

스트레스와 무망감이 자살사고 및 자살시도에 미치는 영향: 삶의 목적의 조절된 매개효과*

배 은 경

이 민 규[†]

아주대학교 심리학과

본 연구는 대학생의 스트레스와 자살사고 및 자살시도 간의 관계에서 무망감의 매개효과와 삶의 목적의 조절효과를 통합한 조절된 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 대학생 344명을 대상으로 스트레스, 자살사고, 자살시도, 무망감, 삶의 목적을 평가하는 설문을 실시하였다. 연구 결과, 스트레스는 무망감을 매개로 하여 자살사고와 자살시도 각각에 정적으로 영향을 미쳤고, 삶의 목적은 스트레스가 무망감에 미치는 영향을 조절하는 것으로 나타났다. 최종적으로, 삶의 목적은 스트레스와 자살사고 및 자살시도 간의 관계에서 무망감의 매개역할을 조절하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 삶의 목적이 스트레스를 경험한 대학생들의 무망감을 약화시킴으로써 자살사고와 자살시도에 대한 보호요인이 될 수 있음을 시사한다.

주요어 : 스트레스, 자살사고, 자살시도, 무망감, 삶의 목적

* 본 논문은 제1저자의 석사학위 논문을 수정·보완하였음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 이민규 / 아주대학교 심리학과 / (16499) 경기도 수원시 영통구 월드컵로 206 / E-mail : lmk@ajou.ac.kr

대한민국은 OECD국가 중 자살률 1위라는 오명을 15년 이상 지속해오고 있는 만큼 자살 문제가 심각하다. 2016년 통계청 자료에 따르면 우리나라에서는 자살로 인한 사망자가 10년 전 대비 3.8% 증가하였고, 한 해에 1만 3092명이 자살로 생을 마감한 것으로 밝혀졌다. 특히 이 조사에서 20대 사망 원인 1위가 자살이었다는 것에 주목하고자 한다. 20대는 다른 연령대에 비해 실제 자살로 인한 사망자 수는 적으나, 20대의 사망률 자체가 낮다는 점을 미루어볼 때 20대의 자살 문제를 결코 간과할 수 없다. 또한 20대의 다수가 대학생이라는 점을 미루어볼 때, 대학생의 잠재적인 자살 위험 수준도 심각할 것이라 볼 수 있다 (박재연과 김정기, 2014).

자살은 개인이 시행하는 자기 파괴적인 행동으로써 자살사고, 자살계획, 자살시도와 자살로 인한 사망에 이르는 연속적인 행동으로 볼 수 있다(최우경, 2013). 자살사고란 스스로 목숨을 끊는 행위에 대한 생각으로(White, 1989; Beck & Steer, 1991; O'carroll et al., 1996), 죽기를 바라는 개인의 소망, 자살을 시행하는 것에 대한 생각, 자살을 하려는 의도 등을 모두 아우르는 것으로 정의할 수 있다(McAuliffe, 2002). 이러한 자살사고는 일련의 자살행동에서 가장 선행하는 요인으로, 이후의 자살시도나 실제 자살로 인한 죽음에 대한 전조임과 동시에 실제 자살 위험을 높이는 것으로 밝혀졌다(Borges et al., 2010). 또한 자살사고는 자살시도보다 더욱 높은 빈도로 발생하므로(Fergusson, Beautrais, & Horwood, 2003), 자살사고를 겪은 개인들에 대한 개입은 자살 예방에서 결코 간과할 수 없이 매우 중요하다고 볼 수 있다(Woolsey, Lichstein, Taylor, Riedel & Bush, 2014). 따라서 자살 예방을 향한 첫 걸음

으로 자살사고를 우선적으로 검토해야 할 것이다.

이처럼 자살사고는 자살을 이해하는 데 있어 중요한 지표이나, 실제로는 자살로 인한 사망 전에 자살시도가 이루어지고, 자살시도는 자살사고에 비해 자살로 인한 사망에 매우 치명적이기 때문에(Silverman, Berman, Sanddal, O'Carroll, & Joiner, 2007), 자살시도에 대한 연구도 필히 이루어져야 할 것이다. 자살시도가 이루어지는 과정에서는 자살을 실제로 시도하기 전, 사전에 계획하는 등의 준비과정이 선행한다. 이러한 과정은 언제나 충동적으로 자살시도 행동으로 이어질 수 있는 위험이 있으므로, 자살시도의 정의에 실제로 자살을 시도하기 위해 시행하는 준비과정 또한 포함될 수 있다(김은진, 2015). 이에 근거하여 본 연구에서도 자살사고를 실현하고자 개인이 스스로 목숨을 끊으려 하는 행동과 더불어 고의로 목숨을 끊으려는 의도를 가지고 사전에 준비 행동을 하는 것 또한 자살시도의 개념으로 포함시켜 정의하고자 한다.

자살 행동은 심리사회적 요인, 심리적 요인, 환경적 요인, 유전적 요인 등 다양한 요인들의 상호작용으로 인해 발생할 수 있는데(Wilcox et al., 2010), 지난 40여 년간 경험적으로 잘 입증된 위험요인 중 하나는 바로 스트레스 생활 사건이다(Hawton, Saunders, & O'Connor, 2012; Joiner, 2005; Wenzel & Beck, 2008). 최근까지도 여러 연구에서 이러한 스트레스 생활 사건은 자살 사고 및 시도, 심지어는 자살로 인한 죽음에까지 자살관련 변인의 강력한 위험요인이라는 점이 밝혀졌다(Cooper, Appleby, & Amos, 2002; Crane et al. 2007; Yen et al., 2005). 몇몇 연구 결과에 따르면, 우울하더라도 자살을 시도하지 않은 사람보다 자살

을 시도한 사람이 스트레스 생활 사건을 더 많이 보고하였으며, 실제 자살시도로 사망에 이른 사람이 통제집단에 비해 더 보편적으로 스트레스 생활사건을 경험한다는 것이 입증되었다(Paykel, Prusoff, & Myers, 1975; Khan, Mahmud, Karim, Zaman, & Prince, 2008). 이처럼 스트레스 생활사건이 자살사고와 자살시도에 대한 매우 중요한 예측 변인이라는 점은 다수의 연구에서 입증되었으나, 이러한 연구들에서는 스트레스 사건을 가족의 죽음과 같은 중대한 외상 생활 사건으로 정의하여 연구가 이루어졌다(Dixon, Rumford, Heppner, & Lips, 1992). 이에 반해, 중대한 외상 생활 사건이 아닌 다른 스트레스 원을 평가한 또 다른 연구들이 있었는데, Kanner, Coyne, Schaefer와 Lazarus(1981)의 연구에서는 사소한 일상적인 스트레스 사건들이 중대한 스트레스 생활사건보다 우울을 더 많이 예측했으며, Dixon 등(1992)은 중대한 생활 사건을 통제된 이후에도 일상적인 생활 스트레스 사건이 자살사고를 어느 정도 설명한다는 것을 확인하였고, Chang(2002)의 연구에서도 만성적이거나 일상적인 생활 스트레스가 중대한 스트레스 사건보다 자살을 더욱 잘 예측한다는 것을 입증하였다. 또한, 스트레스를 단순히 경험하는 것에서 나아가 개인이 경험한 사건을 어떻게 지각하고 해석하는지에 따라 심리적인 변인에 영향을 미칠 수 있다는 결과들이 있었으나(김성혜, 2016; 오혜진, 2013), 개인이 스트레스를 인지하는 정도에서 차이가 있음에도 불구하고 부정적인 생활 스트레스 사건 자체가 우울 유발 및 자살행동에 영향을 미칠 수 있음을 확인한 연구도 있었다(하연희 2002: 이지영, 2007에서 재인용). 게다가, 대학생은 청소년에서 성인이 되는 인생의 전환점으로 여러 스트레

스 요인에 노출되어 있는데, 이들은 심각하고 중대한 외상적 스트레스 사건을 겪기보다는 일상적인 생활 스트레스를 더욱 많이 경험한다는 연구 결과를 토대로(심태경, 2010), 자살 예방을 위한 개입에 앞서 대학생이 경험할 수 있는 스트레스 사건을 우선적으로 검토할 필요가 있다.

그러나 스트레스 사건을 경험하는 것만으로 자살행동이 유발되지는 않을 것이며, 실제 선행 연구에서도 스트레스와 자살사고의 직접적인 효과는 유의하지 않게 밝혀졌고(강주현과 신태수 2015), 자살 시도자들이 통제집단에 비해 더 많은 스트레스 사건을 보고했으나, 시도자들 중 대다수는 스트레스 사건을 경험하지 않았다고 보고하기도 했다(Wang, Lightsey, Pietruszka, Uruk & Wells, 2007). 이를 고려할 때, 스트레스가 자살행동에 직접적인 영향을 미친다기보다, 개인의 내적 취약요인과 상호작용하여 자살행동으로 이어질 수 있음을 고려할 수 있다. 가장 잘 알려진 요인 중 하나는 바로 무망감이다(Beck, Steer, Kovas, & Garrison, 1985). 무망감은 자신의 실패, 죄책감, 비참함, 불행 등을 바꿀 수 없다는 부정적인 신념으로, 이러한 무망감을 갖게 되면 스트레스로 인식되는 상황으로부터 도피하기 위한 유일한 해결책으로 자살을 떠올리게 된다(오혜진, 2013). Abramson, Metalsky와 Alloy(1989)가 처음 제안했던 무망감 이론은 소질-스트레스 모형을 수용하여 기존의 귀인이론을 발전시킨 것으로, 부정적인 생활 사건과 같은 환경적 요인들이 개인의 취약요인과 상호작용하여 무망감에 이르게 된다는 것이다. Beck 등(1985)의 연구에서도 스트레스 상황에서 무망감이 자살 위험 수준을 높일 수 있음을 설명하는 자살행동에 대한 모델을 제안하였다. 구체적으로, 무

망감과 같은 개인의 인지적 취약성이 스트레스 상황에 직면하게 되면 적응적인 대처에 실패하게 되고, 결국 자살 위험을 높이게 된다는 것이다. Haatainen 등(2003)의 연구에서는 스트레스 사건을 경험하는 것이 무망감으로 이어질 수 있으며, 시간이 흐른 뒤에도 무망감이 지속될 수 있음을 2년간의 종단연구를 통해 밝혀냈다. 또한, 김민정과 조궁호(2009)의 연구에서도 취업 준비생들의 스트레스가 높을수록 무망감 수준이 높아지는 것을 확인했다. 나아가, Wenzel과 Beck(2008)의 연구에서는 스트레스 상황에서 무망감으로 인해 자살을 결심하게 되는 기제에 대하여 설명하였다. 개인이 스트레스로 지각하는 상황에서 자신의 문제를 해결하려는 수단을 체계적으로 탐색하기 보다는, 자살을 적절한 해결책으로 인식하는 주의 고착으로 인해 자살 위험이 증가할 수 있음을 밝혔다. 이러한 개인들은 자살을 유일한 해결책으로 인식할수록 자신이 처한 상황에 대해서 더욱 무망감을 느끼고, 이러한 상황을 견딜 수 없는 것으로 받아들일 수 있다. 이와 같은 무망감 상태가 증가하게 되면, 이들은 더 이상 탈출할 곳이 없다고 인식하게 되어 자살을 결심하게 될 수 있다. 국내 연구에서도 취약성을 가진 노인의 경우 장기간 스트레스 사건을 경험하게 되면서 적절한 대처법을 찾기 어렵다고 느끼게 되어 무망감 상태에 이를 수 있고, 이는 결국 자살행동으로 이어질 수 있음을 밝히기도 했다(김효창과 손영미, 2006; 정영숙과 정영주, 2015에서 재인용). 더 나아가, Beck, Steer와 Newman(1993)의 연구에서는 무망감이 우울보다 자살사고를 1.3배 더 설명하였음을 입증하였으며, 결과적으로 무망감은 자살로 인한 사망을 예측하는 가장 강력한 변인임이 입증되었다. 뿐만 아니라,

Kuo, Gallo와 Eaton(2004)의 13년간의 종단연구에서는 자살행동과 무망감 간의 관계가 다른 인구통계학적 변인과 우울, 물질남용 등의 정신병리 변인들을 통제한 후에도 자살사고, 자살시도, 자살로 인한 사망에 대하여 통계적으로 가장 강력한 유의성을 나타내는 것으로 확인되었다. 이는 무망감이 우울과 같이 기존에 자살과 강건한 관련성이 있는 것으로 알려졌던 다른 요인들보다도 자살을 더욱 잘 예측하는 안정적인 독립변수임을 재확인한 것으로 볼 수 있다. 또한, 권영실과 현명호(2014)의 연구에서, 가족의 지지가 자아통제감에서 무망감으로 이르는 경로를 중재함으로써, 가족지지 수준에 따라 무망감의 영향력을 약화시킬 수 있음을 확인했다. 반면, 무망감에서 자살사고에 이르는 경로에서는 가족지지의 조절효과가 나타나지 않았다. 이를 통해 개인이 이미 무망감을 느끼고 있다면, 그동안 잘 알려진 보호요인들로 무망감을 낮추는 것이 쉽지 않다고 볼 수 있다.

이처럼 무망감과 자살 간의 강력한 관계가 다수의 연구에서 입증됨에 따라, 자살 예방과 관련하여 무망감의 선행 요인에 대한 연구뿐만 아니라 무망감에 대한 개입의 필요성이 제기되었다(Bonner & Rich, 1990, 1991). 무망감을 약화시킬 수 있는 한 가지 가능한 변인으로는 삶의 목적이 있다. 삶의 목적이란, 현재와 과거 삶에서 자신만의 의미와 삶의 방향을 갖고 있는 것으로(Ryff & Singer, 1998), 개인에게 의미가 있거나 자기실현을 성취하기 위해 행동하려는 안정적이고 전반적인 의도라고 정의할 수 있다(Damon, Menon & Bronk, 2003). 이러한 삶의 목적에 대하여 Frankl(1959)은 삶의 목적 수준이 높은 개인들은 삶의 역경에 보다 잘 대처할 수 있다고 제안하였다. 선행 연구들에

서도 삶의 목적이 있는 개인은 다른 사람들에 비해 심리적으로 보다 안정적이고, 안녕감과 정적 상관성이 있었으며(Shek, 1993; Bronk, Hill, Lapsley, Talib & Finch, 2009), 삶의 목적 수준이 높은 개인들은 목적 수준이 낮은 개인들에 비해 부정적인 자극을 덜 위협적인 것으로 지각하고, 부정적인 자극으로부터 더욱 잘 회복된다는 것을 입증했다(Reekum et al., 2007; Schaefer et al., 2013). 또한, 삶의 목적 수준이 낮은 개인들은 자신의 상황이나 능력에 대해 전반적인 부정적 편향이 나타날 수 있음이 밝혀졌고(Damon, Menon & Bronk, 2003), 이러한 개인들은 자신의 존재에 대한 회의감 또는 무의미감을 초래할 수 있다는 점이 제안되기도 하였다(정순이, 2003). 무망감이 자신의 상황을 파국적으로 해석하는 개인의 부정적인 인지적 취약성이라는 점을 감안한다면, 삶의 목적 수준에 따라서 자신의 상황이나 능력에 대해 긍정적인 관점을 지닐 것으로 예상된다. 이렇듯 삶의 목적 수준에 따라 개인의 양상이 긍정적 또는 부정적으로 발현될 수 있음에도 불구하고, 삶의 목적의 직접적인 보호효과에 대한 연구는 매우 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 삶의 목적 수준에 따라 스트레스 사건이 무망감에 미치는 영향력이 조절될 수 있는지를 검증하고자 한다.

종합해보면, 선행 연구에서는 대체로 스트레스 및 자살사고와 관련이 있는 다른 변인들은 고려하지 않은 채 스트레스와 자살사고의 보호요인을 검증해 왔다(Chang, 2002; Hirsch, Wolford, LaLonde, Brunk & Morris, 2007). 그러나 이는 선행 연구에서 설정하지 않은 다른 변인들이 이들 관계에 영향을 미칠 수 있음을 의미한다고 볼 수 있다. 또한 자살시도가 자살 위험에 매우 직접적인 영향을 미치는 변인

임에도 불구하고 국내 연구에서는 대학생을 대상으로 한 자살시도에 관한 연구가 거의 이루어지지 않았다. 따라서 본 연구에서는 스트레스와 자살사고 뿐 아니라 자살시도의 관계에서 이들 변인과 강력한 관련이 있는 변인으로 알려진 무망감을 매개변인으로 고려하여 기존 연구들을 확장하고자 한다. 마지막으로, 무망감은 자살에 선행하는 핵심적인 위험요인임이 다수의 연구에서 입증되었고(Beck, Steer, Kovacs & Garrison, 1985; Kuo, Gallo & Eaton, 2004), 이미 무망감을 경험하는 개인에게는 보호요인으로도 자살행동을 예방하는 데 어려울 것이라는 선행연구결과들을 바탕으로, 개인의 무망감에 대한 개입이 자살 위험을 낮추는 데 효과적일 것으로 예상되는 바(Bonner & Rich, 1990, 1991), 본 연구에서는 무망감에 대한 개입을 통해 자살 위험을 낮출 수 있을 것으로 가정하여 무망감에 대한 보호요인을 확인하고자 한다. 선행 연구의 결과에서, 삶의 목적 수준에 따라 개인이 자신의 상황이나 능력에 대한 태도가 변화하고(Damon, Menon & Bronk, 2003), 삶의 역경에 보다 쉽게 대처한다는 점을 미루어 볼 때(Frankl, 1959), 삶의 목적을 스트레스 상황과 무망감 간의 관계에 대한 조절 변인으로써의 역할로 검증해 볼 필요가 있다.

즉, 본 연구에서는 스트레스를 경험하는 대학생들의 자살사고와 자살시도에 대한 무망감의 매개효과를 우선적으로 확인하고, 무망감과 자살 간의 강력한 관계를 고려하여 삶의 목적을 무망감의 영향력을 약화시키는 보호요인으로 설정하였다. 마지막으로 이들을 통합한 조절된 매개 연구모형을 검증하여 추후 자살예방을 위한 개입 초점에 대한 토대를 마련하고자 한다. 본 연구에서 최종적으로 검증하

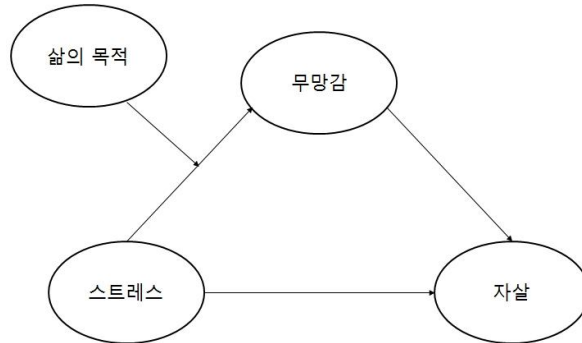


그림 1. 연구모형

고자 하는 조절된 매개 연구모형은 <그림 1>에 제시되어 있다. 연구모형에서 자살은 자살 사고(가설 3-1)와 자살시도(가설 3-2)로 각각 나누어 검증하였다.

서 삶의 목적은 무망감의 매개역할을 약화시킬 것이다.

가설 3-2) 스트레스와 자살시도 간의 관계에서 삶의 목적은 무망감의 매개역할을 약화시킬 것이다.

연구 가설

연구문제 1) 스트레스가 자살에 미치는 영향을 무망감이 매개할 것인가.

가설 1-1) 스트레스가 자살사고에 미치는 영향을 무망감이 매개할 것이다.

가설 1-2) 스트레스가 자살시도에 미치는 영향을 무망감이 매개할 것이다.

연구문제 2) 스트레스와 무망감의 관계에서 삶의 목적이 조절효과가 있을 것인가.

가설 2-1) 스트레스와 무망감의 관계에서 삶의 목적이 스트레스와 상호작용하여 무망감에 영향을 미칠 것이다.

연구문제 3) 스트레스와 자살 간의 관계에서 삶의 목적은 무망감의 매개역할을 조절할 것인가.

가설 3-1) 스트레스와 자살사고 간의 관계에

방 법

참여자

본 연구는 경기도 소재 A 대학교에 재학 중인 대학생 366명을 대상으로 실시하였다. 설문에 참여한 366명 중 불성실한 응답자 22명을 제외한 총 344명의 설문이 분석에 사용되었다. 분석에 사용된 응답자들 중 남성은 149명(43.3%), 여성은 195명(56.7%)이었다. 이들의 연령 분포는 만 17세부터 만 29세였고, 평균 연령은 21.17세였다(SD = 2.289). 설문은 심리학 담당 교수의 승인을 받아 수업시간 중 배포되어 실시하였다. 응답 소요시간은 약 15분이었으며, 설문 참여자에게는 연구 참여에 대한 보상과 학생상담센터 및 자살위기상담에 대한 간략한 안내를 제공하였다.

측정 도구

대학생용 생활 스트레스 척도

스트레스 사건을 측정하기 위하여 개정판 대학생용 생활 스트레스 척도(김교현, 전경구, 이준석, 2000)를 이지영(2007)이 수정하여 재구성한 척도를 사용하였다. 본래 이 척도는 각 문항에 대한 스트레스 경험 빈도와 중요도를 4점 Likert 척도로 평정하도록 개발되었다(1 = 전혀 받지 않는다, 4 = 매우 자주 받는다). 그러나 본 연구에서는 이지영(2007)의 연구에서 중요도 부분을 제거하고 스트레스 경험 빈도에 대해서만 응답하고, 4점에서 5점으로 재구성한 Likert 척도를 사용하였다. 점수가 높을수록 일상생활에서 스트레스를 많이 겪는 것을 의미한다고 볼 수 있다. 본 척도는 대학생들이 경험하는 대인관계 차원(동성친구, 이성친구, 가족관계, 교수관계)과 당면 과제 차원(학업문제, 경제문제, 장애문제, 가치관 문제)으로 나뉘어져 총 8개 영역, 50문항으로 구성되어 있다. 이지영(2007)의 연구에서 Cronbach's α 는 .942였으며, 본 연구에서는 .932였다.

자살사고 질문지(Suicide Ideation

Questionnaire: SIQ)

자살사고를 측정하기 위해 Reynolds(1987)의 Suicidal Ideation Questionnaire(SIQ)를 신민섭(1992)이 번안하고 조 하(2008)가 재구성한 척도를 사용하였다. Reynolds의 질문지는 총 30문항이며 7점 Likert 척도이나, 조 하(2008)는 총 19문항을 5점 Likert 척도로 평정하도록 재구성하였다(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다). 점수가 높을수록 자살사고 수준이 높은 것을 의미한다. 조 하(2008)의 연구에서 Cronbach's α 는 .938이었고, 본 연구에서는 .949였다.

컬럼비아 대학 자살 심각성 평가 척도

(Columbia-Suicide Severity Rating Scale: C-SSRS)

자살시도를 측정하기 위해 Posner, Melvin, Stanley, Oquendo와 Goul(2007)이 개발한 척도를 이창수(2011)가 번안하고, 김은진(2015)이 재구성한 것을 사용하였다. C-SSRS는 자살사고, 자살사고의 심각성, 자살행동으로 구성되어 있으나, 본 연구에서는 김은진(2015)의 연구에서와 같이 자살시도의 개념을 포함하는 자살행동 문항들만을 사용하였다. 자살행동은 실제적 시도(어느 정도 죽기를 바라는 마음으로 실행한 자살 의도가 있는 잠재적 자해행위), 방해된 시도(외부의 상황에 의해 방해받은 자살시도), 중단된 시도(자살시도를 실행에 옮기려고 하였으나 그 이전에 스스로 중단한 경우), 준비행위나 행동(곧 자살을 시도하기 위한 행위 또는 준비), 자해행동(자살할 의도가 없이 순전히 다른 이유로 자해행동을 한 것)으로 구성되어 있으나, 자해행동은 본 연구에서의 자살시도 정의와는 다름으로 제외하였다. 따라서 C-SSRS의 자살행동 중 총 4개의 문항을 통해 자살시도를 측정하였다. 각 문항에서 자살시도 경험을 '있다'에 표시한 경우, 1회는 1점, 2~3회는 2점, 3회 이상은 3점을 부여하여 총점이 높을수록 자살시도의 심각도가 높다고 측정한다. 김은진(2015)의 연구에서 Cronbach's α 는 .84이었으며, 본 연구에서는 .789로 수용 가능한 수준이었다.

Beck 무망감 척도(Beck Hopelessness Scale: BHPL)

무망감을 측정하기 위해 Beck, Weissman, Lester와 Trexler(1974)의 무망감 척도(Beck Hopelessness Scale: BHPL)를 신민섭 등(1990)이 번안하여 타당화한 것을 사용하였다. BHPL은

미래에 대한 부정적인 기대를 평가하는 척도로, 예(1점) 또는 아니오(2점)로 평정한다. 점수는 20점에서 40점까지 분포하고, 점수가 높을수록 무망감이 높음을 의미한다. 신민섭 등(1990)의 연구에서 Cronbach's α 는 .81이었고, 본 연구에서는 .869이었다.

심리적 안녕감 척도(Psychological Well-Being Scale: PWBS)

삶의 목적을 측정하기 위해 Ryff(1989)의 심리적 안녕감 척도(PWBS: Psychological Well-Being Scale)를 김명소, 김혜원, 차경호(2001)가 타당화한 척도를 사용하였다. 심리적 안녕감 척도는 5점 Likert 척도로(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다), 자아수용(8문항), 긍정적인 대인관계(7문항), 자율성(8문항), 환경에 대한 통제력(8문항), 삶의 목적(7문항), 개인적 성장(8문항)으로 구성되어 총 46문항으로 이루어져 있으나, 본 연구의 목적에 따라 삶의 목적(Purpose In Life: PIL) 7문항만을 사용하여 삶의 목적을 측정하였다. 삶의 목적 수준이 높을수록 삶의 목표와 방향 감각을 갖고 있고, 생활에 목표와 목적이 있는 반면, 점수가 낮을수록 삶의 목표나 방향 감각이 거의 없고 과거 삶의 목적을 알지 못하는 것을 뜻한다. 김명소 등(2001)의 연구에서는 전체 척도의 Cronbach's α 는 .92였고, 삶의 목적은 .71로 나타났다으며, 본 연구에서 삶의 목적의 Cronbach's α 는 .834이었다.

분석 방법

본 연구에서는 SPSS 22.0 프로그램 및 SPSS Macro를 사용하여 수집된 자료 분석을 실시하였다. 측정도구의 신뢰도를 검증할 위해

Cronbach's α 를 산출한 후, 주요 변인들의 평균 및 표준편차 등의 통계를 산출하였고, 주요 변인들 간의 상관관계를 확인하기 위해 Pearson 이변량 상관관계수 분석을 실시하였다. 다음으로, 가설 1의 매개효과를 검증하기 위하여 Baron과 Kenny(1986)의 위계적 회귀분석 방법을 실시하였다. 이 때, 가설 1-1의 간접효과를 확인하기 위하여 SPSS Macro를 통한 부트스트래핑 방법을 사용하여 간접효과의 통계적 유의성을 확인하였다. 다음으로, 삶의 목적의 조절효과를 확인하기 위하여 스트레스와 삶의 목적 점수를 평균중심화한 뒤 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이 때 상호작용 효과가 유의하였으므로 Aiken과 West(1991)의 제안에 따라 상호작용의 형태를 확인하기 위해 조절변수의 수준에 따른 단순회귀선의 통계적 유의성을 그래프로 도식화하였다. 마지막으로 가설 3의 조절된 매개효과를 확인하기 위해 Hayes(2013)가 고안한 SPSS Macro를 사용하여 이를 분석하였다. 조절된 매개는 매개모형과 조절모형이 결합된 것으로, 각 모형에서의 단순 매개효과와 단순 조절효과가 모두 통계적으로 유의한 경우에만 분석을 실시할 수 있다(Preacher, Rucker & Hayes, 2007). 따라서 본 연구에서도 이러한 제안에 따라 단순 매개효과와 단순 조절효과의 통계적 유의성을 확인한 이후 조절된 매개효과를 확인해 보았다.

결 과

주요 변인들의 기술통계 및 상관분석

본 연구의 각 가설을 검증하기에 앞서 주요 변인들의 기술통계 및 상관관계를 <표 1>에

표 1. 주요 변인들의 기술통계치 및 상관관계

	스트레스	무망감	삶의 목적	자살사고	자살시도
스트레스	1				
무망감	.36***	1			
삶의 목적	-.28***	-.56***	1		
자살사고	.42***	.56***	-.30***	1	
자살시도	.19***	.30***	-.09	.48***	1
<i>M</i>	111.96	23.18	25.01	30.16	.38
<i>SD</i>	26.39	3.70	5.17	12.91	1.22
최소값	53	20	12	19	0
최대값	196	39	35	82	8

****p* < .001

제시하였다. 대체로 변인들 간의 상관관계가 유의한 것을 확인할 수 있다. 먼저 스트레스는 무망감, 자살사고, 자살시도와 모두 정적상관을 보였으며, 삶의 목적과는 부적상관을 나타냈다. 무망감은 삶의 목적과는 부적상관을 나타냈으며, 자살사고 및 자살시도와는 정적상관을 나타냈다. 삶의 목적은 자살사고와는 부적상관을 나타냈으나, 자살시도와는 상관성이 유의하지 않았다.

매개효과 분석

스트레스와 자살사고의 관계에서 무망감의 매개효과

스트레스가 자살사고에 미치는 영향을 무망감이 매개할 것이라는 매개모형(가설 1-1)을 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개효과 분석절차에 따라 순차적 회귀 분석을 실시하였고, 분석 결과는 <표 2>에

표 2. 스트레스와 자살사고의 관계에 대한 무망감의 매개효과

	1단계 종속변수: 자살사고			2단계 종속변수: 무망감			3단계 종속변수: 자살사고		
	<i>b</i> (<i>se</i>)	β	<i>t</i>	<i>b</i> (<i>se</i>)	β	<i>t</i>	<i>b</i> (<i>se</i>)	β	<i>t</i>
스트레스	.21 (.02)	.42	8.62***	.05 (.01)	.36	7.23***	.12 (.02)	.25	5.46***
무망감							1.63 (.16)	.47	10.09***

****p* < .001

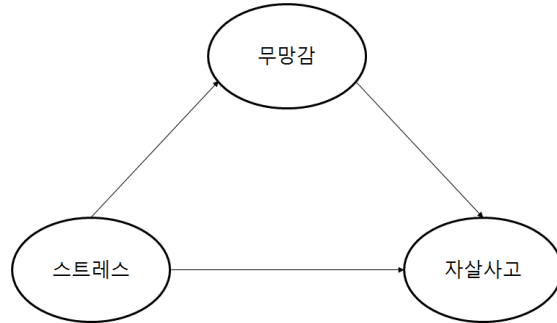


그림 2. 스트레스와 자살사고 간의 관계에서 무망감의 부분매개 효과

제시하였다.

먼저 1단계에서는 스트레스가 자살사고에 미치는 전체효과가 유의하게 나타났는데, $\beta = .42, t = 8.63, p < .001$, 이는 스트레스가 높을수록 자살사고가 증가함을 의미한다. 2단계에서는 스트레스가 매개변수인 무망감에 미치는 영향이 유의하였고, $\beta = .36, t = 7.23, p < .001$, 3단계에서는 스트레스의 영향력을 통제 후 매개변수인 무망감이 자살사고에 미치는 영향력이 유의한 것을 확인하였다, $\beta = .47, t = 10.09, p < .001$. 마지막으로 매개변수인 무망감을 고려한 상태에서 스트레스가 자살사고에 미치는 영향력이 여전히 유의한 것을 확인할 수 있으나, $\beta = .25, t = 5.43, p < .001$, 1단계의 효과에 비해서는 작게 나타났으므로, 스트레스와 자살사고의 관계를 무망감이 부분매개하고 있다는 점을 확인할 수 있다. 이는 <그림 2>에 제시되어 있다.

다음으로 무망감의 매개효과 유의성을 검증하기 위하여 SPSS macro를 통해 부트스트래핑을 실시하였다. 본 연구에서 부트스트래핑으로 재추출한 표본수는 5,000개였으며, 매개효과 계수 값은 .083이었다. 95%의 신뢰구간에서 하한값은 .052 상한값은 .12로, 0을 포함하지 않으므로 이는 유의한 간접효과임을 확인

하였다.

스트레스와 자살시도의 관계에서 무망감의 매개효과

자살사고에서와 마찬가지로 스트레스가 무망감을 통해 자살시도에 영향을 미칠 것이라는 매개모형(가설 1-2)을 검증하기 위해 앞서 실시한 분석 과정을 거친 후 그 결과를 <표 3>에 제시하였다.

1단계에서는 스트레스가 자살시도에 미치는 전체효과가 유의하게 나타났으며, $\beta = .19, t = 3.53, p < .001$, 2단계에서는 스트레스가 매개변수인 무망감에 미치는 영향이 유의하였고, $\beta = .36, t = 7.23, p < .001$, 3단계에서는 스트레스의 영향력을 통제 후 매개변수인 무망감이 자살시도에 미치는 영향력이 유의한 것을 확인하였다, $\beta = .27, t = 4.84, p < .001$. 그러나 앞서 살펴본 스트레스와 자살사고 간의 관계에서 무망감의 간접효과와는 달리, 매개변수인 무망감을 고려한 상태에서 스트레스가 자살시도에 미치는 영향력은 유의하지 않았으므로, $\beta = .09, t = 1.64, p = .10$, 무망감은 스트레스와 자살시도 간의 관계에서는 완전매개하는 것으로 볼 수 있다. 이는 <그림 3>에 제시되어 있다.

표 3. 스트레스와 자살시도 관계에 대한 무망감의 매개효과

	1단계 종속변수: 자살시도			2단계 종속변수: 무망감			3단계 종속변수: 자살시도		
	<i>b</i> (<i>se</i>)	β	<i>t</i>	<i>b</i> (<i>se</i>)	β	<i>t</i>	<i>b</i> (<i>se</i>)	β	<i>t</i>
스트레스	.01 (.002)	.19	3.53***	.05 (.01)	.36	7.23***	.004 (.003)	.09	1.64
무망감							.09 (.02)	.27	4.84***

*** $p < .001$



그림 3. 스트레스와 자살시도의 관계에서 무망감의 완전매개 효과

조절효과 분석

스트레스와 무망감의 관계가 삶의 목적의 수준에 따라 변화하는지를 알아보기 위해 Aiken과 West(1991)의 제안에 따라 위계적 회귀분석을 실시하였다(가설 2-1). 분석을 실시하기 전, 다중공선성의 문제를 최소화하고자 독립변수와 조절변수를 평균 중심화(Mean Centering)하여 분석에 활용하였다. 1단계에서는 독립변인인 스트레스를, 2단계에서는 조절변인인 삶의 목적을, 3단계에서는 독립변인과 조절변인의 상호작용항을 투입하는 위계적 회귀분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 4>에 제시되어있다. 1단계에서는 스트레스가 무망감에 유의한 영향을 주는 것으로 확인되었다, $\beta = .364, t = 7.226, p < .001$. 2단계에서 삶의 목적 또한 유의한 영향을 주었으며, $\beta = -.497, t = -11.006, p < .001$, 마지막 3단계에서는 상호작용항을 투입하였을 때 추가적인

설명량이 유의하여, $R^2 = .024, p < .001$, 삶의 목적의 조절효과가 확인되었다.

조절효과가 있는 것으로 확인되었으므로, 단순기울기 검증을 통해 조절효과의 통계적 유의성을 확인하였다. 이 때, 독립변인과 조절변인의 상호작용효과를 보다 구체적으로 확인하기 위해 Franzier, Tix와 Barron(2004)의 제안에 따라 평균을 중심으로 ± 1 표준편차 지점을 각각 저, 중, 고 수준으로 설정하여 이에 해당하는 점수를 회귀식에 대입하여 상호작용효과 양상을 <그림 4>에 제시하였다. 각 회귀선의 기울기 검증 결과, 삶의 목적 수준이 낮은 집단, $b = .054, t = 6.127, p < .001$, 과 중간 집단, $b = .033, t = 4.674, p < .001$, 에서는 각각 유의하였으나, 높은 집단에서는 유의하지 않았다, $b = .012, t = 1.316, p = .234$. 그 결과는 <표 5>에 제시되었다. 이는 삶의 목적 수준이 낮거나 중간정도인 경우 스트레스 수

표 4. 스트레스와 무망감의 관계에서 삶의 목적의 조절효과

단계		종속변수: 무망감					
		비표준화계수		β	t	ΔR^2	F
		b	se				
1	스트레스	.051	.007	.364	7.226***	.132	52.211***
2	스트레스	.031	.006	.224	4.970***	.227	121.142***
	삶의 목적	-.356	.032	-.497	-11.006***		
3	스트레스	.033	.006	.237	5.323***	.024	13.114***
	삶의 목적	-.364	.032	-.509	-11.446***		
	상호작용	-.004	.001	-.155	-3.621***		

*** $p < .001$

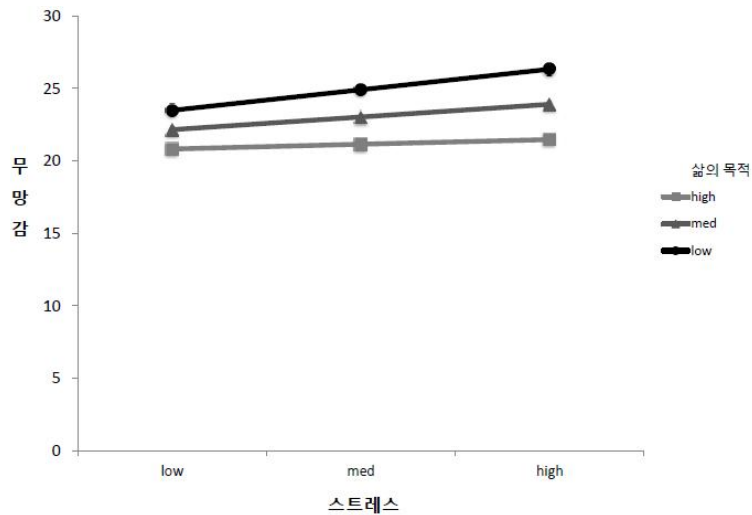


그림 4. 스트레스와 삶의 목적의 상호작용 효과

표 5. 삶의 목적 수준에 따른 단순회귀선 유의성 검증

		b	se	t
삶의 목적	-1SD	.054	.009	6.121***
	Mean	.033	.007	4.674***
	+1SD	.0124	.009	1.316

*** $p < .001$

준이 높아질수록 무망감의 수준도 증가하나, 삶의 목적 수준이 높은 경우에는 스트레스 수준이 높아지더라도 무망감의 수준에는 어떠한 유의한 영향도 미치지 않음을 의미한다.

조절된 매개효과 분석

스트레스, 무망감, 자살사고, 삶의 목적의 조절된 매개효과

매개모형과 조절모형이 결합된 조절된 매개

모형은 독립변수가 매개변수를 통해 종속변수에 영향을 미치는 매개효과가 조절변수의 값에 따라 달라지는 것으로, 이를 조건부 간접효과라 한다(Preacher 등, 2007). 분석 전, 매개된 모형에 포함되는 매개효과와 조절효과가 통계적으로 유의해야 하는데, 이는 앞서 확인한 결과 모두 충족하는 것으로 확인되었다. Preacher 등(2007)은 조절된 매개효과를 검증하기 위해 매개모형, 조절모형, 조절된 매개모형을 순차적으로 분석하도록 제안하였다. 따라

표 6. 스트레스, 무망감, 자살사고, 삶의 목적의 조절된 매개효과

매개변수모형(종속변수: 무망감)					
비표준화계수					
	<i>b</i>	<i>se</i>	<i>t</i>		
Constant	17.250	3.346	5.156***		
스트레스	.133	.029	4.630***		
삶의 목적	.083	.125	.660		
상호작용(스트레스 x 삶의 목적)	-.004	.001	-3.621***		
*** <i>p</i> < .001					
종속변수모형(종속변수: 자살사고)					
비표준화계수					
	<i>b</i>	<i>se</i>	<i>t</i>		
Constant	-21.443	3.727	-5.764***		
무망감	1.629	.162	10.085***		
스트레스	.124	.023	5.462***		
*** <i>p</i> < .001					
무망감의 매개효과					
조절변인	수준	간접효과 추정치	SE	95%CI	
				BootLLCI	BootULCI
삶의 목적	L	.088	.024	.048	.141
	M	.054	.014	.031	.084
	H	.020	.011	.001	.045

서 본 연구에서도 이러한 절차에 따라 분석을 진행하였으며, Hayes(2013)가 고안한 PROCESS를 활용하여 분석하였다. 주요 결과는 <표 6>에 제시되어 있다.

먼저 매개변수 모형을 살펴보면 스트레스와 삶의 목적 상호작용항이 무망감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나, $b = -.004, p < .001$, 일차적으로 스트레스가 무망감에 미치는 영향을 삶의 목적이 조절하는 것을 확인하였다. 다음으로 종속변수 모형을 살펴보면 스트레스가 무망감에 미치는 영향이 유의한데, 이때 자살사고에 미치는 영향도 유의한 것으로 나타났다, $b = .124, p < .001$. 마지막으로 조절변인의 평균값을 기준으로 ± 1 표준편차 수준에 따라 단순회귀선의 유의성을 확인하여 조절효과의 유의성을 검증한 바와 같이, 조절된 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑 방법을 활용하여 분석을 실시하였다. 분석결과, 삶의 목적의 모든 수준에서 95% 신뢰구간을 기준으로 0이 포함되어 있지 않아 모든 조절된 매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 이는 스트레스가 무망감을 통해 자살사고에 미치는 매개효과가 삶의 목적의 수준이 증가함에 따라 약화된다는 것을 의미한다(가설 3-1).

스트레스, 무망감, 자살시도, 삶의 목적의 조절된 매개효과

분석방법은 자살사고와의 관계와 동일하게 실시하였다. <표 7>에 주요 결과가 제시되어 있다. 먼저 매개변수 모형에서 스트레스와 삶의 목적 상호작용항이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 일차적으로 스트레스가 무망감에 대한 영향을 삶의 목적이 조절하는 것을 확인하였다, $b = -.004, p < .001$. 다음으로 종

속변수 모형에서 스트레스가 무망감에 미치는 영향이 유의하나, 자살사고와 달리 자살시도와 스트레스의 직접효과는 유의하지 않았다. 이는 앞서 매개효과에서 검증한 바와 같이 완전매개한 것으로 볼 수 있다. 마지막으로 조절된 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑 방법을 활용하여 분석하였다. 자살사고와 마찬가지로, 삶의 목적의 모든 수준에서 95% 신뢰구간을 기준으로 0이 포함되어 있지 않아 모든 조절된 매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 이는 스트레스가 무망감을 통해 자살시도에 미치는 매개효과가 삶의 목적의 수준이 증가함에 따라 약화된다는 것을 의미한다(가설 3-2).

논 의

본 연구는 삶의 목적이 스트레스를 경험한 대학생들의 무망감을 약화시켜 결과적으로 자살사고와 자살시도에 대한 보호요인이 될 수 있는지를 검증하고자 하였다. 연구결과, 스트레스와 삶의 목적이 상호작용하여 무망감에 영향을 미쳤으며, 스트레스와 자살사고 및 자살시도 간의 관계에서 무망감의 매개효과 또한 삶의 목적의 수준이 높아짐에 따라 약화된다는 것을 확인할 수 있었다. 본 연구의 결과들을 상세히 살펴보면 다음과 같다.

첫째로, 무망감은 스트레스와 자살사고 간의 관계를 부분매개하였고, 자살시도와의 관계에서는 완전매개하는 것으로 나타나 결과적으로 무망감의 매개효과가 있을 것이라는 가설 1과 일치하였다. 따라서 개인이 스트레스 사건을 경험했을 때 무망감을 겪을 수 있으며, 이러한 무망감은 자살사고 또는 자살시도로

표 7. 스트레스, 무망감, 자살사고, 삶의 목적의 조절된 매개효과

		매개변수모형(종속변수: 무망감)		
		비표준화계수		t
		b	se	
Constant		17.250	3.346	5.156***
스트레스		.133	.029	4.630***
삶의 목적		.083	.125	.660
상호작용(스트레스 x 삶의 목적)		-.004	.001	-3.621***

***p < .001

		종속변수모형(종속변수: 자살사고)		
		비표준화계수		t
		b	se	
Constant		-2.127	.419	-5.072***
무망감		.088	.018	4.836***
스트레스		.004	.003	1.635

***p < .001

		무망감의 매개효과			
조절변인	수준	간접효과 추정치	SE	95%CI	
				BootLLCI	BootULCI
삶의 목적	L	.005	.003	.001	.011
	M	.003	.002	.001	.007
	H	.001	.001	.000	.004

이어질 수 있다고 볼 수 있다. 이는 무망감이 스트레스와 자살의 매개변인 역할을 한다는 기존의 선행연구들과도 일치하는 결과이다 (Dixon, Rumford, Heppner & Lips, 1992; Yang & Clum, 1996; 최애숙, 2004). 그러나 무망감의 매개역할이 스트레스와 자살사고 사이에서 부분매개를 나타낸 반면, 스트레스와 자살사고 사이에서는 완전매개 효과를 나타냈다는 점에서 다소 차이가 있다. 먼저, 스트레스와 자살사고 간의 관계에서 무망감의 부분매개는 스

트레스와 자살사고 간의 관계에 다른 매개변인들이 관여할 수 있음을 시사한다. 또한 스트레스와 자살사고 간의 관계에서는 무망감이 완전매개하였는데, 이는 자살시도를 설명하는데 있어서 인지적 요인인 무망감이 스트레스 사건을 경험하는 것보다 더욱 핵심적인 변인임을 의미할 수 있다. 즉, 스트레스 사건 경험보다 무망감이 실제 자살시도를 더 잘 설명하는 것으로 볼 수 있으며, 이러한 결과는 무망감이 자살위험에 대한 핵심적인 변인임을

입증했던 선행 연구들의 결과와도 부합한다 (Klonsky, Kotov, Bakst, Rabinowitz & Bromet, 2012; Kuo, Gallo & Eaton, 2004).

둘째로, 무망감과 자살 간의 강력한 연관성을 고려하여 본 연구에서는 무망감에 대한 개입 변인을 탐색하고자 스트레스와 무망감 간의 관계에서 삶의 목적의 조절효과를 확인하였다. 가설 2와 일치하게, 삶의 목적은 스트레스와 상호작용하여 무망감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 개인이 스트레스 사건을 경험할수록 자신의 미래에 대한 부정적 신념과 더불어 스트레스 상황에서 아무것도 할 수 없을 것이라는 무망감이 증가하게 되는데, 이러한 관계가 삶의 목적의 수준에 따라 변화한다는 것을 의미한다. 본 연구에서는 삶의 목적 수준이 낮거나 중간 정도인 개인들은 스트레스 사건을 경험할수록 무망감이 더욱 증가했던 반면, 삶의 목적 수준이 높은 개인들은 스트레스 사건을 경험하는 것이 무망감을 증가시키지 않은 것으로 나타났다. 이는 스트레스를 경험하는 대학생들의 무망감이 상승하지 않게 하는 보호요인으로서 삶의 목적을 검증한 것으로 볼 수 있다. 삶의 목적 수준이 높은 개인들은 삶의 역경에 잘 대처하고, 부정적인 자극으로부터 보다 잘 회복할 수 있는 반면(Frankl, 1959; Schaefer et al., 2013), 삶의 목적 수준이 낮은 개인들은 자신의 상황이나 능력에 대해 부정적으로 편향될 수 있다는 연구 결과들을 고려하면(Damon, Menon & Bronk, 2003), 삶의 목적 수준이 낮은 대학생들은 스트레스 사건을 경험할 때 자신의 미래에 대해 비관적인 태도를 가지고 그러한 상황에서 벗어나기 힘들 것이라는 생각에 편향되어 있을 것이라 추론해 볼 수 있다. 따라서 자신의 삶의 방향성을 갖고 지속적으로 자기실현을 위

해 무엇인가를 성취하고자 하는 개인들은 스트레스 사건을 경험하더라도 무망감이 증가하지 않을 수 있다고 볼 수 있겠다.

셋째로, 앞서 살펴본 매개효과와 조절효과를 통합적으로 살펴보는 조절된 매개모형을 검증하였다. 매개효과와 조절효과를 각각 검증하는 것에서 나아가 조절된 매개효과를 검증함으로써 각 변인들 간의 관계를 통합적으로 확인하였다. 가설 3과 일치하게, 스트레스와 자살 간의 관계에서 삶의 목적은 무망감의 매개역할에 영향을 미쳤으며, 이는 자살사고와 자살시도 각각에 대해 모두 검증되었다. 이는 스트레스를 경험했을 때 무망감을 느끼게 되어 자살사고 또는 자살시도의 위험이 증가할 수 있는데, 삶의 목적 수준이 높아지면 스트레스와 자살사고 또는 자살시도 간의 관계에서 무망감의 매개효과가 약화된다는 것을 의미한다. 따라서 삶의 목적은 스트레스 상황에서 무망감을 보다 적게 느끼도록 할 뿐 아니라, 더 나아가 이러한 무망감으로 인해 나타날 수 있는 자살사고 및 자살시도의 위험도 낮출 수 있음을 시사한다.

본 연구 결과는 대학생의 자살과 관련하여 몇 가지 임상적 의의가 있다. 먼저, 스트레스와 자살 간의 관계에서 자살사고 뿐 아니라 자살시도를 함께 측정함으로써 대학생의 자살 행동에 대한 이해를 확장하였다는 점에서 의의가 있다. 대학생을 대상으로 한 기존의 국내 자살 관련 연구에서는 주로 스트레스와 자살사고 간의 관계에만 중점을 두었다. 자살사고와 자살시도는 자살행동의 연속선상에 있다고 볼 수 있으나(최우경, 2013), 이들이 나타나는 기제는 분명 차이가 있다(Linehan, Chiles, Egan, Devine & Laffaw, 1986). 또한 자살시도가 자살위험에 대한 핵심적인 예측 변인임을 미

루어 봤을 때(Brown, Beck, Steer & Grisham, 2000; Lewinsohn, Rohde & Seeley, 1994), 자살행동의 기제를 이해하기 위해서는 자살사고 연구에서 그치는 것이 아니라 자살시도에 관한 연구로 확장되어야 할 것이다.

다음으로 본 연구에서는 스트레스와 자살 간의 관계에서 무망감을 매개변인으로 설정하여 보호요인을 검증했다는 점에서 의의가 있다. 기존의 선행 연구들에서는 스트레스와 자살 간의 관계에 대한 보호요인을 검증해왔는데, 이는 선행연구에서 설정하지 않은 다른 변인이 이들 관계에 영향을 미칠 수 있음을 간과했을 수 있다. 따라서 보호요인의 효과구체적으로 어떤 기제를 통해 스트레스와 자살의 관계를 약화시켰는지가 다소 불분명했다. 그러나 본 연구에서는 무망감과 자살의 밀접한 연관성을 토대로(Goldney, 1981; Beck, Steer, Kovacs & Garrison, 1985; Haney et al., 2012), 무망감에 대한 개입이 결과적으로 자살위험에 대한 예방책이 될 수 있다는 선행 연구의 제언에 따라(Bonner & Rich, 1990, 1991), 스트레스와 자살 간의 관계에서 무망감을 매개변인으로 설정하여 자살의 보호요인을 검증하는데 있어서 보다 구체적인 기제를 밝혔다.

마지막으로, 삶의 목적이 대학생의 자살예방을 위한 보호요인으로서 검증되었다는 점에서 의의가 있다. 이는 추후 대학생들의 자살예방 개입에 삶의 목적을 활용할 수 있다는 점을 시사한다. 선행 연구들에서는 대학생의 자살에 대한 보호요인으로서 사회적지지(김신연, 채규만, 2013), 자살하지 않는 이유(이지영, 2012), 감사(주영, 이서정, 현명호, 2012) 등을 검증했으나, 연구자가 알기로 지금까지 삶의 목적을 대학생 자살에 대한 보호요인으로 검증한 국내 연구는 없었다. 삶의 목적에 대한

개입은 현재 인생의 전환기에 있는 대학생들이 자신의 삶에 대한 방향성을 갖고 나아갈 수 있게끔 할 수 있을 것이다. 따라서 스트레스 사건을 경험하더라도 삶의 목적을 지닌다면 스트레스 사건으로 인해 자신의 미래에 대한 부정적인 기대로 이어지지 않게 하여 결과적으로 자살사고나 자살시도에 이르지 않게 할 수 있을 것이다.

이와 같은 의의에도 불구하고, 본 연구에는 몇 가지 한계점이 있다. 첫째로, 본 연구는 경기도 소재의 대학생을 대상으로 진행되었다. 이러한 표본의 제한은 연구결과를 모든 대학생에게 일반화하기에는 다소 무리가 있다. 따라서 추후 연구에서는 다른 지역의 대학생을 대상으로 본 연구결과를 검증해볼 필요가 있다. 둘째로, 본 연구는 횡단설계로 이루어진 연구이기 때문에 각 변인들 간의 인과관계를 규정하기에는 한계가 있다. 그러므로 추후 연구에서는 종단설계를 통해 본 연구결과에 대한 기제를 검토해야 할 것이다. 셋째로, 본 연구에서는 대학생의 스트레스 수준을 측정하기 위해 개정판 대학생용 생활 스트레스 척도(김교현, 전경구, 이준석, 2000)를 이지영(2007)이 수정하여 재구성한 척도를 사용하였고, 총점에 따라 대학생의 스트레스 수준을 측정하였다. 그러나 참가자들의 스트레스 영역을 구분하여 고려하지 못함으로 인해 구체적으로 대학생들의 어떠한 스트레스 영역이 종속변수들에 영향을 미쳤는지를 명확히 밝혀내지 못한 점이 연구 결과를 일반화하는 데 주된 한계점이 될 것으로 생각된다. 또한, 본 연구에서는 스트레스 사건의 경험빈도에 따라서 스트레스 수준을 측정하였는데, 객관적인 스트레스 사건을 경험했는지 여부에서 나아가, 경험한 사건에 대해 얼마나 이를 스트레스로 지각하는지가

더욱 중요할 수 있다(이지영, 2012). 따라서 후속 연구에서는 개인의 스트레스 사건에 대한 중요도 또는 지각된 스트레스 수준 등 다양한 부분을 함께 고려하여 검증해본다면, 보다 구체적인 개입 방안을 마련하는 데 도움이 될 것으로 여겨진다.

참고문헌

- 강주현, 신태수 (2015). 청소년기 스트레스가 자살생각에 미치는 영향: 우울과 사회적 지지의 매개효과 및 조절효과를 중심으로. 한국청소년학회, 청소년학연구, 22(5), 27-51.
- 권영실, 현명호 (2014). 알코올 사용 장애자의 자살생각과 자아 통제감, 무망감 및 가족 지지의 관계. 한국심리학회지: 건강, 19(2), 585-601.
- 김교현, 전경구, 이준석 (2000). 개정판 대학생용 생활 스트레스 척도 개발 연구. 한국심리학회지: 건강, 5(2), 316-335.
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념분석. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 15(2), 19-39.
- 김민정, 조궁호 (2009). 취업준비생의 경제적 스트레스와 진로태도 성숙도가 무망감과 정신건강에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 23(4), 47-62.
- 김성혜 (2016). 대학생의 스트레스가 자살생각에 미치는 영향: 삶의 이유와 충동성의 조절효과. 대한스트레스학회, 스트레스연구, 24(3), 103-113.
- 김신연, 채규만 (2013). 대학생의 생활스트레스가 자살사고에 미치는 영향: 지각된 사회적 지지와 삶의 의미의 조절효과. 인간이해, 34(1), 1-13.
- 김은진 (2015). 우울과 충동성이 비행청소년의 자살생각 및 자살시도에 미치는 영향. 대구가톨릭대학교 석사학위 청구논문.
- 박재연, 김정기 (2014). 대학생의 생활스트레스가 자살과 우울에 미치는 영향: 가족의 지지와 친구의 지지의 매개효과를 중심으로. 청소년학연구 21(1): 167-189.
- 신민섭 (1992). 자살 기제에 대한 실증적 연구: 자기 도피 척도의 타당화. 연세대학교 박사학위 청구논문.
- 신민섭, 박광배, 오경자, 김중술 (1990). 고등학생의 자살 성향에 관한 연구: 우울-절망-자살간의 구조적 관계에 대한 분석. Korean Journal of Clinical Psychology, 9(1), 1-19.
- 심태경 (2010). 스트레스와 걱정이 안녕에 미치는 영향: 정서 조절과 수면의 매개효과. 경상대학교 석사학위 청구논문.
- 오혜진 (2013). 지각된 스트레스, 무망감, 우울 및 자살생각의 관계. 경북대학교 석사학위 청구논문.
- 이지영 (2007). 대학생 자살생각에 영향을 미치는 심리 사회적 요인에 관한 연구. 공주대학교 석사학위 청구논문.
- 이지영 (2012). 삶의 스트레스가 자살사고에 미치는 영향: 분노 표현, 삶의 이유, 사회적 지지의 조절효과. 아주대학교 석사학위 청구논문.
- 이창수 (2011). 컬럼비아 대학 자살 심각성 평가 척도(Columbia-Suicide Severity Rating Scale)의 한국에서의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. 인제대학교 석사학위 청구논문.
- 정영숙, 정영주 (2015). 한국 청소년과 노인의 자살관련 변인들의 고찰: 자살에 대한 스

- 트레스 취약성 모델의 적용. *한국심리학회지: 발달* 28(3), 227-254.
- 정순이 (2003). 의미요법 집단상담이 결손가정 고등학생들의 삶의 목적수준 및 책임감 향상에 미치는 효과. *여수대학교 석사학위 청구논문*.
- 조 하 (2008). 중대한 생활사건 스트레스와 일상적 생활사건 스트레스가 자살사고에 미치는 영향: 삶의 의미의 매개효과와 조절효과. *이주대학교 석사학위 청구논문*.
- 주 영, 이서정, 현명호 (2012). 스트레스와 자살사고의 관계에서 삶의 의미, 감사의 중재효과. *한국심리학회지: 일반*, 31(4), 1175-1192.
- 최애숙 (2004). 고등학생의 생활스트레스 경험이 우울, 무망감 및 자살생각에 미치는 영향. *충남대학교 석사학위 청구논문*.
- 최우경 (2013). 대학생 생활스트레스, 부적응적 인지적 정서조절, 좌절된 대인관계욕구 및 자살생각의 구조적 관계. *경북대학교 박사학위 청구논문*.
- 통계청 (2016). 2016년 생명표. 서울: 통계청.
- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I. & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory based subtype of depression. *Psychological Review*, 96(2), 358-372.
- Aiken, L. S. & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173.
- Beck, A. T., Weissman A, Lester D, Trexler L. (1974). The Measurement of pessimism: The hopelessness scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(6), 861-865.
- Beck, A. T., & Steer, R. A. (1991). *Manual for Beck Scale for Suicide Ideation*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Beck, A. T., Steer, R. A., Beck, J. S. & Newman, C. F. (1993). Hopelessness, depression, suicidal ideation and clinical diagnosis of depression. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 23(2), 139-145.
- Beck, A. T., Steer, R. A., Kovacs, M. & Garrison, B. (1985). Hopelessness and eventual suicide: a 10-year prospective study of patients hospitalized with suicidal ideation. *American Journal of Psychology*, 142(5), 559-563.
- Bonner, R. L., & Rich, A. R. (1990). Psychosocial vulnerability, life stress, and suicide ideation in a jail population: A cross-validation study. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 20, 213-224.
- Bonner, R. L. & Rich, A. R. (1991). Predicting vulnerability to hopelessness: A longitudinal analysis. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 179, 29-32.
- Borges, G., Angst, J, Nock, M. K., Ruscio, A. M., Walters, E. E., & Kessler, R. C. (2006). A risk index for 12-month suicide attempts in the National Comorbidity Survey Relication (NSCR). *Psychological Medicine*, 36, 1747-1757.
- Britton, P. C. & Conner, K. R. (2010). Suicide attempts within 12 months of treatment for substance use disorders. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 40, 14-21.
- Bronk, K. C., Hill, P.L., Lapsley, D. K., Talib,

- T.L. & Finch, H. (2009). Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 500-510.
- Brown, G. K., Beck, A. T., Steer, R. A. & Grisham, J. R. (2000). Risk factors for suicide in psychiatric outpatients: a 20-year prospective study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(3), 371-377.
- Chang, E. C. (2002). Predicting suicide ideation in an adolescent population: examining the role of social problem solving as a moderator and a mediator. *Personality and Individual Differences*, 32(7), 1279-1291.
- Cooper, J., Appleby, L. & Amos, T. (2002). Life events preceding suicide by young people. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 37(6), 271-275.
- Crane, C., Williams, J. M., Hawton, K. E., Arensman, E., Hjelmeland, H., . . . Wasserman, D. (2007). The association between life events And suicide intent in self-poisoners with and without a history of deliberate self-harm: a preliminary study. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 37(4), 367-378.
- Damon, W., Menon, J. & Bronk, K. C. (2003). The development of purpose during adolescence. *Applied Developmental Science*, 7(3), 119-128.
- Dixon, W. A., Rumford, K. G., Heppner, P. P & Lips, B. J. (1992). Use of Different Sources of Stress to Predict Hopelessness and Suicide Ideation in a College Population. *Journal of Counseling Psychology*, 39(3), 342-349.
- Fergusson, D. M., Beautrais, A. L. & Horwood, L. J. (2003). Vulnerability and resiliency to suicidal behaviours in young people. *Psychological Medicine*, 33(1), 61-73.
- Frankl, V. E. (1959). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Boston, MA: Beacon Press.
- Frazier, P. A., Tix, A. P. & Barron, K. E. (2004). Testing Moderator and Mediator Effects in Counseling Psychology Research. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 115-134.
- Goldney, R. D. (1981). Attempted suicide in young women: correlates of lethality. *The British Journal of Psychiatry*, 139(5), 382-390.
- Haney, E. M., O'Neil, M. E., Carson, S., Low, A., Peterson, K., . . . Kansagara, D. (2012). *Suicide risk factors and risk assessment tools: A systematic review*. VA-ESP Project.
- Hawton, K. E., Saunders, K. E. A. & O'Connor, R. C. (2012). Self-harm and suicide in adolescents. *The Lancet*, 379(9834), 2373-2382.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Heisel, M. J. & Flett, G. L. (2003). Purpose in Life, Satisfaction With Life, and Suicide Ideation in a Clinical Sample. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(2), 127-135.
- Hirsch, J. K., Wolford, K., LaLonde, S. M., Brunk, L. & Morris, A. P. (2007). Dispositional Optimism as a Moderator of the Relationship Between Negative Life Events and Suicide Ideation and Attempts. *Cognitive Therapy & Research*, 31(4), 533-546.

- Joiner, T. E. (2005). Why people die by suicide. Cambridge: Harvard University Press.
- Kanner, A. D., Coyne, J. C., Schaefer, C. & Lazarus, R. S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 1-39.
- Khan, M. M., Mahmud, S., Karim, M. S., Zaman, M. & Prince, M. (2008). Case - control study of suicide in Karachi, Pakistan. *The British Journal of Psychiatry*, 193(5), 402-405.
- Klonsky, E. D., Kotov, R., Bakst, S., Rabinowitz, J. & Bromet, E. (2012). Hopelessness as a predictor of attempted suicide among first admission patients with psychosis: a 10-year cohort study. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 42(1), 1-10.
- K. M. Haatainen, A. Tanskanen, J. Kylmä, R. Antikainen, J. Hintikka, . . . H. Viinamäki (2003). Life events are important in the course of hopelessness-a 2-year follow-up study in a general population. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 38(8), 436-441.
- Kuo, W. H., Gallo, J. J. & Eaton, W. W. (2004). Hopelessness, depression, substance disorder, and suicidality: A 13-year community-based study. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 39(6), 497 - 501.
- Lewinsohn, P. M., Rohde, P. & Seeley, J. R. (1994). Psychosocial risk factors for future adolescent suicide attempts. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 297-305.
- Linehan, M. M., Chiles, J. A., Egan, K. J., Devine, R. H. & Laffaw, J. A. (1986). Presenting problems of parasuicides versus suicide ideators and nonsuicidal psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(6), 880-881.
- McAuliffe, C. M. (2002). Suicidal ideation as an articulation of intent: a focus for suicide prevention? *Archives of Suicide Research*, 6, 325-38.
- O'Carroll, P. W., Berman, A. L., Maris, R. W., Moscicki, E. K., Tanney, B. L., & Silverman, M. M. (1996). Beyond the Tower of Babel: A nomenclature for suicidology. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 26, 237-252.
- Paykel, E. S., Prusoff, B. A. & Myers, J. K. (1975). Suicide attempts and recent life events. A controlled comparison. *Archives of general psychiatry*, 32(3), 327-333.
- Posner, K., Oquendo, M. A., Gould, M., Stanley, B., & Davies, M. (2007). Columbia classification algorithm of suicide assessment (C-CASA): classification of suicidal events in the FDA's pediatric suicidal risk analysis of antidepressants. *American Journal of Psychiatry*, 164, 1035-1043.
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: theory, methods and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research*, 42(1), 185-227.
- Reekum, C. M., Urry, H. L., Johnstone, T., Thurow, M. E., Frye, C. J., . . . Davidson, R. J. (2007). Individual differences in amygdala and ventromedial prefrontal cortex activity are associated with evaluation speed and psychological well-being. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 19(2), 237-248.

- Ryff, C. D. & Singer B. (1998). The Contours of Positive Human Health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-28.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration the Meaning of Psychological well-being. *Journal of personality & Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Schaefer, S. M., Morozink, B. J., van Reekum, C. M., Lapate, R. C., Norris, C. J., . . . Davidson, R. J. (2013). Purpose in life predicts better emotional recovery from negative stimuli, *PLoS ONE*, 8(11), 1-9.
- Shek, D. T. (1993). The Chinese purpose-in-life test and psychological well-being in Chinese college students. *International Forum for Logotherapy*, 16(1), 35-42.
- Shneidman, E. S. (1985). *Definition of Suicide*. New York: Wiley.
- Silverman, M. M., Berman, A. L., Sanddal, N. D., O'Carroll, P. W., Joiner, T. E., Jr (2007). Rebuilding the Tower of Babel: A Revised Nomenclature for the Study of Suicide and Suicidal Behaviors Part1: Background, Rationale, and Methodology. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 37(3), 264-277.
- Silverman, M. D. & Maris, R. W. (1995). The Prevention of Suicidal Behaviors: An Overview. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 25(1), 10-21.
- Wang, M. C., Lightsey, O. R., Pietruszka, T., Uruk, A. C. & Wells, A. G. (2007). Purpose in life and reasons for living as mediators of the relationship between stress, coping, and suicidal behavior. *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 195-204.
- Wenzel, A. & Beck, A. T. (2008). A cognitive model of suicidal behavior: *Theory and treatment. Applied and Preventive Psychology*, 12(4), 189-201.
- White, J. L. (1989). *The troubled adolescent*. New York: Pergamon Press.
- Wilcox, H. C., Arria, A. M., Caldeira, K. M., Vincent, K. B., Pinchevsky, G. M. & O'Grady, K. E. (2010). Prevalence and predictors of persistent suicide ideation, plans, and attempts during college. *Journal of Affective Disorders*, 127(1-3), 287-294.
- Woosley, J. A., Lichstein, K. L., Taylor, D. J., Riedel, B. W. & Bush, A. J. (2014). Hopelessness Mediates the Relation between Insomnia and Suicidal Ideation. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 10(11), 1223-1230.
- Yang, B. & Clum, G. A. (1996). Effects of early negative life experiences on cognitive functioning and risk for suicide: *A review. Clinical Psychology Review*, 16(3), 177-195.
- Yen, S., Pagano, M. E., Shea, M. T., Grilo, C. M., Gunderson, J. G., . . . Znarini, M. C. (2005). Recent Life Events Preceding Suicide Attempts in a Personality Disorder Sample: Findings From the Collaborative Longitudinal Personality Disorders Study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 99-105.
- 원고접수일 : 2017. 12. 01.
수정원고접수일 : 2018. 01. 14.
게재결정일 : 2018. 02. 09.

The Effect of Stress and Hopelessness on Suicidal Ideation and Suicide Attempt: The Moderated Mediation Effect of Purpose in Life

Eun-kyung Bae

Min-kyu Lee

Ajou University

The aim of this study was to examine whether hopelessness played a mediating roles in the association between stress and suicidality(suicidal ideation and suicide attempt), and purpose in life moderated the effect of life stress on hopelessness. In addition, the moderated mediation effect on the relationship between stress and suicidality was examined. A total of 344 university students completed a self-reporting questionnaire on stress, suicidal ideation, suicide attempt, hopelessness, and purpose in life. The results indicated that hopelessness mediated the relationship between stress and suicidality, and purpose in life moderated the relationship between stress and hopelessness. As a result, the moderated mediation effect of purpose in life on the association between stress, hopelessness, and suicidality was found. These findings suggest that purpose in life may function as a protective factor concerning university students' suicidality.

Keywords : Stress, Suicidal Ideation, Suicide Attempt, Hopelessness, Purpose in Life