Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society
Vol. 21, No. 4 pp. 91-99, 2020

https://doi.org/10.5762/KAIS.2020.21.4.91
ISSN 1975-4701 / eISSN 2288-4688

# 간호대학생의 분노표현 대인관계 및 우울 간의 관계

**변혜선[1], 김경혜[2*], 이다겸[3]**
[1]영남이공대학교 간호학과, [2]경북보건대학교 간호학과, [3]대경대학교 간호학과

# The Relationships among Anger Expression, Interpersonal Relationship, and Depression in Nursing Students

Hye-Sun Byun[1], Kyung-Hae Kim[2*], Da-Gyeom Lee[3]
[1]Department of Nursing, Yeungnam University College, Daegu, Korea
[2]Department of Nursing, Gyeongbuk College of Health, Gimcheon, Korea
[3]Department of Nursing, Daekyeung University, Gyeongsan, Korea

**요 약** 본 연구는 간호대학생의 분노표현, 대인관계 및 우울 간의 관계와 우울에 미치는 영향을 규명하기 위해 시도되었다. 참여자는 경북지역 2개 대학에 재학 중인 간호대학생 209명이었다. 자료는 2016년 12월 1일부터 20일까지 구조화된 설문지를 이용하여 수집되었다. 자료 분석은 t-test, ANOVA, Pearson 상관분석과 Multiple Regression을 이용하였다. 연구결과, 분노표현 방식은 4점 만점에 분노표출 평균 2.07, 분노억제 평균 2.24, 분노조절 평균 2.80 이었다. 대인관계 정도는 5점 만점에 평균 3.64 이었다. 우울 정도는 0~3점 범위의 평균 0.98로 나타났다. 간호대학생의 분노표출과 분노억제, 분노억제와 우울은 유의한 정적 상관관계가 있었으며, 분노조절과 우울, 대인관계와 우울은 유의한 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 일반적 특성에 따른 우울정도는 전공만족도, 지원동기에 유의한 차이가 나타났다. 회귀분석 결과, 변수들의 우울에 대한 설명력은 39%이었으며, 우울에 유의한 영향을 미치는 변수는 분노억제, 분노조절, 대인관계로 나타났다. 본 연구는 간호대학생을 위한 역기능적 분노표현 방식인 분노억제 방식을 감소시키고, 분노조절과 대인관계 능력을 향상시켜 우울을 감소시키기 위한 효과적인 교육프로그램 개발을 위한 기초 자료로 활용 될 수 있다.

**Abstract** This study investigated the relationships of anger expression, interpersonal relationship, and depression in nursing students. The study participants were 209 nursing students recruited from two colleges. The data were collected from questionnaires gathered between December 1st and December 20th, 2016. Data were analyzed by applying descriptive analysis, t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficients, and multiple regression analysis, using the SPSS/WIN 19.0 program. Significant correlations were observed for anger expression, interpersonal relationship, and depression in the nursing students. The total explanation of depression was determined to be 39.0%. The anger-in explaining ($\beta$=0.506, p=0.000), anger-control explaining ($\beta$= -0.342, p=0.000), and interpersonal relationship ($\beta$= -0.286, p=0.000) were significant factors of depression. The results of this study indicate a requirement for strategies to decrease trait anger-in, and promote anger-control and interpersonal relationship among nursing students.

**Keywords :** Anger, Interpersonal relationship, Depression, Nursing, Student

*Corresponding Author : Kyung-Hae Kim(Gyeongbuk College of Health)
email: kkh7791@hanmail.net
Received February 17, 2020 Revised March 9, 2020
Accepted April 3, 2020 Published April 30, 2020

# 1. 서론

## 1.1 연구의 필요성

분노는 인간관계에서 빈번하게 경험하게 되는 자연스러운 감정이다. 그러나 적절하게 해소하지 못하거나 효과적으로 대처하지 못하는 경우 난폭하거나 공격적인 말과 행동을 유발하게 된다. 분노의 역기능적 측면은 자신은 물론 타인의 감정을 상하게 하여 대인관계를 악화시키고 나아가 사회적 문제로 이어질 가능성이 높다[1]. 이러한 분노 감정의 경험 보다는 분노 감정을 표현하는 방식이 대인관계에 더 큰 영향을 미치게 된다. 분노표현 방식은 화를 밖으로 표현하는 분노표출, 화가 나 있으나 겉으로 표현하지 않는 분노억제, 그리고 화가 난 상태를 인지하나 화난 감정을 적절히 진정시키기 위해 적절한 방법을 찾는 분노조절 등 세 가지로 구분되며, 분노표현 방식과 신체적 질병 발생 간 연관성이 있는 것으로 보고되었다[2]. 적절한 분노의 표현과 조절은 일상생활과 대학생활의 적응 및 행복감에 긍정적인 영향을 주는 반면, 분노감정을 절절히 표현하지 못하고 억압하거나 회피하는 경우 신체적 건강문제는 물론, 우울, 자아존중감저하 등 정신적 건강에도 부정적인 영향을 주게 된다[3].

대학생은 발달 단계상 초기 성인기에 속하며, 대학생활을 통해 만나게 되는 교수, 선후배, 친구 등 폭넓은 인간관계를 통해 타인과의 친밀한 관계를 형성해야 하는 발달과제를 안고 있다. 이러한 성인 초기에 성숙한 대인관계를 형성하지 못하면 심리적 혼란과 사회구성원으로의 역할을 감당하는데 어려움을 겪게 된다[4]. 특히 간호대학생의 경우 조별 과제 및 활동, 임상실습으로 인한 대상자와의 만남 등 서로 다른 타인과 대인관계를 형성해야 하므로 원만한 대인관계 능력이 절실히 요구되고 있다[5]. 그러나 많은 간호대학생이 낯선 대인관계에 대한 부담감을 경험하고 있으며, 이것은 대학생활만족 및 안녕감에 영향을 미치게 되며, 대인관계 갈등은 신규간호사의 주요 이직 원인이 되고 있다[6]. 또한 대인관계 문제는 우울을 증가시키는 중요한 요인이 된다[7]. 우울과 불안이 높은 사람들은 면대면 의사소통에 어려움을 느끼며, 대인관계를 회피하는 수단으로 인터넷이나 스마트 폰 중독으로 나타나기도 한다[1, 8]. 우울이 높은 사람들은 대인관계에서 자기주장을 하지 않음으로써 거부당할 위협으로부터 안전을 유지함과 동시에 타인에게 거부당하지 않기 위해 상대방을 과잉 통제하려는 대인관계 문제를 보임으로써 관계적 어려움을 경험하고 우울을 반복적으로 경험하기도 한다[9]. 따라서 간호대학생의 대인관계 능력의 향상은 결국 전문 간호사로의 원만한 대인관계를 형성하는 기본이 된다고 볼 수 있다.

우울은 대학생이 경험하는 흔한 정신문제 중 하나로, 대학생이 경험하는 우울은 정신장애로 발전하거나 성인기까지 지속할 가능성이 높고, 대인관계 및 사회생활의 부적응을 초래하기도 한다[10]. 간호대학생은 타 학과 학생들에 비해 과중한 학습 뿐 아니라 교과과정 중에 실무현장에 조기 노출되는 임상실습을 경험해야 하므로 우울이 증가될 수 있다[11]. 이 시기에 우울이 지속적으로 증가하게 되면 학업성취도가 저하되거나 의욕상실로 이어질 뿐 아니라 학업을 포기하거나 중도 탈락하는 상황에 이를 수 있다고 보고되고 있다. 우울은 간호대학생들에게 발달과업 성취를 어렵게 하고 대학생활의 부적응을 초래하여 졸업 후 정상적인 사회활동을 방해하는 요인으로 작용하는 등 사회적 측면에서도 간과할 수 없는 문제이다. 간호대학생들의 우울과 관련된 선행연구들을 살펴보면 주로 학업성취도와 임상실습 만족도와 관련 요인으로 우울을 규명하였으며[12], 간호대학생의 우울에 영향을 미치는 요인으로 자아존중감, 스트레스, 자기효능감, 대처방법 등으로 밝혀졌다[9, 13].

최근 분노와 우울과의 관계에 대한 연구들이 수행되고 있으며, 분노표현 방식이 불안, 우울, 신체화, 정신질병, 자기애 등에 영향을 미치는 것으로 나타났다[14, 15]. 분노표현 방식은 우울감에 영향을 미치며, 분노표현이 부적절하게 이루어지면 심장질환이나 우울과 같은 신체적, 심리적 상해는 물론 분노를 내면화시켜 자살로 이어질 수도 있다[16].

이상으로 분노표현 방식과 대인관계 능력은 우울에 영향 요인으로 예측할 수 있으며, 대부분의 선행연구들은 간호대학생의 분노표현 방식에 관한 단편적인 연구와 우울과 대인관계의 부적 상관관계를 밝히는 연구들이 시도되었으나, 간호대학생의 우울 영향요인으로 분노표현방식과 대인관계능력을 모두 포함한 연구는 찾아보기 힘든 실정이다. 이에 본 연구는 선행연구를 기초하여 간호대학생의 분노표현, 대인관계, 우울 간의 관련성을 파악하고, 우울에 미치는 영향 요인을 규명함으로서 간호대학생의 우울 예방 및 관리를 위한 기초자료로 활용하기 위해 시도되었다.

## 1.2 연구 목적

본 연구는 간호대학생의 분노표현, 대인관계, 우울 간의 관계와 우울에 미치는 영향을 파악하기 위함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

1) 간호대학생의 일반적 특성을 파악한다.
2) 분노표현, 대인관계, 우울 정도를 파악한다.
3) 분노표현, 대인관계 및 우울 간 상관관계를 파악한다.
4) 일반적 특성에 따른 우울 정도의 차이를 파악한다.
5) 우울에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

## 2. 연구 방법

### 2.1 연구 설계

본 연구는 간호대학생의 분노표현, 대인관계, 우울 간의 관계와 우울에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2.2 연구 대상

본 연구의 대상자는 경북지역에 소재한 2개 4년제 간호학과에 재학 중인 간호대학생을 편의 표집한 후 본 연구의 목적을 이해하고, 자발적으로 연구에 참여하기로 서면에 동의한 209명을 대상자로 하였다. 연구대상자 수는 G-power 3.1 프로그램을 이용하였으며, 다중회귀분석에서 유의수준 $\alpha$-.05, 검정력(1-$\beta$)을 .95, 효과 크기(f)를 중간 효과크기인 .15, 예측요인 9개를 기준으로 하였을 때 최소 166명으로 산출되어 표본수를 충족하였다.

### 2.3 연구 도구

#### 2.3.1 분노표현 방식

Spieberger, Kransner와 Solomon(1988)[17]이 개발한 상태-특성 분노표현 척도를 Lee와 Chon과 Hahn(1988)[18]이 번안하여 개발한 척도를 사용하였다. 본 연구 목적을 위하여 상태분노와 특성분노의 하위영역을 제외한 분노표현 방식의 하위영역인 분노표출, 분노억제, 분노조절의 각각 8문항으로 구성된 총 24문항의 도구를 사용하였다. 4점 Likert 척도로 구성되어 있으며 각 하위요인의 점수가 높을수록 해당 하위요인의 방식을 많이 사용함을 의미한다. Lee등[18]의 번안된 도구의 Cronbach's $\alpha$는 분노표출 .74, 분노억제 .75, 분노조절 .88이었다. 본 연구에서 Cronbach's $\alpha$는 분노표출 .85, 분노억제 .82, 분노조절 .68로 나타났다.

#### 2.3.2 대인관계 능력

Schlein, Guerney과 Stover(1971)[19]가 개발한 대인관계변화 척도를 Moon[20]이 번안, 타당화한 척도를 사용하였다. 이 척도는 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성 및 이해성의 7개 요소로 총 25개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 총점은 최소 25점에서 최대 125점 사이로 점수가 높을수록 대인관계가 건강하고 바람직하다는 것을 의미한다. 도구의 개발당시 Cronbach's $\alpha$는 .86이었으며, 번안된 척도의 Cronbach's $\alpha$는 .76, 본 연구에서의 Cronbach's $\alpha$는 .94로 나타났다.

#### 2.3.3 우울

Radloff(1977)[21]가 개발한 CES-D 척도를 Chon과 Choi와 Yang(2001)[22]이 개발한 통합적 한국판 CES-D를 사용하였다. 이 척도는 일반인의 우울을 평가하는데 가장 많이 사용되는 척도 중 하나로 우울 증상을 기술하는 20개의 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 0~3점으로 된 4점 Likert 척도로 총점은 최소 0점에서 최대 60점 사이로 점수가 높을수록 우울 증상이 심각하다는 것을 의미한다. Chon등[22]의 한국판 CES-D의 개발당시 Cronbach's $\alpha$는 .91 이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's $\alpha$는 .87로 나타났다.

### 2.4 자료수집 및 윤리적 고려

본 연구는 2016년 12월 1일부터 12월 20일까지 총 20일간 구조화된 설문지를 사용하여 자료를 수집하였다. 연구대상 대학의 간호학과장에게 연구의 목적을 설명하고 승인을 받은 후 간호대학생들이 직접 작성하도록 하였다. 총 220부를 배부하고 이 중 불완전 응답을 제외한 209부(탈락률 5%)를 분석하였다.

연구대상자의 윤리적 측면을 고려하여 연구대상자에게 연구의 목적과 연구의 참여를 자유롭게 결정할 수 있으며 설문지 작성 중 언제라도 연구의 참여를 포기할 수 있음을 설명하였다. 동의서에는 본 연구로 인해 취득한 개인정보는 연구목적 이외의 용도로 사용하지 않을 것을 설명하였다.

### 2.5 자료 분석 방법

본 연구는 SPSS WIN 19.0 프로그램을 이용하여 자료를 분석하였다. 대상자의 일반적 특성 및 주요 변수들의 정도는 빈도와 백분율, 평균 및 표준편차로 분석하고, 일반적 특성에 따른 대인관계 능력의 차이는 t-test와 ANOVA로 분석하였다. 변수들의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient 으로 분석하고, 우울에 영향을 미치는 요인은 Multiple Regression을 실시하였다.

## 3. 연구 결과

### 3.1 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자는 여학생 158명(75.6%), 남학생 51명(24.4%)이었다. 1학년 63명(30.1%)으로 가장 많았으며, 3학년 41명(19.6%)으로 가장 적었다. 전공 만족도는 만족이상 137명(65.5%), 보통 68명(32.5%) 순이었으며, 지원 동기는 내가 원해서가 120명(57.4%)으로 가장 많았고, 취업률 이 높아서가 47명(22.5%), 타인의 권유로가 42명(20.1%) 순이었다. 대인관계 중요성은 중요하다가 158명(75.6%)로 가장 높았으며, 중요하지 않다가 18명(8.6%)로 가장 낮았다. 학기 중 평균 취득학점은 3.0~3.9 149명(71.2%), 3.0이하48(23.0%), 4.0이상 12명(5.7%) 순으로 나타났다[Table 1].

Table 1. General characteristics (N=209)

| Characteristic | Categories | n(%) |
|---|---|---|
| Gender | Male | 51(24.4) |
| | Female | 158(75.6) |
| Grade | 1 | 63(30.1) |
| | 2 | 46(22.0) |
| | 3 | 41(19.6) |
| | 4 | 59(28.2) |
| Major satisfaction | Dissatisfied | 4(1.9) |
| | Moderate | 68(32.5) |
| | Satisfied | 137(65.5) |
| Application motivation | Interest | 120(57.4) |
| | Recommendation | 42(20.1) |
| | Employment rate | 47(22.5) |
| Importance of Interpersonal relationship | Not important | 18(8.6) |
| | Moderate | 33(15.8) |
| | Important | 158(75.6) |
| Academic achievement | ≥4.0 | 12(5.7) |
| | 3.0 ~ 3.99 | 149(71.2) |
| | ≤3.0 | 48(23.0) |

### 3.2 대상자의 분노표현, 대인관계, 우울 정도

대상자의 분노표현 방식은 4점 만점에 분노표출은 2.07±.51점, 분노억제는 2.24±.52점, 분노조절은 2.80±.35점이었다. 대인관계 정도는 5점 만점에 3.64±.52점이었다. 우울 정도는 0~3점 범위로 0.98±.46점으로 나타났다[Table 2].

Table 2. Degree of Anger expression, Interpersonal relationship ability, Depression (N=209)

| Categories | Mean±SD | Min | Max |
|---|---|---|---|
| Anger expression | | | |
| Anger-out | 2.07±.51 | 1.00 | 4.00 |
| Anger-in | 2.24±.52 | 1.13 | 4.00 |
| Anger-control | 2.80±.35 | 1.25 | 4.00 |
| Interpersonal relationship ability | 3.64±.52 | 2.40 | 5.00 |
| Depression | 0.98±.46 | 0.00 | 2.30 |

### 3.3 대상자의 분노표현, 대인관계 및 우울 간의 관계

대상자의 분노표현, 대인관계, 우울 간의 관계를 분석한 결과, 분노표현과 분노억제(r=.64, $p$=.000), 분노억제와 우울(r=.40, $p$=.000)은 통계적 유의한 정적 상관관계를 보였으며, 분노조절과 우울(r=-.30, $p$=.000), 대인관계와 우울(r=-.39, $p$=.000)은 통계적 유의한 부적 상관관계로 나타났다[Table 3].

Table 3. Correlation Among Anger expression, Interpersonal relationship ability, Depression (N=209)

| | Anger-out | Anger-in | Anger-control | Depression |
|---|---|---|---|---|
| Interpersonal relationship ability | .12 (.083) | -.09 (.219) | .13 (.070) | -.39 (.000) |
| Anger-out | | .64 (.000) | -.01 (.914) | .18 (<.009) |
| Anger-in | | | .16 (.025) | .40 (.000) |
| Anger-control | | | | -.30 (.000) |

### 3.4 대상자의 일반적 특성에 따른 우울정도

일반적 특성에 따른 우울정도는 전공 만족도(F=21.02, p=.000), 지원 동기(F=9.73, p=.000)에 따라 통계적으로 유의한 차이를 보였다[Table 4].

Table 4. Depression by general characteristics (N=209)

| Characteristic | Categories | Depression Mean±SD | t/F($p$) Scheffe |
|---|---|---|---|
| Gender | Male | .95±.11 | .50 (.606) |
| | Female | .99±.46 | |
| Grade | 1[a] | 1.01±.47 | 1.36 (.251) |
| | 2[a] | 1.08±.48 | |
| | 3[a] | 0.92±.44 | |
| | 4[a] | 0.93±.46 | |
| Major satisfaction | Dissatisfied | 1.38±.45 | 21.02 (.000) |
| | Moderate | 1.23±.40 | |
| | Satisfied | 0.84±.43 | |
| Application motivation | Interest | 0.92±.47 | 9.73 (.000) |
| | Recommendation | 1.25±.34 | |
| | Employment rate | 0.91±.46 | |
| Importance of Interpersonal relation-ship | Not important | 0.81±.30 | 2.12 (.123) |
| | Moderate | 1.08±.45 | |
| | Important | 0.98±.47 | |
| Academic achievement | ≥4.0 | 1.11±.46 | 2.42 (.092) |
| | 3.0 ~ 3.99 | 0.94±.50 | |
| | ≤3.0 | 1.09±.33 | |

### 3.5 간호대학생의 우울에 미치는 요인

간호대학생의 분노표출, 분노억제, 분노조절과 대인관계가 우울에 미치는 영향을 확인하기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

회귀모형 분석결과 모형은 유의한 것으로 나타났다(F= 33.53 $p$=.000). 모형의 설명력은 수정된 결정계수 Adjustive $R^2$ 이 .39로 나타나, 이들 변수의 우울에 대한 설명력은 39%이었다. 우울에 유의한 영향을 미치는 변수는 분노억제($\beta$= .506, $p$=.000), 분노조절($\beta$= -.342, $p$=.000), 대인관계($\beta$= -.286, $p$=.000)로 나타났다[Table 5].

Table 5. Predictive variables on Depression

(N=209)

| Variable | B | SE | $\beta$ | t | p |
|---|---|---|---|---|---|
| Constant | 2.367 | .271 | | 8.747 | .000 |
| Interpersonal relationship ability | -.250 | .050 | -.286 | -5.010 | .000 |
| Anger-out | -.103 | .067 | -.114 | -1.540 | .125 |
| Anger-in | .450 | .066 | .506 | 6.765 | .000 |
| Anger-control | .453 | .075 | -.342 | -6.055 | .000 |
| $R^2$=.40 Adjustive $R^2$=.39 | | | F=33.53 | p=.000 | |

## 4. 논의

본 연구는 간호대학생의 분노표현, 대인관계, 우울의 정도를 파악하고 이들의 관계와 우울에 미치는 영향을 알아보고자 한다.

본 연구에서 간호대학생은 대인관계의 중요성을 인식하고 있는 학생이 75.6%로 가장 높았으며, 중요하지 않다고 생각하는 학생도 8.6%로 나타났다. 대인관계는 인간 대 인간의 관계로 다양하고 무수한 관계로 사회를 형성한다. 특히 대학생은 대인관계에서 만족스러운 경험을 통해 자신감과 자존감을 가지고 성장하게 되지만, 타인과의 관계에서 불만족한 경험은 정서적인 장애 또는 성장의 저해를 가지고 올 수 있다. 그러므로 대인관계가 중요하지 않다고 생각하는 대학생의 사회성 및 대인관계에 관심을 가질 필요가 있다.

본 연구결과 분노표현의 방식으로 하위요인별 점수는 4점 만점 중 분노조절이 2.80으로 가장 높았고, 분노억제 2.24, 분노표출 2.07 순으로 나타났다. 이는 대학생을 대상으로 동일한 도구를 사용한 Jun[23]의 연구결과와 유사하며, 대학생이 분노를 자기내부나 다른 사람에게 돌리기 보다는 적절히 조절하고자 하는 경향이 있음을 시사한다. 분노표현 방식으로 화를 밖으로 표현하는 분노표출과 화가 나 있으나 겉으로 표현하지 않는 분노억제는 역기능적 분노표현으로 분류되며, 정서를 부정적인 방법으로 조절 할 경우 일시적으로 불쾌한 감정을 완화하거나 피할 수 있으나 자신과 타인에게 학대를 가하여 문제를 초래할 수 있다[28]. 그리고 화가 난 상태를 인지하고 화난 감정을 진정시키기 위해 적절한 방법을 찾는 분노조절 방식은 긍정적 방식이라 할 수 있다. 분노억제나 분노표출 같은 역기능적 분노표현이 증가할수록 스트레스나 학습무력감이 증가하므로 대학생 시기에 다양한 발달과제를 성취하기 위해 분노표현이 중요하다고 할 수 있으며, 대학교육은 대학생들이 일상에서 흔히 경험하는 분노 감정에 대하여 긍정적 표현 능력을 증진시켜 나갈 수 있도록 다양한 지원을 할 필요가 있다[24].

대인관계 정도는 5점 만점 중 평균 3.64 이었으며, 이는 간호대학생을 대상으로 동일한 도구를 사용한 Lee[25]의 연구결과와 유사하다. 대인관계는 개인의 성장과정에서 발달과제로 끊임없이 타인과의 관계를 경험하면서 인격을 형성해 나가지만, 특히 사회 인지 능력이 확대되는 대학생 시기의 경험은 매우 중요하다. 간호대학생은 타과 보다 교육과정이 엄격하고 필수적인 임상실습을 이수하는 과정에서 긴장 속 다양한 조직 내 인간관계를 요구받고 있다. 사람 대상으로 돌봄과 동시에 건강교육자로서 바람직한 치료적 의사소통을 하기 위해서는 먼저 간호대학생이 건강한 인격을 형성하도록 교육 기회가 제공 되어야한다.

간호대학생의 우울 정도는 평균 0.98로 보통보다 낮은 수준으로 타났으며, 이는 Yu등[26]의 간호대학생을 대상으로 한 연구에서 우울이 없음과 경한 우울이 있는 것으로 나타난 결과와 유사하다. 간호는 인간을 신체적, 정신적, 사회·심리적, 영적인 측면까지 돌보는 전인적인 돌봄을 요구하므로, 예비 간호사인 간호대학생은 간호업무를 수행함에 있어 정신건강은 필수요건이다. 우울은 전혀 우울을 경험하지 않는 정상적인 범주에서부터 정신치료의 도움을 필요로 하는 비정상의 범주에 이르기까지 연속적인 특징이 있으므로, 우울증이 증가하고 있는 현대사회 특성상 사회적 심리적 갈등이 우울을 가속화하여 심각한 결과를 보일 수 있음을 감안할 때, 경한 우울 정도를 나타낸 간호대학생도 지속적으로 우울을 모니터링하여 예방 및 관리가 필요하다.

본 연구결과 간호대학생의 분노표현, 대인관계, 우울 간의 상관관계를 분석한 결과는 다음과 같다. 분노표현

방식 중 분노표출과 분노억제는 정적 상관관계로 나타났으며, 이는 대학생에게 동일한 도구를 사용한 Jun[23]의 연구결과와 일치한다. 분노표현 방식 중 분노표출과 분노억제는 서로 관계가 있으며 둘 다 부정적인 방식으로 조절하는 역기능적인 분노표현 행동으로 분류됨을 뒷받침한다[27].

분노억제와 우울 간 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 이는 역기능적 분노표현인 분노억제를 자주 사용하는 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 우울하게 나타난 Sung과 Kim[28]의 연구결과와 유사하다. 대학생의 내면화된 수치심이 높을수록 분노를 억제하는 경향이 높아지고, 높은 수준의 분노억제는 우울 수준을 높인다[29]. 분노표현 방식 중 분노억제와 같은 부정적인 방식으로 조절하는 경우 일시적으로 불쾌한 감정을 완화시킬 수는 있지만 결국 자신과 타인에게 언어 또는 행동으로 공격을 가하게 되어 다시 부정적인 정서를 경험하게 되어 우울이 증가하고 심각한 문제를 초래할 수 있다.

분노조절과 우울은 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 이는 Jung[30]의 대학생을 대상으로 한 연구에서 분노조절과 우울이 유의한 부적 상관관계가 있었던 연구결과와 유사하다. 분노조절을 적절하게 할 수 있다는 것은 분노라는 감정을 느꼈을 때 적절한 방법으로 표현할 수 있다는 것을 의미한다. 즉 분노를 느끼게 될 때 화가 난 원인을 생각해보고 분노를 조절하거나 감소시킬 방법은 무엇인지를 생각하고 판단해서 실행하는 분노조절 방식을 사용했을 경우 우울이 감소된다. 분노는 자기방어체계의 일부로 인간의 생존가능을 높여주는 정서반응으로 적절한 분노표현은 사회적 관계를 유지하거나 변화시키는데 긍정적으로 기여한다. 그러나 적절하게 표현하지 못한 분노는 신체적, 정신적 문제뿐만 아니라 심각한 사회적 문제를 초래할 수 있다. 대학생은 미래 사회의 주도적인 역할과 위치를 담당해야 할 중요한 재원이며 간호대학생은 국민의 보건의료를 담당해야 할 주역으로 개인의 정서적 안정과 조화로운 인간관례를 위해 적절한 분노조절이 필수적이라 할 수 있다.

대인관계와 우울 간 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 대인과계 능력이 높을수록 우울이 낮음을 알 수 있다. 이는 Jung과 Park[31]의 간호대학생을 대상으로 한 연구결과와 일치하며, 대인관계 문제해결 능력이 높을수록 우울이 낮게 나타난 여러 선행연구결과와 유사하였다[25, 32, 33]. 대부분의 대학생은 타율적 교육환경 및 입시위주의 교육 영향으로 대학생활에서 주체적으로 대인관계를 형성 및 유지하는 것에 많은 어려움을 겪게 되며, 다양한 대인관계에서 부정적 경험 및 적절한 대처를 하지 못한 경험이 많아질 경우 무기력이나 우울과 같은 심리적 부적응이 나타나게 된다[33]. 주어진 상황 속에서 대인관계 문제를 해결하는 능력으로 정의되는 대인관계능력을 향상시킨다면 우울을 감소시킬 수 있을 것이다. 따라서 대학생의 사회성 및 대인관계 향상을 위한 상담 및 개발프로그램이 필요하다.

본 연구결과 일반적 특성에 따른 우울정도는 전공 만족도, 지원 동기에 따라 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 전공에 대한 만족도가 높은 경우 그렇지 않은 경우보다 우울 정도가 낮았다. 간호학은 이론과 임상실습을 병행하는 교육과정으로 학업부담이 많고 불안, 우울 등의 부정적인 감정을 경험하게 되므로[24], 교육과정 중 전공에 대한 만족도를 높일 수 있다면 간호학생의 우울을 감소시킬 수 있을 것이다. 지원 동기는 타인의 권유보다 자신의 흥미 또는 취업률이 높은 것이 우울 정도가 낮게 나타났다. 진로를 선택함에 있어서 흥미를 고려하고 취업관련 부담과 스트레스를 감소시키려는 노력이 필요하다. 선행연구에서 건강상태, 성적, 가정형편, 전공만족도 및 전공자신감 등과 관련이 있다고 보고되었다[25]. 따라서 간호대학생의 개별적 상황이나 특성을 고려한 개별화된 맞춤형 전략의 개발이 필요하다[34]. 간호대학생은 과중한 학습부담과 임상실습 등의 어려움 때문에 우울에 취약한 집단으로 간호대학생이 스트레스를 긍정적인 방향으로 재구성하고 관리하기 위해서는 스스로 자신 내면에 관심을 가지고 우울을 유발하는 원인을 파악하여 평가하고 관리하는 것이 필요하다.

본 연구결과 간호대학생의 분노표출, 분노억제, 분노조절 및 대인관계가 우울에 미치는 영향 요인을 확인하기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과, 우울에 유의한 영향을 미치는 변수는 분노억제, 분노조절 및 대인관계 능력으로 나타났다. 즉 분노억제와 같은 역기능적 분노표현이 높을수록 우울을 더 호소할 가능성이 높고, 대인관계 능력과 분노조절이 높을수록 우울 정도가 낮음을 알 수 있다. Jung[30]의 연구에서 우울에 미치는 영향력을 조사한 결과 사회적으로 부과된 완벽주의가 가장 컸으며, 분노억압, 분노표출, 분노조절 등의 순으로 영향력이 있는 것으로 나타났다. 대학생의 우울을 감소시키기 위해서 사회적으로 수용 가능한 수준에서 분노를 적절하게 조절된 방법으로 표현하고 대인관계 능력을 향상시키는 것이 도움이 될 수 있을 것으로 기대된다.

이상 연구결과를 종합하면, 분노나 우울 같은 부정적인 정서를 효과적으로 조절하는 것은 간호대학생의 신체

적 건강과 정서적 안녕을 위해 매우 중요하다. 분노표현 방식의 세 가지 하위요인 중 분노억제가 높을수록 그리고 분노조절이 낮을수록 우울이 심한 경향이 있으며, 분노표현 방식이 우울에 미치는 영향 요인으로 나타나 교육과정 내 적절한 분노표현 기술을 배울 수 있는 교수법이나 교육 콘텐츠를 개발하는 것이 무엇보다 중요하다 하겠다. 또한 대인관계 능력이 높을수록 우울이 낮은 경향이 있으므로 간호대학생의 우울을 감소시키기 위해 기능적인 분노표현과 대인관계 형성과 같은 긍정적인 정서조절을 할 수 있도록 변화시키는 노력이 필요하다. 이상으로 미래사회 국민의 보건의료에 주도적인 역할과 위치를 담당해야 할 중요한 재원인 간호대학생의 정신건강을 위한 기초가 되기를 기대한다.

본 연구결과를 기반으로 다음과 같이 제언한다. 첫째, 본 연구결과는 일부 지역의 간호대학생을 대상으로 연구를 실시하였으므로 이를 전체 결과로 일반화하는데 한계가 있어 추후 대상자를 확대하여 반복 연구하기를 제언한다. 둘째, 간호대학생의 분노표현 방식과 대인관계 능력 및 우울 간의 관계를 명확히 규명된다면, 이를 반영한 간호대학생을 위한 효과적이고 다양한 교육프로그램 개발이 이루어질 것을 제언한다.

## References


[1] J. H. Ahn, A. R. Lee, "The Mediating Effects of Emotional Dysregulation on the Interpersonal Problems and Trait Anger of College students", *Korean Journal of Youth Studies,* Vol.23, No.6, pp.47-69, 2016.
DOI: http://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2016.06.23.6.47

[2] N. H. Cha, E. J. Seo, "The Relationship between Anger Expression and Self-esteem in Nursing College Students", *J Korean Acad Community Health Nurs,* Vol.23, No.4, pp.451-459, 2012.

[3] S. H. Park, Y. K. Loh, E. H. Cho, D. G. Lee, "Differences in Interpersonal Problems and Happiness by the Subgroups of Anger Expression Styles", *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, Vol.25, No.3, pp.77-92, 2011.

[4] N. Han, D. Lee, "Validation of the Korean Version of the Interpersonal Competence Questionnaire in Korean College Students", *The Korean Journal of Counseling & Psychotherapy,* Vol.22, No.1, pp.137-56, 2010.

[5] M. K. Cho, C. G. Kim, H. J. Mo, "Influence of Interpersonal relation and Job Stress on Nursing Performance of Male Nurses", *Journal of Muscle and Joint Health,* Vol.22, No.3, pp.195-204, 2015.
DOI: http://dx.doi.org/10.5953/JMJH.2015.22.3.195

[6] Y. S. Lee, S. H. Park, J. K. Kim, "Nursing Students' Self-Leadership, Self-Efficacy, Interpersonal Relation, College Life", *Journal of Korea Contents,* Vol.14, No.6, pp.229-40, 2014.
DOI: https://doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.06.229

[7] A. R. F. FuregatoI, J. L. F. Santos, E. C. da Silva, "Depression among nursing students associated to their self-esteem, health perception and interest in mental health", *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, Vol.16, No.2, pp.1518-45, 2008.
DOI: http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692008000200005

[8] S. H. Cho, G. S. Jeon, "Correlates of Problematic Mobile Phone Use among Korean College Students", *The Korean Journal of Stress Research,* Vol.24, No.1, pp.13-22, 2016.
DOI: http://dx.doi.org/10.5953/JMJH.2015.22.3.195

[9] Y. J. Park, Y. H. Lee, "The Effects of Anxious Attachment and Avoidant Attachment on Interpersonal Problems: The Mediation Effects of Depressive Experience Styles", *Korean Journal of Clinical Psychology,* Vol.29, No.2, pp.441-452, 2010.
DOI: https://doi.org/10.15842/kjcp.2010.29.2.006

[10] E. J. Shim, "The prevalence and correlates of anxiety and depression in university students according to gender", *Korean Journal of Youth Studies,* Vol.23, No.12, pp.663-689, 2016.

[11] J. Por, L. Barriball, J. Fitzpatrick, J. Roberts, "Emotional intelligence: its relationship to stress, coping, well-being and professional performance in nursing students", *Nurse Educ Today*, Vol.31, No.8, pp.855-60, 2011.
DOI: https://doi.org/10.1016/j.nedt.2010.12.023

[12] M. H. Seong, O. S. Kim, Y. O. Jung, S. H. Sok, "Comparisons of Clinical Practicum Stress, Depression, and Self-Efficacy among Nursing Students: Focusing on Type D Personality and non-Type D Personality", *J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs,* Vol.26, No.3, pp.217-225, 2017.
DOI: https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2017.26.3.217

[13] G. H. Kim, K. H. Kim, "Anger, depression and self-esteem among female students in nursing college", *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing,* Vol.20, No.3, pp.233-41, 2011.
DOI: https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2011.20.3.233

[14] K. A. Hawkins, J. R. Cougle, "Anger problems across the anxiety disorders: findings from a population-based study", *Depress Anxiety*, Vol.28, No.2, pp.145-52, 2011.
DOI: https://doi.org/10.1002/da.20764

[15] Y. H. Lee, M. A. Kim, "The Effects of Beliefs about Anger and Anger Expression on Anxiety, Depression, Somatization, Psychopathy, and Narcissism", *The Journal of Human Understanding and Counselling,* Vol.34, No.2, pp.193-213, 2013.

[16] E. Y. Chin, S. S. So, M. I. Lee, "Effect of Life Stress and Anger Expression in College Students on Suicidal Ideation", *Journal of Digital Convergence,* Vol.13,

No.8, pp.409-418, 2015.
DOI: http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2015.13.8.409

[17] C. D. Spielberger, S. S. Krasner, E. P. Solomon, "The experience, expression, and control of anger", *Individual differences, stress, and health psychology,* pp.89-108, 1988.

[18] D, W. Hahn, C. H. Lee, K. K. Chon, "Korean Adaptation of the State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI-K): The Case of College Students", *Korean journal of health psychology,* Vol.3, No.1, pp.18-32, 1998.
http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06368430

[19] Schlein s, Guerney B, Stover L., "The Interpersonal Relationship Scale", Unpublished doctoral dissertation, Pennsylvania Stata University, Philadelphia, 1971.

[20] S. M. Moon, "A Study on the Effect of Human Relations Training of University Students", *Journal of Gyeongsang National University*, Vol.19, No.2, pp.195-203, 1980.

[21] L. S. Radloff, "The CES-D scale a self-report depression scale for research in the general population", *Applied psychological measurement,* Vol.1, No.3, pp.385-40, 1977.
DOI: https://doi.org/10.1177%2F014662167700100306

[22] K. K. Chon, S. C. Choi, B. C. Yang, "Integrated Adaptation of CES-D in Korea", *Korean journal of health psychology,* Vol.6, No.1, pp.59-76, 2001.

[23] W. H. Jun, "Trait Anger, Anger Expression, Positive Thinking and Gratitude in College Students", *J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs*, Vol.25, No.1, pp.28-36, 2016.
DOI: http://dx.doi.org/10.12934/jkpmhn.2016.25.1.28

[24] W. H. Jun, M. J. Jo, H. J. Na, "Relationships between Anger Expression, Social Supports and Adjustment to College Life among Nursing Students", *International JOURNAL OF CONTENTS,* Vol.15, No.3, pp.219-228, 2015.
DOI: http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2015.15.03.219

[25] H. I. Lee, "Self-esteem, Interpersonal Relationship and Depression in Nursing Students", *The Korean Society of Stress Medicine,* Vol.18, No.2, pp.109-118, 2010.

[26] S. J. Yu, M. R. Song, E. M. Kim, "Factors Influencing Depression among Nursing Students", *The Korean Academic Society Of Nursing Education*, Vol.20, No.1, pp.71-80, 2014.
DOI: http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.1.71

[27] A. K. Han, J. S. Won, O. S. Kim, S. E. Lee, "Anger Expression Types and Interpersonal Problems in Nurses", *Asian Nursing Research*, Vol.9, No.2, pp.146-151, 2015.

[28] J. H. Sung, C. K' Kim, "Moderating Effects of Adult Attachment on the Relationship between Dysfunctional Anger Expression, Negative Emotional Regulation and Depression", *Journal of Emotional & Behavioral Disorders*, Vol.34, No.1, pp.73-91, 2018.

[29] S. Y. Sung, K. H. Park, "The Relationships between Internalized Shame and Suicidal Ideation : Dual Mediating Effects of Anger Suppression and Depression among College Students", *Korean journal of health psychology,* Vol.23, No.1, pp.209-230, 2018.

[30] H. K. Jung, *Effects of Perfectionism and Ways of Anger Expression on Depression in College Student*, Master's thesis, Dongguk University of Department of Counseling Psychology, Korea, pp.1-72, 2010.

[31] G. H. Jung, M. H. Park, "The Moderating Effect of Interpersonal Skills on the Relationship between Childhood Emotional Trauma and Depression in Nursing Students", *J Korean Acad Soc Nurs Educ*, Vol.25, No.2, pp.263-272, 2019.
DOI: http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2019.25.2.263

[32] M. H. Park, G. H. Jung, "Impact of Depression and Anger on Interpersonal Problem-Solving Capability among Nursing Students", *Crisisonomy*, Vol.14, No.2, pp.191-203, 2018.

[33] H. J. Jung, *A Study on the Difference of Interpersonal Competence, Depression and Anxiety according to Type of Self-esteem in Korean College Student*, Master's thesis, Sookmyung Women's University of Department of Education, Korea, pp.1-64, 2014.

[34] H. J. Park, I. S. Jang, "Stress, depression, coping styles and satisfaction of clinical practice in nursing students", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education,* Vol.16, No.1, pp.14-23, 2010.

변 혜 선(Hye-Sun Byun) [정회원]

- 1995년 2월 : 경북대학교 대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2005년 2월 : 경북대학교 대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2013년 9월 ~ 현재 : 영남이공대학교 간호학과 교수

〈관심분야〉
지역사회간호학, 노인간호, 학교보건, 종양환자간호

김 경 혜(Kyung-Hae Kim) [정회원]

- 1992년 2월 : 경북대학교 대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2005년 2월 : 경북대학교 대학원 간호학과 (간호학박사)
- 1998년 3월 ~ 현재 : 경북보건대학교 간호학과 교수

〈관심분야〉
성인간호학, 노인간호학, 시뮬레이션교육, 종양환자간호

이 다 겸(Da-Gyeom Lee) [정회원]

- 2000년 2월 : 경북대학교 대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2005년 8월 : 경북대학교 대학원 간호학과 (간호학박사수료)
- 2013년 3월 ~ 2015년 2월 : 영남이공대학교 간호학과 교수
- 2015년 3월 ~ 현재 : 대경대학교 간호학과 교수

〈관심분야〉
성인간호학, 노인간호학