한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2023. Vol. 28, No. 6, 1165 - 1182

패배감이 자살사고에 미치는 영향: 속박감의 매개역할과 마음챙김의 조절된 매개효과 분석†

박 시 온
단국대학교 대학원 심리학과

배 성 만‡
단국대학교 심리치료학과 교수

본 연구는 자살을 설명하는 Williams의 고통호소모델(Cry of Pain: CoP)을 근거로 패배감과 자살사고의 관계에서 속박감의 매개효과를 검증하고, 속박감과 자살사고의 관계에서 마음챙김이 완화요인으로서 조절된 매개효과가 나타나는지를 검증하고자 하였다. 이를 위해 서울, 경기도, 경상도 및 기타 지역의 만 19세~34세의 초기 성인 424명을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 불성실한 응답지를 16부 제외하고 총 408부를 분석하였다. 자료분석을 위해 IBM SPSS Statistics 23.0과 SPSS PROCESS Macro v3.4를 사용하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 패배감은 자살사고에 정적으로 직접효과를 보였다. 둘째, 패배감과 자살사고의 관계에서 속박감의 매개효과가 나타났다. 셋째, 속박감과 자살사고 관계에서 마음챙김의 조절효과를 보였다. 마지막으로 패배감이 속박감을 매개하여 자살사고에 미치는 영향을 마음챙김이 조절하는 조절된 매개효과가 확인되었다. 본 연구는 초기 성인의 자살사고에 영향을 미치는 위험요인과 그에 따른 경로를 확인할 수 있었다. 또한, 마음챙김의 조절효과를 확인함으로써 초기 성인의 자살사고를 감소시켜줄 수 있는 구체적인 개입방안을 마련하는데 기초적인 자료를 제공하였다.

주요어: 패배감, 속박감, 마음챙김, 자살사고, 조절된 매개효과

† 본 연구는 박시온(2022)의 석사학위 청구논문을 수정·정리하였음.

‡ 교신저자(Corresponding author): 배성만, (34446) 충청남도 천안시 동남구 단대로 119 단국대학교 심리치료학과 교수, Tel.: 041-550-1482, E-mail: spirit73@hanmail.net

자살은 세계적인 공중 보건 문제이며 매년 703,000명이 자살로 인해 사망한다(World Health Organization: 이하 WHO, 2021). 자살은 스스로 행한 치명적이고 파괴적인 행동으로써 자살사고, 자살시도, 자살완료를 포함한 연속적인 행동으로 볼 수 있다(Beck, Kovacs, & Weissman, 1979; Reynolds, 1991). 자살은 개인뿐만 아니라 가족, 친구 등 주변 사람에게 돌이킬 수 없는 치명적인 영향을 미치게 된다(김종혁, 육성필, 2017). 그렇기에 자살 행동이 발생하기 이전에 개입하고 예방하는 것이 중요하다(최영환, 이은호, 황순택, 홍상황, 김지혜, 2020; Miranda, Tsypes, Gallagher, & Rajappa, 2013). 자살사고는 자살로 이어지는 일련의 과정의 시작점이며, 자살시도의 선행단계이다(최영환 등, 2020; Gili-Planas, Roca-Bennasar, Ferrer-Perez, & Bernardo-Arroyo, 2001). 실제로 자살시도에 영향을 미치는 요인에 대한 메타분석 결과에서 자살사고가 핵심요인으로 나타났으며(Franklin et al., 2017), 자살사고는 자살시도와 관련성이 매우 높고, 자살시도의 69.8%를 설명하는 것으로 보고되고 있다(추보경, 박중규, 2020; Bertule, Sebre, & Kolesovs, 2021).

우리나라의 자살률은 인구 10만명당 23.5명으로 경제협력개발기구(Organization for Economic Cooperation and Development: 이하 OECD) 회원국 평균 10.9명(10만 명당)보다 약 2.2배 높다(통계청, 2021). 2020년 국내 사망원인통계에 따르면, 자살로 인한 사망자는 13,195명으로 하루 평균 36.1명이 자살로 인해 목숨을 잃는 것으로 나타났다(통계청, 2021). 그중 성인기 초기에 해당하는 20~30대의 자살에 대한 사회적 비용은 약 3.5조원으로 우리나라 전체 자살에 대한 사회적 비용의 약 50% 이상을 차지하고 있다(현경래, 이선미, 이수연, 김재윤, 2014; 현경래, 최기춘, 이선미, 이수연, 2017). 최근에는 20~30대의 자살사고가 높게 상승하였는데, 20대가 17.5%, 30대가 14.7%로 전체 연령에서 가장 높은 상승을 보였다(통계청, 2021). 이는 초기 성인의 자살을 단순히 개인의 문제가 아닌 사회적 문제로 바라보고 개입할 필요가 있음을 시사한다. 따라서 본 연구는 초기 성인의 자살사고를 유발하고 심화시키는 요인에 초점을 맞추고자 한다.

초기 성인기는 청소년기와 성인기의 중간 과도기로(Levinson, 1986), 취업, 결혼, 부모로부터의 독립 등 인생에서의 중요한 선택을 해야 하며, 사회의 구성원으로서 역할과 책임을 갖는 시기이다(김민아, 2021; Mohammadi, Shikaleslami, & Fooladchang, 2019). 그들은 취업난, 청년실업, 사회적 안전망 부재 등의 상황 속에서 본인의 능력 이상의 과업을 수행해야 하는 부담감에 노출되어 있다(손세리, 2017). 또한 경쟁과 성취를 강조하는 사회문화적 분위기 속에서 그들은 자신의 위치를 끊임없이 확인하고 타인과 비교함으로써 단순한 스트레스를 넘어 패배감을 경험할 수 있다(양선미, 2019; 이은정, 심민정, 최현주, 2019). 실제로 이용미(2015)의 연구에서 초기 성인 자살시도자가 보고한 자살시도 과정의 인과적 요인이 '온전한 자립의 실패로 인한 자괴감'과 '꿈과 현실 사이의 커다란 괴리'라고 하였으며, 자살을 유발하게 한 중심요인이 '빠져나올 수 없는 깊은 절망'이라고 하였다.

고통호소모델(Cry of Pain: CoP)를 주장한 William(1997)는 패배감과 속박감이라는 개인적 및 인지적 변인을 통해 자살의 경로를 설명하였

으며, 이는 스트레스 취약성 이론과 도피이론을 기반으로 하고 있다(Gunn & Lester, 2015). Williams는 개인이 스트레스 상황을 패배감으로 인식하고 이러한 상황에서 빠져나오기 위해 노력을 하지만 벗어날 수 없다고 지각하는 경우 속박감을 경험하게 되어 도피수단으로써 자살을 선택하게 된다고 설명하였다. 고통호소모델은 앞서 설명한 초기 성인들의 사회적 상황을 고려해보았을 때 이들의 자살사고를 설명하는 좋은 모델이 될 수 있다. 과거에는 패배감과 속박감이 혐오스러운 상황에서 벗어날 수 없다는 인식에서 출발하기 때문에 동일한 개념으로 보았다(Johnson, Tarrier, & Gooding, 2008). 하지만 최근에는 두 변인이 시간에 따른 차이를 보일 것이라고 하여 서로 구분되는 개념으로서 설명되고 있으며, 요인구조를 살펴본 다수의 선행연구에서도 두 변인이 다른 요인으로 나타났다(이소영, 조현주, 권정혜, 이종선, 2015; Forkmann, Teismann, Stenzel, Glasesmer, & De Beures, 2018; Höller, et al., 2022).

패배감은 우울장애를 설명한 사회지위이론(social rank theory)에서 도출된 개념으로, 사회적·물질적 자원을 얻지 못하는 환경에 놓여있거나, 사회적 맥락 속에서 중요한 역할 또는 지위를 상실했을 때 경험하게 된다(Carvalho et al., 2013; Taylor, Gooding, Wood, & Tarrier, 2011). 패배감은 사회적 비교를 하는 과정에서 생겨날 수 있으며, 대인관계에서의 갈등, 얻고자 하는 사회적 자원의 획득 실패, 사회적 투쟁에서 실패했다고 느끼거나, 사회적 지위의 추락과 관련이 있다(Gilbert, Allan, Brough, Melley, & Miles, 2002; Sloman, Gilbert, & Hasey, 2003). 패배감은 객관적 상황을 반영하기보다 개인의 비합리적 인지로 인해 발생하게 된다(Gilbert, 2000). 최근에는 패배감이 자살사고를 예측하는 중요한 요인으로 확인되고 있다(Höller et al., 2022; Siddaway, Taylor, Wood, & Schulz, 2015).

속박감은 현재 상황으로부터 탈출하고자 하는 동기 수준은 높지만 그럴 수 없다고 지각하는 경우 경험하게 된다(이종선, 조현주, 2012; Gilbert, Allan, Brough, Melley, & Miles, 2002). 속박감은 현재 상황에 얽매여 있다고 지각하는 비합리적인 인지와 연관된다(Brown, Harris, & Hepworth, 1995). 속박감과 자살사고의 관계를 살펴본 선행연구에서 속박감이 자살사고를 유의하게 예측하였다(김정호, 홍혜영, 2016; 한상근, 2018; O'Connr & Portzky, 2018). 또한 O'Connor 등(2013)이 자살시도로 입원한 환자를 대상으로 4년 동안 종단연구를 실시한 결과, 속박감이 재입원의 24.6%를 설명하였으며, 반복적인 자살의 위험성을 줄이기 위해서는 속박감을 다루는 것이 중요하다고 제안하였다.

선행연구에서는 패배감이 지속될 경우 속박감으로 이어질 수 있고, 속박감을 느낀 개인은 현재 상황을 이겨내고 나아가기보다는 어디론가 피하고자 하는 마음과 영원히 쉬고 싶다는 욕구가 상승하게 된다고 설명하였다. 실제로 패배감과 자살사고의 관계를 속박감이 매개한다는 연구결과들이 있다(박정은, 권해수, 2020; Hong & Shin, 2021; O'Connor, 2011; Wetherall, Robb, & O'Connor, 2019; Zortea, Gray, & O'Conner, 2020). 이러한 이론적 근거 및 경험적 근거에 기초하여 패배감과 자살사고의 관계에서 속박감을 매개하는 경로를 가정할 수 있다.

앞서 설명하였듯이 패배감과 속박감은 개인의

비합리적 주관적 인지이다(이소영 등, 2015; 이종선, 조현주, 2012; Gilbert & Allan, 1998). 자살을 설명하는 인지이론에서는 자살을 시도하는 사람들의 경직된 인지 패턴에 주목하여 이러한 인지 패턴을 찾아 적응적인 방식으로 수정하는 것이 자살의 가능성을 감소시킬 수 있다고 설명한다(Neuringer, 1967). 선행연구에서는 자살에 영향을 미치는 패배감과 속박감의 비합리적인 인지적 과정을 수정하기 위해서는 패배하고 속박되는 상황을 적응적으로 재구성할 수 있게 비현실적인 기대를 수정하는 것이 중요하다고 제안하고, 이는 마음챙김 기반 개입을 통해 가능하다고 제언하고 있다(O'Connor & Portzky, 2018; Taylor et al., 2011; Teismann & Forkmann, 2017).

마음챙김(Mindfulness)이란 지금 이 순간의 경험에 집중하고 평가하지 않으며, 과거나 미래의 사건에 얽매이지 않고 현재 일어나는 사건을 비판단적으로 수용하는 것을 말한다(Kabat-Zinn, 2003). 마음챙김은 Kabat-Zinn(2003)에 의해 심리학에 적용되기 시작하였으며, 현재는 종교적인 개념보다는 '주의의 자기조절' 기제로써 강조되며 대중적으로 적용되고 있다(Coffey & Hartman, 2008). Kabat-Zinn(1982)은 통증이나 불안과 관련된 사고들이 실제를 반영한 사실이 아닌 단지 생각일 뿐임을 강조함으로써 그러한 생각들을 제거하거나 회피하기 위한 불필요한 행동을 할 필요가 없음을 강조하였다. 또한 마음챙김의 자세가 자살의 위험성을 보이는 사람들의 핵심적인 특징인 과거의 실수 또는 미래에 대한 불안, 비판적 반추, 그리고 부정적 자기평가와 상반된 것으로 나타났다(유성경, 최보윤, 강유선, 2020; Singhani, 2020).

이혜진(2017)의 연구에서는 마음챙김 수준이 높은 청소년이 마음챙김 수준이 낮은 청소년보다 자살위험도가 낮은 것으로 나타났으며, Song과 Bae(2020)의 연구에서도 대학생을 대상으로 한 스트레스와 자살사고의 관계에서 마음챙김의 조절효과가 나타났다. 불임여성을 대상으로 마음챙김 프로그램을 시행한 선행연구에서 프로그램 이후 속박감이 유의하게 감소하는 것으로 나타났다(Galhardo, Cunha, & Pinto-Gouveia, 2013). De Jaegere, Dumon, van Landschoot, Van Heeringen와 Portzky(2018)의 연구에서는 대학생을 대상으로 마음챙김 프로그램을 실시한 결과, 마음챙김의 중재가 이루어진 그룹에서 속박감과 자살사고가 유의미하게 감소하였다. 또한, 김지희(2017)의 연구에서는, 부적응적 완벽주의 대학생을 대상으로 마음챙김 기반 수용전념 프로그램을 실시한 결과, 속박감과 자살사고가 유의하게 감소하였다. 송미아(2020)의 연구에서는 마음챙김의 하위요인 중 비판단적 수용과 유사한 개념인 심리적 수용이 속박감과 자살사고 관계에서 조절효과를 보이는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과들은 마음챙김이 속박감의 영향을 완화하는 조절변인이 될 수 있음을 시사한다.

초기 성인을 대상으로 한 기존 연구들은 생활사건에 대한 스트레스 또는 Erikson(1950)이 설명한 초기 성인의 발달과업인 대인관계에서의 친밀감 형성에 초점을 맞춘 경향이 있다. 하지만 경쟁과 성취를 강조하는 사회적 분위기가 초기 성인의 정신건강에 부정적인 영향을 미친다는 점에서 사회적 상황과 관련된 개인의 심리적, 인지적 요인을 고려한 변인을 통해 초기 성인기의 자살사고를 살펴보는 것이 중요하다(조계화, 이현지,

2013). 본 연구에서 제시한 고통호소모델은 자살을 설명하는 대표적인 이론인 스트레스-취약성 모델과 도피이론을 기반으로 하고 있으며(Gunn & Lester, 2015), 사회적 요인과 인지적 요인을 함께 포함하고 있어 초기 성인의 자살사고에 대한 보다 명확한 설명을 제공할 수 있을 것으로 기대된다(Bolton, Gooding, Kapur, Barrowclough, & Tarrier, 2007).

본 연구의 목적은 고통호소모델에 기초하여 패배감과 자살사고의 관계에서 속박감의 매개역할을 살펴보고, 속박감이 자살사고에 미치는 영향을 마음챙김이 조절하는지 검증하고자 한다. 본 연구의 주요 가설은 다음과 같다. 첫째, 속박감이 패배감과 자살사고 간의 관계를 매개할 것이다. 둘째, 속박감과 자살사고 간의 관계를 마음챙김이 조절할 것이다. 셋째, 패배감이 자살사고에 영향을 미치는 경로에서 속박감이 이를 매개하고 마음챙김의 조절된 매개효과가 유의할 것이다.

방 법

참여자

본 연구는 서울, 경기도, 경상도 및 기타 지역에 거주하는 만19세~34세 남녀성인 424명을 대상으로 2021년 06월 23일부터 2021년 07월 03일까지 온라인 설문지(구글 설문지)를 통해 실시되었다. 수집된 자료 중 불성실하게 응답한 설문지를 제외하고 최종적으로 408부의 설문지를 분석에 사용하였다. 연구 참가자는 총 408명으로 여성 221명(54.2%), 남성 187명(45.8%)이다. 평균연령은 26.12세(SD=4.77)로 나타났다. 본 연구의 자료 수집을 포함한 모든 연구 절차는 단국대학교 생명윤리위원회(Institutional Review Board)의 승인을 받아 진행되었다(승인번호: 2021-05-044-001).

측정도구

패배감 척도(Defeat Scale: DS). 패배감을 측정하기 위하여 Gilbert와 Allan(1998)이 개발한 패배감(Defeat) 척도를 이소영 등(2015)이 번안 및 표준화한 패배감 척도를 사용하였다. 총 12문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도(1점=전혀 그렇지 않다~5점=매우 그렇다)로 평정된다. 점수가 높을수록 현재 개인이 경험하는 패배감이 높음을 의미한다. 이소영 등(2015)의 연구에서 Cronbach's α는 .93으로 나타났다. 본 연구에서 Cronbach's α는 .95으로 나타났다.

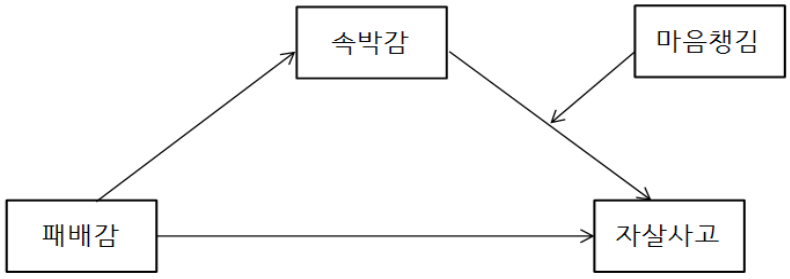

그림 1. 연구모형: 조절된 매개 모형

속박감 척도(Entrapment Scale: ES). 속박감을 측정하기 위해 Gilbert와 Allan(1998)이 개발한 내적 속박감(External Entrapment) 및 외적 속박감(Internal Entrapment) 척도를 이종선과 조현주(2012)가 번안 및 표준화한 속박감 척도를 사용하였다. 총 16문항으로 5점 Likert 척도(1점=전혀 그렇지 않다~5점=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 현재 개인이 경험하는 속박감이 높음을 의미한다. 하위요인으로는 내적 속박감으로 구성되어 있다. 이종선과 조현주(2012)의 연구에서 Cronbach's α는 .89이었으며, 하위요인의 경우 외적 속박감 .92, 내적 속박감 .89으로 나타났다. 본 연구에서 Cronbach's α는 .96으로 나타났다.

한국판 Beck의 자살사고 척도(Scale for Suicidal Ideation: SSI). 자살사고를 측정하기 위해 Beck, Kovacs와 Weissman(1979)이 개발하고 신민섭, 박광배, 오경자와 김중술(1990)이 자기보고식 질문지로 번안하고 변형한 척도를 사용하였다. 본 연구에서 사용된 척도는 자살에 대한 욕구, 태도, 준비에 대하여 측정하고 있다. 척도는 총 19문항으로 구성되어 있으며, 3점(0점, 1점, 2점) Likert 척도로 평정하여, 점수의 총점이 높을수록 높은 자살사고를 의미한다. 신민섭 등(1990)의 연구에서는 Cronbach's α이 .87으로 나타났으며, 본 연구에서 Cronbach's α는 .91으로 나타났다.

한국판 마음챙김 5요인 척도(Five facet Mindfulness Questionnaire: FFMQ). 개인의 마음챙김 경향성을 측정하기 위하여 Baer 등(2008)이 개발한 5요인 다차원적 마음챙김 척도를 원두리와 김교헌(2006)이 번안하고 타당화 한 한국판 마음챙김 5요인 척도를 사용하여 측정하였다. 척도는 총 39문항으로 7점 Likert 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 일상에서 마음챙김 하려는 경향이 높은 것을 의미한다. 하위요인으로는 관찰(observing), 기술(describing), 비자동성(nonreactivity), 비판단(non-judging of experience), 자각행위(acting with awareness)로 구성되어 있다. 원두리와 김교헌(2006)의 연구에서 Cronbach's α는 .90으로 나타났고, 하위요인의 경우 비자동성, .88, 비판단 .86, 자각행위, 87, 관찰 .87, 기술 .86이었다. 본 연구에서 Cronbach's α는 .90으로 나타났다.

자료분석

본 연구는 IBM SPSS Statistics version 23.0과 PROCESS Macro for SPSS Version 3.4을 이용하여 분석하였다. 먼저, 본 연구에 참여한 대상자들의 인구통계학적 특성을 확인하기 위하여 빈도분석과 기술통계분석을 실시하였으며, Cronbach's α계수를 산출하여 측정 도구의 신뢰도를 확인하였다. 둘째, 연구 변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도, 범위 등을 확인하기 위해 기술통계분석을 실시하였으며, Pearson 상관계수를 통해 상관분석을 실시하였다. 셋째, 패배감과 자살사고의 관계에서 속박감의 매개효과를 확인하기 위하여 SPSS PROCESS Macro에서 부트스트래핑(bootstrapping)을 통해 간접효과의 유의성을 검증하였다. 넷째, 속박감이 자살사고에 미치는 영향을 마음챙김이 조절하는지를 검증하기 위하여 위계적 회귀분석을 사용하여 상호작용효과를 검증하

였다(Aiken, West, & Reno, 1991). 다중공선성의 문제를 최소화하기 위하여 독립변인과 조절변인을 평균중심화를 하였고, 세부적인 상호작용을 알아보기 위해 조절변수의 조건 값(Mean－1SD, Mean, Mean +1SD)에 따른 단순회귀선의 유의성을 검증하였다. 다섯째, 조절된 매개모형 분석을 위해 Hayes(2017)가 제안한 절차에 따라 SPSS PROCESS Macro Model 14를 적용하였다.

결 과

주요변인의 기술통계 및 상관관계 분석

본 연구에서 측정 변인들의 일반적인 경향을 파악하기 위해서 평균, 표준편차를 산출하였고, 정규 분포성 검증을 위해 왜도와 첨도를 산출하였으며, 그 결과는 표 1과 같다. 패배감은 속박감(r=.885, p<.001), 자살사고(r=.519, p<.01)와 유의한 정적상관을 보였으며, 마음챙김(r=-.521, p<.01)과 유의한 부적상관을 보였다. 속박감은 자살사고(r=.518, p<.01)와 유의한 정적상관을 보였으며, 마음챙김(r=-.534, p<.01)과 유의한 부적상관을 보였다. 또한 자살사고는 마음챙김(r=-.415, p<.01)과 유의한 부적상관을 보였다. 변인 간의 다중공선성 문제를 분석한 결과, 변인 간의 공차한계(tolerance)의 범위가 0.21~0.7로 0.1보다 컸으며, 분산팽창계수(variance inflation factor: VIF)의 범위는 1.42~4.78로 10보다 작았다. 따라서 본 연구의 결과가 변인 간의 높은 상관에 의해 오염될 가능성이 적음을 시사한다(이학식, 임지훈, 2011).

패배감과 자살사고의 관계에서 속박감의 매개효과 검증

패배감이 속박감을 매개로 하여 자살사고에 영향을 미칠 것이라는 본 연구의 가설 검증을 위해 SPSS PROCESS Macro Model 4를 적용한 부트스트래핑(bootstrapping)을 이용하였다. 부트스트래핑(bootstrapping) 방식에서는 매개효과 계수에 대한 95% 신뢰구간을 산출하고, 이 신뢰구간이 0을 포함하지 않으면 0.5 수준에서 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 결론을 내릴 수 있다(Preacher et al., 2007). 표 2와 같이 간접효과 계

표 1. 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석(N=408)

	1	2	3	4
1. 패배감	-	-	-	-
2. 속박감	.885**	-	-	-
3. 마음챙김	-.521**	-.534**	-	-
4. 자살사고	.519**	.518**	-.415**	-
M	23.49	37.17	120.77	5.97
SD	10.83	15.74	16.96	6.44
왜도	.59	.29	-.12	1.23
첨도	-.72	-1.07	.72	1.26

**p<.01, ***p<.001.

수는 .143로 나타났으며, 95% 신뢰구간의 하한값과 상한값이 각각 .053과 .239로 나타나 0을 포함하지 않으므로 속박감의 매개효과가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 결론적으로 본 연구의 매개경로의 유의성이 검증되었다.

속박감과 자살사고의 관계에서 마음챙김의 조절효과 검증

속박감과 자살사고의 관계를 마음챙김의 수준이 유의미하게 조절하는지를 살펴보기 위해 Aiken 등(1991)이 제시한 방법에 따라 위계적 중다회귀분석을 실시하였다(표 3). 분석과정에서 예측변인인 속박감과 조절변인인 마음챙김을 평균중심화(Mean centering)함으로써 다중공선성 문제를 해결하였으며, 속박감과 마음챙김의 곱을 산출하여 상호작용항(속박감×마음챙김)을 설정하였다. 그 결과 마음챙김은 속박감과 자살사고 사이에서 유의미한 조절효과를 보였다($\triangle R^2$=.318, p<.001).

또한 속박감과 마음챙김의 상호작용이 구체적으로 어떠한 형태로 나타나는지 확인하기 위해 SPSS PROCESS Macro Model 1을 적용하였으며, 마음챙김의 조건 값(Mean -1SD, Mean, Mean +1SD)에 따른 예측변인이 결과변인에 미치는 영향과 상호작용의 유의성을 검증하였다(표 4). 이를 시각적으로 나타내기 위해 단순 회귀선을 산출하여 그래프로 그림 2에 제시하였다(Aiken et al., 1991; Cohen, Maiersperger, Gower, & Turner, 2003). 이러한 결과는 속박감이 자살사고에 미치는 영향을 마음챙김이 조절함을 의미한다.

패배감과 자살사고의 관계에서 속박감의 매개역할을 통한 마음챙김의 조절된 매개효과 검증

패배감이 속박감을 매개하여 자살사고에 영향을 미치는 관계에서 마음챙김의 조절된 매개효과

표 2. 패배감과 자살사고의 관계에서 속박감의 부트스트랩핑 결과 (N=408)

변수	비표준화 계수(B)	Boot SE	95% 신뢰구간	
			하한값	상한값
속박감	.143	.048	.053	.239

표 3. 속박감과 자살사고의 관계에서 마음챙김의 조절효과 검증 (N=408)

단계	변인	결과변수: 자살사고						
		비표준화 계수		β	*t*	R^2	$\triangle R^2$	$\triangle F$
		B	S.E					
1	속박감(A)	.169	.020	.414	8.395***	.295	.292	84.75
	마음챙김(B)	-.074	.019	-.194	-3.934***			
2	속박감(A)	.160	.020	.391	8.035***	.323	.318	16.80
	마음챙김(B)	-.073	.018	-.193	-3.988***			
	A×B	-.004	.001	-.169	-4.099***			

***p<.001.

를 살펴보기 위해 Hayes(2017)가 제안한 SPSS PROCESS Macro Model 14을 활용하여 조절된 매개효과 검증을 하였으며, 부트스트랩핑(bootstrapping)을 통해 효과의 유의성을 확인하였다.

표 5와 같이 독립변인인 패배감이 매개변인인 속박감에 유의한 정적 영향을 미쳤으며(B=1.286, t=-38.307, p<.001), 독립변인인 패배감이 종속변인인 자살사고에 미치는 직접적인 경로도 유의하게 나타났다(B=0.133, t=2.547, p<.05). 또한 조절변인인 마음챙김이 종속변인인 자살사고에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=-0.068, t=-3.672, p<.001). 다음으로 매개변인인 속박감이 조절변인인 마음챙김의 상호작용 효과가 종속변인인 자살사고에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=-0.004, t=-4.019, p<.001). 이는 속박감이 자살사고에 미치는 영향력이(B=0.082, t=-2.268, p<.05) 마음챙김에 따라 달라지는 것을 의미한다.

조절변인인 마음챙김의 수준에 따라 매개효과의 크기와 방향이 어떻게 변하는지 살펴보기 위해서 부트스트래핑(bootstrapping)을 통하여 조건부 간접효과의 통계적 유의성을 검증하였다. 그 결과는 표 6과 같다. 분석 결과, 마음챙김 수준이 높아질수록 조절된 매개의 간접효과가 점차 감소하였다(-1SD=.185, Mean=.106, +1SD=.027). 구체적으로 마음챙김 수준이 낮거나(-1SD) 평균인 경우, 간접효과의 하한값과 상한값 사이에 0이 포

표 4. 마음챙김의 조건 값에 따른 속박감의 단순회귀선 검증 (N=408)

마음챙김	비표준화 계수(B)	S.E	t	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
Mean -1SD	.223	.024	9.40***	.177	.270
Mean	.160	.012	8.04***	.121	.199
Mean +1SD	.097	.027	3.65***	.045	.149

***p<.001.

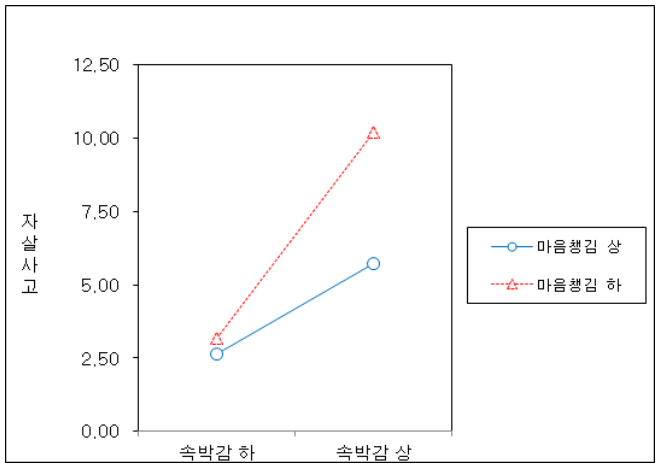

그림 2. 속박감과 자살사고의 관계에서 마음챙김의 조절효과

표 5. 패배감과 자살사고의 관계에서 속박감을 통한 마음챙김의 조절된 매개효과 (N=408)

	매개변수모형 (종속변수: 속박감)				
	비표준화 계수(B)	S.E	*t*	95% CI	
				하한값	상한값
상수	-30.202	.868	-34.792	-31.908	-28.495
패배감	1.286	.034	38.307***	1.220	1.352
	조절변수모형 (종속변수: 자살사고)				
	비표준화 계수(B)	S.E	*t*	95% CI	
				하한값	상한값
상수	2.3203	1.258	1.845	-.1525	4.793
패배감	.133	.052	2.547*	0.304	.236
속박감	.083	.036	2.269*	.0110	.154
마음챙김	-.068	.018	-3.673***	-.1036	-.031
속박감 × 마음챙김(a')	-.004	.001	-4.019***	-.0054	-.002

*p<.05, ***p<.001

표 6. 마음챙김의 조건부 값에 따른 간접효과 분석 (N=408)

마음챙김	조절변수의 특정 값에서 조건부 간접효과			
	간접효과계수	Boot S.E	95% CI	
			Boot 상한값	Boot 하한값
Mean -1SD	.185	.056	.078	.296
Mean	.106	.050	.013	.205
Mean +1SD	.027	.055	-.077	.140

함되어 있지 않아 통계적으로 유의하였으나, 마음챙김 수준이 높은(+1SD) 경우 간접효과의 하한값과 상한값 사이에 0을 포함되어 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 즉, 마음챙김 수준이 낮거나 평균인 경우 패배감이 속박감을 매개하여 자살사고에 미치는 영향을 마음챙김이 유의하게 조절하였으나, 마음챙김 수준이 높은 경우는 패배감이 속박감을 매개하여 자살사고에 영향을 미치지 않음을 의미한다. 이러한 결과는 개인의 마음챙김 수준에 따라 패배감이 속박감을 매개하여 자살사고에 미치는 영향이 유의미하게 달라짐을 의미한다. 또한 마음챙김 수준이 낮은 개인의 경우, 패배감과 자살사고 관계에서 속박감의 매개효과가 더 커질 수 있음을 시사한다.

논 의

본 연구에서는 초기 성인을 대상으로 Williams의 고통호소모델(CoP)을 근거로 패배감이 자살사고에 이르는 경로에서 속박감이 매개하는지를 확인하였다. 이어서 마음챙김의 수준에 따라 속박감이 자살사고에 미치는 영향이 달라지는지를 검증하고자 하였다. 본 연구결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 패배감은 자살사고에 정적으로 영향을 미쳤다. 이는 패배감이 자살사고에 영향을 미친다고 밝힌 선행연구들을 지지하는 결과이다(장재희, 2016; Johnson et al., 2008; O'Connor et al., 2013; Siddaway et al., 2015; Tang, Beckwith, & Ashworth, 2016). 본 연구의 결과는 스트레스 상황에 놓인 개인이 이를 패배감을 경험할 경우, 이러한 상황에서 벗어나기 위해 도피수단으로 자살사고를 경험할 수 있음을 의미한다. 초기 성인들은 취업난, 청년실업, 사회적 안전망 부재 등의 상황에서 본인의 능력 이상의 과업을 수행해야 하는 부담감과 사회적 지위의 획득 실패 및 타인과의 비교로 인해 패배감을 경험할 수 있다(이은정 등, 2019). 따라서 초기 성인의 자살사고를 예방하기 위해서는 개인이 경험하는 패배감의 수준을 고려할 필요가 있다.

둘째, 패배감과 자살사고의 관계에서 속박감이 부분매개하는 것으로 나타났다. 즉, 패배감이 자살사고에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 속박감을 매개하여 자살사고를 촉발할 수 있음을 의미한다. 이러한 결과는 패배감이 속박감을 매개로 자살사고에 영향을 미친다는 선행연구들을 지지하는 결과이다(김설환, 손정락, 2018; 박정은, 권해수, 2020; Forkmann et al., 2018; Lucht et al., 2020; Zortea et al., 2020). 또한 패배감과 속박감을 통해 자살을 설명한 Williams(1997)의 고통호소모델(Cry of Pain: CoP)을 지지하는 결과로, 패배감과 속박감이 자살사고에 영향을 미치는 핵심적인 요인임을 보여준다. 본 연구결과는 패배감이 지속되면 속박감으로 이어질 수 있고, 속박감을 느낀 개인은 현재 상황을 이겨내고 나아가기보다는 어디론가 피하고자 하는 마음과 영원히 쉬고 싶다는 욕구 즉, 자살사고가 증가할 수 있음을 시사한다.

셋째, 속박감과 자살사고와의 관계에서 마음챙김의 조절효과가 통계적으로 유의하였다. 즉, 마음챙김이 속박감과 자살사고에 미치는 영향을 완화할 수 있다는 것을 의미한다. 이는 마음챙김 프로그램에 참여한 대학생의 속박감과 자살사고가 유의미하게 낮아진 선행연구를 지지하는 결과이며(De Jaegere et al., 2018), 마음챙김이 속박감과 자살사고와의 관계에서 보호요인으로 작용할 것이라는 주장에 대한 경험적 근거를 제공한다(O'Connor & Portzy, 2018; Taylor et al., 2011; Tveit, 2019).

마지막으로, 패배감이 속박감을 통하여 자살사고에 영향을 미치는 매개효과를 속박감과 마음챙김의 상호작용 효과가 조절하는 조절된 매개효과가 유의미하였다. 이는 패배감이 높을수록 속박감과 자살사고를 경험할 가능성이 높으나, 마음챙김 수준이 높은 사람이 낮은 사람에 비해 자살사고를 적게 경험할 가능성을 시사한다. 그러나 마음챙김 수준이 평균보다 높은 집단에서는 속박감의 매개효과가 유의하지 않는 것으로 나타났다. 마음챙김은 인지적 과정이나 흐름을 스스로 잘 이해하게 도움으로써 신념이 변화할 수 있도록 돕고 주의조절 또는 인지요소를 재구성하게 도와 자살사고로 이어지지 않도록 할 수 있다(Singhani, 2020). 따라서 패배감이 속박감을 통해 자살사고로 가는 경로에서 마음챙김의 자세가 속박감의 비합리적 주관적 인지를 수정하여 상황을 적응적으로 재구성할 수 있도록 도움으로써 자살사고를 감소시킬 수 있다.

본 연구의 공헌과 임상적 함의는 다음과 같다.

첫째, Williams(2002)의 고통호소모델(Cry of Pain: CoP)을 근거로 초기 성인기의 패배감과 속박감이 자살사고에 미치는 영향을 검증하였다. 특히, 패배감이 사회적 지위와 관련된 인지적 요인이라는 점에서 성취와 경쟁을 중요시하는 우리나라의 초기 성인들의 자살사고와 관련된 중요한 변인이 될 수 있다.

둘째, 초기 성인의 패배감과 속박감이 자살사고에 미치는 영향에서 마음챙김의 조절효과를 확인하였다. 선행연구에서 마음챙김이 비합리적 주관적 인지를 수정할 수 있는 보호요인으로 소개되었으나(O'Connor & Portzky, 2018; Taylor et al., 2011; Tveit, 2019), 패배감과 속박감이 자살사고로 가는 과정에서 마음챙김의 조절효과가 명확히 검증되지 못하였다. 본 연구는 패배감, 속박감이 자살사고로 가는 경로에서 마음챙김의 조절효과를 살펴봄으로써 기존 이론에 대한 경험적 근거를 제공하였다. 이러한 결과는 패배감과 속박감을 경험하는 초기 성인기의 자살사고에 대한 구체적인 예방 개입 방안을 마련하는데 기초적인 자료가 될 수 있다. 마음챙김은 자기수련을 통하여 증진될 수 있는 것으로 알려져 있으며, 스스로 연습함으로써 개입을 지속할 수 있다는 점에서 자조적인 특징을 가지고 있다(김완석, 전지수, 2012; Carmody & Baer, 2008; Del Re, Flückiger, Goldberg, & Hoyt, 2013; Parsons, Crane, Parsons, Fjorback, & Kuyken, 2017). 특히 대면이 어려운 코로나-19 상황에서 패배감과 속박감을 경험하는 초기 성인의 자살 위험성을 감소시키는데 마음챙김이 효과적일 수 있음을 시사한다.

셋째, 기존의 연구에서는 패배감과 속박감이 단일요인인지 서로 다른 요인인지에 대한 논란이 있었다. 최근에는 국내외 연구에서 패배감과 속박감을 측정하는 척도의 요인구조 분석을 통해 두 변인이 서로 다른 요인임이 확인되고 있다(이소영 등, 2015; Forkmann et al., 2018; Höller et al., 2022; O'Connor et al., 2013). 이에 본 연구에서도 두 변인을 구분하여 패배감이 속박감을 거쳐 자살사고에 영향을 미친다는 매개모형을 설정하였다. 이는 패배감이 속박감을 거쳐 자살사고에 이른다고 주장한 Williams(2001)의 고통호소모델과 Taylor(2010)의 비자발적 패배 전략(IDS)모델의 이론을 지지한다. 패배감과 속박감을 구분하여 초기 성인의 자살사고에 대한 구체적인 기제를 설명한 것은 본 연구의 또 다른 공헌이 될 수 있다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 단순히 인구통계학적 특성을 확인하기 위해 설문은 실시하였으나, 이에 대한 통제가 이루어지지 않았다. 따라서 추후연구에서 인구통계학적 특성을 포함함으로써 변인들 간의 관계를 살펴볼 필요가 있겠다.

둘째, 본 연구에서 수집된 자료들은 자기 보고식 설문에 따른 것이다. 자기 보고식 설문은 자기방어를 위한 긍정 왜곡의 가능성을 유발할 수 있다. 따라서 추후연구에서는 심층 면접이나 행동관찰, 주변인의 평가 등 다양한 정보를 포함시킬 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 마음챙김을 속박감과 자살사고 경로에서의 조절효과를 살펴보았으나, 마음챙김 개념 특성상 다양한 정서적, 인지적 부적응을 완화하기에 좋은 변인으로 밝혀지고 있는 바, 본 연구에서 설정한 경로 외에도 다양한 경로에서의 경로를 살펴보는 것도 의미가 있겠다.

마지막으로 본 연구는 횡단설계를 통하여 이뤄졌기 때문에 변인 간의 인과적 관계를 주장하는데 한계가 있다. 따라서 추후연구에서는 종단연구를 통해 변인들간의 인과관계를 보다 명확하게 검증할 필요가 있다.

참 고 문 헌

김민아 (2021). 초기 성인의 아동기 부정적 경험과 자살사고 : 우울의 매개효과와 사회생태학적 레질리언스의 조절된 매개효과. 경북대학교 대학원 석사학위논문.

김설환, 손정락 (2018). 정신장애 범죄자의 우울과 자살생각 간의 관계에서 패배감과 속박감의 매개효과. 디지털융복합연구, 16(4), 379-386.

김완석, 전진수 (2012). 한국형 마음챙김 기반 스트레스 감수 (K-MBSR) 프로그램이 마음챙김 수준, 심리적 증상, 삶의 질에 미치는 효과: 자기수련량 및 참여동기의 역할. 한국심리학회지: 건강, 17(1), 79-98.

김정호. (2001). 체계적 마음챙김을 통한 스트레스관리: 정서 마음챙김을 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 6(1), 23-58.

김정호, 홍혜영. (2016). 대학생의 생활스트레스와 자살생각과의 관계: 내적속박감과 외적속박감의 매개효과. 상담학연구, 17(1), 391-413.

김종혁, 육성필. (2017). 초기성인의 충동성과 자살행동의 관계: 습득된 자살실행력과 사회적 지지의 조절된 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29(3), 787-808.

김지희. (2017). 수용전념 치료(ACT)가 부적응적 완벽주의 대학생의 심리적 수용, 패배감, 속박감 및 자살생각에 미치는 효과. 전북대학교 일반대학원 석사학위논문.

박정은, 권해수. (2020). 대학생의 패배감이 자살생각에 미치는 영향에서 속박감을 통한 좌절된 소속감의 조절된 매개효과: O'Connor의 통합적 동기-의지 모형을 중심으로. 청소년상담연구, 28(2), 305-327.

손세리 (2017). 초기성인의 완벽주의가 자살생각에 미치는 영향. 숭실대학교 대학원 석사학위논문.

송미아 (2020). 생활 스트레스가 자살생각에 미치는 영향. 한국상담대학원대학교 석사학위논문.

양선미 (2019). 초기 성인의 자살에 영향을 미치는 심리사회적 요인들에 관한 연구. 서울여자대학교 특수치료전문대학원 박사학위논문.

원두리, 김교헌 (2006). 한국판 5 요인 마음챙김 척도의 타당화 연구. 한국심리학회지: 건강, 11(4), 871-886.

유성경, 최보윤, 강유선 (2020). 반추 및 반성과 우울 및 심리적 안녕감과의 관계에서 마음챙김의 매개 및 조절효과. 아시아교육연구, 21(2), 517-545.

이소영, 조현주, 권정혜, 이종선 (2015). 한국판 패배감 척도의 신뢰도와 타당도 연구 및 패배감과 속박감의 요인구조. *Korean Journal of Clinical Psychology, 34*(1), 17-35.

이용미. (2015). 대학생의 자살시도 경험. *Journal of Korean Academy of Nursing, 45*(3), 397-411.

이은정, 심민정, 최현주 (2019). 구직자의 스트레스와 우울 간 관계에서 속박감의 매개효과와 파국화 및 자기비난의 조절효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 31(4), 1165-1186.

이종선, 조현주 (2012). 한국판 내적 속박감 및 외적 속박감 척도의 신뢰도와 타당도 연구. 한국심리학회지: 일반, 31(1), 239-259.

이학식, 임지훈 (2011). SPSS 12.0 매뉴얼. 서울: 집현재.

이혜진 (2017). 학교 스트레스가 자살위험에 미치는 영향에서 마음챙김의 완충효과와 심리적 경직성의 상승효과. 청소년학연구, 24(11), 273-294.

장재희 (2016). 중년기 남성의 속박감이 자살생각에 미치는 영향. 용문상담심리대학원대학교 석사학위논문.

조계화, 이현지 (2013). 대학생이 인식하는 자살의 원인과 대책에 관한 내용분석. 한국사회복지교육, 22, 105-133.

최영환, 이은호, 황순택, 홍상황, 김지혜 (2020). 한국어

관 벡자살사고척도의 신뢰도 및 타당도 연구: 일반 성인 집단을 대상으로. *Korean Journal of Clinical Psychology, 39*(2), 111-123.

추보경, 박중규 (2020). 고등학생의 자살사고와 우울, 일상적 스트레스, 신경증 성향 간의 관계. 한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제, 6(2), 139-152.

통계청 (2021). 2020년 사망원인 통계 결과

한상근 (2018). 절망감과 자살사고의 관계: 속박감과 우울, 살아야 할 이유의 매개효과. 가톨릭대학교 일반대학원 석사학위논문.

현경래, 이선미, 최기춘, 이수연, 김재윤. (2014). 건강보장정책 우선순위 설정을 위한 주요질병의 사회경제적 비용 분석. 서울: 국민건강보험 건강보험정책연구원.

현경래, 최기춘, 이선미, 이수연. (2017). 건강보장정책 수립을 위한 주요 질병의 사회경제적 비용 분석. 국민건강보험공단 연구보고서, 1-0001.

Aiken, L. S., West, S. G., & Reno, R. R. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. sage.

Baer, R. A., Smith, G. T., Lykins, E., Button, D., Krietemeyer, J., Sauer, S., ... & Williams, J. M. G. (2008). Construct validity of the five facet mindfulness questionnaire in meditating and non-meditating samples. *Assessment, 15*(3), 329-342.

Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of suicidal intention: the Scale for Suicide Ideation. *Journal of consulting and clinical psychology, 47*(2), 343.

Bertule, M., Sebre, S. B., & Kolesovs, A. (2021). Childhood abuse experiences, depression and dissociation symptoms in relation to suicide attempts and suicidal ideation. *Journal of Trauma & Dissociation*, 1-17.

Bolton, C., Gooding, P., Kapur, N., Barrowclough, C., & Tarrier, N. (2007). Developing psychological perspectives of suicidal behaviour and risk in people with a diagnosis of schizophrenia: we know they kill themselves but do we understand why?. *Clinical Psychology Review, 27*(4), 511-536.

Brown, G. W., Harris, T. O., & Hepworth, C. (1995). Loss, humiliation and entrapment among women developing depression: a patient and non-patient comparison. *Psychological medicine, 25*(1), 7-21.

Carmody, J., & Baer, R. A. (2008). Relationships between mindfulness practice and levels of mindfulness, medical and psychological symptoms and well-being in a mindfulness-based stress reduction program. *Journal of behavioral medicine, 31*(1), 23-33.

Carvalho, S., Pinto-Gouveia, J., Pimentel, P., Maia, D., Gilbert, P., & Mota-Pereira, J. (2013). Entrapment and defeat perceptions in depressive symptomatology: through an evolutionary approach. *Psychiatry: Interpersonal & Biological Processes, 76*(1), 53-67.

Coffey, K. A., & Hartman, M. (2008). Mechanisms of action in the inverse relationship between mindfulness and psychological distress. *Complementary health practice review, 13*(2), 79-91.

Cohen, W. B., Maiersperger, T. K., Gower, S. T., & Turner, D. P. (2003). An improved strategy for regression of biophysical variables and Landsat ETM+ data. *Remote Sensing of Environment, 84*(4), 561-571.

De Jaegere, E., Dumon, E., van Landschoot, R., Van Heeringen, C., & Portzky, G. (2018). *The effect of Mindfulness-Based Cognitive Therapy and Future-Oriented Group Therapy on preventing suicidal thoughts and behaviours: A randomised controlled trial*. In ESSSB 17.

Del Re, A. C., Flückiger, C., Goldberg, S. B., & Hoyt, W. T. (2013). Monitoring mindfulness practice quality: An important consideration in mindfulness practice. *Psychotherapy Research, 23*(1), 54-66.

Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society,* New York (WW Norton) 1950.

Forkmann, T., Teismann, T., Stenzel, J. S., Glaesmer, H., & De Beurs, D. (2018). Defeat and entrapment: More than meets the eye? Applying network analysis to estimate dimensions of highly correlated constructs. *BMC medical research methodology, 18*(1), 1-9.

Franklin, J. C., Ribeiro, J. D., Fox, K. R., Bentley, K. H., Kleiman, E. M., Huang, X., ... & Nock, M. K. (2017). Risk factors for suicidal thoughts and behaviors: A meta-analysis of 50 years of research. *Psychological bulletin, 143*(2), 187.

Galhardo, A., Cunha, M., & Pinto-Gouveia, J. (2013). Mindfulness-based program for infertility: Efficacy study. *Fertility and sterility, 100*(4), 1059-1067.

Gilbert, P., & Allan, S. (1998). The role of defeat and entrapment (arrested flight) in depression: an exploration of an evolutionary view. *Psychological medicine, 28*(3), 585-598.

Gilbert, P., Allan, S., Brough, S., Melley, S., & Miles, J. N. V. (2002). Relationship of anhedonia and anxiety to social rank, defeat and entrapment. *Journal of affective disorders, 71*(1-3), 141-151.

Gili-Planas, M., Roca-Bennasar, M., Ferrer-Perez, V., & Bernardo-Arroyo, M. (2001). Suicidal ideation, psychiatric disorder, and medical illness in a community epidemiological study. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 31*(2), 207-213.

Gunn, J. F., & Lester, D. (2015). *Theories of suicide: Past, present and future.* Charles C Thomas Publisher.

Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach.* New York: Guilford publications.

Höller, I., Rath, D., Teismann, T., Glaesmer, H., Lucht, L., Paashaus, L., ... & Forkmann, T. (2022). Defeat, entrapment, and suicidal ideation: Twelve month trajectories. *Suicide and Life Threatening Behavior, 52*(1), 69-82.

Hong, H. J., & Shin, S. H. (2021). Suicidal ideation of men with alcohol use disorder in South Korea: a structural equation modeling analysis. *International journal of environmental research and public health, 18*(7), 3353.

Johnson, J., Tarrier, N., & Gooding, P. (2008). An investigation of aspects of the cry of pain model of suicide risk: The role of defeat in impairing memory. *Behaviour Research and Therapy, 46*(8), 968-975.

Kabat-Zinn, J. (1982). An outpatient program in behavioral medicine for chronic pain patients based on the practice of mindfulness meditation: Theoretical considerations and preliminary results. *General hospital psychiatry, 4*(1), 33-47.

Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: past, present, and future. *Clin Psychology Sci Pract 10*, 144 - 156.

Levinson, D. J. (1986). A conception of adult development. *American psychologist, 41*(1), 3.

Lucht, L., Höller, I., Forkmann, T., Teismann, T., Schönfelder, A., Rath, D., ... & Glaesmer, H. (2020). Validation of the motivational phase of the integrated motivational - volitional model of suicidal behavior in a German high-risk sample. *Journal of affective disorders, 274,* 871-879.

Mohammadi, S. A., Shikaleslami, R., & Fooladchang, M. (2019). Responsibility in emerging adulthood: The role of family communication patterns and identity dimentions. *Biannual Journal of Applied Counseling, 9*(2), 1-22.

Miranda, R., Tsypes, A., Gallagher, M., & Rajappa, K. (2013). Rumination and hopelessness as mediators of the relation between perceived emotion

dysregulation and suicidal ideation. *Cognitive Therapy and Research, 37*(4), 786-795.

Nabipour, S., Rafiepour, A., & Haji Alizadeh, K. (2018). The effectiveness of mindfulness based cognitive therapy training on anxiety of death and thoughts of suicide of patients with cancer. *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences, 20*(1). e10534. doi : 10.5812/zjrms.10534

Neuringer, C. (1967). The cognitive organization of meaning in suicidal individuals. *The Journal of general psychology, 76*(1), 91-100.

O'Connor, R. C. (2003). Suicidal behavior as a cry of pain: test of a psychological model. *Archives of Suicide Research, 7*(4), 297-308.

O'Connor, R. C. (2011). Towards an integrated motivational–volitional model of suicidal behaviour. International handbook of suicide prevention: *Research, policy and practice, 1,* 181-98.

O'Connor, R. C., & Portzky, G. (2018). The relationship between entrapment and suicidal behavior through the lens of the integrated motivational–volitional model of suicidal behavior. *Current Opinion in Psychology, 22*, 12-17.

O'Connor, R. C. (2003). Suicidal behavior as a cry of pain: Test of a psychological model. *Archives of Suicide Research, 7*(4), 297-308.

O'Connor, R. C., & Kirtley, O. J. (2018). The integrated motivational–volitional model of suicidal behaviour. Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences, 373(1754). 20170268. doi:.org/10.1098/rstb.2017.0268

Parsons, C. E., Crane, C., Parsons, L. J., Fjorback, L. O., & Kuyken, W. (2017). Home practice in mindfulness-based cognitive therapy and mindfulness-based stress reduction: a systematic review and meta-analysis of participants' mindfulness practice and its association with outcomes. *Behaviour research and therapy, 95*, 29-41.

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.

Reynolds, W. M. (1991). Psychometric characteristics of the Adult Suicidal Ideation Questionnaire in college students. *Journal of personality assessment, 56*(2), 289-307.

Siddaway, A. P., Taylor, P. J., Wood, A. M., & Schulz, J. (2015). A meta-analysis of perceptions of defeat and entrapment in depression, anxiety problems, posttraumatic stress disorder, and suicidality. *Journal of affective disorders, 184,* 149-159.

Singhani, S. (2020). Mindfulness in Adolescents: Its Effect on Psychological Distress Leading to Suicidal Thoughts and Behaviors (*Doctoral dissertation*).

Sloman, L., Gilbert, P., & Hasey, G. (2003). Evolved mechanisms in depression: the role and interaction of attachment and social rank in depression. *Journal of affective disorders, 74*(2), 107-121.

Song, H. S., & Bae, S. M. (2020). The Moderating Effects of the Facets of Mindfulness on the Relationship between Daily Life Stress and Suicidal Ideation among Korean College Students. International *Journal of Mental Health and Addiction*, 1-16.

Tang, N. K., Beckwith, P., & Ashworth, P. (2016). Mental defeat is associated with suicide intent in patients with chronic pain. *The Clinical journal of pain, 32*(5), 411-419.

Taylor, P. J. (2010). *The role of defeat and entrapment in suicide.* Doctoral dissertation, University of Manchester, Manchester, United Kingdom.

Taylor, P. J., Gooding, P., Wood, A. M., & Tarrier, N. (2011). The role of defeat and entrapment in

depression, anxiety, and suicide. *Psychological bulletin, 137*(3), 391.

Taylor, P. J., Wood, A. M., Gooding, P., & Tarrier, N. (2010). Appraisals and suicidality: The mediating role of defeat and entrapment. *Archives of Suicide Research, 14*(3), 236-247.

Teismann, T., & Forkmann, T. (2017). Rumination, entrapment and suicide ideation: a mediational model. *Clinical psychology & psychotherapy, 24*(1), 226-234.

Tveit, L. K. (2019). Mindfulness-based Cognitive Therapy in the treatment of recurrent suicidality (*Master's thesis*).

Wetherall, K., Robb, K. A., & O'Connor, R. C. (2019). An examination of social comparison and suicide ideation through the lens of the integrated motivational‐volitional model of suicidal behavior. *Suicide and Life Threatening Behavior, 49*(1), 167-182.

Williams, J. M. G., & Williams, M. (1997). *Cry of pain: Understanding suicide and self-harm*. Penguin Group USA.

Williams, J. M. G., & Williams, M. (2002). *Suicide and attempted suicide: Understanding the cry of pain*. Mark Williams.

World Health Organization. (2021). *Suicide worldwide in 2019:* global health estimates.

Zortea, T. C., Gray, C. M., & O'Connor, R. C. (2020). Perceptions of Past Parenting and Adult Attachment as Vulnerability Factors for Suicidal Ideation in the Context of the Integrated Motivational‐Volitional Model of Suicidal Behavior. *Suicide and Life Threatening Behavior, 50*(2), 515-533.

원고접수일: 2023년 5월 11일
논문심사일: 2023년 9월 29일
게재결정일: 2023년 9월 29일

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2023. Vol. 28, No. 4, 1165 - 1182

The Effect of Defeat on Suicidal Ideation: The Mediating Effect of Entrapment and The Moderated Mediation Effect of Mindfulness

Si On Park
Department of Psychology,
Dankook University

Sung-Man Bae
Department of Psychology and Psychotherapy,
Dankook University

Based on Williams' "Cry of Pain," which explains suicide, this study aimed to examine the impact of defeat on suicidal ideation in adult men and women aged 19~34 years, the mediating effect of entrapment and the moderated mediating effect of mindfulness on the relationship between entrapment and suicidal ideation. The sample included 424 men and women aged 19~34 years who were surveyed in Seoul, Gyeong-gi, and Gyeong-sang. Analysis of the collected data was completed with IBM SPSS Statistics v21.0 and SPSS PROCESS Macro Version 3.4. The results of the study were as follows: First, defeat had a direct effect on in suicidal ideation. Second, entrapment partially mediated the relationship between defeat and suicidal ideation Third, mindfulness moderated the relationship between entrapment and suicidal ideation. The results demonstrated the moderating effect of mindfulness on the relationship between entrapment and suicidal ideation. Finally, mindfulness moderated the effect of defeat on suicidal ideation through entrapment, verifying the moderated mediation effect. These results suggest the specific path from defeat to suicidal ideation and confirm the role of mindfulness.

Keywords: Defeat, Entrapment, Suicidal Ideation, Mindfulness, Moderated Mediation Effect