가장 치명적인 결과로 사망에 이르는 경우를 의미한다(Silverman, *et al.*, 2007). 이들의 정의와 분류체계를 보면 자살시도는 죽을 의도가 조금이라도 있으며 자살을 시도하기 위한 행위 또는 준비로 인하여 상해를 입을 가능성이 있는 자해행동을 말한다. 이에 반해 비자살적 자해 행동은 죽을 의도가 전혀 없는 자해행동을 의미하는 것으로 “죽고자 하는 의도 없이 직접적이고 고의적으로 자신의 신체를 훼손하는 행위”(Nock, 2009)로서 개인의 심리적, 신체적 안녕을 위협하는 행동으로 자살시도나 자살과는 구분된다. 그러나 반복되는 자해 행동은 이를 통해 스트레스가 감소되고 자살에 대한 두려움이 둔감화 되면서 최종적으로는 자살이라는 극단적 선택을 시도하는 결과를 초래할 수 있다(Joiner, 2005). 최근 연구에 의하면 자살적 자해를 하는 청소년 중 70%가 실제 자살을 시도한 것으로 보고되고 있다(Nock, *et al.*, 2006). 또한 부정적 정서는 비자살적 자해를 촉발하는 요인 중 하나로, 많은 비자살적 자해자들은 경험하고 싶지 않은 부정적 정서를 조절하거나 회피하기 위한 수단으로 자해를 한다. 따라서 부정적 정서들이 비자살적 자해행동과 관련이 있음을 볼 수 있다. 특히, Leith와 Baumeister(1996)는 우울, 불안, 분노 등의 부정적 정서가 유발되는 경우 위험한 행동을 선택할 가능성이 높아진다고 보고하고 있다. 반면 분노는 분노를 유발한 대상이나 상황에서 자극을 회피하거나 반대로 분노를 공격적으로 표출할 수 있어, 분노는 자살행동에 더 많은 영향력을 끼칠 것으로 여겨진다.

2. 분노의 이해

1) 분노표출과 회피

분노의 표현이나 분노행위 측면에서, 분노는 타인이나 물건에 신체적, 언어적 공격을 표출함으로써 자신의 분노를 표현하는 내적인 감정으로 정의될 수 있다(Tromburg, 1982). 자신의 목표가 방해받거나 차단되어 자존심에 상처를 입었다고 느낄 때와 위협이 자각될 때 유발되는 정서로서 불안, 우울, 슬픔, 공포, 강박 등과 같은 부적 정서들은 회피와 관련된 정서인 반면, 분노는 접근과 관련된 정서로서 정의되기도 한다(Harmon-Jones, 1998).

분노는 다양한 방식으로 표현되며, 자해도 분노를 경험할 때 표출하는 하나의 방식으로 볼 수 있다. Spielberger(1988)는 분노 표현 방식으로 분노의 내적 억제(anger-in), 분노의 외적 표출(anger-out), 분노 조절(anger-control)을 들고 있는데 분노를 내적으로 억제하는 내현적 분노의 경우 자신의 분노를 내적으로 돌리거나 억압하는 것으로 분노 유발상황과 관련된 사고와 기억 혹은 분노 자체의 감정이 억제되거나 부정된다. 반면 분노를 외적으로 표출하는 외현적 분노의 경우 자신의 분노를 환경 속의 타인, 대상에게 나타내는 것으로 신체적 행위나 비난, 욕설, 언어적 폭력, 극단적 모욕으로 표현된다. 분노의 조절은 분노를 지배하고 조절하고 관리하는 것을 말한다(Spielberger, *et al.*, 1988). 분노의 표현은 타인의 안녕을 해치지 않고 자신이나 집단의 신체적, 심리적 및 사회적 안녕이 회복되는가에

따라 기능적일 수도 있고 역기능적일 수도 있다. 그러나 분노의 강도, 빈도, 지속 정도가 과도할 때, 그리고 분노가 제대로 표현되지 못하고 타인 및 자신을 향하여 파괴적으로 표현될 때 육체적 손상 뿐 아니라 대인관계에서도 많은 문제를 발생시킨다. 특히 불안, 우울증, 수치심과 관련된 분노는 내·외적인 고통의 증상을 암시하는데, 그중에서 수치심 경험은 분노와 적대감의 표출방식에 매우 직접적인 영향을 미친다(Tangney, *et al.*, 1996). 김교현(2000)에 의하면 분노를 자극하는 상황에서 분노 억제강한 사람은 심리적으로 우울감과 무망감을 많이 보이고 자살 위험성도 높은 것으로 보고하였다. 또한 억제를 하게 될 때 자아가 손상되거나 반대로 분노를 부적절하게 표현하여 대인관계에서의 어려움을 겪을 수 있고 불안과 우울 또는 신경증, 정서 장애와 같은 심리적 문제의 원인이 되는 것으로 나타났다(이경은, 2010) 특히 분노 억제를 심하게 하는 경우 우울이 높고, 분노 표출을 심하게 하는 경우에는 공격성이 심한 것으로 나타났으며(고영인, 1994), 이러한 분노 표현 방식은 자살 생각에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다(손정남, 2009).

한편, 자살행동을 분노표출의 한 가지 방식으로 이해할 때, 분노를 경험하는 사람들은 자신의 상황과 분노대상 등을 고려하여 분노 표출방식을 달리하게 된다(Fitness, 2000). 서수균(2004)은 일차적 분노사고를 주로 일상생활에서 실망상황 자체에 대한 부정적 평가가 주를 이루는 반면, 이차적 분노사고는 일차적 분노사고로 인한 불쾌감에 대한 반응으로 나타나는 정서, 행동으로 이루어진다고 보고하고 있다. 즉 이차적 분노는 일차적 분노로 인한 불쾌감에 대한 반응에 영향을 주는 사고이다. 이는 분노표현방식이 이차적 분노사고의 개입에 따라 달라질 수 있음을 의미하며, 이는 분노에 의해 촉발된 자살행동은 이차적 분노사고의 영향이 크게 작용할 수 있음을 시사한다.

2) 이차적 분노사고와 자해표현행동

앞서 언급하였듯이, 일차적 분노상황에 접하게 된 사람은 다양한 분노표현 중 하나로, 자해행동을 선택할 수 있다. 이 때 이차적 분노사고는 분노표현의 일환으로 자해행동을 선택하는데 영향을 줄 것이다. 서수균·권석만(2005)은 이차적 분노사고를 타인비난/보복사고, 무력감사고, 분노통제사고로 분류하고 있다. 이차적 분노사고 척도의 문항 중 타인비난사고는 타인에게 보복하고, 경멸하고 모욕하는 생각들로 이루어져 있다. 무력감사고는 분노상황에서 적극적으로 대처하지 못하고 무기력해지는 반응들과 관련된다. 분노통제사고는 분노상황에서 분노감정을 통제하고 상황을 객관적이고 문제해결적인 노력을 취하는 것과 관련된다. 분노상황에서 대처하는 방식이 개인에 따라 상이하게 표출되는 양상을 보이는 점은 누구나 경험적으로 공감하는 부분이다.

부정적 정서는 자해를 촉발하는 요인 중 하나로, 부정적 정서를 조절하거나 회피하기 위한 수단으로 자해를 한다. 비자살적 자해에 영향을 미치는 것으로 주로 보고되는 부정적 정서들에는 우울(Simeon, *et al.*, 1992), 타인을 향한 높은 수준의 적개심, 분노(Brittlebank, *et al.*, 1990; Hillbrand, 1995; Simeon, *et al.*, 1992)등이 있다. 이와 같이 부정적 정서인 분노는 비자살적 자해행동과 관계하고

있으며, 이러한 분노는 상황에 따라 개인에게 분노표출 양상이 다르다. 따라서 비자살적 자해행동에 분노의 직접적인 영향력뿐만 아니라, 분노표출 방식이 행동표출 또는 행동회피방식에 어떠한 영향력을 미치는 지에 대한 고려가 필요할 것이다.

3) 군에서의 분노의 이해

분노는 개인 차원에서 뿐 아니라 조직에서도 발생한다. 조직 장면은 사람들의 상호작용에 의한 갈등이 많이 발생하는 환경으로 이러한 상황에서 가장 빈번하게 경험하는 정서는 분노이다. 특히 조직 장면에서 분노 표현과 분노 지각은 권력과 지위에 따라 거의 일방적으로 나타나는데 상사의 분노 표현에 대한 부하의 지각된 분노는 충돌, 반사회적 행동, 조직적 보복 행위나 복수, 생산력의 저하 등과 같은 부정적 결과를 초래하는 것으로 나타났다(Fitness, 2000). 즉 지위가 높을수록 지위가 낮은 사람에게 분노를 표현하며, 더 높은 지위와 권력이 분노 표현의 자유를 부여하는 것으로 나타났다(Sloan, 2004). 또한 상사가 조직의 목표를 달성하기 위해 분노를 표현하는 것은 조직의 성공과 관련이 있다고 받아들여지기 때문에 부하는 분노를 수용하는 태도를 보이게 된다. 이러한 맥락에서 조직 내에서의 분노 표출은 지위가 높을수록, 더 직접적으로 발생하며 지위가 낮을수록 억제하는 경향이 있음을 보게 된다.

군에서의 불안이나 우울감이 분노 촉발사건으로 이어지거나 비합리적 사고로 발생하는 분노는 군 생활에서의 적응을 어렵게 할 뿐 아니라 자살이나 자해 등의 사고로 이어질 수 있기 때문에 군에서의 분노에 대한 관심과 분노관리는 매우 필요하다. 일반적으로 병사들은 입대 후 실제 근무지에서의 생활에 적응을 함으로써 부여된 병역의 의무를 수행하게 된다. 그러나 명령체제로 이루어진 군의 독특한 환경은 병사들에게 스트레스를 유발하고 군 생활 적응을 어렵게 할 수 있다. 입대한 병사들은 가정으로부터의 격리, 집단생활, 가족들과의 이별, 다치거나 목숨을 잃을 수 있다는 걱정들로 인해 심리적 위기를 경험하게 된다. 특히 한국의 경우 비자발적인 선택에 따른 스트레스와 불안감은 입대 직전, 신병 훈련소 생활, 자대 배치, 훈련 실시 등의 과정에서 비교적 높게 나타나며 입대하지 않은 경우 사회에 있을 자아와 현재 군에 있는 자아와의 끊임없는 비교 심리 현상으로 좌절과 억압된 자아상 속에서 생활하기가 쉽다. 그렇기 때문에 병사들이 경험하는 높은 수준의 스트레스는 생활의 모든 영역에 산재해 일어나고 있으며 이러한 불안감, 좌절감은 다른 심리적 작용과 결부되어 위험한 상황으로 몰고 갈 가능성이 높다. 병사들의 우울, 불안, 열등감, 분노 등과 같은 정서적 문제는 대인관계에서 갈등을 유발하며(이종훈 외, 1999), 탈영, 자살사고, 다양한 종류의 안전사고와 높은 연관성이 있다(Limbert, 2004). 한편, 분노의 원인이 군 생활에서 비롯되는 것보다 더 근본적인 분노의 근원을 가지고 입대하는 경우도 있어서 분노 촉발사건을 통해 부대 사고로 이어지기도 한다. 병사들 속에 내재되어 있는 이러한 사고 요인들을 사전에 식별하고 예방하기 위해 효율적인 관리가 필요하다.

군 조직의 특성인 상명하복의 명령체계와 격리된 생활, 군 생활간 경험하는 상급자나 동료들과의

갈등과 같은 불유쾌한 상황은 병사들에게 불쾌한 감정을 유발하고 일부 병사에게는 군복무 기간이 고 통스럽고 충격적인 기간이 될 수 있다. 가족과의 밀착된 관계에서 분리되어 군이라는 환경 속에서 어쩔 수 없이 자신과 직면할 수밖에 없기에 작은 자극에도 분노와 적개심을 유발하기가 쉽다. 분노는 공격, 보복, 비난과 같은 폭력적이고 잘못된 행동을 증가시킨다. 병사들의 통제할 수 없는 이러한 분노는 자신을 공격적으로 만들고 주위사람들에게 공격적으로 반응하게 만든다(Deffenbacher, 1999). 특히 단체 생활을 하는 계급 사회인 군대에서는 한 사람의 분노유발로 인해 부대 전체에 악영향을 미치게 된다. 선임병은 하급자에 대한 분노로 인해 구타 및 가혹행위를 유발하게 되고 후임병은 상급자에 대한 분노로 인해 항명 또는 상관 모독을 하게 된다. 뿐만 아니라 지휘관의 분노는 지휘관에 대한 신뢰도를 격감시키게 되고 부적응 병사의 분노 축적 시 군무 이탈 행위의 유발 가능성이 높아지며 우발적 범행(폭행, 총기에 대한 보복성 은닉행위, 총기사고)이나 자살로 이어질 수 있다. 신웅섭(1998)은 군에서의 분노는 외면화와 내면화 모두가 문제로 나타날 수 있으며 부정적인 정서를 긍정적으로 다루지 못할 때 분노의 부적절한 표출로서 자살사고, 총기사고, 폭행 등이 발생하게 된다고 보았다. 한인영(1999)도 군복무 중 병사들이 경험하는 폭력과 가혹행위는 뚜렷한 명분 없이 개인적이고 감정적인 갈등에 의해 유발된다고 보았다.

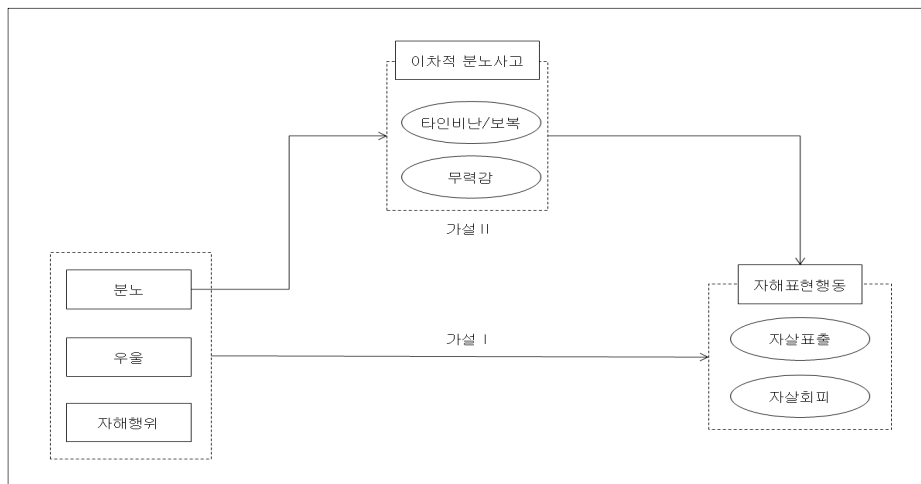
군에서 발생하는 분노의 특징적 요소를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 군에서 발생하는 분노는 위계 서열을 따라 이동하면서 증폭되는 특성을 보여주고 있다. 계급이 낮은 자일수록 상급자의 의도를 전달받기 어려울 뿐 아니라 전달을 받는 데는 상당한 시간이 소요되고 최초의 지시자가 의도하는 바를 정확히 전수받는 데도 어려움이 있다. 또한 수직적 하향식 전달로 인하여 상급자의 분노는 하급자의 분노와 맞물려서 하급자에게 엄청난 심리적 부담과 분노를 유발하게 된다. 둘째, 폐쇄적인 군대 조직의 특성으로 인해 외부사회에 대한 철저한 익명성 보장과 제 3자의 개입이 어렵다는 것이다. 이로 인해 상급자의 경우 계급을 빙자하여 분노를 외부로 표출해도 이를 중재하거나 간섭할 사람이 없다는 것이다(육군본부, 1999).

이와 같이 군 환경은 분노와 관련하여 매우 취약함을 보여주고 있다. 한 연구에 의하면 복무기간에 따라 병사들의 불안, 우울, 충동성이 다르게 나타나는데 특히 8개월 이하의 병사들은 입대 후 새로운 환경과 익숙하지 못한 업무와 수직적인 상하관계 등의 대인관계의 어려움으로 인해 높은 우울과 불안을 보이며 결단력의 약화, 자아상의 매력감소, 일상생활에서의 활동 감소 등으로 어려움을 경험하고 있는 것으로 나타났다(이중훈 등, 1999). 이러한 현상은 점차 감소하다가 전역을 앞두고 다시 높게 나타나는 것으로 나타나 병사들의 부적응을 감소시키기 위한 개입의 필요성이 요구되고 있다.

군에서의 사건 사고 예방을 위해서 분노관리는 군 생활에서 매우 중요하다. 서수균(2004)은 비합리적 신념이 이차적 분노사고를 유발하고 이것이 이차적 분노사고를 거쳐 역기능 과정으로 가면서 분노가 증폭됨을 보여주고 있다. 이때 이차적 분노사고의 타인비난 보복사고는 신체적, 언어적 공격행동과 분노 표출 행동을 증가시키는 반면에 무력감 사고는 신체적, 언어적 공격 행동을 감소시키고 분노 억제 행동을 증가시키는 것으로 나타났다. 즉, 분노 상황에서 분노표출 방식을 결정짓는 중요한 인지적

요인은 이차적 분노사고로 보고 있다. 이차적 분노사고는 분노상황에서의 심리상태 및 대처양상을 반영하는 것으로 분노상황 및 분노유발 맥락에 따라 이차적 분노사고의 내용은 달라질 수 있다. 따라서 자해표현행동에 미치는 변인들뿐만 아니라, 분노와 자해의 관계에서 이차적 분노 하위요인들의 매개효과가 다르게 나타나는지 살펴볼 필요가 있다. 사회적 상황과 관계 등에 관련된 사회적 동기에 의한 자해의 경우 대인관계에 관련하여 발생한 부정적 정서를 능동적 또는 수동적인 방식으로 해소시키기 위해(Nock, 2009) 타인비난/무력감 사고 등이 매개효과를 가질 것으로 예상된다.

따라서 본 연구는 이상의 선행연구들을 바탕으로, 분노가 자해표현행동에 직접적인 영향을 주는지, 이차적 분노사고가 자해표현행동에 영향을 미치는지, 또한 분노, 우울, 자해행위가 자해표현행동인 자살표출과 자살회피에 미치는 영향력을 살펴보고자 하며, 다음 <그림 1>과 같이 연구모형을 설정하였다.



<그림 1> 연구모형

III. 연구내용

1. 연구의 가설

본 연구의 가설은 다음과 같다 :

가설1. 분노, 우울, 자해행위는 자해표현행동(자살표출, 자살회피)에 영향을 미칠 것이다.

- 1.1. 분노, 우울, 자해행위는 자살표출에 영향을 미칠 것이다.
- 1.2. 분노, 우울, 자해행위는 자살회피에 영향을 미칠 것이다.

가설2. 분노와 자해표현행동(자살표출, 자살회피)의 관계에서 이차적 분노사고(타인비난/보복, 무력감)가 매개효과를 나타낼 것이다.

2.1 분노와 자살표출과의 관계에서 타인비난/보복사고가 매개효과를 나타낼 것이다.

2.2 분노와 자살표출과의 관계에서 무력감사고가 매개효과를 나타낼 것이다.

2.3 분노와 자살회피와의 관계에서 타인비난/보복사고가 매개효과를 나타낼 것이다.

2.4 분노와 자살회피와의 관계에서 무력감사고가 매개효과를 나타낼 것이다.

2. 연구방법

1) 연구대상

본 연구를 위해 2014년 7월 육군 0군사령부 소속 병사들과 2014년 10월 00사단 그린캠프 입소자들을 대상으로 자해표현행동에 영향을 미치는 정서적, 인지적 요인들에 대한 검사를 실시하여 얻은 402명의 자료 중, 무선반응하거나 전체 문항 중 1/4이상 문항에 반응하지 않은 피검자의 자료를 제외하고 총 255명을 대상으로 분석하였다.

2) 연구도구

(1) 상태-특성분노표현 척도(State-Trait Anger Expression Inventory-Korean Version, STAXI-K)

Spielberger, *et al.*(1988)의 상태-특성분노표현 척도를 전경구 외(1998)가 한국판으로 개발한 척도를 사용하였다. 원 척도는 상태분노(10문항)와 특성분노(8문항), 분노통제(8문항) 등으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 특성분노와 관련된 10문항만을 선별하여서 사용하였다. 각 문항은 4점 척도 상에서 평점 된다. 본 연구에서 내적 합치도는 .88이었다.

(2) 우울척도(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, CES-D)

Radloff(1977)에 의해 개발된 자기보고식 질문지로 우울증을 측정하는 20개의 문항으로 구성되어있다. 본 연구에서는 전경구 외(2001)가 번안한 한국판 CES-D를 사용하였다. 각 문항은 4점 척도 상에서 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 내적 합치도는 .83이었다.

(3) 자해행위 척도(Self-Harm Inventory, SHI)

의도적인 자해행위를 측정하기 위해 Sansone 등(1998)이 개발하였다. 국내에서 공성숙 외(2009)가 번안하였다. 한국판 SHI는 최근 6개월 내에 이루어진 자해행위에 관하여 묻는 20개의 문항으로, 본 연구에서는 이혜립(2013)이 기존 2점 척도에서 4점 척도로 수정한 판을 사용하였다. 점수가 높을수록

더 많은 지해행위를 경험하는 것을 의미한다. 이해림(2013)의 연구에서는 내적 합치도가 .76이었으며, 본 연구에서는 .68이었다.

(4) 이차적 분노사고 척도(Secondary Anger- Thought Scale, SATC)

분노유발 상황에서 일어나는 이차적 분노사고를 평가하기 위해 서수균·권석만(2005)이 개발한 척도이다. 이차적 분노사고는 분노상황에의 대처 양상을 반영하는 행동 및 심리상태를 반영한다. 이 척도는 3개의 하위척도인 타인비난/보복사고, 무력감사고, 분노통제로 구성되어 있고 5점 척도로 구성되어 있다. 본 연구에서 각 하위척도의 내적 합치도 계수는 타인비난/보복사고는 .96, 무력감사고는 .84, 분노통제는 .85이었다.

(5) 자해표현행동척도

자해표현행동 척도는 군복무 중에 자살에 대한 인식도를 알아보기 위한 설문 문항 중, 탐색적 요인 분석을 통해 묶여진 4개의 문항을 사용하였다. 2문항은 자살표출, 2문항은 자살회피로 조작적 정의를 하였다. 5점 척도로 구성되었으며, 본 연구에서 각 하위척도의 내적 합치도 계수는 자살표출 .88, 자살회피는 .81이었다.

3) 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS WIN 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 분노, 우울, 자해행위가 자해표현 행동에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중 회귀분석을 실시하였다. 분노와 자해표현행동의 관계에서 이차적 분노사고 중 타인비난/보복사고와 무력감사고가 매개효과를 나타내는지 검증하기 위하여 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 회귀분석 방법을 사용하였으며, 이러한 매개효과 유효성을 검증하기 위하여 Sobel Test를 사용하였다.

IV. 연구결과

1. 인구학적 특성

연구 집단의 인구학적 특성은 <표 1>과 같이 일병이 가장 많고(45.5%) 다음으로 상병(28.2%), 이병(16.5%), 병장(9.8%)으로 나타났다. 학력은 대학재학(79.6%)이 대부분을 차지하며, 고졸(13.7%), 대졸(4.7%), 대학원이상(1.6%)로 나왔다. 연령은 21세(38.4%), 20세(33.3%), 22세(14.5%), 23세 이상(9.4%), 19세(3.9%)순으로 나타났다. 복무 기간은 반 이상이 4-12개월 사이로 나타났으며(58.1%) 나머

지는 그 이상(30.2%)이거나 그 이하(11.4%)로 나타났다. 경제생활 정도는 대부분이 중류층(61.6%)으로 나타났으며 복무 만족도는 만족 이상이 반 이상(59.6%)으로 나타났다.

<표 1> 인구학적 특성

| | | 빈도(명) | % |
|--------|---------|-------|--------|
| 계급 | 이병 | 42 | (16.5) |
| | 일병 | 116 | (45.5) |
| | 상병 | 72 | (28.2) |
| | 병장 | 25 | (9.8) |
| 학력 | 고졸 | 35 | (13.7) |
| | 대학재학 | 203 | (79.6) |
| | 대졸 | 12 | (4.7) |
| | 대학원재학이상 | 4 | (1.6) |
| 연령 | 19세 | 10 | (3.9) |
| | 20세 | 85 | (33.3) |
| | 21세 | 98 | (38.4) |
| | 22세 | 37 | (14.5) |
| | 23세 이상 | 24 | (9.4) |
| 복무기간 | 4개월 미만 | 29 | (11.4) |
| | 4-6개월 | 78 | (30.6) |
| | 6-12개월 | 70 | (27.5) |
| | 13-18개월 | 47 | (18.4) |
| | 18개월 이상 | 30 | (11.8) |
| 경제생활정도 | 상류층 | 3 | (1.2) |
| | 중상류층 | 53 | (20.8) |
| | 중류층 | 157 | (61.6) |
| | 저소득층 | 42 | (16.5) |
| 복무만족도 | 매우 만족 | 29 | (11.4) |
| | 만족 | 123 | (48.2) |
| | 보통 | 91 | (35.7) |
| | 불만족 | 9 | (3.5) |
| | 매우 불만족 | 3 | (1.2) |

각 척도에 대한 상관관계는 <표 2>와 같다.

<표 2> 각 척도에 대한 상관관계

| | 분노 | 타인비난/ 보복 | 무력감 | 자살회피 | 자살표출 | 우울 | 자해표현 행동 |
|---------|----|-------------|--------|--------|--------|--------|------------|
| 분노 | 1 | .572** | .465** | .222** | .308** | .403** | .315** |
| 타인비난/보복 | | 1 | .741** | .322** | .346** | .441** | .364** |
| 무력감 | | | 1 | .385** | .509** | .627** | .488** |
| 자살회피 | | | | 1 | .359 | .442** | .122 |
| 자살표출 | | | | | 1 | .539** | .414** |
| 우울 | | | | | | 1 | .408** |
| 자해표현행동 | | | | | | | 1 |

*p<.05 **p<.01 ***p<.001***

분노와 우울, 자해행위가 자해표현행동(자살표출, 자살회피)에 미치는 영향을 살펴본 결과, <표 3>과 같다.

모형1의 경우 R2는 0.33으로서 분노, 우울, 자해행위의 세 개의 독립변인이 종속변인인 자해표현행동(자살표출)을 33% 설명하는 것으로 나타났다. 각 독립변인의 유의성 검증결과 우울과 자해행위가 유의수준 0.001에서 유의미하였다. 자해표현행동에 대한 상대적인 영향력을 보기위해 표준화된 회귀계수를 비교한 결과 우울($\beta=0.42$), 자해행위($\beta=0.21$)순으로 영향력이 큰 것으로 나타났다.

모형2의 경우 R2는 0.22로서 분노, 우울, 자해행위의 세 개의 독립변인이 종속변인인 자해표현행동(자살회피)을 설명하는 비율은 22%로 나타났다. 각 독립변인의 유의성 검증결과 우울만이 유의수준 0.001에서 유의미하였다.

모형1과 모형2 모두 분노의 경우 자해표현행동(자살표출, 자살회피)에 유의미한 영향이 없는 것으로 나타났다.

<표 3> 분노, 우울, 자해행위가 자해표현행동(자살표출, 자살회피)에 미치는 영향

| Model | 종속변인 | 독립변인 | β | t | R ² | F |
|-------|------|------|---------|---------|----------------|----------|
| 모형1 | 표출 | 우울 | 0.42 | 6.92*** | 0.33 | 40.26*** |
| | | 분노 | 0.07 | 1.22 | | |
| | | 자해행동 | 0.21 | 3.64*** | | |
| 모형2 | 회피 | 우울 | 0.47 | 7.17*** | 0.22 | 22.44*** |
| | | 분노 | 0.07 | 1.09 | | |
| | | 자해행동 | i-0.11 | ii-1.70 | | |

*p<.05 **p<.01 ***p<.001***

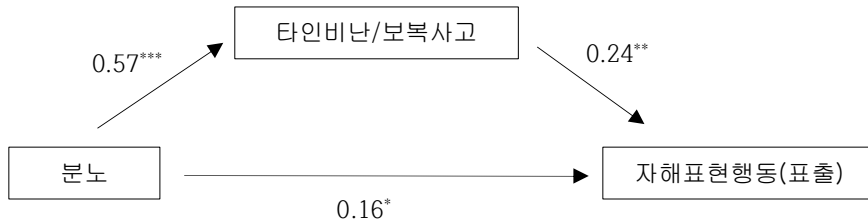
타인비난/보복사고의 매개효과를 살펴보면 <표 4>와 같이, 1단계에서 분노가 매개변인인 타인비난/보복사고에 미치는 영향력이 유의미하였고($\beta=0.57, p<.001$), 2단계에서 분노가 자살표출에 미치는 영향력도 유의미하게 나타났다($\beta=0.30, p<.001$). 3단계에서 분노의 영향력을 통제했을 때 타인비난/보복사고가 자살표출에 미치는 영향력($\beta=0.24, p<.01$)과 타인비난/보복사고를 통제했을 때 분노가 자살표출에 미치는 영향력($\beta=0.16, p<.05$) 모두 유의미한 것으로 나타났다.

<표 4> 분노와 자해표현행동 중 표출의 관계에서 타인비난/보복사고의 매개효과

| | | β | t | R ² | F |
|-----|------------------|---------|----------|----------------|-----------|
| 1단계 | 분노 → 타인비난/보복사고 | 0.57 | 10.77*** | 0.32 | 116.13*** |
| 2단계 | 분노 → 자살표출 | 0.30 | 5.08*** | 0.09 | 25.82*** |
| 3단계 | 타인비난/보복사고 → 자살표출 | 0.24 | 3.32** | 0.13 | 18.05*** |
| | 분노 → 자살 표출 | 0.16 | 2.20* | | |

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

따라서 <그림 2>에서와 같이, 자살표출에 대한 분노의 영향력이 2단계 ($\beta=0.30$) 보다 타인비난/보복사고를 통제했을 때인 3단계에서 ($\beta=0.16$) 줄어든 것으로 나타났는데 이에 따라 분노와 자해표현행동 중 자살표출의 관계에서 타인비난/보복사고가 부분매개효과를 지닌다고 볼 수 있다. 매개효과를 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel Test를 실시한 결과 Sobel의 Z값은 3.016으로 유의수준 0.05에서 유의미하게 나타났다.



<그림 2> 분노와 자해표현행동 중 표현의 관계에서 타인비난/보복 사고의 매개효과

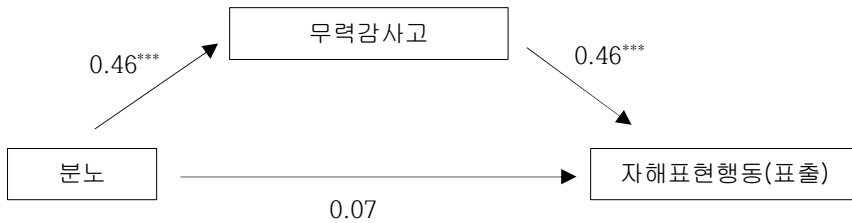
무력감사고의 매개효과를 살펴보면 <표 5>와 같이, 1단계에서 분노가 매개변인인 무력감사고에 미치는 영향력이 유의미하였고($\beta=0.46, p<.001$), 2단계에서 분노가 자살표출에 미치는 영향력도 유의미하게 나타났다($\beta=0.30, p<.001$). 3단계에서 분노의 영향력을 통제했을 때 무력감사고가 자살표출에 미치는 영향력($\beta=0.46, p<.001$)은 유의미하게 나타난 반면 무력감사고를 통제했을 때 분노가 자살표출에 미치는 영향력($\beta=0.07, p>.05$)은 유의미하지 않게 나타났다.

<표 5> 분노와 자해표현행동 중 자살표출의 관계에서 무력감사고의 매개효과

| | | β | t | R ² | F |
|-----|--------------|---------|---------|----------------|----------|
| 1단계 | 분노 → 무력감사고 | 0.46 | 8.18*** | 0.21 | 66.92*** |
| 2단계 | 분노 → 자살표출 | 0.30 | 5.08*** | 0.09 | 25.82*** |
| 3단계 | 무력감사고 → 자살표출 | 0.46 | 7.49*** | 0.25 | 42.37*** |
| | 분노 → 자살표출 | 0.07 | 1.24 | | |

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

따라서 <그림 3>에서와 같이, 자살표출에 대한 분노의 영향력이 2단계 ($\beta=0.30$)보다 무력감사고를 통제했을 때인 3단계에서 ($\beta=0.07$) 줄어든 것으로 나타났는데 이에 따라 분노와 자해표현행동 중 자살표출의 관계에서 무력감사고가 완전매개효과를 지닌다고 볼 수 있다. 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel Test를 실시한 결과 Sobel의 Z값은 5.510으로 유의수준 0.05에서 유의미하게 나타났다.



<그림 3> 분노와 자해표현행동 중 표출의 관계에서 무력감사고의 매개효과

타인비난/보복사고의 매개효과를 살펴보면<표 6>과 같이, 1단계에서 분노가 매개변인인 타인비난/보복사고에 미치는 영향력이 유의미하였고($\beta=0.57, p<.001$), 2단계에서 분노가 자살회피에 미치는 영향력도 유의미하게 나타났다($\beta=0.22, p<.001$). 3단계에서 분노의 영향력을 통제했을 때 타인비난/보복사고가 자살회피에 미치는 영향력($\beta=0.21, p<.01$)은 유의미하게 나타난 반면 타인비난/보복사고를 통제했을 때 분노가 자살회피에 미치는 영향력($\beta=0.14, p>.05$)은 유의미하지 않게 나타났다.

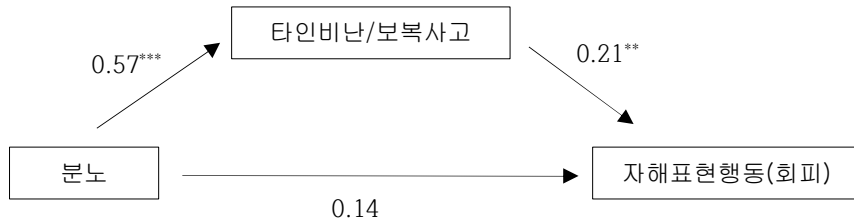
<표 6> 분노와 자해표현행동 중 자살회피의 관계에서 타인비난/보복사고의 매개효과

| | | β | t | R ² | F |
|-----|----------------|---------|----------|----------------|-----------|
| 1단계 | 분노→타인비난/보복사고 | 0.57 | 10.77*** | 0.32 | 116.13*** |
| 2단계 | 분노→자살회피 | 0.22 | 3.58*** | 0.04 | 12.85*** |
| 3단계 | 타인비난/보복사고→자살회피 | 0.21 | 2.83** | 0.10 | 13.33*** |
| | 분노 → 자살회피 | 0.14 | 1.92 | | |

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

따라서 <그림 4>에서와 같이, 회피에 대한 분노의 영향력이 2단계 ($\beta=0.22$) 보다 타인비난/보복사

고를 통제했을 때인 3단계에서 ($\beta=0.14$) 줄어든 것으로 나타났는데 이에 따라 분노와 자해표현행동 중 자살회피의 관계에서 타인비난/보복사고가 완전매개효과를 지닌다고 볼 수 있다. 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel Test를 실시한 결과 Sobel의 Z값은 2.789로 유의수준 0.05에서 유의미하게 나타났다.



<그림 4> 분노와 자해표현행동 중 회피의 관계에서 타인비난/보복사고의 매개효과

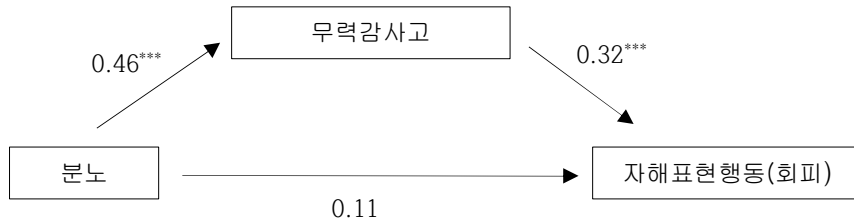
무력감사고의 매개효과를 살펴보면 <표 7>과 같이, 1단계에서 분노가 매개변인인 무력감사고에 미치는 영향력이 유의미하였고($\beta=0.46, p<.001$), 2단계에서 분노가 자살회피에 미치는 영향력도 유의미하게 나타났다($\beta=0.22, p<.001$). 3단계에서 분노의 영향력을 통제했을 때 무력감사고가 자살회피에 미치는 영향력($\beta=0.32, p<.001$)은 유의미하게 나타난 반면 무력감사고를 통제했을 때 분노가 자살회피에 미치는 영향력($\beta=0.11, p>.05$)은 유의미하지 않게 나타났다.

<표 7> 분노와 자해표현행동 중 회피의 관계에서 무력감사고의 매개효과

| | | β | t | R ² | F |
|-----|--------------|---------|---------|----------------|----------|
| 1단계 | 분노 → 무력감사고 | 0.46 | 8.18*** | 0.21 | 66.92*** |
| 2단계 | 분노 → 자살회피 | 0.22 | 3.58*** | 0.04 | 12.85*** |
| 3단계 | 무력감사고 → 자살회피 | 0.32 | 4.86*** | 0.15 | 22.09*** |
| | 분노 → 자살회피 | 0.11 | 1.75 | | |

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

따라서 <그림 5>에서와 같이, 자살회피에 대한 분노의 영향력이 2단계 ($\beta=0.22$) 보다 무력감사고를 통제했을 때인 3단계에서 ($\beta=0.11$) 줄어든 것으로 나타났는데 이에 따라 분노와 자해표현행동 중 자살회피의 관계에서 무력감사고가 완전매개효과를 지닌다고 볼 수 있다. 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel Test를 실시한 결과 Sobel의 Z값은 4.195로 유의수준 0.05에서 유의미하게 나타났다.



<그림 5> 분노와 자해표현행동 중 회피의 관계에서 무력감사고의 매개효과

V. 결론 및 제언

본 연구의 가설1.에서는 분노, 우울, 자해행위가 자해표현행동인 자살표출과 자살회피행동에 미치는 영향을 알아보려고 하였다. 연구결과, 분노, 우울, 자해행위의 세 개의 독립변인이 종속변인인 자해표현행동(자살표출)을 33% 설명하는 것으로 나타났다. 특히 자해표현행동에 대한 상대적인 영향력은 우울, 자해행위 순으로 나타나, 우울이 자해표현행동에 가장 큰 영향요인임을 알 수 있다. 이러한 결과는 이후 자살 및 자해행동과 우울 관련한 다양한 연구들이 필요함을 시사한다.

또한 분노, 우울, 자해행위의 세 개의 독립변인이 종속변인인 자해표현행동(자살회피)을 설명하는 비율은 22%로 나타났다. 그러나 우울은 자해표현행동에 유의미한 영향을 주지만, 분노는 영향을 주는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 분노가 자살에 직접적인 영향력 외에 조절효과 및 매개효과에 대한 연구가 필요함을 시사한다.

가설2.에서는 분노와 자해표현행동(자살표출, 자살회피)의 관계에서 이차적 분노사고인 타인비난/보복사고, 무력감사고의 매개효과를 알아보려고 하였다. 타인비난/보복사고의 매개효과 결과는, 1단계에서 분노가 매개변인인 타인비난/보복사고에 영향을 미치고, 2단계에서 분노가 자살표출에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 3단계에서 분노의 영향력을 통제했을 때 타인비난/보복사고가 자살표출에 미치는 영향력과 타인비난/보복사고를 통제했을 때 분노가 자살표출에 미치는 영향력 모두 유의미한 것으로 나타났다. 자살표출에 대한 분노의 영향력이 2단계 보다 타인비난/보복사고를 통제했을 때인 3단계에서 줄어든 것으로 나타났는데 이에 따라 분노와 자해표현행동 중 자살표출의 관계에서 타인비난/보복사고가 부분매개효과를 지닌다고 볼 수 있다.

다음으로, 무력감사고의 매개효과를 살펴보면, 1단계에서 분노가 매개변인인 무력감사고에 미치는 영향력이 유의미하였고, 2단계에서 분노가 자살표출에 미치는 영향력도 유의미하게 나타났다. 3단계에서 분노의 영향력을 통제했을 때 무력감사고가 자살표출에 미치는 영향력은 유의미하게 나타난 반면 무력감사고를 통제했을 때 분노가 자살표출에 미치는 영향력은 유의미하지 않게 나타났다. 자살표출에 대한 분노의 영향력이 2단계 보다 무력감사고를 통제했을 때인 3단계에서 줄어든 것으로 나타났는데 이에 따라 분노와 자해표현행동 중 자살표출의 관계에서 무력감사고가 완전매개효과를 지닌다고

볼 수 있다.

타인비난/보복사고의 매개효과를 살펴보면, 1단계에서 분노가 매개변인인 타인비난/보복사고에 미치는 영향력이 유의미하였고, 2단계에서 분노가 자살회피에 미치는 영향력도 유의미하게 나타났다. 3단계에서 분노의 영향력을 통제했을 때 타인비난/보복사고가 자살회피에 미치는 영향력은 유의미하게 나타난 반면 타인비난/보복사고를 통제했을 때 분노가 자살회피에 미치는 영향력은 유의미하지 않게 나타났다. 자살회피에 대한 분노의 영향력이 2단계 보다 타인비난/보복사고를 통제했을 때인 3단계에서 줄어든 것으로 나타났는데 이에 따라 분노와 자해표현행동 중 자살회피의 관계에서 타인비난/보복사고가 완전매개효과를 지닌다고 볼 수 있다.

마지막으로, 무력감사고의 매개효과를 살펴보면, 1단계에서 분노가 매개변인인 무력감사고에 미치는 영향력이 유의미하였고, 2단계에서 분노가 자살회피에 미치는 영향력도 유의미하게 나타났다. 3단계에서 분노의 영향력을 통제했을 때 무력감사고가 자살회피에 미치는 영향력은 유의미하게 나타난 반면 무력감사고를 통제했을 때 분노가 자살회피에 미치는 영향력은 유의미하지 않게 나타났다.

자살회피에 대한 분노의 영향력이 2단계 보다 무력감사고를 통제했을 때인 3단계에서 줄어든 것으로 나타났는데 이에 따라 분노와 자해표현행동 중 자살회피의 관계에서 무력감사고가 완전매개효과를 지닌다고 볼 수 있다.

본 연구결과를 통해, 먼저, 가설1.에서는 우울이 높을수록 자해표현행동이 더 많이 나타날 것이라 짐을 알 수 있다. 분노는 자해표현행동에는 영향을 주지 않은 것으로 나타났지만, 가설2.에서는 분노는 이차적분노사고인 타인비난/보복사고와 무력감사고를 매개로 자해표현행동에 영향을 미치는 것은, 분노가 직접적으로 자해표현행동에 영향을 주지는 않지만, 분노사고를 매개로 자해표현행동에 영향을 준다는 것을 알 수 있다.

둘째, 분노가 자해표현행동(자살표출, 자살회피)과의 관계에서 정서적 무력감과 타인비난/보복사고가 매개효과로 영향을 준다는 연구결과는 정서적 무력감의 수준에 따라, 또한 타인에 대한 비난과 보복적 사고 정도에 따라 자해행동을 표출하고 회피하는 수준에도 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 이러한 결과는 자해행동 치료를 위해 정서적 무력감과 타인비난사고를 수정하는 개입이 필요함을 시사한다.

셋째, 분노에 대한 표현이 사람에 따라 다르듯이, 자해표현행동 역시 사람에 따라 표현 방식이 다르다. 본 연구는 자해행동을 자살표출과 자살회피행동에 따라 분노가 어떤 방식으로 드러내는지 시도하였다는 점은 이후 치료프로그램 개발 시에도 자해행동 표출방식에 따라 분노를 어떻게 접근할 것인지에 대한 치료계획을 위한 기초자료에 유용할 것으로 여겨진다.

넷째, 본 연구의 표본 집단은 군인집단으로 자해표현행동과 분노의 표현 방식을 알아보았다는 점에서 의의를 갖는다. 최근 자살과 자해로 군내 자살위기개입에 대한 관심이 증가되고 있는 시점에서 자살, 자해 및 이러한 위기를 조장하는 데 영향을 주는 분노와 우울과 같은 심리적 변인들에 대한 기초연구가 더욱 필요하다. 본 연구는 군의 자살 및 자해 위기개입에서 분노표출 방식과 자해표현 방식

에 따른 개입에 중요한 함의를 지닌다고 볼 수 있다.

마지막으로 제한점으로는, 자해표현행동에 대한 질문지는 기존에 개발된 척도가 아닌 군복무 중에 자살에 대한 인식도를 알아보기 위한 설문 문항 중, 요인분석을 통해 묶여진 4개의 문항을 사용하였다는 점과 자료수집 과정에서의 어려움이었다. 2014년 발생한 악성 군대 사고로 인해 군에서는 정보가 외부로 나가는 것에 대한 경계심을 가지고 설문 조사에 매우 비협조적인 태도를 취하였다. 어렵게 설문조사에 응한 본 연구에 참여한 피검자들은 대부분이 학력, 가족관계, 면담과 인성검사를 통해 행동보조업무를 담당하도록 행정특기병으로 선발된 비교적 우수한 병사들과 소수의 그린캠프 입소자들로 구성되었다. 따라서 본 연구 결과는 전체 군인 집단을 대표하기 어렵다는 점을 고려해야 할 것이다.

참고문헌

- 고영인. 1994. 대학생의 분노표현양식과 우울 및 공격성의 관계. 부산대학교 대학원 박사학위 논문.
- 공성숙, 이정현, 신미연. 2009. 섭식장애 환자의 아동기 외상경험이 자해행동에 미치는 영향과 부모 간 갈등의 매개효과 분석. 정신간호학회지. 18(1): 31-40.
- 구승신. 2006. 신세대 병사의 정신건강 실태와 영향요인에 관한 연구. 정신보건과 사회사업. 24(-): 64-93.
- 국방부. 2011. 자살예방 종합시스템.
- 김교현, 이경순. 2000. 분노억제경향과 문제해결이 분노정서경험과 혈압에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강. 5(1): 60-72.
- 서수균, 권석만. 2005. 분노사고 척도 개발과 타당화 연구: 일차적 분노사고와 이차적 분노사고. 한국 심리학회지: 임상. 24(1): 187-206.
- 서수균. 2004. 분노와 관련된 인지적 요인과 그 치료적 함의. 서울대학교 대학원 박사학위 논문.
- 손정남. 2009. 청소년의 충동적 자살생각에 대한 모형 구축. 정신간호학회지. 18(4): 418-430.
- 신응섭. 1998. 군 복무 부적응자의 심리적 특성 분석. 육사논문집. 54(6): 1-19.
- 육군본부. 2013. 사고예방활동지침.
- 육군본부. 1999. 분노 조절할 수 있다. 육군본부 군중감실.
- 예덕혜. 2012. 청소년 우울증에서 비자살적 자해에 영향을 주는 심리사회적 요인. 관동대학교 대학원 박사학위논문.
- 이경은. 2010. 내외향성과 분노표현의 관계에서 정서방략의 조절효과. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 이종훈, 조주현. 1999. 육군병사들의 복무기간에 따른 불안, 우울 및 충동성에 관한 연구. 신경정신의

- 학. 152(5): 966-972.
- 이혜림. 2013. 청소년의 처벌민감성과 강화민감성이 불안, 우울, 자해행동에 미치는 영향: 스트레스와 통제가능성 귀인의 역할, 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 전겸구, 한덕웅, 이장호. 1998. 한국판 상태-특성 분노표현 척도(STAXI-X): 대학생 집단, 한국심리학회지: 건강. 3(1): 18-22.
- 전겸구, 최상진, 양병찬(2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. 한국심리학회지: 건강. 6(1): 59-76.
- 한인영. 1999. 군사회복지실천 필요성에 대한 제언. 한국사회복지. 4(-). 447-465.
- 통계청 자료. <http://www.kostat.go.kr/wnsearch/search.jsp>.
- Beck, A. T., G. Brown, N. Epstein, and R. A. Steer. 1988. An Inventory for Measuring Clinical Anxiety. Psychometric Properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 56(6): 893-897.
- Brittlebank, A. D., A. Cole, F. Hassanyeh, M. Kenny, D. Simpson, and J. Scott. 1990. Hostility, Hopelessness and Deliberate Self-harm: A Prospective Follow-up Study. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 81(3): 280-283.
- Bourne, P. G. 1970. Military Psychiatry and Vietnam Experience. *American Journal of Psychiatry*. 127(4): 123-130.
- Bryan Craig J, A. O. Bryan, B. N. Ray-Sannerud, N. Etienne, and Chad E. Morrow. 2014. Suicide Attempt before Joining the Military Increase Risk for Suicide Attempt and Severity of Suicidal Ideation among Military Personnel and Veterans. *Comprehensive Psychiatry*. 55(3): 534-541.
- Deffenbacher, J. L. 1999. Cognitive-behavioral Conceptualization and Treatment of Anger. *Cognitive and Behavioral Practice*. 18(2): 212-221.
- Fitness, J. 2000. Anger in the Workplace: An Emotion Script Approach to Anger Episodes between Workers and Their Superiors, Coworkers and Subordinates. *Journal of Organizational Behavior*. 21(2). 147-162.
- Harmon-Jones, E. and J. J. B. Allen. 1998. Anger and Frontal Brain Activity: EEG Asymmetry Consistent with Approach Motivation despite Negative Affective Valence. *Journal of Personality and Social Psychology*. 74(5): 1310-1316.
- Joiner, T. 2005. *Why People Die by Suicide*. Cambridge Massachusetts: Harvard University Press.
- Leith, K. Pezza and R. F. Baumeister. 1996. Why do Bad Moods Increase Self-defeating Behavior?: Emotion, Risk-taking, and Self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 71(6). 1250-1267.

- Limbirt, C. J. 2004. Psychological Well-being and Job Satisfaction among Military Personnel on Unaccompanied Tours: The Impact of Perceived Social Support and Coping Strategies. *Military Psychology*. 16(1): 37-51.
- McCaughong. 2014. Improving the Detection and Prediction of Suicide Behavior among Military Personnel by measuring Suicide Beliefs: An Evaluation of the Suicide Cognitions Scale. *Journal of Affective Disorders*. 159: 15-22.
- Nock, M. K. 2009. *Understanding Nonsuicidal Self-injury: Origins, Assesment, and Treatment*. Washington D.C: American Psychological Association.
- Nock, M. K. and R. C. Kessler. 2006. Prevalence of and Risk Factors for Suicide Attempts Versus Suicide Gestures: Analysis of the National Comorbidity Survey. *Journal of Abnormal Psychology*. 115(3): 616-623.
- Radloff, L. S. 1977. The CES-D Scale a Self-report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological Measurement*. 1(3): 385-401.
- Sansone, R. A., M. W. Wiederman, and L. A. Sansone. 1998. The Self-harm Inventory(SHI): Development of a Scale for Identifying Self-Destructive Behaviors and Borderline Personality Disorder. *Journal of clinical Psychology*. 54(7): 973-983.
- Silveramm, M. M., A. L. Berman, N. D. Sanddal, P. W. O'Carroll, and T. E. Jr. Joiner. 2007. Rebuilding the Tower of Babel: A Revised Nomenclature for the Study of Suicide and Suicidal Behaviors. Part 1: Background, Rational, and Methodology. *Suicide and Life Threatening Behavior*. 37(3): 248-263.
- Simeon, D., B. Stanley, A. Frances, J. J. Mann, R. Winchel, and M. Stanley. 1992. Self-mutilation in Personality Disorders: Psychological and Biological Correlates. *American Journal of Psychiatry*. 149(2): 221-226.
- Sloan, M. M. 2004. The Effects of Occupational Characteristics on the Experience and Expression of Anger in the Workplace. *Work and Occupations*. 31(1): 38-74.
- Spielberger, C. D., S. S. Krasner, and E. P. Solomon. 1988. *The Experience, Expression, and Control of Anger*. In M. P. Janisse(Ed). *Health Psychology: Individual Differences, Stress, and Health Psychology*. New York: Springer-Veriag.
- Tangney, J. P., P. E. Wagner, D. Hill-Barlow, D. E. Marshal, and R. Gramzow. 1996. Relation of Shame and Guilt to Constructive versus Destructive Responses in Anger across the Lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*. 70: 797-809.
- Tromburg, H. D. 1982. *Development in adolescence*. CA: Books/Cole Publishing Company.

이정원: 이화여자대학교에서 문학 박사학위를 받고(논문: 희망에 근거한 군부적응 병사를 위한 목회적 돌봄에 관한 연구, 2011년 8월), 현재 서울사이버대학교 군경상담학과 교수로 재직 중이다. 군상담, 군 부적응자를 위한 프로그램, 군 정신건강, 군인 가족 상담 등이 주요 관심분야이며, 주요 논문으로는 “자대배치 단계에서의 군부적응 병사의 유형과 관리 상황에 관한 내러티브 연구(2012)”, “그린캠프 입소자를 위한 문제해결치료 프로그램 효과성 연구(2014)”, “군에서의 자기 계발 프로그램의 효과성에 관한 연구(2015)” 등이 있다(leejw@iscu.ac.kr).