

## 대학생들의 자살생각에 영향을 미치는 요인들: 스트레스, 대처방식, 완벽주의, 우울, 충동성의 구조적 관계모형 검증

하 정 희

한양대학교 안산캠퍼스 상담센터

안 성 희<sup>†</sup>

아칸소 주립대학

이 연구는 스트레스 취약성 모델을 중심으로 하여 스트레스, 소극적 대처방식, 실수에 대한 염려 차원 완벽주의, 우울, 그리고 충동성이 자살생각에 미치는 경로를 알아보고, 이에 대한 구조모형을 검증해보고자 하였다. 이를 위해 대학생 185명을 대상으로 하여 이 변인들의 특성과 구조적 관계를 살펴보았다. 연구결과 첫째, 자살생각과 관련성이 가장 높은 변인은 충동성으로 나타났다. 둘째, 수정모형이 최종모형으로 선택되었는데, 이는 충동성이 자살생각에 직접 영향을 줄 뿐 아니라 스트레스가 소극적 대처를 매개로 하여 충동성에 영향을 주고 이러한 충동성이 자살생각에 영향을 미친다는 경로모형이다. 한편, 우울은 자살생각에 직접 영향을 미치지 않았고 충동성과 상호작용하여 자살생각에 영향을 미쳤다. 셋째, 예측변인들의 자살생각, 우울, 충동성에 대한 설명량을 살펴보았을 때, 자살생각은 우울이나 충동성보다 예측변인들을 추정하기가 어려운 변인임을 알 수 있었다. 마지막으로 이 연구에 대한 상담학적 의의 및 후속연구를 위한 제언을 하였다.

주요어 : 자살생각, 스트레스, 소극적 대처방식, 실수에 대한 염려 차원 완벽주의, 우울, 충동성

<sup>†</sup> 교신저자 : 안성희, University of Arkansas 박사과정, 서울시 광진구 광장동 264-1 유천빌라 4동 101호  
Tel : 010-7295-2850, E-mail : sungheean@hotmail.com

2008년 7월 보건복지가족부에서 발표한 “2006년도 기준 OECD 건강 데이터”에 따르면, 우리나라 국민들의 자살로 인한 사망률은 인구 10만명 당 21.5명으로, 경제협력개발기구(OECD)의 50개 회원 국가들 중 1위를 기록했으며, 회원국들의 평균인 11.2명에 비해 91% 가량이나 높은 것으로 나타났다(보건복지부, 2008). 2006년도 우리나라의 자살자 수는 총 1만 688 명으로서 백분율 23.0으로 집계되었는데, 이는 인구 10만 명 당 23명, 하루 평균 29명이 자살로 사망했다는 것을 의미한다(통계청, 2007). 특히나 가속화되고 있는 고령화와 저출산 현상의 추이를 볼 때 20에서 29세 사이의 청년층의 자살은 경제인구의 감소로 이어질 뿐만 아니라 사회문화적으로 큰 손실을 초래하기 때문에 자살자 개인의 문제를 떠나 국가적 관심을 기울여야만 하는 중대한 문제가 되고 있다. 특히나 최근 연이어 보도되는 사회적 공인들의 자살과 그에 따라 증가하는 모방자살의 사건들은 스스로 생명을 끊는 극단적 선택으로부터 우리 사회가 국민들을 보호하지 못하고 있다는 사실을 단적으로 보여주는 것이다. 그럼에도 불구하고 그에 대한 범국민적 대책은 미비하여 2006년 우리나라 20~29세의 사망원인 중 자살은 사망자 10만 명 당 13.8명으로 사망원인 중 1위를 기록하였다(통계청, 2008). 무엇이 이 젊은이들로 하여금 스스로 목숨을 끊게 하는지 그에 대한 원인과약과 대책이 시급한 상황이다.

자살과 관련된 행위 혹은 상태를 일컫는 ‘자살행동(suicidal behavior)’이라는 용어에는 자살생각(suicidal ideation), 자살시도(suicidal attempts) 등의 세부개념들이 포함되어 있다(Waldrop et al., 2007). 실제로 자살을 시도하였던 경험이 있는 사람들을 대상으로 하는 자살시도자에

대한 연구는 연구대상 자체로의 접근이 용이하지 않다는 점과 특정집단을 대상으로 한 사후연구라는 점에서 자살의 위기요인을 밝혀 모집단으로의 일반화를 목적으로 하는 연구방법으로는 한계가 있을 수 있다. 또한 자살생각은 일반적으로 자살시도보다 높은 빈도를 나타내는 바(Fergusson, Woodward, & Horwood, 2000), 자살생각은 실제로 자살을 행동에 옮기기 전에 발생하는 일련의 사고과정이라고 보여진다. 따라서 자살의 위기요인을 밝혀 예방의 차원에서 연구결과를 적용하려는 목적이 있을 때에는 자살을 시도한 경험이 있는 자를 대상으로 하기 보다는 자살에 대한 생각을 얼마나 어떻게 하고 있는지, 또는 해 본 적이 있는지를 탐색하는 것이 더 바람직하며 용이할 수 있다. 또한 자살생각은 논리적으로나 경험적으로 자살행위나 자살시도에 앞서므로 자살행위의 결정요인을 이해한다는 것은 자살행위로의 위험을 이해하는 데에 도움이 될 수 있을 것이다. 자살생각이란 자살을 행하는 것에 대한 생각이나 사고(O'carroll, Berman, Maris, Moscicki, 1996; White, 1989)를 말하며, 보통사람들이 한 번쯤 경험할 수 있는 죽고 싶다는 생각에서부터 자살을 수행하기 위해 구체적인 계획을 세우는 것까지를 포함한다(김현순, 김병석, 2008). 따라서 본 연구에서는 자살생각을 종속변인으로 선정하여 대학생들이 경험하는 스트레스 상태가 어떤 개인내적 요인에 의해 매개되어 자살생각에까지 이르게 되는가를 밝혀 보고자 하였다. 이를 위해 자살생각과 관련된 자살시도나 자살행위까지도 관련된 행동으로 포함시켜 이론적인 고찰을 선행하였다. 이는 자살을 정의내림에 있어서도 자살을 자살생각, 자살시도, 그리고 자살행위에 이르는 연속적인 개념으로 살펴볼 수 있다는 Harwood

와 Jacoby(2000)의 연구와 맥을 함께 한 것이다.

한편, 자살의 위험 요인(suicide risk factor)을 설명하려는 노력은 여러 가지 이론적 모델을 토대로 한 많은 연구들에 의해 지속되어 왔다. 그 중 스트레스-취약성 모델은 자살의 원인을 개인의 사회 심리적 소인과 환경적 촉발사건 간의 상호작용으로 설명한다(Mosciki, 1995). 즉, 심리사회적으로 취약한 개인은 환경으로부터 주어지는 스트레스에 대하여 견디는 힘이 적어서 쉽게 심리장애를 갖거나 자살할 가능성이 높은 반면, 취약성 요인이 적은 사람들은 심한 환경스트레스에도 잘 적응한다는 것이다. 이 모델은 개인 내외의 여러 가지 복합된 요인들이 자살과 관련된 행동에 미치는 구조적인 영향을 설명한다는 점에서 자살이라는 현상을 이해하는데 보다 구체적인 틀을 제공해 준다.

이에 본 연구에서는 스트레스-취약성 모델을 근거로 하여 환경적 요인인 스트레스가 개인내적인 변인들과 어떻게 상호작용하여 자살생각에 이르게 되는지를 밝혀 보고자 하였다. 개인내적 변인들 중 자살행동을 예견하는 가장 강력한 변인으로 알려진 우울이 스트레스와 자살생각 간의 관계를 어떻게 매개하는지를 알아보고 우울감을 증가시키는 개인내적 변인으로서 스트레스에 대처하는 정서적/소극적 대처방식과 실수에 대한 염려 차원의 완벽주의를 선정하여 이들 변인간의 관계에서의 구조적 경로를 밝혀 보고자 하였다. 스트레스에 직면했을 때 개인이 선택하는 소극적 대처방식과 실수에 대한 염려 차원의 완벽주의는 자살생각과도 관련성이 있을 뿐만 아니라 스트레스와 우울간의 관계에서 매개역할 또는 조절변인을 하는 변인으로(두금주, 2003; 박경,

2004; 박정민, 2006; 임주현, 2002; 최문선, 2004), 특히 우울과 높은 관련성을 보여준 바 있다. 즉, 이들 변인들이 자살생각과 밀접한 관련성을 보여주는 우울과 관련성을 나타내고 있는 것이 분명하며, 따라서 이들 변인들이 총체적으로 어떠한 경로로 우울 및 자살생각에 이르게 되는지, 또한 이들 변인들로 설명한 우울이 곧바로 자살생각에 이르게 되는지 구조적 경로를 탐색하는 것은 의의가 있을 것으로 보인다. 또한 자살생각에 결정적인 영향 변인으로 연구되어진 우울 이외에 자살생각을 일으키는 또 다른 중요한 변인으로 알려진 충동성 역시 스트레스로 인해 부적응적인 대처방식인 소극적 대처의 영향을 받아 자살생각에 이르게 될 것이라는 가설을 고려해볼 수 있으나, 충동성 자체를 우울과 함께 살펴보거나 어떠한 심리적 과정이 충동성과 관련되어 자살생각에 이르게 되는지 살펴본 연구는 드문 실정이다. 따라서 본 연구에서는 충동성으로 인한 자살생각과 우울로 인한 자살생각은 서로 다른 개인내적 변인들의 경로를 통해 예언될 것이라고 가정하고, 이를 함께 검증해 보고자 하였다.

## 스트레스

환경적 요인인 스트레스는 자살과 관련된 변인을 설명하는 가장 강력한 변인으로서 이미 오래 전부터 많은 연구들을 통해 입증된 바 있다. 스트레스가 높은 생활사건을 경험할 때 사람들은 자살과 관련된 행위를 더 많이 시도하는 경향이 있다(장현지, 2004; 최애숙, 2004; 홍영수, 2004; Beautrais, Joyce, & Mulder, 1997; Brent et al., 1993; Gould, Fisher, Parides, Flory, & Shaffer, 1996; McKeown, Garrison, Cuffe,

Waller, Jackson, & Addy, 1998; Rubenowitz, Waern, Whitemson, & Allebeck, 2001). Payket, Prusoff와 Myers(1975)의 연구에서 자살을 시도했던 사람들은 자살을 시도하지 않은 우울증 집단의 사람들 보다 1.5배, 통제집단 보다는 4 배 더 많이 스트레스가 높은 사건을 경험하였다고 보고하였다. 최근의 연구에서도 자살위험이 높은 청소년 집단에서 스트레스 사건의 경험이 통제집단보다 유의미하게 높은 것으로 나타났다(Wilson, et al, 1995). 이처럼 스트레스가 자살행동을 유도한다는 것에는 의심의 여지가 없으나 주목해야 할 중요한 점은 스트레스 상황 하에서 자살을 시도하는 사람도 있으나 자살을 시도하지 않는 사람들 또한 존재한다는 점이다(Wang et al., 2007). 이는 환경적 요인인 스트레스가 직접적으로 자살행동을 유도하는 것이 아니고 스트레스에 대처하는 개인 내 변인들의 역동적 관계가 자살행동을 결정하는 데 중요한 역할을 하고 있음을 말해주며, 스트레스-취약성 모델의 상호작용 관계를 입증해 주는 결과가 된다.

## 우울

개인 내 취약성 요인으로 자살을 이끄는 가장 위험한 단일요인으로 알려진 것은 우울이다(Brent et al., 1993; Lewinsohn et al., 1994; Mosciki, 1997). 자살의도를 가지고 있는 사람들에게서 발견되는 가장 일반적인 심리적 문제가 우울감이라는 연구와, 자살충동의 가장 강력한 예측변인 중 하나가 우울 증상이라는 연구결과들이 다수 보고되어 왔다(김보영, 2008; 박병금, 2007; Kandel, Ravens, & Davices, 1991; Sherer, 1985). 스트레스와 정신건강에 관한 많은 연구들에서, 생활 스트레스에 대한 가장

보편적인 반응이 우울이라는 점에 대부분 동일한 의견을 보이는 바와 같이(김현순, 김병석, 2008), 스트레스와 우울이 자살과 관련된 행동을 이끌어내는 순차적인 경로라는 것은 의심할 여지가 없다. 그러나 앞서 주목하였듯이 스트레스의 수위가 높은 모든 이들이 우울을 경험하는 것은 아니며 우울감이 높은 이들이 모두 자살에 대한 생각을 하지는 않는다는 것이다. 어떤 변인들이 이들의 차이를 유발하는 것일까? 자살율을 효과적으로 낮출 수 있는 최고의 치료방법은 예방이며(이경진, 2003), 자살을 예방하기 위해 가장 중요한 것은 자살위험이 높은 사람들의 심리적 특징을 설명해 내는 것이라고 볼 때, 스트레스와 우울, 자살생각 사이에 어떠한 심리적인 변인들이 매개기능을 하는지 밝히는 것은 자살위기에 처한 개인을 돕는 데 매우 중요한 도구가 될 수 있다.

## 대처방식

Endler와 Parker(1990)는 사람들이 스트레스가 높은 생활 사건에 직면했을 때, 어떻게 그 스트레스 사건을 처리할 것인지를(예를 들면, 자살 행동) 결정하는 데에는 스트레스에 대한 대처방식(coping style)이 중요한 역할을 한다는 점에 주목하였다. Dixon, Heppner, 그리고 Anderson(1991)도 자살 행동을 생활에서 생기는 요구에 제대로 대처하지 못하는 무능력으로 개념화하였다. Lazarus와 Folkman(1984)은 대처방식을 크게 정서중심적 대처(emotion-focused coping)와 문제중심적 대처(problem-focused coping)로 분류하였는데, Endler와 Parker(1990, 1994)가 이에 회피지향적 대처방식을 추가하면서 스트레스에 소극적으로 대처하는 회피적 대처방식

이 자살과 관련된 변인과 관계가 있다고 하였다(Endler & Parker, 1995). Wilson과 그의 동료들(1995)의 청소년들을 대상으로 한 연구에서, 자살을 시도한 경험이 있는 청소년들은 자살 시도의 경험이 없는 청소년들에 비해 스트레스에 대처하기 위한 전략을 실제로 덜 사용하는 경향이 있는 것으로 나타났다. 자살을 시도하거나 자살에 대해 생각을 많이 하는 사람들은 스트레스 사건에 대해 대처기술이나 전략을 덜 발달시켰으며, 그러한 대처 전략들을 실제로 덜 사용하는 경향을 나타내었다(Botis et al., 1994; Kaslow et al., 2002; Kralik & Danforth, 1992). 심지어 자살을 시도하였던 사람들은 극심한 스트레스에 대처하기 위한 첫 번째 방법으로 자살이라는 수단을 생각했다고 하였다(Wang et al., 2007). Puskar, Hoover, 그리고 Miewald(1992)는 자살을 시도한 한 경험이 있는 정신과 입원환자들이 문제중심적 대처방식 보다는 정서중심적 대처방식을 더 많이 사용하는 경향이 있는 반면, 자살을 시도한 경험이 없는 정신과 입원환자들은 두 가지 대처방식을 모두 사용하고 있음을 밝혔다. 이러한 연구들은 모두 스트레스에 대한 부적응적인 대처방식이 스트레스와 자살생각 사이에서 어떠한 역할을 하고 있음을 의미한다. 따라서 본 연구에서는 자살생각에 영향을 미치는 부적응적 대처방식으로서 소망추구적 사고와 정서중심적 대처를 포함하는 ‘소극적 대처방식’으로(김정희, 1987) 변인들간의 관계에서 소극적 대처의 역할을 살펴보고자 하였다.

#### 실수에 관한 염려 차원의 완벽주의

한편, 스트레스에 대하여 개인이 취하게 되는 반응에는 그 개인 고유의 성격 경향성이

반드시 반영된다. 최근의 연구들을 통하여 성취에 기반한 취약성과 사회성에 기반한 취약성, 즉 완벽주의적 경향성(perfectionistic tendencies)이 우울(Hewitt, Flett, & Ediger, 1996)과 자살생각(Dean & Range, 1999; Flett, Hewitt, Blankstein, & Mosher, 1995; Hewitt, Flett, & Weber, 1994)에 관련이 있음이 밝혀졌다. 완벽주의 성격 경향성을 측정하는 Frost 등(1993)의 다차원적 완벽주의 척도 가운데에서는 하위 차원들 중 ‘실수에 대한 염려(concern over mistake)’ 차원과 ‘수행에 대한 의심(doubt about action)’ 차원주의가 자살생각과 관련성이 높았는데(유상미, 2008; Adkins & Parker, 1996; Hamilton & Schweltzer, 2000), 이 가운데 특히 ‘실수에 대한 염려(concern over mistake)’는 다른 하위차원들에 비해 부정적 기분과 우울 등의 다양한 정신병리와도 가장 밀접한 관련성을 보였다(Frost et al., 1990; Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubauer, 1993). Adkins와 Parker(1996)는 완벽주의 성격 경향성을 측정하는 다차원적인 하위척도들 중 실수에 대한 염려가 자살생각과 가장 강한 관계를 가지고 있었음을 밝혔는데, 이는 Ranieri et al.(1987)의 완벽주의적 생각과 자살생각의 관계에 대한 연구결과를 입증하는 결과였다. 실수에 대해서 과도하게 염려를 하는 사람들은 실수를 실패와 동등하게 해석하며 자신감이 낮고 부정적인 기분을 크게 지각하는 경향이 있기 때문에(Frost et al., 1995), 스트레스에 직면하였을 때 우울 등의 심리적 부적응을 매개하여 자살생각을 일으킬 위험이 매우 높다고 볼 수 있다. 많은 연구들에서 완벽주의가 심리적 부적응의 강력한 예견변인이 밝혀졌으며(Chang, 2000; Frost et al., 1990; Rice, Ashby, & Slaney, 1998), 특히 우울증상의 경험(Chang & Sanna, 2001; Cheng, 2001; Frost

et al., 1990; Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubauer, 1993)과 자살생각(Chang, 1998; Hewitt, Flett, & Weber, 1994)에 강한 영향을 미치는 변인임이 밝혀진 바 있다. 따라서 본 연구에서는 완벽주의의 개념과 가장 밀접하게 관련되며 완벽주의의 부적응적인 차원을 대표적으로 설명해주는(Frost et al., 1990) 실수에 대한 염려 차원 중심으로 자살생각과의 관련성을 살펴보려고 한다.

### 충동성

자살행동을 불러일으키는 또 다른 개인 내 변인인 충동성(impulsivity)은 자살과 관련된 행동의 중요한 요소들 중의 하나이다(Mann et al., 1999). 일반적으로 자살의 방법이나 상황에 대해 구체적으로 생각하고 계획을 세운다든지 그것을 행동으로 옮길 실천적 준비가 있을 때 자살의 위험이 높은 것으로 알려져 있지만(김계현, 1997), 경계선 성격장애 등 심리적 부적응이 함께 동반될 경우 충동적으로 자살을 생각하고 실제로 시도하기도 한다(Soloff et al., 2000). 특히 청소년기 연령층의 자살행위에는 인지적인 요인보다는 우울한 기분이나 분노감에 의한 충동적인 요인이 많이 개입되는 특성을 보인다(김현순, 김병석, 2008; 정철순, 임숙빈, 고효진, 2001). 따라서 충동성에 의한 자살시도는 계획된 자살에 비해 성공의 가능성이 낮고 덜 치명적인 반면(Baca-Garcia et al., 2001), 우울증 환자들의 자살시도는 경계선 성격장애 환자들의 자살시도에 비해 충동성이 낮고 매우 높은 수준의 계획성을 보이는 것으로 나타났다(Soloff et al., 2000). Williams와 그의 동료들(1980)도 충동성이 개입되지 않은 자살시도는 대부분 우울과 관련되어 있음을 밝혔다.

스트레스와 기타 심리적인 부적응으로 일어나는 충동적인 자살시도는 우울감으로 인해 일어나는 자살시도와는 다른 경로로 발생하는 것으로 보이는 바, 이들이 서로 어떻게 다른 경로를 거치는지 탐색해 볼 필요가 있다. 또한 스트레스에 대한 정서적/ 회피적 대처방식이 충동적 게임중독을 일으킨다는 연구와(Richard & Hulsey, 2002), 완벽주의 성격 경향성과 충동성이 심리신체적 부적응인 섭식장애(Bekker, van de Meerendonk, & Mollerus, 2004; Bruce & Steiger, 2005; Cassin, & von Ranson, 2005; O'Keefe & Lovell, 1999; Peake, Limbert, & Whitehead, 2005; Pryor, Wiederman, & McGilley, 1996; Steiger, Leung, Puentes-Neuman, & Gottheil, 1992; Zalta & Keel, 2006)와 수면장애(Azevedo, Soares, Maia, Pereira, Bos, Cabral, Gomes, & Macedo, 2006; Culpin & Ireland, 2006)에 영향을 미치는 주요 변인임을 볼 때, 충동성이 스트레스와 자살생각 사이에서 매개적 기능을 하고 있음을 예상해 볼 수 있다. 이렇듯 충동성은 부적응적 대처방식과 관련이 되어 우울과는 다른 경로로 자살생각을 일으킬 수 있으며 그 구조적 경로를 확인하는 것은 자살위험이 높은 사람들을 예언해내는 중요한 단서가 될 수 있다.

이상의 선행연구들을 종합해 보면, 스트레스가 우울과 충동성을 통하여 자살생각을 증가시킬 수 있다는 기본 모형을 바탕으로, 스트레스에 대한 소극적 대처방식과 실수에 대한 염려 차원의 완벽주의가 우울 혹은 충동성에 영향을 미칠 수 있고, 우울과 충동성은 둘 다 자살의 위험을 일으키는 주요 변인으로서 자살생각에 영향을 줄 것이라는 결론에 도달할 수 있다. 스트레스에 대한 소극적 대처방식, 실수에 대한 염려 차원의 완벽주의, 우울

및 충동성은 자살 위기에 개입할 수 있는 상담자가 상담 회기 동안 내담자로부터 충분히 감지할 수 있는 개인의 특징들이다. 자살의 위험을 감지하고 적절한 조치를 취해야 하는 상담 및 심리치료 종사자들은 자살의 위험요소들에 대해 숙지할 필요가 있으며 이는 상담 전문가 훈련에서 보장시켜야 할 부분이 된다(김계현, 1997). 특히 내담자가 자살에 대해 직접적으로 언급하지 않는다 해도 내담자가 처한 스트레스 상황, 내담자 자체의 성격특성, 대처방식, 어떤 요인에 더 영향을 받는가 하는 것 등을 상담자가 반드시 알고 있어야 하며 그에 따라 자살의 위험성 또한 평가될 수 있어야 한다. 이러한 맥락에서 상기에 열거한 변인들이 서로 어떻게 관계를 가지며 또 어떠한 경로로 자살생각에 이르는지를 검증하는 것은 자살의 위기를 예방하고 그에 대한 대책을 강구해야 하는 정신건강분야의 종사자들에게 중요한 역할을 할 것으로 기대된다.

이를 위해 이 연구에서는 선행연구결과를 정리하여 자살생각 관련 변인인 스트레스, 소극적 대처방식, 실수에 대한 염려 차원 완벽주의, 우울, 충동성과 자살생각 간의 구조적 관계를 잘 설명할 수 있는 모형을 설정하고자 하였다. 이에 그림 1과 같이 스트레스가 자살

생각에 직접적으로 영향을 미치는 동시에 소극적 대처와 실수에 대한 염려 차원의 완벽주의를 매개로 우울과 충동성에 각각 영향을 미쳐 이것이 자살생각에 이른다 가정하여 이를 연구모형으로 설정하였다.

이런 연구의 필요성에 근거한 구체적인 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 스트레스, 소극적 대처방식, 실수에 대한 염려 차원의 완벽주의, 우울, 충동성이 자살생각에 미치는 영향은 어떠한가? 둘째, 연구모형이 자살생각을 예측하는 최적의 구조모델인가? 셋째, 예측변인들이 우울, 충동성, 자살생각에 미치는 영향은 어떠한가?

## 방 법

### 연구대상

본 조사의 대상은 A 대학교 대학생 199명이었다. 이중 응답에 누락이 있거나 불성실하게 응답한 14명을 제외한 총 185명을 대상으로 하여 분석하였다. 설문조사 대상자는 남자 72명(38.9%), 여자 113명(61.1%)이었다.

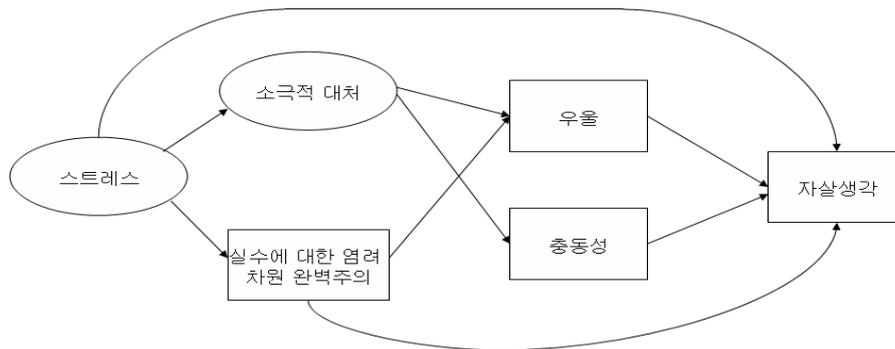


그림 1. 연구모형

## 도구

### 일상생활 스트레스 척도

대학생의 생활 스트레스를 측정하기 위해 전경구와 김교현(1991)이 제작한 생활 스트레스 척도를 조옥귀(1992)가 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 친구관계 스트레스, 경제문제로 인한 스트레스, 장래 및 진로문제와 관련된 스트레스, 가족관계로 인한 스트레스, 학업문제로 인한 스트레스, 이성관계로 인한 스트레스의 여섯 가지 차원으로 나누어지며, 분석 시에 이들 차원을 이용하였다. 조옥귀 연구(1992)에서의 하위척도의 내적 일치도 계수의 범위는 .72에서 .86에 걸쳐 나타났으며, 본 연구에서의 전체 일상생활 스트레스 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .91로 나타났고, 대인관계에서 발생하는 친구관계로 인한 스트레스의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .81, 경제문제로 인한 스트레스의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .79, 장래 및 진로문제와 관련된 스트레스의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .76, 가족관계로 인한 스트레스의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .78, 학업문제로 인한 스트레스의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .80, 이성관계로 인한 스트레스의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .81로 나타났다.

### 스트레스 대처방식 척도

스트레스 대처방식 척도는 Folkman과 Lazarus(1980)가 개발한 것을 기초로 김정희(1987)가 요인분석하여 선택, 개발한 척도로서 여기서는 김은정(1999)의 연구에 사용된 축소 척도를 사용하였다. 이 척도는 적극적 대처방식과 소극적 대처방식으로 나누어지고 적극적 대처방식의 개념을 대표하는 문제중심적 대처, 사회적 지지추구와 소극적 대처방식의 개념을 대

표하는 소망추구적 사고, 정서 중심적 대처로 구성되어 있으며 각 하위척도의 내적 일치도 계수의 범위는 .87에서 .95로 나타났다. 총 25 문항으로 Likert식의 4점 척도로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 대처수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 스트레스 대처방식 척도 가운데 자살생각과 보다 관련성이 높은 소극적 대처 차원만을 분석 시 사용하였다. 이 연구에서 사용한 소극적 대처방식의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .81로 나타났으며 소극적 대처방식의 하위차원인 소망추구적 사고와 정서 중심적 대처 방식의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 각각 .75, .77로 나타났다.

### 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: F-MPS)

다차원적 완벽주의 척도(F-MPS)는 Frost 등(1990)이 완벽성을 다차원적 특성을 가진 구성 개념으로 보고 실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화의 6개 하위차원으로 구성하여 척도를 개발하였다. 각 문항은 5점 Likert형 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 강하다는 것을 의미한다.

국내에서는 이 척도를 정승진(1999)이 번안하였고 각 차원별 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .66에서 .87로 나타났다. 본 연구에서는 정승진(1999)이 번안한 이 척도를 사용하였는데, 완벽주의의 6가지 하위차원 가운데 완벽주의의 개념과 가장 밀접하게 관련되며 완벽주의의 부정적 특성을 보여주었던(Frost et al., 1990) 실수에 대한 염려(8문항) 차원만을 분석에서 사용하였다. 본 연구에서 사용한 실수에 대한 염려 차원의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .79로 나타났다.

### 우울척도

우울을 측정하기 위해 본 연구에서는 전 경구와 이민규(1992)가 번안한 한국판 CES-D (Center For Epidemiological Studies Depression Scale: CES-D)를 사용하였다. CES-D는 일반인들이 경험하는 우울증상을 보다 용이하게 측정하기 위해 개발된 것으로서, 이 척도는 긍정적인 문항이 4개, 부정적인 문항이 16개, 총 20문항으로 구성되어 있으며 Likert식의 4점 척도로 평정하게 되어있다. 긍정적인 문항에서는 역산처리 하였으며, 점수의 합이 높을수록 더욱 더 우울하다는 것을 의미한다. 전경구와 이민규(1992)의 연구에서의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .89로 나타났으며 본 연구에서 나타난 우울 척도의 신뢰도계수(Cronbach  $\alpha$ )는 .75로 나타났다.

### 충동성 척도

충동성을 측정하기 위해 Barrett Impulsiveness Scale II(BIS-II)를 이현수(1992)가 번안한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 35문항으로 구성되어 있으며 문항은 '예'와 '아니오'로 응답하게 되어 있다. '예'라고 답한 경우에는 1점으로, '아니오'라고 답한 경우에는 0점으로 처리하여 각 문항에서 받은 점수를 합산하므로 점수가 높을수록 충동성이 높다는 것을 의미한다. 이현수(1992) 연구에서의 신뢰도계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .81이었고, 본 연구에서 나타난 충동성 척도의 신뢰도계수(Cronbach  $\alpha$ )는 .89로 나타났다.

### 자살생각 척도

자살에 대한 생각을 측정하는 척도는 Beck의 Scale for Suicide Ideation(SSI; Beck, Kovacs, & Weissman, 1979)을 참고로 하여 박광배와 신민

섭의 연구(1990)에서 사용한 문항을 사용하였다. 이 척도는 총 14문항으로 구성되어 있으며 Likert식의 4점 척도로 평정하게 되어있다. 박광배와 신민섭의 연구에서 보고된 자살생각 척도의 신뢰도계수(Cronbach  $\alpha$ )는 .75였고, 본 연구에서의 신뢰도계수(Cronbach  $\alpha$ )는 .80으로 나타났다.

### 분석방법

전체 변인인 스트레스, 대처방식, 실수에 대한 염려 완벽주의, 우울, 충동성과 자살과의 상관관계를 알아보기 위하여 상관관계분석을 실시하였고, 이들 변인들의 평균 및 표준편차 및 신뢰도를 계산하였다. 또한 스트레스, 소극적 대처방식, 실수에 대한 염려 완벽주의, 우울, 충동성과 자살생각 간의 구조적 관계를 살펴보고자 AMOS 5.0을 사용하여 구조방정식 모형 분석을 실시하였다.

공분산 구조분석에서 계수 추정 방법은 최대우도법(Maximum Likelihood Method)을 사용하였고, 구조모형의 적합도를 판단하기 위해서는 절대적 적합지수로서  $\chi^2/p$ 와 GFI(Good of Fit Index), AGFI(Adjusted Goodness of Fit Index), RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation)를 절대적 적합지수의 지표로 사용하였다. 또한 기초모형에 대한 제안모형의 부합도 평가를 위하여 비표준 적합지수 TLI와 표준적합지수 NFI를 사용하였다. 구조방정식에서  $\chi^2$ 의 값이 통계적으로 유의미하지 않으면 매우 적합한 모형이지만,  $\chi^2$ 의 값은 표본 수에 민감하기 때문에  $\chi^2$  값이 통계적으로 유의미하더라도 GFI, TLI, NFI가 .90 이상이고 모형의 간명성을 고려하는 RMSEA가 .08보다 작으면 모형을 양호한 것으로 해석한다(MacCallum et al., 2001).

### 결 과

#### 자살생각 관련 변인과 자살생각의 기초통계량 및 상관

자살생각과 각 관련 변인들에 대한 평균과 표준편차 및 상관분석을 실시한 결과는 표 1과 같다. 표 1을 살펴보면, 충동성이 자살생각과 비교적 높은 상관을 나타내었고, 그 밖에 스트레스의 하위변인인 장애와 진로문제, 학업문제, 경제문제, 가족문제 등의 스트레스 및 소극적 대처, 우울이 자살생각과 정적 상관을 나타내었다. 한편, 스트레스의 하위변인들은 자살생각보다는 소극적 대처 및 충동성과 대

체로 더 높은 정적 상관을 나타내었고 실수에 대한 염려 완벽주의와도 부분적으로 정적 상관을 보여주었다. 또한 소극적 대처 및 실수에 대한 염려 완벽주의는 우울 및 충동성과 정적 상관을 나타내었다.

#### 가설모형 검증 결과

자살생각과 그 관련변인들 간의 구조적 관계를 잘 설명해주는 모형을 검증하기 위하여 연구모형과 경쟁모형의 적합도를 분석하였다.

본 연구의 연구모형과 가설모형을 표 2를 통해 살펴볼 때, GFI, RMSEA, TLI의 적합도 지수 값은 양호하였으나, AGFI, NFI의 적합도

표 1. 측정변인들의 기초통계량과 상관 (n=185)

변 인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
스 트 레 스												
1. 친구관계	-	.32***	.22**	.45***	.50***	.39***	.34***	.31***	.28***	.37***	.23**	.07
2. 경제문제		-	.33***	.34***	.33***	.31***	.32***	.24**	.01	.21**	.29***	.16*
3. 장애, 진로문제			-	.24**	.48***	.24**	.41***	.25**	.07	.41***	.35***	.22**
4. 가족관계				-	.46***	.34***	.31***	.38***	.24**	.29***	.36***	.19*
5. 학업문제					-	.31***	.38***	.27***	.21**	.34***	.30***	.22**
6. 이성관계						-	.31***	.29***	.10	.38***	.16*	.05
소극적 대처							-	.61***	.15*	.36***	.29***	.16*
8. 정서대처								-	.12	.30***	.29***	.17*
9. 실수염려 완벽주의									-	.29***	.23**	.06
10. 우울										-	.47***	.17*
11. 충동성											-	.36***
12. 자살생각												-
평균	3.28	2.90	3.36	2.01	4.88	1.12	2.88	2.56	1.84	1.99	1.64	1.61
표준편차	3.14	3.43	2.74	2.39	3.15	1.26	.65	.66	.57	.51	.22	.50

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

표 2. 연구모형과 수정모형 간의 적합도 지수

	$\chi^2$	df	p	GFI	AGFI	RMSEA	TLI	NFI
연구모형	80.19	47	.00	.94	.89	.06	.92	.87
수정모형	76.29	49	.01	.94	.90	.06	.93	.88

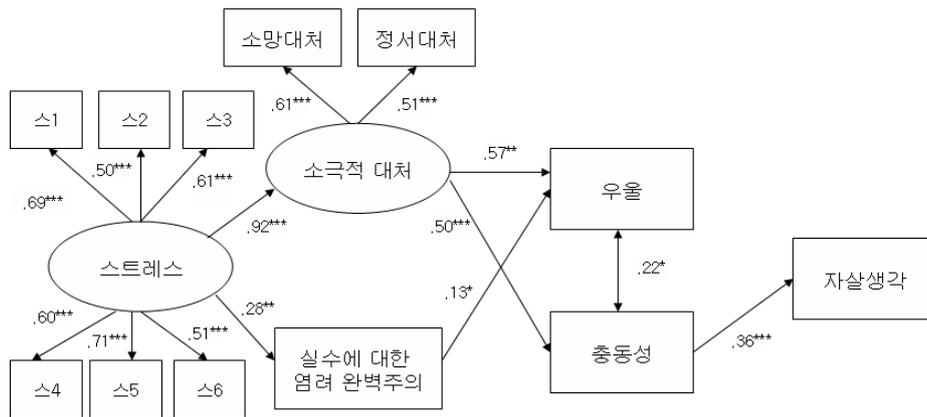
지수는 권장지수인 .9에 조금 미치지 못하였다. 이에 각 변인들 사이의 관계를 적합하게 설명하는 모형을 선택하기 위하여 상관분석 결과에 기초하여 측정변인들을 수정한 후 수정모형을 다시 분석하였다. 이는 본 연구에서 설정한 기본 연구모형의 타당성을 반증해보고 더 최적의 모델을 찾기 위한 것이다. 표 1에서 제시된 상관분석 결과에서 보듯이, 스트레스 하위변인들과 실수에 대한 염려 차원의 완벽주의는 모두 우울과는 높은 관련성을 보여주지만 자살생각과의 관련성은 상대적으로 적게 나타났다. 따라서 스트레스와 실수에 대한 염려 차원의 완벽주의가 자살생각에 주는 직접적인 영향력을 제거하였다. 또한 우울과 자살생각과의 관련성이 적게 나타난 반면에 우울과 충동성과의 관련성은 매우 높게 나타난 상관분석 결과 및 이 시기 연령층의 자살행위에는 인지적인 요인보다는 우울한 기분이나 분노감에 의한 충동적인 요인이 많이 개입되는 특성을 보일 수 있다는(김현순, 김병석, 2008; 정철순, 임숙빈, 고효진, 2001) 이론적, 경험적 근거에 따라서 우울이 자살생각에 미치는 직접적인 영향을 제거하였고, 대신에 우울과 충동성의 상호작용 하에 충동성이 자살생각에 영향을 미치는 경로로 수정하였다.

분석 결과, 표 2에서 보는 바와 같이 수정모형의 적합도 지수는 NFI가 .9에 미치지 못하는 것을 제외하고는 연구모형과 비슷한 수준으로 권장수준에 아주 근접한 점수를 보여

주고 있는 것을 알 수 있다. 그러나 연구모형과 경쟁모형 간의  $\chi^2$ 의 차이가 3.90으로서 수정모형의 df 값이 더 큰 것을 감안하면 연구모형에 비하여 수정모형이 더 간단한 모형이라고 할 수 있으므로 이를 최종모형으로 선정하였다.

따라서 이 연구에서는 수정모형을 최종 모형으로 하여 각 변인들의 모수를 추정해 보고, 자살 관련 변인들이 자살 생각을 얼마나 설명하고 있는가를 알아보기 위하여 관련변인들의 직·간접 효과를 살펴보았으며, 그 결과를 그림 3과 표 3, 표 4에 제시하였다.

그림 3과 표 3을 보면, 스트레스가 소극적 대처(.92,  $p < .001$ )와 실수에 대한 염려 완벽주의(.28,  $p < .01$ )에 영향을 미치는데, 스트레스는 실수에 대한 염려 완벽주의 보다도 소극적 대처에 더 큰 영향을 미치는 것을 볼 수 있다. 또한 우울은 소극적 대처(.57,  $p < .001$ )와 실수에 대한 염려 완벽주의(.13,  $p < .05$ )의 영향을 받으며, 이를 통해 스트레스가 소극적 대처와 실수에 대한 염려 완벽주의를 매개로 하여 우울에 간접적으로 영향을 미친다는 것을 알 수 있었다(.56,  $p < .001$ ). 충동성은 소극적 대처에 직접 영향을 미쳤으며(.50,  $p < .001$ ), 스트레스가 소극적 대처를 매개로 하여 간접적으로 영향을 미치기도 하였다(.46,  $p < .001$ ). 또한 충동성은 자살생각에 직접 영향을 미치기도 하였고(.36,  $p < .001$ ), 소극적 대처가 충동성을 매개로 하여(.18,  $p < .05$ ), 스트레스



\*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

주. 스 1: 친구관계 스트레스, 스 2: 경제문제 스트레스, 스 3: 장래 및 진로문제 스트레스, 스 4: 가족관계 스트레스, 스 5: 학업문제 스트레스, 스 6: 이성관계 스트레스

그림 3. 최종모형의 경로도

표 3. 모수의 추정치, 표준오차 및 검정통계량

측정변인간 경로계수	비표준화 추정치	표준화 추정치	표준오차 (S.E.)	검정통계량 (C.R)
스트레스 → 소극적 대처	.21	.91***	.04	5.42
스트레스 → 실수에 대한 염려 완벽주의	.10	.27**	.03	3.11
소극적 대처 → 우울	.71	.56***	.12	5.74
실수에 대한 염려 완벽주의 → 우울	.13	.16*	.05	2.48
우울 → 충동성	.11	.25**	.04	2.72
소극적 대처 → 충동성	.18	.33**	.06	3.07
실수에 대한 염려 완벽주의 → 충동성	.02	.07	.02	1.08
충동성 → 자살생각	.82	.36***	.16	5.19

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

가 소극적 대처와 충동성을 매개로 하여(.17,  $p < .05$ ) 자살생각에 간접적으로 영향을 미치기도 하였다. 한편, 우울은 자살생각에 대하여 직접 및 간접 효과를 나타내지 않았고 단지 충동성과 상호작용하여 자살생각에 영향을 미치는 것으로 나타났다(.22,  $p < .05$ ).

아울러 표 4를 살펴보면, 스트레스와 소극적 대처, 실수에 대한 염려 완벽주의의 우울에 대한 설명량은 약 34.5%였으며, 충동성에 대한 스트레스와 소극적 대처에 대한 설명량은 23.1%로 나타났다. 마지막으로 자살생각 관련변인들의 자살생각에 대한 총 설명량은

표 4. 자살관련 변인 및 자살생각에 대한 예측변인들의 효과

기준변인	예측변인	직접효과	간접효과	총효과	R <sup>2</sup>
소극적 대처	스트레스	.91	-	.91	.284
	실수염려완벽주의	.27	-	.27	
우울	스트레스	-	.55	.55	.345
	소극적 대처	.56	-	.56	
	실수염려완벽주의	.16	-	.16	
	충동성	-	.46	.46	
충동성	소극적 대처	.33	.14	.47	.328
	실수염려완벽주의	.07	.04	.11	
	우울	.25	-	.25	
	스트레스	-	.16	.16	
자살생각	소극적 대처	-	.17	.17	.156
	실수염려완벽주의	-	.04	.04	
	우울	-	.09	.09	
	충동성	.36	-	.36	
	스트레스	-	.16	.16	

15.5%로 나타나 자살생각 관련변인들의 우울이나 충동성에 대한 설명량에 비해 상대적으로 적게 나타난 것을 발견할 수 있었다.

### 논 의

이 연구는 대학생을 대상으로 하여 스트레스 취약성 모델을 중심으로 스트레스, 대처방식, 실수에 대한 염려 완벽주의, 우울, 충동성과 같은 변인들이 자살생각에 미치는 경로를 알아보고 이에 대한 구조 모형을 검증해보고자 하였다. 이 결과에 대하여 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 이들 변인 가운데 자살생각과 가장 관련성이 높은 변인은 충동성으로 나타났다.

이러한 결과는 자살에 있어서 단일요인으로는 우울이 가장 큰 위험요인이라는 여러 연구결과(김인규, 조남정, 2006; Calson, Cantel, 1982; Conwell, 1997)와는 일치하지 않았다. 오히려 우울은 충동성과 높은 관련성을 보여줌으로서 ( $r=.47, p < .001$ ), 자살시도에 있어서 우울한 사람들이 충동성이 낮다는 선행연구들(Soloff et al, 2000; Williams et al, 1980)과는 다소 다른 결과를 보여주었다. 이는 이와 관련된 대부분의 선행 연구들이 정상인이 아닌 우울증 환자를 대상으로 했거나, 자살생각이 아닌 실제 자살시도와 같은 자살행동과의 관련성을 살펴 보았기 때문이라고 가정해볼 수 있다. 본 연구에서는 자살생각과 관련하여 우울과 충동성의 역할을 동시에 살펴봄으로서, 자살행동이 아닌 자살생각에는 충동성이 매우 중요한 역

할을 한다는 것을 발견할 수 있었다. 또한 본 연구의 대상인 대학생은 청소년 후반기라는 발달적 특성으로 미루어 볼 때, 이들이 나타내는 우울은 특성상 성인기와 유사하지만 여기에 충동적인 행동이나 약물남용 또는 행동 장애가 동반될 수 있으며(홍나미, 1998) 우울한 기분이나 분노감으로 인해 충동적으로 자살을 계획할 수도 있다고 볼 수 있다(김현순, 김병석, 2008). 따라서 본 연구에서는 자살생각에 대해서 우울 이외에도 더 중요한 변인이 있음을 설명한 Beck, Steer, Beck, Newman(1993)과 같이, 우울 이외에도 자살생각을 예측해줄 수 있는 또 다른 변인이 존재함을 보여준 것이라 할 수 있다.

둘째, 수정모형이 최종모형으로 선정되었는데, 이는 충동성이 자살생각에 직접 영향을 미칠 뿐만 아니라, 스트레스가 소극적 대처를 매개로 하여 충동성에 영향을 주고 이러한 충동성이 자살생각에 영향을 미친다는 구조모형이다. 이러한 결과는 환경적 요인인 생활스트레스와 개인적 요인이 상호작용하여 부적응이 발생한다는 스트레스 취약성 모델의 설명에 부합한다. Lewinsin, Gotlieb, Seeley(1997)와 Lohman, Jarvis(2000) 역시 개인이 스트레스를 경험할 때 이를 소망추구적이나 정서중심적으로 대처할 경우에 그 개인은 우울이나 충동성, 낮은 자존감 등의 내적 장애를 경험할 수 있고, 더 나아가 각종 위험한 행동을 할 수 있다고 하였다.

한편, 스트레스는 소극적 대처와 실수에 대한 염려 완벽주의를 매개로 하여 우울에 영향을 미쳤으나 우울은 자살생각에 직접적으로 영향을 주지 않았다. 우울은 오히려 충동성과 상호작용하여 자살생각에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 개인이 스트레스를 지각

할 경우에 이에 대해 정서중심적으로 대처하거나 자신의 소망만을 추구하는 식으로 대처하고 이러한 스트레스 상황에서 자기 자신의 실수할까 두려워하여 완벽하고자 애쓸 때 이들은 우울을 경험할 것이다. 그러나 우울을 경험한다고 해서 이들이 곧바로 자살생각을 한다기보다는 우울과 충동성이 함께 작용할 때에 오히려 자살생각을 하게 된다는 것이다.

따라서 자살생각에 대한 기존연구에서 주로 우울의 중요성을 강조한 것에서 한걸음 더 나아가 본 연구에서는 개인이 스트레스 사건을 경험할 때에 우울을 경험하지 않고도 개인의 부적응적인 대처방식으로 충동성이 커지게 됨으로서 자살생각에 이를 수 있음을 발견할 수 있었다. 또한, 스트레스 사건에서 개인이 자신의 인지적 특성 내지는 부적응적 대처방식으로 인해 우울감을 느꼈더라도 충동성 없이는 자살생각에 이를 수 없음을 보여준 것이라 할 수 있다.

셋째, 우울, 충동성에 대한 예측변인들의 설명량과 자살생각에 대한 예측변인들의 설명량을 비교해볼 때, 스트레스와 소극적 대처, 실수에 대한 염려 완벽주의의 우울에 대한 설명량은 34.5%를, 스트레스와 소극적 대처의 충동성에 대한 설명량은 23.1%, 변인들의 자살생각에 대한 설명량은 15.5%로 나타났다. 즉, 자살생각에 대한 설명량은 우울이나 충동성에 대한 설명량 보다 작았다. 이는 우울 등의 심리적 증상보다 자살생각이 더욱 더 예측하기 어렵고 대처하기 힘든 변인이라는 김현순과 김병석(2008)의 선행연구와도 맥을 함께 하는 결과라 할 수 있다.

이상의 결과를 바탕으로 한 본 연구의 의의와 상담에서의 시사점을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 이 연구는 스트레스-취약성 모델에

근거하여 자살생각 관련변인으로서 환경적 요인인 스트레스와 개인적 요인인 스트레스 대처방식, 실수에 대한 염려 완벽주의, 우울, 충동성을 설정하여 이들 간의 관계를 통해 자살생각을 이해해보고자 하였다. 이는 환경적 요인이나 개인적 특성으로만 자살을 설명하는데에서 오는 여러 가지 한계점들을 보완해주어(원호택, 1997), 개인과 환경과의 상호작용을 통해 자살을 보다 더 실제적이고 광범위하게 이해할 수 있도록 도와준다. 따라서 개인이 경험할 수 있는 환경적인 위험요인 자체를 사전에 통제하기는 어렵지만 각각의 스트레스에 대한 개인의 심리적 취약성 여부 등의 특성을 함께 파악하여 개입하는 것은 가능할 것이다. 이를 통해 이들의 내적심리를 안정적으로 변화시킬 수 있다는 점에서 이들 청소년들을 도와줄 수 있는 적극적 방안이 될 수 있을 것이다.

둘째, 본 연구를 통하여 자살생각에 영향을 미치는 변인으로서 충동성의 역할을 발견할 수 있었다는 데에 연구의 의의가 있다. 즉, 충동성이 자살생각에 직접 영향을 미칠 뿐만 아니라, 스트레스와 자살생각의 관계에서 소극적 대처가 충동성에 영향을 미쳐 자살생각에 이르며, 오히려 우울은 충동성과 상호작용하여 자살생각에 영향을 준다는 것을 발견할 수 있었다. 이는 자살에 대한 결정요인으로 우울의 중요성을 강조해오던 선행연구들과는 달리, 우울 그 자체로 자살생각에 이르는 것이 아니라 우울하면서 동시에 자신의 감정이나 욕구에 대한 통제력이 부족하고 신중하게 생각하지 않고 행동할 때 자살생각에 이른다는데 있다. 이와 관련하여 치명적인 방법으로 자살을 시도한 사람들을 대상으로 한 연구들을 살펴볼 때도, 자살과 관련된 행동의 주요 위험요

인이 단지 우울만이 아니라 불안, 절망감에 동반된 최근의 알코올 및 약물남용, 무기력감, 불면증, 직업유지의 어려움, 최근의 충동성 등임을 볼 수 있었다(Fergusson, Woodward, & Horwood, 2000; Hall, Platt, & Hall, 1999). 따라서 다양한 생활 사건들을 겪으면서 크고 작은 위험요인에 노출되기 쉬운 청소년들에게 충동성의 문제를 주의 깊게 다룰 필요가 있을 것이다. 충동성은 청소년기에 많이 나타나는 것으로 자신의 행동과 관련된 정보에 대한 주의 집중력이 낮고, 만족지연 능력과 침착성 등이 결여되며 계획에 의하기 보다는 즉각적인 선택이나 행동을 하는 특성을 말한다. 따라서 청소년의 충동성은 다양한 부적응행동과 관련될 가능성이 있으며, 한상철(2001) 또한 청소년들의 충동성이 가출이나 자살 등 주요 위험성이 높은 외현적 문제행동의 방아쇠 역할을 한다고 밝힌 바 있다. 이에 상담현장이나 교육장면에서는 이와 같은 결과를 고려하여 후기 청소년기에 해당하는 대학생들이 스트레스를 경험할 때 이를 소극적으로 대처하기 보다는 보다 문제 해결적인 방법으로 적극적 대처를 하도록 도와야 할 것이다. 아울러 당면한 문제들에 대하여 이들이 즉각적으로 자제력 없이 판단하지 않고 절차를 밟아서 침착하게 행동할 수 있도록 도와주어야 할 것이다. 한편, 대학생들이 그들의 실수에 대해 염려하여 완벽한 해결책을 찾고자 하는 성향을 가졌거나 스트레스 상황에서 소극적으로 대처하는 방식들이 우울에 영향을 미칠 수 있으며, 이것이 충동적인 성향과 상호작용함으로써 자살생각에 이르게 될 수 있음을 과정을 통하여 이해해야 할 것이다. 이를 통해 대학생들이 처한 환경적 어려움뿐만 아니라 개인적 특성 즉, 스트레스에 대처하는 방식이나 개인의 부

적응적 완벽주의 성향, 우울감, 충동성 등의 특성을 점검함으로써 스트레스 상황에서의 개인의 취약성 정도를 파악할 수 있을 것이고 이를 통해 예방차원의 조치가 가능할 것으로 보인다. 또한 더 나아가 대학생들의 자살생각에 영향을 미치는 요인이 어느 특정한 한 가지 요인이 아닌 다양한 경로를 거쳐 이루어짐을 이해하고 이들 경로를 보다 구체적으로 프로그램화하여 적용하는 것도 바람직할 것이다. 가령, 이들이 스트레스 상황에서 자살생각까지 이르게 되는 과정에서 크게 우울이 개입되어 자살생각에 이르는 과정과 우울이 개입되지 않고서 자살생각에 이르는 과정으로 나누어 프로그램을 구성하고, 이 때 각각의 구체적인 경로를 탐색하면서 각 과정에서의 보편적인 특성을 발견하고 각 과정에서 적합한 대처방식을 제시해보는 방법 등의 프로그램도 고안해볼 수 있다.

마지막으로 본 연구의 한계 및 후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 우선 본 연구는 자살생각에 영향을 미치는 변인으로 충동성의 효과를 발견하였다. 그러나 본 연구의 대상이 후기 청소년기인 대학생들이라는 점에서 이들 결과를 전체 청소년의 결과로서 일반화하는데 한계가 있으며, 자살생각에 대한 대학생들의 특성이 반영되었을 가능성이 있다. 따라서 중·고등학생과 대학생 별로 청소년의 발달단계에 따라 자살생각에 영향을 미치는 변인들의 경로를 비교해보는 것도 의미가 있을 것이다. 다음으로 본 연구에서는 자살생각에 영향을 미치는 변인으로 개인적 특성 및 환경적 특성을 함께 검토하여 살펴보았다. 그러나 연구 결과에서도 볼 수 있듯이, 자살생각에 대한 전체 변인의 설명량은 15.5%로 많지 않았다. 이는 자살생각을 예측하기가 그만큼

쉽지 않음을 의미하는 것일 수도 있으나, 본 연구에서 살펴본 변인들과 더불어 보다 다양한 변인들을 함께 검토해볼 필요성을 제기할 수 있다. 특히, 완벽주의, 대처방식, 우울, 충동성 등의 개인적 변인 외에 청소년들에게 중요한 환경적 변인으로서 학교체계변인이나 친구체계변인, 사회체계변인 등을 함께 검토해보는 것도 이들의 자살생각을 이해하는 데 있어서 의미가 있을 것으로 보인다. 아울러, 본 연구에서는 ‘자살행동(suicidal behavior)’이라는 용어에 자살생각(suicidal ideation), 자살시도(suicidal attempts) 등의 세부개념들이 포함되어 있다는 전제 하에 자살생각과 자살행동 모두에 영향을 미치는 변인들을 상정하여 자살행동이 아닌 자살생각에 영향을 미치는 변인들의 구조모형을 살펴보았다. 이에 앞으로 자살 관련 행동에 대한 명명이 보다 분명하게 이루어져야 함은 물론, 본 연구에서 상정한 변인들이 종속변인인 자살생각 뿐만 아니라 자살행동에 각각 어떠한 경로를 거쳐 영향을 미치는지 비교하여 검토하는 것 또한 자살을 이해함에 있어서 중요할 것으로 보인다.

## 참고문헌

- 권정혜, 유성은 (1997). 완벽주의적 성향, 사회적지지, 스트레스에 대한 대처방식이 중년여성의 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 16(2), 67-84.
- 김계현 (1997). 상담심리학. 학지사.
- 김보영 (2008). 청소년 자살생각에 영향을 미치는 변인에 대한 메타분석. 전남대학교 석사학위 논문.
- 김은정 (1999). 자기표상들과 자의식 성향이 스트

- 레스 대처방식에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위 논문.
- 김인규, 조남정 (2006). 청소년 자살생각에 대한 구조모형 검증. 상담학연구, 7(4), 1189-1202.
- 김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지세트, 및 대처방식의 우울에 대한 작용-대학신입생의 스트레스 경험을 중심으로. 서울대학교 박사학위 논문.
- 김현순, 김병석 (2008). 자살생각과 그 관련 변인들 간의 구조적 관계 모형 검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(2), 201-219.
- 두금주 (2003). 스트레스와 우울간의 관계: 자기효능감과 완벽주의의 매개효과. 아주대학교 석사학위 논문.
- 박 경 (2004). 부정적 생활 스트레스와 우울과의 관계. 한국심리학회지: 건강, 9(2), 265-283.
- 박광배, 신민섭 (1991). 고등학생의 지각된 스트레스와 자살생각. 한국심리학회지: 임상, 10(1), 298-314.
- 박병금 (2007). 청소년의 자살생각 관련요인: 자아존중감과 우울의 매개효과 중심으로. 한국생활과학회지, 16(3), 505-522.
- 박정민 (2006). 아동의 완벽주의와 우울증상의 관계에서 스트레스 대처행동의 영향. 숙명여대 석사학위 논문.
- 보건복지부 (2008). OECD Health Data 2006. 서울: 보건복지부.
- 원호택 (1997). 이상심리학. 서울: 학지사.
- 유상미 (2008). 지각된 스트레스, 부적응적 완벽주의, 자살사고의 관계: 사회적 문제해결 능력과 애착유형의 조절효과 중심으로. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 이경진 (2003). 청소년 자살의 고위험 집단과 저위험 집단의 심리적 특성. 가톨릭대학교 석사학위 논문.
- 이현수 (1992). 충동성검사. 서울: 한국가이던스.
- 임주현 (2002). 역기능 완벽주의: 인지세트, 대처방식 및 심리적 부적응과의 관계. 가톨릭대학교 석사학위 논문.
- 장현지 (2004). 일 도시 고등학생의 스트레스, 우울 및 자살생각간의 관계. 전남대학교 석사학위 논문.
- 전경구, 김교헌 (1992). 대학생용 생활 스트레스 척도의 개발: 제이이론적 접근. 한국심리학회지: 임상, 10(1), 137-158.
- 전경구, 이민규 (1992). 한국판 CES-D 개발연구 1(Preliminary Development of Korean Version of CES-D). 한국심리학회지: 임상, 11(1), 65-76.
- 정승진 (1999). 완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담 프로그램 개발. 연세대학교 박사학위 논문.
- 정철순, 임숙빈, 고효진 (2001). 청소년의 자살 위험에 관한 연구. 전남대학교 석사학위 논문.
- 조옥귀 (1992). 우울에 대한 취약요인으로서의 성격유형. 성격 및 개인차연구, 1(1), 79-102.
- 최문선 (2004). 완벽주의와 우울간의 관계에서 자기효능감과 대처의 효과. 중앙대학교 석사학위 논문.
- 통계청 (2007). 2006년 사망 및 사망원인 통계 결과. 서울: 통계청.
- 통계청 (2008). 2007년 사망 및 사망원인 통계 결과. 서울: 통계청.
- 최애숙 (2004). 고등학생의 생활스트레스 경험이 우울, 무망감 및 자살생각에 미치는 영향.

- 충남대학교 석사학위 논문.
- 한상철 (2001). 사회적 지원과 스트레스 대처 전략이 청소년의 우울 및 가출충동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회문제, 7(1), 1-17.
- 홍나미 (1998). 청소년의 자살생각에 영향을 미치는 심리사회적 요인에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 홍영수 (2004). 청소년의 자살행동에 대한 생활스트레스와 심리사회적 자원의 영향. 연세대학교 박사학위 논문.
- Adkins, K. K., & Parker, W. (1996). Perfectionism and suicidal preoccupation. *Journal of Personality, 64*(2), 529-543.
- Azevedo, M. H., Soares, M. J., Maia, B. R., Pereira, A. T., Bos, S. C., Cabral, A. S., Gomes, A. A., & Macedo, A. F. (2006). Perfectionism and sleep disturbance in young males. *Journal of Sleep Research, 15*, 125-129.
- Baca-Garcia, B., Diaz-Sastre, C., Basurte, E., Prieto, R., Ceverino, A., Saiz-Ruiz, J., & de Leon, J. (2001). A prospective study of the paradoxical relationship between impulsivity and lethality of suicide attempts. *Journal of Clinical Psychiatry, 62*, 560-564.
- Beautrais, A. L., Joyce, P. R., & Mulder, R. T. (1997). Risk factors for serious suicide attempts among youths aged 13 through 24 years. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 36*, 1543-1551.
- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of suicidal intention: The scale for suicide ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 47*, 343-352.
- 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*, 139-145.
- Bekker, M. H. J., van de Meerendonk, C., & Mollerus, J. (2004). Effects of negative mood induction and impulsivity on self-perceived emotional eating. *International Journal of Eating Disorders, 36*(4), 461-469.
- Botis, A., Soldatos, C. R., Liossi, A., Kokkevi, A., & Stefanis, C. N. (1994). Suicide and violence risk: I. Relationship to coping styles. *Acta-Psychiatrica-Scandinavica, 89*, 92-96.
- Brent, D. A., Perper, J. A., Moritz, G., Allman, C., Roth, C., Schweers, J., Balach, L., & Baugher, M. (1993). Psychiatric risk factors of adolescent suicide: A case control study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent, 32*, 521-529.
- Bruce, K. R., & Steiger, H. (2005). Treatment implications of Axis-II comorbidity in eating disorders. *Eating Disorders, 13*(1), 93-108.
- Carlson, G. A., Cantwell, D. P. (1982). Suicidal and depression in children and adolescents. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry, 21*(4), 361-368.
- Cassin, S. E., & von Ranson, K. M. (2005). Personality and eating disorders: A decade in review. *Clinical Psychology Review, 25*(7), 895-916.
- Chang, E. C., & Sanna, L. J. (2001). Optimism, pessimism, and positive and negative affectivity in middle-aged adults: A test of a cognitive-affective model of psychological

- adjustment. *Psychology and Aging*, 16, 524-531.
- Chang, E. C. (1998). Cultural differences, perfectionism, and suicidal risk: Does social problem solving still matter? *Cognitive Therapy and Research*, 22, 237-254.
- Chang, E. C. (2000). Perfectionism as a predictor of positive and negative psychological outcomes: Examining a mediation model in younger and older adults. *Journal of Counseling Psychology*, 47(11), 18-26.
- Chang, E. C., & Sanna, L. J. (2001). Negative attributional style as a moderator of the link between perfectionism and depressive symptoms: Preliminary evidence for an integrative model. *Journal of counseling Psychology*, 48(4), 490-495.
- Cheng, S. K. (2001). Life stress, problem solving, perfectionism, and depressive symptoms in Chinese. *Cognitive Therapy and Research*, 25(3), 303-310.
- Conwell, Y. (1997). Management of suicidal behavior in the elderly. *Psychiatric Clinics of North America*, 20, 667-683.
- Culpin, V., & Ireland, J. L. (2006). The relationship between sleeping problems, aggression, anger and impulsivity in a population of juvenile and young offenders. *Journal of Sleep Research*, 15, 125-129.
- Dean, P. J., & Range, L. M. (1999). Testing the escape theory of suicide in a outpatient clinical population. *Cognitive Therapy and Research*, 23, 561-572.
- Dixon, W. A., Heppner, P. P., & Anderson, W. P. (1991). Problem-solving appraisal, stress, hopelessness, and suicide ideation in a college population. *Journal of Counseling Psychology*, 38, 51-56.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1994). Assessment of multidimensional coping: Task, emotion, and avoidance strategies. *Psychological Assessment*, 6, 50-60.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). *CISS: Coping Inventory for Stressful Situations Manual*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Fergusson, D. M., Woodward, L. J., & Horwood, L. J. (2000). Risk factors and life processes associated with the onset of suicidal behavior during adolescence and early adulthood. *Psychological Medicine*, 3(1), 23-39.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Mosher, S. W. (1995). Perfectionism, life events and depressive symptoms: A test of a diathesis-stress model. *Current Psychology*, 14, 112-137.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle aged community samples. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14, 119-126.
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Frost, R. O., Turcotte, T. A., Heimberg, R. G., Mattia, J. I., Holt, C. S., & Hope, D. A.

- (1995). Relations to mistakes among subjects high and low in perfectionistic concern over mistakes. *Cognitive Therapy and Research*, 19(2), 195-205.
- Gould, M. S., Fisher, P., Parides, M., Flory, M., & Shaffer, D. (1996). Psychosocial risk factors of child and adolescent completed suicide. *Archives of General Psychiatry*, 53, 1155-1162.
- Hall, R. C. W., Platt, D. E., & Hall, R. C. W. (1999). Suicide risk assessment: A review of risk factors for suicide in 100 patients who made severe suicide attempts: Evaluation of suicide risk in a time of managed care. *Psychosomatics*, 40(1), 18-29.
- Hamilton, T., & Schweitzer, R. D. (2000). The cost of being perfect: Perfectionism and suicide ideation in university students. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 34(5), 829-835.
- Harwood, D., & Jacoby, R. (2000). Suicidal behaviour among the elderly. K. Hawton & K. van Heeringen(Eds.), *In The International Handbook of Suicide and Attempted Suicide*(pp. 275-292). Chichester: John Wiley & Sons.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Ediger, E. (1996). Perfectionism and depression: Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 276-280.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Weber, C. (1994). Dimensions of perfectionism and suicide ideation. *Cognitive Therapy and Research*, 18, 439-460.
- Kandel, D., Ravens, V., & Davices, M. (1991). Suicidal ideation in adolescent: Depression, Substance abuse and other risk factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 20, 289-310.
- Kaslow, N. J., Thompson, M. P., Okun, A., Price, A., Young, S., Bender, M., et al. (2002). Risk and protective factors for suicidal behavior in abused African American women. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 70, 311-319.
- Kralik, K., & Danforth, W. (1992). Identification of coping ideation and strategies preventing suicidality in a college-age sample. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 22, 167-186
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lewinsohn, P. M., Gotlieb, I. H., & Seeley, J. R. (1997). Depression-related psychosocial variables: Are they specific to depression in adolescents? *Journal of Abnormal Psychology*, 106(3), 365-375.
- Lewinsohn, P. M., Rohde, P., & Seeley, J. R. (1994). Psychosocial risk factors for future adolescent suicide attempts. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 62, 297-305.
- Lohman, B. L., & Jarvis, P. A. (2000). Adolescent stressors, coping strategies, and psychological health studied in the family context. *Journal of Youth and Adolescent*, 29(1), 15-43.
- Mann, J. J., Waternaux, C., Gretcher, L. H., & Malone, K. M. (1999). Toward a clinical model of suicidal behavior in psychiatric patients. *Amsterdam Journal of Psychiatry*, 156, 181-189.
- MacCallum, R., Widaman, K., Preacher, K., & Hong, seee. (2001). Sample size in factor analysis: The role of model error. *Multivariate*

- Behavioral Research*, 36, 611-637.
- McKeown, R. E., Garrison, C. Z., Cuffe, S. P., Waller, J. L., Jackson, K. L., & Addy, C. L. (1998). Incidence and presicators of suicidal behaviors in a longitudinal sample of young adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 37, 621-629.
- Mosciki, E. K. (1997). Identification of suicide risk factors using epidemiologic studies. *Psychiatric Clinics of North America*, 20, 499-517.
- Mosciki, E. K. (1995). Epidemiology of suicide. *International Psychogeriatrics*, 7, 137-148.
- O'carroll, P., Berman, A., Marris, E. (1996). Beyond the tower of babel: A nonmenclature for suicidology. *Suicide Life-Threatening Behaviors*, 26, 237-252.
- O'Keefe, P., & Lovell, D. M. (1999). Eating disorder inventory scores in Russia and Britain: a preliminary comparison. *European Eating Disorders Review*, 7(2), 129-135.
- Payket, E., Prusoff, B., & Myers, J. (1975). Suicide attempters and recent life events. *Archives of General Psychiatry*, 32, 327-333.
- Peake, K. J., Limbert, C., & Whitehead, L. (2005). Gone, but not forgotten: an examination of the factors associated with dropping out from treatment of eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 13(5), 330-337.
- Pryor, T., Wiederman, M. W., & McGilley, B. (1996). Laxative abuse among women with eating disorders: An indication of psychopathology? *International Journal of Eating Disorders*, 20(1), 13-18.
- Puskar, K., Hoover, C., & Miewald, C. (1992). Suicidal and nonsuicidal coping methods of adolescents. *Perspectives in Psychiatric Care*, 28, 15-21.
- Ranieri, W. F., Steer, R. A., Lavrence, T. I., Rissmiller, D. J., Piper, G. E., & Beck, A. T. (1987). Relationships of depression, hopelessness and dysfunctional attitudes to suicide ideation in psychiatric patients. *Psychological Reports*, 61, 967-975.
- Richard, L., & Hulsey, C. D. (2002). Impulsivity, coping, stress and problem gambling among university students. *Journal of Counseling Psychology*, 49(22), 202-211.
- Rubenowitz, E., Waern, M., Wilhelmsson, K., & Allebeck, P. (2001). Life events and psychological factors in elderly suicides: A case control study. *Psychological Medicine*, 31(7), 1193-1202.
- Sherer, M. (1985). Depression and suicidal ideation in college students. *Psychological Report*, 57, 1061-1062.
- Soloff, P. H., Lynch, K. G., Kelly, T. M., Malone K. M., Mann, J. J. (2000). Characteristics of suicide attempts of patients with major depressive episode and borderline personality disorder: a comparative study. *Amsterdam Journal of Psychiatry*, 157, 601-608.
- Steiger, H., Leung, F. Y., Puentes-Neuman, G., & Gottheil, N. (1992). Psychological profiles of adolescent girls with varying degrees of eating and mood disturbances. *International Journal of Eating Disorders*, 11(2), 121-131.
- Waldrop, A. E., Hanson, R. F., Resnick, H. S., Kilpatrick, D. G., Naugle, A. E., &

- Saunders, B. E. (2007). Risk factors for suicidal behavior among a national sample of adolescents: implications for prevention. *J Trauma Stress, 20*(5), 869-879.
- Wang, M. C., Lightsey, O. R., Pietruszka, T., Uruk, A. C., & Wells, A. G. (2007). Purpose in life and reason for living as mediators of the relationship between stress, coping, and suicidal behavior. *The Journal of Positive Psychology, 2*(3), 195-204.
- White, J. L. (1989). *The troubled adolescent*. New York: Pergamon Press.
- Williams, C. L., Davison, J. A., & Montgomery, I. (1980). Impulsive suicidal behavior. *Journal of Clinical Psychology, 36*, 90-94.
- Wilson, K. G., Stelzer, J., Bergman, J. N., Kral, M. J., Inayatullah, M., & Elliott, C. A. (1995). Problem solving, stress, and coping in adolescent suicide attempts. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 25*, 241-252.
- Zalta, A. K., & Keel, P. K. (2006). Peer influence on bulimic symptoms in college students. *Journal of Abnormal Psychology, 115*(1), 185-189.

원 고 접 수 일 : 2008. 9. 11

수정원고접수일 : 2008. 10. 21

게 재 결 정 일 : 2008. 11. 10

## **The Verification of a Structural Relationship Model of Suicidal Ideation to Stress, Coping Styles, Perfectionism, Depression, and Impulsivity**

**Jung-Hee Ha**

Hanyang University  
Ansan Counseling Center

**Sung-Hee An**

University of Arkansas

Increasing suicide rates in our society are becoming a significant public health concern. The purpose of the current study was to examine whether individual factors (including passive means of coping with stress, being concerned about mistakes-a subscale of perfectionism, impulsivity, and depression) mediate the relationship between stress and suicidal ideation among 185 college student volunteers. Impulsivity had the largest effects on suicidal ideation in the adopted model. Stress predicted impulsivity via the passive means of coping with stress, and the impulsivity element predicted suicidal ideation directly. Depression indirectly predicted suicidal ideation via impulsivity. We suggest that other unknown variables predicting suicidal ideation may exist because the variance able to be explained using the variables used was relatively small. The implications for suicidal crisis counseling and future research were also discussed.

*Key words* : suicidal ideation, stress, concern of Mistake-a Subscale of Perfectionism, the Passive Ways of Stress Coping, depression, impulsivity