

입대 전에 자살관련행동을 경험한 병사의 회복과정에 대한 질적 연구

나 기 회*

한 규 석

전남대학교 심리학과

통계청이 발표한 자료에 따르면 우리나라의 2015년 자살률은 2014년에 비교하여 소폭 감소하였으나 경제협력개발기구(OECD) 최고 수준을 유지하고 있으며, 20대 남성의 자살률은 다른 연령대 남성 및 여성의 자살률 변화와 달리 여전히 상승하고 있다. 이처럼 한국 20대 남성의 경우 높은 자살률을 보이거나 의무 복무 중인 20대 병사의 자살률은 상대적으로 낮은 수준이다. 이에 본 연구는 입대 전에 자살관련행동을 보였으나 군 복무에 성공적으로 적응한 병사의 자살관련행동 변화 과정에 도움이 되는 요인들과 그 과정을 알아보고자 하였다. 이를 위해 질적 연구 접근을 적용하였으며, 본 연구를 통해 자살 관련 연구를 발전시키고, 20대 남성의 자살 감소와 관련한 이론적 틀을 제시하고자 하였다. 연구대상은 20대 성인 남성 가운데 6개월 이상 의무복무 중인 육군 병사로서, 입대 전에는 자살관련행동이 있었으나 현재는 안정된 군 생활을 유지하고 있는 7명이다. 이들을 대상으로 심층면접을 통해 수집된 면담록을 필사하여 Strauss와 Corbin(1998/2001)의 근거이론적 방법으로 분석한 결과 총 100개의 의미 개념과 30개의 하위 범주, 6개의 상위 범주가 도출되었으며, 이를 토대로 핵심범주인 '간혀있던 상처는 만남과 사회적 치유의 과정을 통해 회복함'이 발견되었다. 또한 패러다임 분석 결과 인과적 조건은 대인관계로 인한 문제 발생이었으며, 현상은 자살관련행동이었다. 맥락적 조건은 4가지, 중재적 조건은 3가지였으며, 작용/상호작용 전략을 통해 자살관련행동의 변화라는 결과가 나타났다. 과정 분석에서 고립적 생활, 직면하기, 태도 변화, 도움 느껴지기, 사회적 치유의 5단계 자살관련행동 변화 과정이 나타났다. 이 연구는 대한민국 20대 남성이자 의무 복무 중인 병사의 자살관련행동으로부터 회복 과정을 밝혔다는데 의의가 있다.

주요어 : 자살관련행동, 20대 남성, 병사, 사회적 치유, 대인관계, 근거이론

* 교신저자: 나기회 혹은 한규석, 전남대학교 심리학과, (61186) 광주 북구 용봉로 77
Tel : 062) 530-2654, E-mail : attachment5@hanmail.net, jinmori@jnu.ac.kr

우리나라는 경제협력개발기구(OECD) 회원국 가운데 최고 수준의 자살률을 유지하고 있으며, 20~30대 남성의 자살률은 여성과 다른 연령대에 비교하여 지속적으로 높아지고 있다. 지난 2015년 발표된 통계청의 자료에 따르면 남성의 자살률이 여성보다 2.38배 높으며, 전년 대비 대부분 연령층에서 자살률이 감소하였으나 20대에서 30대 남성의 자살률은 증가하였고, 인구 10만 명당 남성의 자살률은 38.4명으로 여성 16.1명보다 2.38배 높았다. 일반사회의 20대에서 30대 남성 자살률이 높은 반면에 2013년 발표된 국방부와 통계청 자료를 기준으로 살펴볼 때, 우리나라 군인의 인구 10만 명당 자살률은 12.2명으로 일반인 20세~29세 20.9명에 비해 낮게 나타나고 있다. 물론 일반사회 남성과 달리 의무 복무를 하는 군인들의 경우에는 병무청에서 실시하는 정신건강 및 자살 문제에 대한 평가를 받고 입영한다는 차이가 존재한다. 하지만 구승신(2006)의 신세대 병사 정신건강연구에 참여한 대상자의 절반 이상이 우울 상태를 보였고, 병사들의 경우 입대 후에 익숙하지 않고 통제된 환경에서 가족, 친구와 같은 사회적 지지원이 없이 이전에 경험해보지 못했던 특수한 스트레스 상황에 직면하게 되면 자살과 같은 극단적인 행동을 할 가능성이 있다는 점(정신영, 이동귀, 2011)에서 의무 복무 병사들이 일반 사회의 동일 연령대 남성의 정신건강 보다 양호하다고 보기는 어렵다. 한국의 군당국은 인성검사, 개인 안전지표, 인터넷 중독 진단, 우울증 및 스트레스 척도 등을 활용하여 자살위험 병사를 식별하고 있으며, 병영생활 전문상담과 제도의 운용, 간부 상담교육 강화, 자살 징후 발견을 위한 의사소통 및 보고 체계 활성화 대책 마련, 구타 및 가혹 행위 근절 대책 등 자

살예방 노력을 다각적으로 실시하고 있다(정신영 외, 2011). 실제 자살관련행동으로 이어질 가능성이 높은 병사에 대한 군 생활 경험과 과정에 대한 질적 연구에서도 군 생활에서 제공되는 부대원의 지지, 부대 이동 배치, 상담관의 원조, 각종 멘토링과 같은 다양한 지원체계가 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(정원철, 박영주, 2012).

군에 입대 후 자살시도를 경험한 병사의 진술문을 기초한 정신영, 이동귀, 박현주(2012)의 선행 연구에서는 자살 보호요인으로써 군 생활에서 경험한 '대화과 소통을 통한 이해 받는 경험', '한번 해보자는 자기 암사', '사회적 지지를 통한 격려'가 확인되었고, 위험요인으로 '선임병 및 기분의 무시, 인격모독에 의한 자존감 저하', '통제된 군대 생활에 대한 괴로움', '의지할 대상이 없어서 느끼는 외로움과 소외', '통제 상황을 벗어나려는 노력의 좌절로 인한 고통'이 나타나고 있음을 보인 바 있다. 자살관련행동이 시사되는 병사들과 일반병사의 적응도 검사 점수를 비교한 박은경, 최광현(2014)의 연구에서는 자살관련행동을 보인 병사들의 조직생활 적합성과 자아존중감, 현실검증력, 집단협동성이 일반병사에 비해 낮았으며, 공격성과 충동성, 우울감, 절망감이 높았던 것으로 나타났다. 이와 함께 병사의 자살위험성을 조기에 파악하고, 도움을 주기 위한 자살위험성 척도 개발 및 타당화 연구에서는 병사의 자살위험성을 측정할 수 있는 구성 개념으로 과거 자살시도경험과 자살욕구조절 능력이 병사의 자살시도에 높은 영향을 미칠 수 있다는 점을 밝혔다(심윤기, 김완일, 정기수, 2014). 이러한 선행연구는 병사 자살 위험요인과 보호요인 및 특성 등을 설명하고, 측정도구를 개발하려 하고 있으나 실제 병사

의 자살관련행동 회복과정을 설명하는데 한계가 있다.

김지우 등(2015)은 국내 대학병원 응급실에 내원한 일반적인 자살 시도자들의 특성을 연구한 결과, 지역사회 자살 예방을 위해 가족 갈등, 우울장애에 대한 적절한 정신과적 치료가 필요함을 제시하고 있다. 인수현, 장서진(2015)은 응급실에 내원한 성인남녀 자살 시도자의 임상적 특성을 분석한 결과, 남성의 경우에는 우울장애와 함께 공존하는 알코올관련 장애가 주로 문제가 되었고, 여성은 우울장애와 함께 공존하는 성격장애가 유의미한 임상적 특성의 차이로 확인되었다. 일반 자살 시도자의 치료 과정에서 성별에 따른 정신과적 특성 차이를 고려할 필요가 있음을 시사하고 있다. 이러한 자살 시도자 대상의 기존 연구는 자살 시도자에 대한 기초자료를 제공할 수는 있으나 자살관련행동 회복 과정과 내면세계를 보여 주지 못하는 한계가 있다.

20대 성인의 자살관련행동 선행 연구로 대학생들의 자살 생각과 관련한 요인 연구(김정진, 2009; 하정희, 안성희, 2008), 자살관련행동 위험 병사의 심리적 특성 연구(김효창, 2006; 정신영 외, 2011) 등이 성인 자살의 특성과 자살 취약성 요인으로 개인적 요인, 가족환경적 요인, 사회환경적 요인을 탐색하였으나 어떠한 과정을 통해 자살관련행동이 조절되고 삶이 안정되는지의 과정을 밝히는 경험적 연구는 미흡하였다.

본 연구는 일반 사회에서 자살관련행동을 경험한 병사가 군 생활 동안 자살 충동성을 조절하고, 유지하는 현상의 과정을 드러내 보고자 하는 질적 연구로서, 20대 성인 남성과 군 복무 중인 병사의 자살 관련 문제 개선에 도움이 될 것이다. 이에 근거이론을 적용하여

입대 전에 자살관련행동 위험을 보였으나 안정된 상태로 의무 복무를 유지하고 있는 병사를 대상으로 어떤 요인과 과정이 자살관련행동 감소에 영향을 미쳤는지 살펴보았다. 더불어 본 연구에서는 기존의 자살관련행동을 명명하는 용어들이 그 의미가 불분명한 상태에서 사용되고 있어 임의로 해석될 여지가 있으므로(이혜선, 육성필, 배진화, 안창일, 2008), 참여자들의 면담 내용과 현상을 중심으로 분석하였다. 자살행동은 자살생각, 자살시도, 자살계획 등을 포함하는 개념(Nock et al., 2008)이나 본 연구에서는 더 넓은 차원으로 인식하여 자살관련행동으로 명명하고 기술하였다.

본 연구의 질문은 “입대 전에 자살관련행동을 경험한 병사가 군 생활에 안정적으로 적응하는 데에 어떤 요인이 영향을 미치는가?”이다. 연구 질문을 중심으로 병사가 입대 전에 경험했던 자살관련행동이 어떤 과정을 거쳐 안정화되고, 일상생활을 유지하게 하는지에 대해 밝혀 보고자 하였다.

방 법

연구설계

본 연구는 자살관련행동 경험자의 회복 과정을 심층적으로 이해하기 위해 근거이론 접근법을 적용했다. 근거이론 방법론은 질적 연구 방법으로서 현장 연구의 한 형태이며(신경림, 조명옥, 양진향, 2004), 수집된 질적 자료를 통해 사회 심리적 문제나 대처 전략 과정 변화를 밝히는데 유용하다(Glaser & Strauss, 1967). 다양한 질적 연구방법 가운데, 근거이론 방법을 선택한 이유는 자살관련행동 경험

자의 회복 과정을 참여자 관점에서 이해하려 했기 때문이다. 이는 근거이론 방법이 연구 참여자의 실제적 경험 과정에서 갖는 의미와 과정을 설명하는 기본적인 사회적 과정(basic social process: BSP)을 보이는데 적합하기 때문이다(홍현미라, 권지성, 장혜경, 이민영, 우아영, 2008). 이처럼 현장에서 수집된 자료를 바탕으로 개인의 적응 과정을 이해하고, 의미를 파악할 수 있는 근거이론을 통해 자살관련행동 유경험자의 회복 과정을 알아보았다.

연구참여자

본 연구는 Strauss와 Corbin(1998/2001)의 이론적 표집(theoretical sampling)을 적용하여 연구 대상이 드러내는 개념을 발견하고, 속성과 차원에 따라 범주의 밀도를 높일 수 있도록 연구 참여자를 선정하였다.

본 연구에 적합하고, 가장 좋은 정보를 제공해 줄 수 있는 표본추출을 위해 연구 참여자의 선정 기준 3가지를 제시했다. 첫째, 의무복무 동안이 아니라 입대 전에 자살관련행동경험이 있었던 병사로 참여자를 선정했다. 둘째, 참여자는 최근 6개월 동안에 자살관련행동을 보이거나 일상생활에서 특별한 심리적 문제가 없어야 한다. 셋째, 본 연구에 대한 설명을 듣고, 스스로 참여에 동의하고, 본인의 자살 경험을 학술적 논문을 통해 공유하는 것에 수락하는 병사를 대상으로 하였다. 이들은 입대 전에 자살생각, 자살계획, 자살시도와 같은 자살관련행동을 나타냈고, 입대 초기에 받은 인성검사 결과에서 부대의 도움과 배려가 필요한 유의미한 수준의 자살관련행동 위험이 확인되었다. 군인의 자살관련행동 위험 수준과 심리적 문제를 파악하는데 사용되고 있는

인성검사는 2010년부터 현재까지 한국군 병사 모두에게 시행되고 있으며, 복무 부적응 및 사고 우려가 있는 장병들을 조기에 선별하고 해당한 인원 에 대한 적절한 조치 및 지원을 목적으로 한다(최광현, 2013). 두 번째 선정 기준의 확인을 위해 최근 3개월 이내의 인성검사 결과를 근거로 자살관련행동과 유의미한 심리적 문제가 없다고 판단되는 병사를 의뢰 받았다. 두 번째 선정 기준에 반영한 인성검사는 군 자살예방 종합시스템에 포함된 과학적 식별 도구 중 하나이며, '예' 혹은 '아니오'로 응답하는 자기보고식 검사로 총 238문항으로 구성되어 있다. 검사는 4개의 타당도 척도와 6개의 적응척도, 6개의 적성성격 척도, 특수 척도를 포함한다(박은경, 최광현, 2014). 본 연구에서 적용하고 있는 이론적 표집에서 범주의 포화는 자료의 수집이 더 이상 새로운 속성과 이론적 통찰력을 불러오지 않을 때 범주가 포화된 것으로 보았다(Charmaz, 2006). 이를 토대로 연구 참여자 선정 과정에서 범주가 포화될 때까지 표집을 지속했다.

연구 참여자들에 대한 접근은 일차적으로 소속 부대를 통해 2015년 5월부터 7월까지 총 15명의 사례를 의뢰받았으며, 그 가운데 본 연구에 적합한 10명 사례를 확보하였다. 10명의 참여자 외에 5명 사례는 면담과정에서 본 연구 참여자 선정 조건을 충족하지 않는 것으로 확인되어 연구에서 제외되었다. 또한 10명의 참여자와 면담을 진행하는 동안 3명이 자발적으로 연구 참여를 철회하여 최종적인 연구 참여자는 육군에서 복무하고 있는 20대 남성 7명이 되었다.

본 연구의 참여자의 주요 특징은 다음과 같다. 이들은 군 복무를 7개월 이상 유지하고 있으며, 연령 분포는 20세~30세로 평균 연령

표 1. 연구참여자 특성

구분	나이	계급	결혼 상태	학력	입대 전, 자살관련행동		
					생각	계획	시도
참여자1	23	병장	미혼	대학교 휴학	고등학교	목땀	목땀
참여자2	22	병장	미혼	대학교 휴학	고등학교	손목 긋기	손목 긋기
참여자3	24	상병	미혼	중졸	초등학교	투신	투신, 약물
참여자4	27	일병	미혼	고졸	고등학교	목땀, 투신	없음
참여자5	21	일병	미혼	대학교 휴학	중학교	투신, 손목 긋기	손목 긋기
참여자6	21	일병	미혼	대학교 휴학	초등학교	칼	없음
참여자7	22	일병	미혼	대학교 휴학	중학교	투신	목땀

은 22.9세이다. 결혼 상태는 모두 미혼이었고, 학력은 대학교 휴학이 5명, 중학교 졸업 1명, 고등학교 졸업 1명이었다. 참여자 모두는 입대 전에 구체적인 자살생각과 계획이 있었으며, 2명을 제외하고는 유의미한 자살시도가 있었다. 이러한 연구 참여자의 일반적인 특성은 표 1에 제시되었다.

연구절차

본 연구는 윤리적 절차로서 참여자의 인권과 신체적 및 정신적 위협으로부터 보호하기 위해 전남대학교 질적 연구회 검토와 해당 부대의 정식 심의를 거쳐 진행되었다. 추후 충분한 시간을 가진 후에 부대 협조 및 본인 동의를 구하고 2015년 7월부터 3개월 동안 심층면담이 시행되었다. 이를 통해 의뢰받은 참여자 15명이 연구 참여 여부를 자유롭게 선택할 수 있도록 하였으며, 본인 의사에 따라 거절하거나 중단할 수 있도록 하였다. 심층면담은 본 연구자에 의해 시행되었고, 사전 설명한 연구 취지와 방법 및 연구 참여

거부, 중지할 수 있는 사항 등에 대해 충분히 이해하고 있는지 확인하였다. 이러한 참여자의 권리에 대해 안내하고 연구 참여 동의서에 서명을 받은 후에 심층면담을 시작하였다. 심층 면담 과정에서 연구자의 책임을 참여자와 부대에 반복적으로 알렸으며, 부정적 후유증을 갖지 않도록 참가자를 보호하였다. 또한 면담이 진행되는 과정이나 종료된 후에 전문적인 상담과 정신건강의학과 의 도움을 받을 수 있다는 것을 알렸다. 면담 이후에는 연구 참여자의 심리적 안정을 위해 본 연구자와 추가적 만남을 원할 경우에는 지속적으로 사후관리를 실시했다. 연구 과정에서 익명성 보호를 위해 참여자의 일정에 맞추어 부대에 방문했고, 독립된 공간에서 심층면담을 시행했으며, 이 과정에서 연구에 자발적으로 참여하였는지를 지속적으로 검토했다. 연구주제의 민감성을 고려하여 연구를 통해 얻어진 모든 자료는 본 연구자 외에는 접근할 수 없었고, 익명으로 처리되었다. 면담시간은 1회에서 2회에 걸쳐 시행되었으며, 소요 시간은 50분에서 1시간 정도였고, 참여자들의 상태를 고려

하여 진행하였다. 면담 내용은 참여자의 동의 하에 녹음했고, 면담이 끝난 직후 연구자가 직접 녹음된 내용을 참여자가 표현한 언어 그대로 필사했으며, 필사된 내용은 임상심리 전문가 1인의 확인 과정을 거친 후에 자료를 분석하였다. 이러한 면담은 분석 과정에서 불충분한 부분을 반복적으로 확인했고, 새로운 범주 자료가 나타나지 않는 포화상태에서 멈췄다.

면담과정

면담 과정에서는 자살관련행동이 안정되는 과정을 구체적으로 이해하기 위해 제작된 다섯 가지 질문을 사용했다. 여기에는 군 생활이 자살관련행동에 미쳤던 영향을 확인하기 위한 질문이 포함되었다. 첫 번째 연구 질문은 "자살 생각을 언제 처음 갖게 되었나요?"였고, 자살관련행동을 구체화하기 위해 "있었다면 자살 관련하여 어떤 것을 실행했나요?"라고 추가 질문을 제시했다. 두 번째 연구 질문은 "당시에 그러한 어려움 관련하여 어떤 도움을 받았나요?"였다. 세 번째 질문은 "현재 자살 생각은 입대 전에 비교해서 어떤가요?"였다. 네 번째 질문은 "군 생활에 대하여 느끼고 있는 점을 이야기해주세요?"였고, 마지막 질문으로 "군 생활은 나에게 어떤 의미인가요?"였다.

자료 수집을 위한 면담 과정은 범주를 찾는 데 목적을 두었으며, 추가적인 참여자 수는 범주가 더 이상 새롭게 나타나지 않을 때까지 진행하였다. 즉, 이론적 포화(theoretical saturation)를 충족할 때까지 실시하였다. 이 과정에서 연구자는 중립적인 태도를 유지하기 위해 참여자에게 영향을 줄 수 있는 질문을

제한했으며, 자발적으로 자신의 경험을 이야기할 수 있도록 면담 환경을 조성하였다. 면담이 종료된 후에는 참여자가 안정된 일상생활을 유지하는지 재차 확인하였고, 자료 분석 과정에서 모호한 내용이 발견된 경우에는 참여자 동의하에 추가 면담을 실시했다.

자료 분석

본 연구에서 자료 분석은 Strauss와 Corbin(1998/2001)이 제시한 근거이론 방법을 적용하였다. 근거이론의 분석 절차는 개방 코딩과 축 코딩, 선택 코딩으로 이루어진다. 개방 코딩이란 자료를 해체하여 비교, 검토를 통해 비슷한 특질을 가진 것들끼리 모아 분류하고 범주화하는 과정을 뜻하고, 축 코딩은 개방 코딩 후에 새로운 방식으로 자료를 다시 조합하는 일련의 과정으로, '패러다임에 의한 범주 분석'과, '과정 분석'으로 이루어져 있다. 끝으로 선택 코딩은 핵심 범주를 밝히고 이 핵심 범주를 중심으로 다른 모든 범주를 통합시키고 정교화 하는 과정이다.

연구의 타당성 검증

본 연구 시작 전과 후에 연구 내용 및 과정이 참여자에게 안전하게 구성되어 있는지와 적합한 절차를 통해 진행되었는지에 관해 연구자 소속기관의 승인을 받았다. 이와 더불어 연구의 신뢰성과 타당성을 높이기 위해 Guba와 Lincoln(1981)이 제시한 적용 가능성(applicability), 사실적 가치(truth value), 일관성(consistency), 중립성(neutrality)의 기준을 숙지하고 따랐다. 사실적 기준을 충족하기 위해 참여자의 적응 및 회복수준에 대한 주변인들의

의견을 수렴했으며, 구조화된 질문과 심층 면접으로 참여자에 대한 자료를 확보하였다. 적용 가능성 기준을 충족하기 위해 2년 이상 자살 위기 상담 실무 경험이 있는 4명의 병영생활 전문상담관의 검증과 감수를 거쳤다. 4명의 병영생활 전문상담관은 상담심리학 박사 수료자 1명과 상담심리학 석사 1명, 사회복지학 석사 2명으로 구성되었으며, 모두 3년 이상의 군 상담 실무 경험이 있었다. 일관성과 중립성을 충족하기 위하여 연구 과정과 개념 및 범주에 대해 전남대학교 질적 연구회와 사회심리 연구회 참석자들에게 자문과정을 거쳤다. 이 과정에서는 심리학과 교수 1인, 심리학 박사 1인, 심리학 박사과정생 3인, 심리학 석사과정생 1인과 함께 연구 내용에 관한 논의를 지속했다. 연구 과정에서 연구자의 편견을 최대한 배제했으며, 분석의 타당성을 검토하기 위하여 본 연구에 참여하지 않은 상담 심리학 교수 1명의 감수를 통해 수정된 반구조화된 질문을 연구 질문으로 적용했다.

결 과

입대 전에 자살관련행동을 나타낸 참여자가 복무 전의 사회생활 및 군 생활 동안 경험하는 다양한 상황이 그들의 회복에 어떻게 영향을 주었는지를 알아보기 위해 의미 단위를 추출하고 이들의 유사성에 따라 묶는 개방코딩을 수행했다. Strauss와 Corbin(1998/2001)에 의하면, 개방 코딩(open coding)은 면밀한 자료 검토를 통해서 현상에 이름을 붙이고, 범주화하는 분석 작업으로 자료를 해체시켜 범주나 그 속성 그리고 차원의 위치를 알아보며, 현상 간에 어떤 관련이 있는지 도출하는 과정이

다. 축 코딩(axial coding)은 범주나 하위범주들 사이에 서로 연합관계를 만들며, 개방코딩 후에 새로운 방식으로 자료를 조합하고, 속성과 차원을 뛰어넘어 단계를 발전시키는 것이다 (Strauss & Corbin, 1998/2001).

수집된 자료를 중심으로 지속적 비교 분석을 한 결과, 총 100개의 의미 개념과 30개의 하위 범주, 15개의 상위 범주가 도출되었다. 자료 분석 과정은 첫째, 원자료를 분석할 수 있는 형태로 만드는 과정을 거치며, 면담 과정을 통해 얻은 녹취자료를 참여자가 표현한 언어 그대로 기술한 것이다(박승민, 김광수, 방기연, 오영희, 임은미, 2012). 둘째, 필사된 자료를 기반으로 '코딩'을 하게 된다. 이 과정에서는 원자료의 개념을 발견하고, 의미상 관련이 있거나 유사한 개념들을 하위 범주로 묶는 범주화를 하였다. 또한 범주를 발생시키는 인과적 상황과 각각의 범주 및 전후 관계에 비추어 현상을 조절하고 영향 미치는 범주의 속성과 차원을 정리 발견해 나아갔다. 속성과 차원화는 이론에 개념적 밀도를 더해 주고 다양성을 밝히는데 도움이 되며, 범주와 하위범주를 심화 발전시키는데 필요하다 (Strauss & Corbin, 1998/2001). 본 연구에서 확인된 개념을 다시 유사한 것들끼리 유목화한 결과 대인관계에서 걱정을 느낌, 부적응 인식, 정서적 어려움, 불규칙한 생활, 자살생각을 갖게 됨, 자살시도 등 30개의 하위 범주가 나타났다. 하위범주는 다시 유목화 작업을 통해 대인관계로 인한 문제 발생, 부적응 경험, 자살관련행동, 직면하기, 사회적 치유 등의 15개 상위 범주로 구분되었다. 그 결과는 표 2와 같다.

표 2. 입대 전에 자살관련행동을 경험한 병사의 회복 과정 개념과 범주

패러다임	상위범주	하위범주	개념	속성	차원
인과적 조건	대인 관계로 인한 문제 발생	대인관계에서 걱정을 느낌	대인관계 때문에 고민을 하게 됨, 대인관계 부담으로 새로운 선택이 제한됨, 관계가 자살 생각에 영향을 줌 남들에게 무시 받는 기분, 배신감을 느낌, 대인관계에서 실망하게 됨	빈도 연속성	적다-많다 일시적-지속성
		대인관계 문제 경험	자살관련행동 경험, 서열관계에서 갈등 경험, 여자 친구와 문제, 대인관계 문제 경험, 불화, 주변 사람들과 다툼, 학교폭력 경험	빈도 연속성	적다-많다 일시적-지속성
부적응 경험	부적응 인식 부적응으로 문제 발생	부적응 인식	군 생활 적응이 힘들다고 생각됨, 병원 퇴원 후에 적응 힘들, 서열관계 적응 힘들	빈도	적다-많다
		부적응으로 문제 발생	직무에 집중이 안 됨, 학교에서 공부가 안됨, 반복되는 실수	빈도 연속성	적다-많다 일시적-지속성
심리적 어려움	상황에서 오는 어려움	상황에서 오는 어려움	인생의 변화가 힘들, 선택에 대한 부담감, 상황에서 경험한 삶의 의욕 저하, 환경에서 오는 공포, 새로운 환경에서 답답함을 느낌	빈도 정도	적다-많다 약함-강함
		정서적 어려움	우울함, 충동적인 감정을 느낌, 허무함과 무의미한 느낌, 외로움을 느낌	빈도 연속성	적다-많다 일시적-지속성
맥락적 조건	자기 손상적 어려움	컴퓨터 과다사용	컴퓨터만 사용, 게임에만 몰입, 게임 때문에 문제가 일어남	빈도 연속성	적다-많다 일시적-지속성
		불규칙한 생활	수면 문제로 인한 어려움, 과도한 음주	빈도 연속성	적다-많다 일시적-지속성
돌봄 환경의 부재	가족에 의한 돌봄 어려움	가족에 의한 돌봄 어려움	어린 시절 가족위기 상황에서 보호자 없이 남겨짐	빈도	적다-많다
		사회적 환경에서 돌봄 부재	학교폭력에 대하여 도움을 받지 못함, 학교 초기적응 과정에서 주위 사람들의 도움 부재	빈도	적다-많다

표 2. 입대 전에 자살관련행동을 경험한 병사의 회복 과정 개념과 범주 (계속 1)

패러다임	상위범주	하위범주	개념	속성	차원
현상	자살 관련 행동	자살생각을 갖게 됨	목땀을 생각함, 투신을 생각함, 힘든 상황에서 자살을 고려함, 자주 드는 자살생각	빈도 정도	적다-많다 약함-강함
		자살시도	자살시도 연습, 구체적 방법을 사용한 자살시 도, 충동적 자살시도	연속성	일시적-지속성
중개 조건	관계를 인식할 수 있는 경험 증가	대인관계 경험 증가	경험을 통해 대인관계 의미 인식, 입대를 통 한 새로운 대인관계 경험	빈도 존재 연속성	적다-많다 유-무 일시적-지속성
		의미를 부여한 관계 경험	만족스러운 대인관계 경험, 소중한 관계가 버 팀목이 됨		
	돌봄 환경 경험	규칙적인 생활 경험	군대 환경에서 컴퓨터 사용을 조절하게 됨, 군대에서 규칙적인 생활 경험	수준	낮음-높음
		주위 사람의 돌봄 경험	군 생활에서 도움 경험, 지휘관의 관심, 이웃 의 돌봄, 학교 선생님의 돌봄, 여자 친구의 돌 봄, 가족의 돌봄, 대인관계에서 의지할 수 있 다는 느낌, 주위 사람들의 격려		
시간 흐름이 주는 의미 인식	군 생활에서 서열 변화 인식	계급 변화에 따른 안정감 인식	수준	낮음-높음	
	적용시간이 주는 변화 인식	적용 과정에서 시간이 주는 장점을 알게 됨, 시간이 해결해주는 것들이 많음			

표 2. 입대 전에 자살관련행동을 경험한 병사의 회복 과정 개념과 범주 (계속 2)

패러다임	상위범주	하위범주	개념	속성	차원
	고립적으로 생활하기	회피적 대처하기	현실 회피하기, 현실에 대한 낙담, 사회적 활동 피하기	빈도	적다-많다
		고립적 대처하기	문제 상황에서 혼자 대처하기, 저항적인 태도	연속성	일시적-지속성
	직면하기	자기 모습 인식	자기 문제점을 구체적으로 인식하기, 자기 모습에 의문 갖기, 후회하기, 반성하기, 상황 변화에 따른 안정감 인식함	빈도 수준	적다-많다 낮음-높음
		현상의 문제점 인식	시행착오를 통해 문제점을 알게 됨, 객관적으로 자신을 돌아보기	수준	낮음-높음
작용/상호작용	삶에 대한 태도 변화	삶에 대한 자신감 향상	대인관계에 관심 갖게 됨, 다른 사람에게 먼저 다가감, 실패에 대한 두려움 감소, 노력하기 시작함, 삶을 긍정적으로 생각함, 강인성 증가	수준 연속성	낮음-높음 일시적-지속성
		삶의 중요성 증가	삶을 소중하게 느낌, 삶에 대한 목표 갖기, 성장에 대한 욕구 생김		
	도움 느껴지기	주변사람 느끼기	관심 받는 것을 느낌, 도움의 중요성 인식, 관심에 대해 신뢰감을 갖게 됨	수준	낮음-높음
		전문적 도움 받기	전문적인 심리치료, 정신건강의학과 치료	존재 연속성	유-무 일시적-지속성
	사회적 치유	자기 바라보기	음악듣기, 대화하기, 운동하기, 애완동물 키우기, 자기 삶에 관심 갖기	빈도 연속성	적다-많다 일시적-지속성
		나만이 아닌 우리까지 챙김	다른 사람에게 관심 갖기, 군 생활에서 동료 돌봄	빈도	적다-많다
결과	자살관련 행동의 변화	자살관련 행동이 줄어듦	자살 생각이 줄어들음, 자살관련행동이 감소된 느낌, 자살이 늦춰지는 느낌, 자살에 대한 저항감을 느낌, 자살 단어가 생각나지 않음	빈도 정도	적다-많다 약함-강함
		자살관련 행동에 대한 통제감 증가	자살관련행동을 억제함, 자살이 행복에 의해서 대체됨	연속성	일시적-지속성

축 코딩

근거이론적 접근에서는 경험을 설명하는 범주의 발견에서 나아가 범주들 간의 다양한 인과적 조건, 작용/상호작용, 결과에 이르는 연결과정을 파악하는 축 코딩을 하여 현상을 이해하는 하나의 이론을 제시하고자 한다(Strauss & Corbin, 1990). 이를 통해 범주의 부가적 속성을 계속해서 찾았으며, 확인된 범주의 연결구조를 통해 모형을 도식화했다. 또한 본 연

구에서는 모형을 토대로 축 코딩을 시행하여, 그림 1의 모형을 도출하였다.

인과적 조건

인과적 조건(causal conditions)은 '현상'을 발생시키거나 발달하게 하는 데 영향을 미친 사건이나 변수 및 '현상'의 직접적인 원인이 되는 조건을 의미한다(Strauss & Corbin, 1990). 본 연구의 현상인 자살관련행동은 '대인관계로 인한 문제발생'의 영향을 받는 것으로 확인되었다.

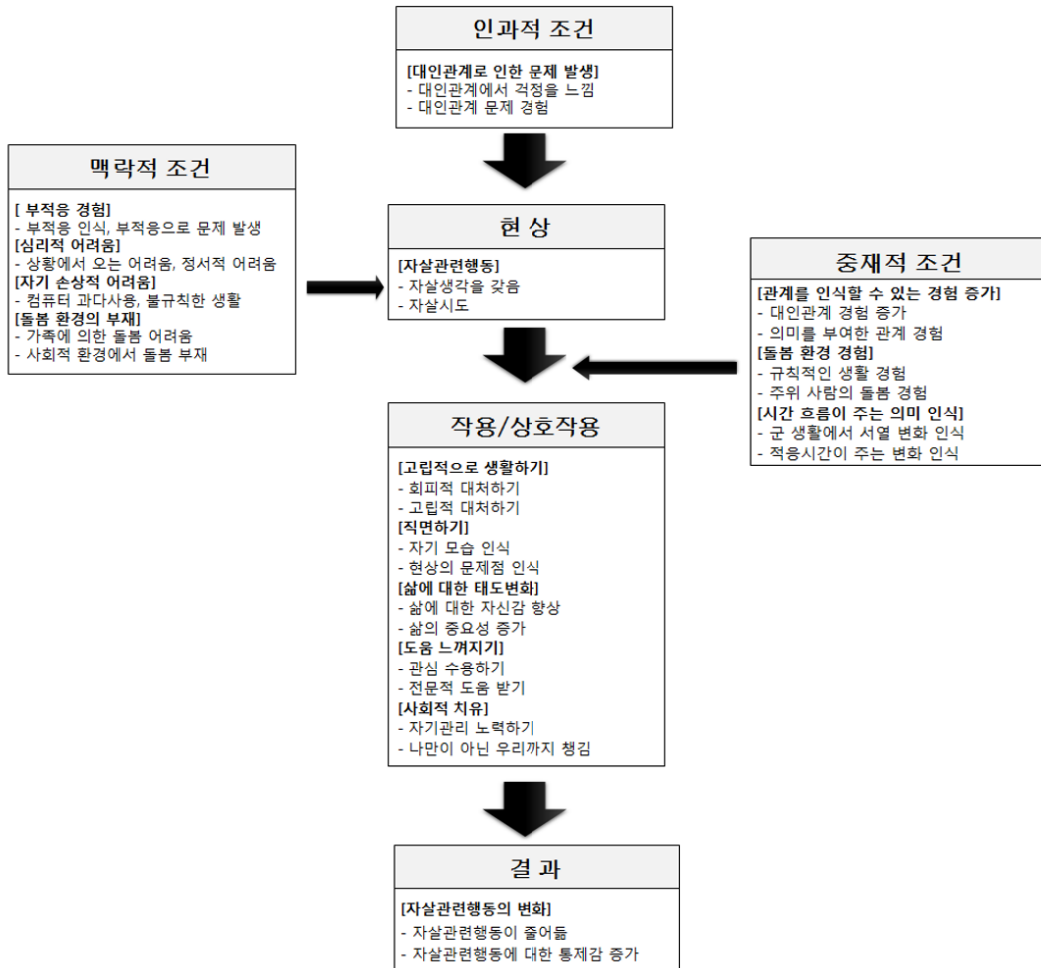


그림 1. 입대 전에 자살관련행동을 경험한 병사의 회복 과정 경험에 대한 패러다임 모형

연구 참여자들은 주변 사람들과 불화, 학교에서 폭력 피해와 같은 다양한 대인관계 문제를 경험했으며, 이 과정에서 타인에게 무시당하는 느낌과 실망감을 나타냈다.

“일단 중학교 때는 처음에 이제 새 학기 들어오고 나서 적응을 하지 않습니까. 적응을 막 하는데, 계기가 된 건, 좀... 흔히 말하는 나쁜 친구들... 나쁜 친구들이 뭐 좀, 빌려 달라. 뭐 좀, 빌려 달라고, 그 당시에는 제가 거절을 잘 못 했습니다. 일단 거절을 못 했고, 그 계기로 빌려주다 보니까. 그 친구가 계속 만만하지. 이렇게 해서... 나중에는 더 나아가서 폭력을 행사했습니다. 그중에서 제일 기억에 남는 거는 앞드리기 한 다음에... 이렇게 발로 막 가슴 부위를 계속 찾습니다. 그 당시에 너무 아파가지고 이렇게 웅크리고 있었는데, 갑자기 웃으라는 겁니다. 그때 이렇게 수치심 이런 것을 많이 느꼈습니다. 그때부터 제가 막, 막, 사람 앞에서 말을 하면은 뭔가 모를 두려움 때문에 말이 잘 안 맞습니다. 그래서 그 트라우마가 아직까지도 이렇게 있습니다.” (참여자 5)

“근데, 저희 학교 같은 경우에는 이제 1학년 때부터, 경쟁이 치열했어요. 뭔가 경쟁이랄까. 서로 이제 친하게 잘 지내야 되는데, 경쟁 관계로 보는 그런 게 있어가지고, 좀... 그게 실망했다고 해야 되나? 그런 실망감에서 다시 그런 생각이 나기도 했죠. 서로 같이 잘해야 하는 조별과제가 있잖아요. 그런 조별 과제 같은 경우에는 서로 이제 도와 가면서 하면, 좋은데, 그런 게 아예 없는 거죠. 저는 서로 도와가며

하는 것을 생각했는데, 그런 게 아예 없는 거죠. 저 같은 경우에는 5명이 한 조였는데, 저하고 다른 한 애만... 같이 하는 과제인데, 2명이 하고... 그런 관계에서 실망을 느꼈죠.” (참여자 6)

맥락적 조건

Strauss와 Corbin(1998/2001)이 설명하는 맥락적 조건은 '현상'에 영향을 미치는 특별한 조건이나 구체적인 상황을 뜻한다. 20대 남성이 자 현역 병사가 입대 전에 자살관련행동을 하게 되는 맥락적 조건은 '부적응 경험', '심리적 어려움', '자기 손상적 생활', '돌봄 환경의 부재'로 나타났다.

“여기서 어떻게 살아야. 어떻게 잘 헤쳐 나갈까? 대학교는 더 심하다는데... 엄청 고민 많이 했고, 가만히 컴퓨터 게임을 하면서도, 컴퓨터 게임만 주구 장창 하다가 이제, 게임 안 풀리면 가만히 멍 때리고 있고, 밖에 보고, 티 안내고, 게임만 해버리고...” (참여자 1)

“왜 그러지? 왜, 엄마가 다쳐있지? 뛰어 내렸나? 라는 생각을 했는데, 설마, 설마 했어요. 근데, 학교에 갔다가 왔는데, 그게 소문이 퍼진 거예요. 초등학교 때, 같은 아파트에 살고 있던 친구들이 저희 엄마가 자살하려고, 뛰어내렸다. 그러가지고 저희 엄마가 죽었다는 소문이 학교에 퍼져 버린 거예요. 그때는 아빠 번호는 대충 알고 있었는데, 전화는 안 받지... 한 2, 3일 동안은 동생이랑 저만 있었어요. 그때는 엄마가 어떻게 됐는지도 모르는 상황에서 잠도 못 자고... 그때 당시 저에게 도움 된 사람

은 한 명도 없었어요." (참여자 3)

"부모님끼리 싸우는 이야기 들으면, 아, 이제... 이렇게 계속 살아가야 되는구나! 그런 게 있었어요. 옛날에는... 솔직히 그 상황에서 느낀 것은 공포였어요. 진짜. 말로 형용할 수 없는 공포였어요." (참여자 4)

현상

현상은 어떤 작용/상호작용 때문에 조절되거나 다루어지며, 관련 집단에 관계하는 사건들이나 중심 생각들이다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 본 연구에서 현상은 자살관련행동으로 '자살생각을 가짐'과 '자살시도'로 나타났다. 이 과정에서 자살관련행동은 다양한 이유와 노출된 환경에 따라서 차이 나는 것을 확인할 수 있었다. 자살관련행동 가운데 충동적 자살 시도가 있는 반면, 반복적 자살시도 연습을 하는 경우도 있었다. 또한 자살생각에서도 힘든 상황에 따른 자살생각의 빈도 차이, 구체적인 방법을 고려한 자살생각과 같이 구체적인 수준에서 개인 차이를 보였다.

"계획 같은 거는 이제 그냥, 산속에 가지고... 그냥 목줄 하나 구해 가지고, 목 매달아서 자살하는 그런 생각을 많이 했어요. 한 번은 어떤 고통인지 한 번 느껴보려고, 제가 이렇게... 뭐지? 전기선만 해가지고, 딱 이렇게 해봤거든요." (참여자 1)

"입대 전에... 제가 술을 많이 못 먹는 편입니다. 3병, 4병 정도인데, 4~5병을 마시고, 바다에 뛰어든 적이 있습니다." (참여자 3)

"시도까지는 아니지만 자주 생각하고, 그 단계까지 갈 생각이었어요. 그니까. 높은 곳에 목 매달려 했는데, 집 안에서는 묶을 때도 마땅히 없고, 산에 올라가서 뛰어내리려고, 뛰어내려도 죽지는 않을 것 같아서. 그만 한 적이 있어요." (참여자 4)

"시도는 이제... 솔직히 중학교 때, 처음으로... 솔직히 이거는 말로 하기 그렇기는 한데, 그래 가지고... 보통 주방에 가면은 칼 같은 거, 그렇게 있잖아요. 이런 칼 같은 거 날카로워가지고, 딱... 생활에서 베이는 것도 보고 이러다 보니까. 정말로 이 칼로 이제... 그때는 손목 같은 거는 생각도 못하고, 한 번에 가려면, 이 칼로 내 심장이나 머리를 찌르면, 딱 한 번에 끝나지 않을까. 하면서 그렇게 시도를 했었죠. 보통 사람에게는 자기가 풀기 어려운 일이라던가. 자기 심적으로 정말 부담되는 그런 일이 있을 때, 보통 여러 방법을 생각을 하잖아요. 친구에게 부탁을 한다던가. 아니면 정말 나 혼자서 어떻게든 해본다던가. 부모님과 상담을 해본다던가. 그중에 꼭 이제 아, 모든 것을 놓고, 자살해버린다. 이런 방법이 끼어 있다는 거죠." (참여자 5)

"스트레스를 받아서 자살 경험을 최초로 했어요. 처음으로 시도를 했을 때는, 혼자서 커튼으로 목을 졸라보기도 했었고, 그리고 이제 감전을... 감전사를 하려고, 자살 시도를 한 적도 있었고, 그리고 또 교통사고 이런 것으로 하려고 했는데, 쉽지가 않더라고요. 내가 왜 이러고 살아야 되지? 이런 생각을 하면서 자살시도를 한 번 해본 적도 있고, 게임 때문에 자살 시도도

했었고... (참여자 7)

중재적 조건

중재적 조건은 특정한 맥락 안에서 취해지는 전략을 촉진시키거나 어떤 현상에 속하는 작용/상호작용적 전략에 필요한 구조상의 조건이다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 입대 전에 자살관련행동을 경험한 20대 성인 남성은 신뢰로운 대인관계를 인식함으로써 '새로운 대인관계와 삶의 버팀목'을 갖게 되는 변화를 보였다. 또한 군대에서 '규칙적인 생활'을 함으로써 자연스럽게 컴퓨터 사용과 음주를 조절하게 되었고, '주위 사람들의 격려와 지휘관의 관심', '군 생활에서 도움 경험', '이웃과 학교 선생님', '여자친구', '가족의 돌봄', '대인관계를 의지할 수 있다는 느낌'이 도출되었다.

"친구들이 의지가 많이 되어가지고, 저는 좀, 가족보다는 친구들이 의지가 많이 됐어요. 그때는 이제 여자 친구 있어가지고, 여자 친구 곁에서... 그때는 이제 애들도 친구들도 잘 안 만나가지고, 부모님들 연락도 하고 하는데, 제가 죽을... 엄마랑 아빠랑 저만 외아들이니까. 영상 TV 같은 보면 있잖습니까. 누구 죽었을 때, 부모님들 울고 막, 그러지 않습니까. 그런 거 이제 있어서... 제가 힘들 때, 거의 여자 친구가 병원도 데려가고..." (참여자 4)

"다른 병사들과도 같이 친해지니까. 처음에는 죽고 싶다는 생각이 이만큼 있었으면, 친해진 사람을 알면 알수록 적응을 해가니까. 같이 친해지고, 생활도 같이 하다 보고, 멘토가 큰 거 같아요. 멘토가 일단 되게 활발한 사람을 뽑고, 주변 사람들이

랑 잘 친해지는 그런 사람을 멘토로 정해서 같이 멘토를 하니까. 챙겨주는 것도 챙겨주고, 다른 사람들이랑 말 할 때도 같이 데리고 와서 끼워주고, 하다 보니까. 군대만 오면, 기본 예의라는 것도 배우게 되고, 그리고 자기만의 시간을 갖게 되잖아요. 막, 이렇게 다 부정적으로 생각했었는데, 처음으로 저를 진심으로 대하는 사람이 있다는 것을 느꼈고, 그래서 멘토랑은 잘 지내가 보니까. 주변 사람들도... 멘토랑 같이 끼고 하다 보니까. 밖에서는 도움 못 받는데, 여기서는 이제 도움을 주니까." (참여자 3)

"그니까. 다 같이 생활관에 있으니까. 얘기를 자주 할 수 있으니까. 그런. 중대, 뭐라고 해야 되지? 처음에 진짜 힘들었을 때, 중대장님이 많이 잡아 쥐가지고... 여기에 와서는 저를 잡아줄 사람이 생겨서... 생긴... 생긴 것 같아가지고, 그랬는데 중대장님 와서 계속 얘기하니까. 중대장님이 목표 같은 것을 정해주는 것을 좋아해 가지고, 저한테도 얘기... 초반에는 오늘 기분이 어떠냐고(물어봄), 나중에 내가 하고 싶은 뭐고, 내가 관심 있는 것은 뭐고, 하면서 좀, 찾아주니까. 좀, 그런 생각이 잘 안 들었어요. 만약에 지금 중대장님을 안 만났으면, 똑같이 살았을 겁니다. 여기 와서는 생전 처음 보는 애... 그런데 이제는 중대장이랑 중대원들이랑 말도 잘 통하고, 얘기를 들어주려고 하니까. 예전에 사람들이 제 욕도 많이 하고, 그랬는데, 이제는 그런 것도 없고요. 예전에 받았으면 바뀌었을 텐데, 지금은... 어쩔 때, 드는 생각은 내가 군대 빨리 와서 이런 중대장을 빨리

만났으면 더 빨리 바뀌었을 텐데 하는 생각이 들어요. (참여자 4)

“군대니까, 군대니까. 규칙적인 생활을 하지 않습니다. 그래서 그것 때문에... 일단, 외로웠는데, 그게 잘... 그래도 이렇게 말도 먼저 걸어주는 사람도 있고, 못하면 격려해주고, 잘 챙겨주고... 아마 그런... 그런 뭔가. 옆에... 아. 그리고 군대 와서는 규칙적인 생활도 하고, 정신교육도 하고 그러니까. 이제... 사고라는 것이, 사람의 사고가 약간 긍정적으로 이렇게 변화하려는 그런 것도 있고, 일단 가장 큰 거는 그 거인 것 같습니다. 일단 힘들면 감싸주는 것도 있기 때문에... 그런 감싸줄 때의 따뜻함. 그게 좋은 것 같습니다. 괜찮아, 괜찮아. 되게 사소하면서도 되게 평범함. 괜찮아, 할 수 있어. 안 되는 거는 없어. 그런 거” (참여자 5)

“제가 땀걸음을 하면서도 제 스스로를 이렇게, 다듬어 보려고도 하고 있고... 그래서 요즘에는 많이 뛰니까. 뭔가 할 수 있다는 그런 긍정적인 사고가... 그게 많이 커져서 영향을 많이 주게 되었습니다. 그래서 우선은 가장 큰 계기는 제가 다른 건 몰라도 뛰는 그 순간에는 열심히 달립니다. 그때, 제가 기분이 좋고, 행복을 좀 느끼고, 그래서 그런 것들(자살관련행동)... 줄어들었습니다.” (참여자 5)

“저는 군대에서는... 자살 도움은... 군대에서 도움된 거는 이제 주위의 사람들의 주변 사람들의, 그 주변에 사람들의 얘기를 듣는 그런 것으로 나보다 더 힘든 사람

이 있구나. 나는 정말 남들과 다르지 않고, 평범하게 살아 왔구나. 이 생각이 들면서 많이 위안이 됐던 것 같아요.” (참여자 7)

작용/상호작용

작용/상호작용은 현상을 다루고, 대처하며, 조절하기 위한 실제 행동과 전략을 의미한다 (Strauss & Corbin, 1998/2001). 본 연구에서는 자살관련행동의 대처와 조절을 위해 ‘고립적으로 생활하기’, ‘직면하기’, ‘삶에 대한 태도 변화’, ‘도움 느껴지기’, ‘사회적 치유’의 다섯 가지 작용/상호작용을 확인할 수 있었다.

고립적으로 생활하기

입대 전에 자살관련행동을 경험한 연구 참여자들은 문제 상황을 접한 경우, 사회적 활동을 회피하거나 혼자 대처하는 방식을 보였다. 세부적으로는 ‘회피적 대처하기’와 ‘고립적 대처하기’의 하위 범주들이며, 고립적으로 생활하기로 통합되었다.

“잘 되라고 하는 소린데, 예민해서 그 말도 안 들렸고, 저한테 관심 주는 것도 싫었고, 아무것도 하기 싫고” (참여자 2)

“저 같은 경우에는 게임이나 독서를 통해서 현실에서 도피를 했었는데, 아무래도 현실에서 완전히 도망칠 수는 없으니까. 그럴 때, 이제... 아무리 도망쳐도 도망칠 수 없다고 느꼈을 때, 그런 생각을 하게 된 것 같아요.” (참여자 6)

“옆에 가족들이 있는데, 뭐라고... 밥 먹어라 하면은 이제 스트레스가 쌓일 때로 쌓여 있는데, 그것마저도 듣기 싫어가지고,

신경질 내면서 혼자 방에 들어가서 멍하니 방에 계속 있다.” (참여자 7)

직면하기

자기 문제점을 구체적으로 알아차리거나 반성하고, 시행착오를 통해 문제점을 직면하는 모습을 보였다. 이는 '자기 모습 인식'과 '현상의 문제점 인식'의 하위 범주로 나타났고, 직면하기로 통합되었다.

“제가 잘못된 점을 계속 찾다 보니까. 근데, 그 잘못된 점을 계속 찾다 보니까. 이제 그런 것을 알아내면서 자신에 대한 잘못된 점에 대해서 비난을 하게 되니까. 그게 또 힘들어요. 애초에 열심히 한다. 열심히 한다고 했지만, 속에는 제 마음속에는 그냥, 하기 싫었던 게 더 컸던 거죠.” (참여자 1)

“제가 좀, 한심했던 것 같고, 제가 죽고 싶다는데... 누가, 군대인데, 누가 관심을 안 줘요? 관심 다 주는데, 관심받기 싫어하고, 그랬던 모습이 제 모습이 그대로 보니까. 후회스러웠어요.” (참여자 4)

삶에 대한 태도 변화

군 생활 과정에서 주변 동기와 후임에게 관심을 갖거나 먼저 이야기를 나누려 하는 모습에 변화를 보였다. 또한 입대 전에 중단되었던 학업을 다시 시작하려 하고, 미래를 준비하려는 시도를 나타냈다. 이는 '삶에 대한 자신감 향상'과 '삶의 중요성 증가'의 하위 범주로 나타났고, 이를 삶에 대한 태도변화로 통합했다.

“이제 나라는 사람에 대해서 어떻게 해

야 될지를 다시 한 번 알게 됐고, 그냥, 작은 사회(군대에서)를 맞본 느낌. 그걸 한번 느끼게 됐어요. 작은 사회를 나는 잠시 맛봤다. 그냥, 내 일을 충실하게 해야 되겠구나. 여기서 못한다. 하면, 그냥 넘어가지만, 밖에서는 그게 아니니까. 좀 더 충실해져야겠다는 느낌을 받았고, 군 생활하면서” (참여자 1)

“제일 중요한 거는 사람들하고 친해지는 그런 게 되게 좋고, 같이 하려는 협동 같은 거, 그런 걸 배울 수 있죠. 제가 먼저 노력을 하려고 하는 그런 게 생긴 것 같아요. 처음에는 그냥, 저 사람들이랑 안 친하니까, 혼자 있고 싶다. 그렇게 생각했는데, 먼저 다가가니까. 먼저 말도... 약간 자신감이 생겼다 해야 되나.” (참여자 3)

도움 느껴지기

연구 참여자들이 새로운 환경을 접하는 동안 제공되는 주변의 도움을 느끼고, 인식하는데 상당한 불편감을 이겨내는 모습을 보였다. 참여자는 주변의 관심을 인식하며, 도움의 중요성을 느끼게 되었고, 더 나아가 전문적인 서비스를 받으려는 적극성을 보였다. 이러한 개념들은 '주변 사람 느끼기'와 '전문적 도움받기'의 하위 범주로 나타났으며, 이를 도움 느껴지기로 통합했다.

“밖에서는 해보지 못한 것들... 예를 들면 검정고시도 밖에서는 아예 불 생각도 안 했고, 지금은 전우들이나 후임들에게 도움을 받아서 공부를 배우고 있고, 제 멘토가 의무병이었다고 했잖아요. 근데, 그 멘토를 정해 준 것이 저의 군의관이었는

데, 그 군의관님이랑 의무병이 진짜 가식이 아닌, 딱 처음에는 가식이라고 느꼈는데, 진짜 진심으로 절 챙겨주고, 대해주는 모습이 그게 제일 감동적이었던 것 같아요. 군대에서는 다 가식이라고 봤는데, 전 군의관님과 제 멘토가 정말 진심으로 대해주는 게 느껴지고, 그럴 때가 제일 그랬던 것 같아요. 처음 다짜고짜 잘해준다고, 누구나 처음에는 의심은 하는데, 당분간 시간이 지속적으로 되면, 그 행동도 잘해주는 행동이, 한 시간이랑 열 시간이랑 틀리잖아요. 시간이 길면 길수록 그 진심이 와 닿는 것 같아요. 그냥, 말하고 도움을 받게 제일 좋은 것 같아요." (참여자 3)

"처음으로 받고 싶다고, 생각하게 된 것이 군대 와서... 상담도 신청하고. 이때부터, 아마 그런 도움이라는 그런 것이 절실하게 나타난 것 같습니다. 우선, 군 생활... 점점... 군대 초점에서 보면, 일단... 그래도 군대에서 이런 기회. 상담할 수 있는... 상담 같은 것도 많이 도움도 되고..." (참여자 5)

사회적 치유

군 생활에서는 돌봄과 대인관계가 유지되었고, 대안학교와 같은 교육 환경에서는 진로 탐색과 교사의 관심을 받았다. 이 과정에서 연구 참여자는 자신과 주변 사람들을 돌아보고, 일상생활에서 치유되어 가는 모습을 보였다. 또한 자신을 위해 음악을 듣거나 주변 사람과 대화하고, 규칙적으로 운동을 했으며, 애완동물과 같이 자신에게 소중한 대상에게 애정을 쏟는 모습을 보였다. 더 나아가 군 생활 동안 동료와 선임 및 후임을 돌보는 모습을

보였으며, 자기만이 아니라 주변 사람들에게 도움을 주었다. 이러한 개념은 '자기 바라보기'와 '나만이 아닌 우리까지 챙김'의 하위 범주로 나타났고, 이들을 사회적 치유로 통합하였다.

"진짜, 죽고 싶을 만큼 힘들어 봤는데, 후임들이나 다른 사람들이 그렇게 힘들어 하고 있으면, 먼저 다가가 주고, 진심을 다 해서 먼저 해주면, 개도 마음을 열고, 저도 마음 한 번 열어봤으니까. 저는 그렇게 받아 왔고, 느껴 받고, 그렇게 생각하는 눈빛이나 보는 시선부터 틀리니까. 그렇게 겪어봤는데... 저는 그렇게 하면은 안 되겠다는 생각을 해서 먼저 가서 말 걸고, 솔직히 제가 죽고 싶었던(과거 힘들었던 경험)... 제 얘기를 해주면서 나도 힘들어서 죽고 싶다는 생각을 많이 했었는데, 너도 지금 그러냐고 물어봤는데, 그렇다고 그러더라고요. 그래서 일단, 저도 진짜 많이 힘들었다. 제일 편한한 방법이 먼저 가서 말 걸고, 누구랑 먼저 한 번만 친해지면... 한 명이라도 좋은 사람이랑 친해지면... 금방 풀린다고, 이렇게 말했는데, 먼저 이렇게 면담해도 죽고 싶다고 그랬었는데, 저랑 제 멘토랑 다른 사람이랑 친해지고, 친해지고 하다 보니까. 후임, 저한테 도움 받았던 후임들이 고맙게 생각하니까. 그것도 뿌듯하고, 그러니까. 좀 좋은 것 같아요." (참여자 3)

"제가 생각하기에는 대화가 제일 중요한 것 같아요. 이야기 하면서... 얘기하면은 저는 좋은 것 같아요. 아무리 말 안 하고, 닫고 있는 사람도 계속 진짜. 이야기하면은

그런 사람도 바뀐다는... 저는 그런 거 안 믿었는데, 제가 실제로 느낀 사람으로서 대화가 제일 중요할 것 같아요. 그리고 제가... 뭉클함 하는 것을 좋아하게 됐는데, 예전에 겪었던 트라우마, 아니면 군 생활 하면서 그런 스트레스. 그런 것들... 그런 것들이 중첩되는 경우가 많은데, 그런데 뛰는 순간에는 집중, 뛰는 것만 집중을 하지 않습니까. 그래서 그런 부분들 때문에 좋아하게 됐습니다. 집중과 관련해서는... 아직은... 아직까지는 완벽, 그니까 완벽하게는 아니더라도. 그래도 어느 정도는 나아진 부분이 있습니다. 그니까. 나아진 부분이라는 게... 좀 더, 경청하려는 마음이 일단 들게 되고, 일단은 다 완벽하지는 않습니다. 그런데 그런 마음이 든다는 사실 만으로도 되게 변화가 조금이라도 된 것 같아서." (참여자 5)

결과

현상에 대처하거나 관련한 것을 다루기 위한 작용/상호작용에 의해 나타나는 현상이 결과이다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 본 연구에서 확인된 중심 현상인 '자살관련행동'을 입대 전에 나타냈던 참여자는 주변 사람들의 돌봄 행동에 관한 수용과 자기 문제에 대한 인식, 전문적인 도움 요청, 자기 돌봄 행동 등을 통해 두 가지 하위 범주에서 변화를 보였다. '자살관련행동이 줄어들음'과 '자살관련행동에 대한 통제감 증가'의 하위 범주가 결과로 나타났다.

"거의 없어졌어요. 왜냐하면, 밖에 나간다는 생각도 있는데, 정신력이 세졌다고 해야 되나? 이런 걸로 자살하기에는 좀, 그런다고 생각이 들어요. 힘들다고는 느끼

는데, 자살하고 싶다고는 안 들더라고요." (참여자 1)

"행복이라는 단어는 정말, 내가 원하는 것을 하고 있을 때, 내가 생각했던 것이 됐을 때에 성취감에 의해서 사람들은 행복을 느끼는데, 그거가 행복이라는 단어가 조금씩, 쌓이고, 쌓이면 자살이라는 그 큰 단어라는 자체가 행복이라는 단어에 조금씩, 조금씩 지워지면서 나한테는 그걸 지우다 보니까. 이제는 습관으로만 자살하고 싶다. 힘들다는 정도로 얘기하는 정도로 행복이라는 게 채워졌고, 자살은 없어졌어요." (참여자 7)

과정분석(입대 전에 자살관련행동 경험한 병사의 회복과정)

그림 1의 페러다임 모형은 축코딩에서 하위 범주와 범주를 연결지어 자료를 조직적으로 생각하고 연관지어 구성한 것이다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 반면, 과정분석은 자료에서 작용/상호작용으로 표현되는 하위범주와 범주들 간의 연결을 탐색함으로써 연구 현상의 변화를 시간의 흐름에 따라 추적하는 단계이다(Strauss & Corbin, 1998/2001). Strauss와 Corbin (1998/2001)에 의하면, 과정에 대한 개념은 변화에 대한 간략한 언급이나 서술 이상으로 시간에 따라 변화된 작용/상호작용을 깊이 고찰하고 결합하여 분석함을 뜻한다. 연구 참여자의 자살관련행동 변화 과정 분석은 '고립적 생활 단계', '직면 단계', '태도 변화 단계', '도움 수용 단계', '자기 돌봄 단계'의 다섯 단계로 그림 2와 같이 정리될 수 있다.

변화 과정에서 연구 참여자는 모두 공통적으로 시간이 지남에 따라 회복되는 모습을 보

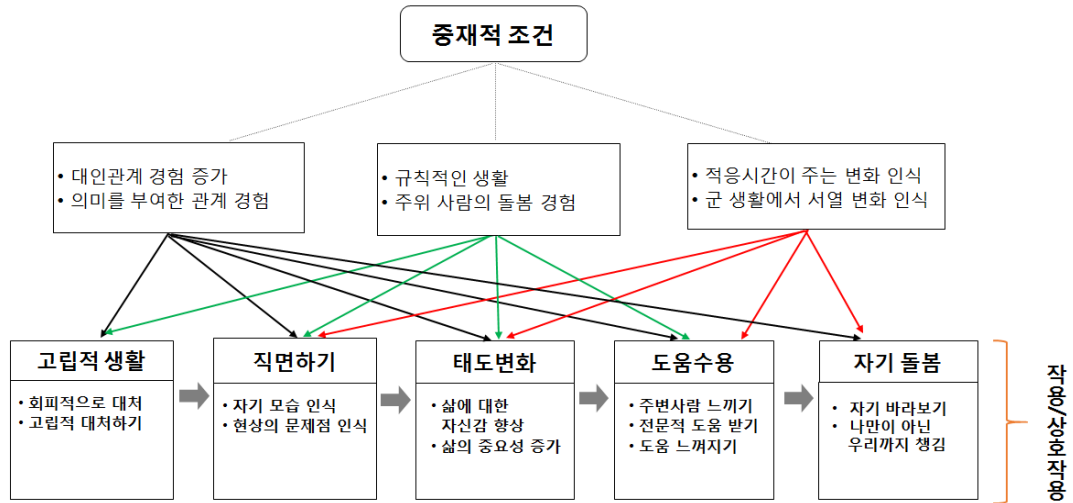


그림 2. 입대 전에 자살관련행동을 경험한 병사의 회복 과정모형

였으나, 교사와 부대 동기 및 지휘관, 여자 친구, 부모님의 관심과 같은 주변 사람들의 돌봄이 지속되고 일관적일 때 나타났다. 과정 분석에서 확인된 첫 번째 단계인 고립적 생활 단계에서는 최소한의 안정을 유지하기 위해서 문제 상황을 회피하고, 고립적인 생활을 유지하였다. 이들이 고립적인 생활을 하게 된 이유는 당시에 유일하게 할 수 있는 선택이었다고 보고하였다. 두 번째 단계인 직면하기 단계에서는 자신의 문제점을 바라보기 시작하고, 의문을 갖는 모습을 보였다. 또한 다소 주관적인 고립적 생활 단계와 달리 객관적으로 스스로를 조망하려는 노력이 확인됐다. 세 번째 단계인 태도 변화 단계에서는 자신을 둘러싸고 있는 환경과 사람에 대해 두려움을 적게 느꼈고, 실패를 감내하려는 의지를 나타냈다. 네 번째 단계인 도움 수용 단계에서는 그동안 군 생활에서 동료나 지휘관의 지원과 돌봄 행동에 대한 불신을 내려놓고, 긍정적으로 받아들이는 모습을 보였다. 이와 더불어 자신을 위해 주변에 도움이 필요하고, 도움이라는 자

체가 중요하다는 것을 인식했다. 군 생활에서 주변 도움을 받고 만족감을 느낀 연구 참여자의 사례에서는 전문가의 상담과 정신의학적 도움을 추가적으로 요청하였다. 마지막 단계인 자기 돌봄 단계에서는 초기 단계들에 비교하여 안정적인 모습으로 자신의 건강과 행복을 위해 시간과 노력을 투여했으며, 더 나아가 주변 사람들의 어려움마저 챙기려는 모습을 보였다. 이처럼 대부분의 연구 참여자에게서 자살관련행동이 줄어들고, 자기만이 아닌 주변 사람까지 챙기는 모습으로 변화하는 과정이 나타났다. 이러한 회복 과정에서 참여자는 시간의 흐름에 따라 단계적인 회복 과정을 보이기도 했으나 어떤 참여자는 전 단계로 후퇴하기도 했고, 다시 다음 단계로 나아가는데 내적인 갈등과 노력을 보이기도 하였다. 입대 전에 자살관련행동을 보였던 20대 남성이 변화를 계속 시도할 수 있기 위해서는 주변 사람의 일관된 관심과 버팀이 필요했으며, 연구 참여자는 면담 과정에서 그림 3과 같이 자신들의 회복과정을 직접 묘사했다.

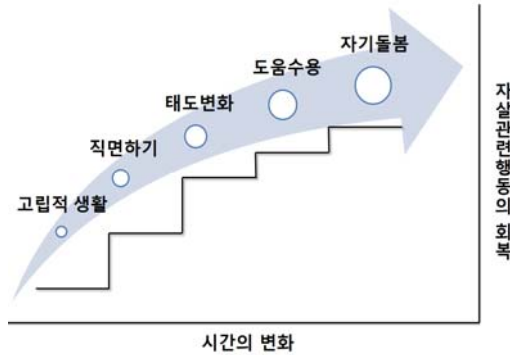


그림 3. 입대 전에 자살관련행동을 경험한 병사가 묘사한 회복 단계 모형

이야기 윤곽을 통한 핵심 범주(만남과 사회적 치유를 통한 회복)

이야기 윤곽은 연구의 중심현상에 대한 이야기를 개념화하는 것이며, 선택코딩(selective coding)은 범주를 통합하고, 정련하며, 정교화하는 단계이다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 선택코딩(selective coding) 과정에서 핵심범주를 밝히고 개념의 통합을 촉진하기 위해 이야기 윤곽이나 검토하기 등을 사용한다(박승민, 김광수, 방기연, 오영희, 임은미, 2012).

입대 전에 자살생각, 자살계획, 자살시도 등과 같은 자살관련행동을 경험한 참여자들은 대인관계에서 문제를 반복적으로 경험하였고, 자살관련생각과 자살시도 연습, 구체적인 자살계획을 세웠던 경험이 있었다. 이러한 현상에는 개인의 심리적 어려움과 부적응 경험, 컴퓨터 과다사용과 불규칙한 생활, 사회와 가정으로부터 돌봄이 없었던 상황이 존재했으며, 이들은 모두 자살관련행동에 부정적 영향을 끼쳤다. 외부의 새로운 조건과 상황을 경험하기 전까지 이들의 자살관련행동은 내면에서 반복되었고, 심각해져만 갔다. 이 과정에서 새

롭게 접하게 된 군 입대나 대안학교 입학은 참여자에게 사회적 치유의 경험을 맛보게 하면서 자살관련행동을 줄이고, 회복할 수 있는 변화의 계기가 되었다. 안타깝게도 회복 과정에서 군 생활 적응이나 새로운 환경이 힘들다는 생각과 반복되는 실수에 대한 걱정, 삶에 대한 의욕 저하, 환경에 대한 두려움은 일거에 없어진 것은 아니었다. 또한 입대 전의 고립적 생활양식 및 회피적 대처와 자살관련행동은 잠시 지연되거나 멈춰진 것 같았으나 여전히 높은 위험으로 참여자에게 영향을 미치고 있었다. 그러나 참여자가 새롭게 경험한 대안학교 입학과 군 입대는 대인관계 경험에서 긍정적 의미를 부여할 수 있는 계기가 되었고, 자살관련행동에서 벗어날 수 있다는 가능성을 인식하게 해주었다. 자살관련행동이 있었던 참여자는 새로운 경험을 자신의 과거 경험과 비교하면서 상당히 혼란스럽고, 신뢰하기 어렵다고 생각하기도 하였으나 조금씩 자기 안에서 수용할 수 있다는 가능성을 느꼈다. 이 과정에서 참여자들은 문제 상황에 혼자 대처했던 자신의 지난 모습을 인식하고, 변화의 필요성을 느꼈다. 동시에 주변에서 느껴지는 돌봄을 받으며 새로운 환경에 대한 신뢰감을 가지게 되었다.

자기의 모습을 직면한 후에는 주어진 삶에 목표를 부여하고 소중하게 느껴지기도 했으며 성장에 대한 욕구를 보였다. 또한 그 동안 믿지 못했던 주변의 도움을 점차 수용하고 도움과 관심의 중요성을 느꼈으며 신뢰를 회복하는 모습을 보였다. 참여자들은 주변의 돌봄과 관심의 지속성 및 일관된 태도의 중요성을 이야기했다. 입대 전에 자살관련행동을 경험했던 변화의 끝에는 자기만의 단계에 머물렀던 삶에서 타인과 주변 사람에게 관심과 정을 느

끼며, 먼저 챙기는 시도를 하게 되었다. 이러한 과정을 거치며 그 동안 놓아두었던 자신을 돌보고, 결과적으로 자살관련행동이 억제되고 지연되는 것과 같은 사회적 치유를 경험했다. 자료를 통합하는 과정을 통해 주요범주를 연결하고 기타 범주를 포함할 수 있는 핵심범주로서 “간혀있던 상처는 만남과 사회적 치유의 과정을 통해 회복함”을 제시할 수 있었다.

논 의

본 연구의 목적은 입대 전에 의미 있는 자살관련행동을 보였으나 현재의 군 생활 동안에는 안정적인 수준의 일상생활을 유지하고 있는 병사의 회복과정을 이해함으로써 20대 성인 남성 자살관련행동에 대한 이해를 넓히고자 함에 있었다.

이 연구의 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다. 첫째, 입대 전에 자살관련행동을 경험했던 참여자들은 가족을 포함한 주변의 사회적 돌봄과 지원이 부재했던 것으로 나타났다. 반면에 자살관련행동에 변화를 경험하는 과정에서 주변의 지속적이며, 일관된 지지와 관심, 어려움을 나눌 수 있는 대상의 존재가 긍정적 영향을 미쳤다고 보고했다. 사회적 지원에 대한 연구에서는 중요한 주변 사람들로 부터 사회적 지원을 받게 되는 경우에 개인의 심리적 안녕감과 신체적 건강에 직접적 영향을 미치고, 스트레스 완충에 간접적 영향을 준다는 결과를 보고하고 있다(Caplan, 1974; Cohen & Wills, 1985; Wills, 1990). 본 연구에서 부대 지휘관의 도움과 선임의 격려와 전문적 도움 연계와 같은 사회적 지원은 개인의 자살 관련행동을 감소시키고, 다른 사람에게 먼저

다가가고, 챙기는 이타적 행동을 보이는 태도의 변화를 이끌어냈다. 이는 이지연(2006)의 연구에서 적절하게 제공된 사회적 지원이 수혜자 개인의 안녕에 긍정적인 영향을 미치며, 동시에 주변 사람들에 대한 이타적 관심의 향상에 기여함을 보여준 결과와 일치한다. 개인이 성장하는 동안 가족과 사회로부터 충분한 사회적 지지를 제공받지 못한다는 것은 상당히 고통스러운 경험일 수 있으나 군 복무와 대안학교와 같은 새로운 상황에서 주변 사람들에게 사회적 지지를 받는 것은 삶의 태도 변화에 긍정적 영향을 주는 것이다. 실제, 본 연구 참여자 7명 가운데 6명은 군 생활 동안에 자살관련행동이 감소했으며, 1명의 참여자는 고등학교 시절에 회복과 악화를 보였던 자살관련행동이 군 복무 동안 안정적으로 사라지고 회복상태가 유지되는 모습이 확인되었다. 참여자 모두는 공통적으로 연구 참여 전, 6개월 이내에 유의미한 자살관련행동이 없었으며, 군 생활 동안도 안정된 모습을 나타냈다. 이러한 참여자들의 자살관련행동이 줄고, 회복되는 시점은 각자 차이를 보였으나 대인관계 문제 경험이 자살관련행동의 공통된 원인으로 확인되었다. 자살의 대인관계 심리 이론(Joiner, 2005)에서는 사회적 유대감의 상실은 자살의 주된 요인이라고 본다. Joiner(2005)는 한 개인의 자살관련행동에 기여하는 생물학적 수준의 요인들로부터 문화적인 수준의 요인을 망라하는 여러 요인들 중에서 가장 강력하고 일관된 요인이 바로 사회적 고립과 관련된 지표라고 주장했으며, 이런 주장은 여러 선행 연구들의 지지를 받고 있다(Trout, 1980). 한국인 자살자를 대상으로 사망 직전 생애 어려움을 파악한 연구에서도 다른 사람과의 대인관계 문제가 대조군에 비해 6배 높게 나타났다

(서중환, 이창환, 김경일, 김성혜, 2012). 본 연구에서도 대인관계 문제 경험은 자살관련행동에 큰 영향을 미치는 것으로 재차 확인되었다.

둘째, 맥락적 조건의 부적응 경험과 대인관계 문제 및 심리적 어려움이 자살관련행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 중학생 대상의 김효원과 송소원(2012)의 연구에서 학교적응 수준이 낮을수록 우울과 자살생각이 높았으며, 한국 자살사망자의 특징에 대한 심리적 부검 연구에서도 학교나 직장에서의 부적응이 자살관련행동 위험요인 가운데 가장 중요하게 나타났고, 정신과적 장애와 관련된 특성에서 정신질환 중 우울장애 진단 경험이 자살과 관련성이 높은 것으로 나타났다(서중환 외, 2012). 한 참여자의 경우에는 대인관계 문제 중에 부모의 자살시도로 인해 충격을 받은 것으로 확인되었다.

셋째, 핵심범주로 '간혀있던 상처는 만남과 사회적 치유의 과정을 통해 회복됨'이 도출되었다. 과연 군 입대 전에 자살관련행동을 경험한 20대 성인 남성에게 있어서 만남과 사회적 치유는 무엇인가? 연구 참여자들과의 심층면담과 자료 분석 과정에서 우리는 한국인의 고유적 심리현상이라 여겨지는 '정'의 심리치유적 효과(최상진, 김지영, 김기범, 2000)를 발견한다. 참여자들은 공통적으로 대인관계 문제로 인해 자살관련행동을 취했으며 새로운 환경에서 새로운 만남과 대인관계를 통해 자살관련행동이 줄어드는 변화를 보였다. 이들은 생사고락을 같이하게 되는 군이라는 특수한 환경에서 만나게 된 동료 및 선임들과 가족관계에 유사한 우리성과 정을 느꼈을 가능성이 시사된다. 한국인에게 우리성이 형성된다는 것은 우리 속의 사람들이 동질적인 하나로 연결되었음을 의미하며(최상진, 2011; 최상

진, 박수현, 1990), 정은 한국인의 대인관계에서 사람들 간의 가까움과 밀착정도를 나타내는 가장 대표적인 심리 내적 경험속성이다(최상진, 최인재, 2002). 이러한 '우리성'과 '정'의 느껴짐은 한국 문화의 특성인 관계주의 안에서 연대감을 느끼게 하고, 사회적 치유의 힘을 갖게 한 것으로 보인다. 본 연구에서 드러난 흥미로운 현상은 마음의 진정성이다. 최상진(2000)은 한국인의 대인교류의 화폐는 행동이 아니라 마음이라고 하였다. 드러난 행동들 통해 유추되는 마음, 즉 상대를 아껴주는 마음의 크기가 늘 문제가 된다는 것이다. 중대장이나 선임 혹은 멘토의 진정성이 보이는 행동에서 자신이 주위 사람들에게 사랑과 관심의 대상이라는 것을 확인하게 되는 것이 한국인의 교류관계에서 피상적일 수 있는 정보보다 더욱 중요한 요인이라는 점이 시사되고 있다(한규석, 최상진, 2008).

흥미로운 점은 고립적인 생활을 선호하는 개별적 자기 축을 중심으로 생각하고 생활하던 참여자들이 새로운 환경에서 만나게 된 사람들과 함께 하는 시간을 통해 사람들과 교류에서 환기되고 작동하는 관계적 자기 축으로의 변화가 나타나면서 주변 사람을 먼저 챙기거나 먼저 다가가는 모습을 보이게 되었다는 것이다. 이러한 변화는 자기만의 세계에서 주위와의 어울림의 세계로 나아가는 것이며, 사회적 치유가 작용하는 현상으로 해석될 수 있다(최봉영, 한규석, 김택신, 2014). 최봉영 등(2014)은 한국어의 바탕을 이루는 낱말들(우리, ~쪽, 뭣, 고루, 두루, 함께, 같이, 허물, 어울림, 어른, 임자, ~덕분에, ~바람에, ~탓에 등등)의 분석에 바탕하여, 한국인의 세계관을 요약해 내고 있다. 즉, 한국인의 세계관은 "임자이자 쪽으로서 함께 어울려 우리를 이룬 바

탕(우리, ~쪽, 몫, 고루, 두루, 함께, 같이, 허물, 어울림, 어른, 임자, 등)에서 모든 것들이 서로 연계되어 영향을 끼치고 받으면서(바람, 덕분, 탓) 사태가 전개되는 세상에서 자기 몫을 다하며 살아가는 것"이라고 할 수 있다(한규석, 최봉영, 2015). 이 세계관에 바탕하여 어울림의 대상이 자기를 넘어서 이웃(내집단), 남까지(인류), 마지막으로는 것까지(생태계)로 확대되는 과정이 상정되고 있다. 이 어울림의 확산과정은 배려의 대상이 넓어지는 과정이고, 인격이 성숙해 가는 과정이자, 도덕성이 완성되어 가는 과정이며, 바로 치유의 과정이기도 하다. 본 연구는 이웃과의 어울림이 사회성의 회복인 동시에 심리치유적 효과를 지니고 있음을 보이고 있으며, 이런 어울림의 확산이 가져오는 심리치유적 효과에 대한 본격적인 연구가 필요하다고 본다.

다섯째, 중재적 조건으로 규칙적인 운동과 생활을 유지하는 것이 자살관련행동을 줄이는 과정에서 도움이 되는 것으로 확인되었다. 노인 자살생각 결정요인에 대한 국내 연구에서도 건강상태가 나쁠수록 자살생각이 높았다(김현순, 김병석, 2007; 한삼성, 강성욱, 유왕근, 피영규, 2009). 군 생활이라는 제약적 환경에서 경험하는 주변 사람들과 이야기를 나누고 접촉을 유지하기, 규칙적 식사하기, 점호참여 및 집단스포츠와 같은 단체 활동하기, 정해진 일정에 맞추어 생활하기 등의 활동이 정서적 안정화를 가져오는 효과를 유발하는 것으로 보인다. 군 생활은 타인과의 만남의 기회를 비록 강제적이라 할지라도 제공하고, 이런 만남에서 함께 하는 단체 활동이 긍정적인 기능을 제공하는 것으로 나타난다. 일반인의 사회생활에서 만남의 대부분이 선택에 의해서 이루어진다는 점에서 우울하고 외로운 사람들은

타인과의 교류를 꺼리므로 사회적 치유의 기회를 갖기가 어렵지만, 군 생활은 이런 기회를 제공한다는 점에서 회복과정에 도움이 될 수 있다는 것이다.

본 연구의 한계점과 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구 참여자인 육군 현역병사의 경우에 21개월이라는 의무복무 환경에서의 특수성과 적응 조건이 참여자의 자살관련행동에 일시적으로만 영향을 줄 수 있다는 가능성을 배제하기 어렵다. 본 연구에 참여한 사람들은 군복무를 평균 13개월한 사람들로 더 시간이 경과한 경우에 이들이 보이는 회복과정이 유지될지 악화될지를 알 수 없다. 이러한 점을 보완하기 위해서는 직장이나 학생 등과 같이 일반적인 사회 환경에서 상황적 특수성을 배제할 수 있는 대상자에 대한 자살관련행동 회복 연구가 필요할 것이다. 둘째, 본 연구는 자살관련행동에서 회복한 사례만을 참여자로 하여 실시되었으며, 이로 인해 자살관련행동 회복을 방해하는 요인에 대한 연구가 제한되었다. 따라서 후속 연구에서는 자살관련행동의 회복과정을 저해하거나 부정적 영향을 미치는 요인에 대한 연구를 통해 총체적 이해가 필요하다. 셋째, 본 연구에서는 연구 참여자가 현역 군인이라는 특수성에서 개인자료의 접근 한계로 인해 심층면담 이외의 다양한 자료 수집이 제한되었다. 이로 인해 근거이론의 연구 타당성을 높이고, 자료수집의 다양성을 확보하는 삼각검증이 이루어지기 어려웠다. 후속 연구에서는 연구의 여건이 허락되는 범위 내에서 참여자의 공식적 자료, 메모 등을 포함한 자료를 다양하게 확보하여 분석에 활용할 필요가 있다. 넷째, 본 연구는 군 자살예방시스템을 분석하고, 평가하는 것을 목적으로 하지 않았다. 그러므로

본 연구 결과를 근거로 군 복무를 자살예방의 보호요인으로 일반화시키는 것은 제한된다. 본 연구는 자살을 시도한 사람들 일지라도 군 생활에서 겪게 된 지원, 만남, 어울림 등을 통해 정상적인 생활로 복귀하는 것이 가능하다는 것을 보여준 것이다. 일반인들이 가진 군 생활의 부정적인 선입견과 고정관념과 달리, 군 생활도 여느 사회생활과 마찬가지로 긍정적인 기능도 제공할 수 있음을 보인 것이다. 끝으로 본 연구 결과를 활용하여, 병사의 입장에서 의무 복무 과정에서 도움이 되었던 신뢰로운 대인관계 경험이나 건강을 챙길 수 있는 규칙적인 생활 등과 같은 개념 및 범주들을 병영문화혁신에 반영할 필요가 있다. 이 연구 결과는 분단국가라는 현실 속에서 의무 복무를 해야 하는 자살기도자에 대하여 회복적 환경을 제공하고, 일반 병사들의 적응을 돕는데 중요하게 활용될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 구승신 (2006). 신세대 병사의 정신건강 실태와 영향요인에 관한 연구. **정신보건과 사회사업**, 24(-), 64-93.
- 김정진 (2009). 대학생의 자살생각 관련 요인 연구. **정신보건과 사회사업**, 32(-), 413-436.
- 김지우, 서완석, 이종훈, 김희철, 이광현, 원승희 (2015). 대학병원 응급실을 내원한 자살 시도자들의 특성. **생물치료정신의학**, 21(2), 95-104.
- 김현순, 김병석 (2007). 노인의 자살생각에 대한 경로분석. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 19(3), 801-818.
- 김효원, 송소원 (2012). 중학생의 학교적응과 우울이 자살생각에 미치는 영향 연구. **한국심리학회 연차 학술발표논문집**, 2012(단일호), 328-328.
- 김효창 (2006). 성인 자살의 특성과 자살유형에 관한 연구. **한국심리학회지: 문화 및 사회문제**, 12(1), 15-33.
- 박승민, 김광수, 방기연, 오영희, 임은미 (2012). 근거이론 접근을 활용한 상담연구과정. 서울: 학지사.
- 박은경, 최광현 (2014). 군 병사의 자살관련행동에 따른 적응 특성. **상담학연구**, 15(2), 925-942.
- 서중환, 이창환, 김경일, 김성혜 (2012). 한국 자살사망자 특징. **한국심리학회지 일반**, 31(2), 323-344.
- 신경림, 조명옥, 양진향 (2004). **질적연구방법론**. 이화여자대학교출판부.
- 심윤기, 김원일, 정기수 (2014). 군 병사용 자살위험성 척도 개발 및 타당화. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 26(4), 929-952.
- 이지연 (2006). 사회적 지원이 개인 안녕과 이타성에 미치는 영향. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 20(1), 55-75.
- 이혜선, 육성필, 배진화, 안창일 (2008). 자살관련행동의 명명과 분류. **한국심리학회지 일반**, 27(2), 331-349.
- 인수현, 장서진. (2015). 응급실에 내원한 성인 남녀 자살시도자의 임상적 특성. **한국정신보건사회복지학회 2015년 춘계학술대회**, 233-237.
- 정신영, 이동귀 (2011). 자살 위험 병사들의 심리특성 연구. **상담학연구**, 12(3), 897-914.
- 정신영, 이동귀, 박현주 (2012). 자살시도 병사의 위험요인과 보호요인에 관한 개념도 연구. **상담학연구**, 13(1), 113-133.

- 정원철, 박영주 (2012). 관심병사의 군 생활경험과 과정에 관한 연구. **청소년학연구**, 19(11), 91-115.
- 최광현 (2013). **2013년 인성검사 및 병영생활 적응연구사망원인**. 서울: 한국국방연구원.
- 최봉영, 한규석, 김택신 (2014). 한국인의 세계관에 바탕한 도덕성 발달 이론. **한국심리학회 연차 학술발표논문집**, 2014(단일호), 114-114.
- 최상진 (2011). **한국인의 심리학**. 서울: 학지사.
- 최상진, 김지영, 김기범. (2000). 정의 심리적 구조, 행위 및 기능간의 구조적 관계 분석. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 14(1), 203-222.
- 최상진, 박수현 (1990). 우리성에 대한 사회심리학적 한 분석. **한국심리학회 연차대회발표논문집**, 1990(단일호), 69-78.
- 최상진, 최인재 (2002). 한국인의 문화 심리적 특성이 문제대응방식, 스트레스, 생활만족도에 미치는 영향. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 14(1), 55-71.
- 통계청 (2014). 사망원인 통계. <http://www.index.go.kr>에서 2015. 12. 21 자료 얻음.
- 통계청 (2015). 사망사고 및 사망원인 통계. <http://www.index.go.kr>에서 2015. 12. 21 자료 얻음.
- 하정희, 안성희 (2008). 대학생들의 자살생각에 영향을 미치는 요인들. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 20(4), 1149-1171.
- 한규석, 최봉영 (2015). 우리성 심리학의 모색과 과제: 온전한 심리학을 지향하며. **한국정치사상학회 심포지움**, "서구중심주의에 대한 우리 학문의 이론적 대응," pp.103-121, 서강대학교 다산관, 12월 5일.
- 한규석, 최상진 (2008). 마음의 연구와 심리학: 마음의 문화심리적 분석에 바탕한 심리의 작용 틀. **한국심리학회지: 일반**, 27(2), 281-307.
- 한삼성, 강성욱, 유왕근, 피영규. (2009). 노인의 자살생각 결정요인에 관한 연구. **보건사회연구**, 29(1), 192-212.
- 홍현미라, 권지성, 장혜경, 이민영, 우아영 (2008). **사회복지 질적 연구방법론의 실제**. 서울: 학지사.
- Caplan, G. (1974). *Support systems and community mental health: Lectures on concept development*. Behavioral Publications.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing Grounded Theory: A Practical Guide through Qualitative Analysis (Introducing Qualitative Methods series)*. Sage Publications Ltd.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98(2), 310.
- Glaser, B., & Strauss, A. (1967). *The discovery grounded theory: strategies for qualitative inquiry*. Aldin, Chicago.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1981). *Effective evaluation: Improving the usefulness of evaluation results through responsive and naturalistic approaches*. Jossey-Bass.
- Joiner, T. E. (2005). *Why people die by suicide*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Nock, M. K., Borges, G., Bromet, E. J., Cha, C. B., Kessler, R. C., & Lee, S. (2008). Suicide and suicidal behavior. *Epidemiologic Reviews*, 30(1), 133-154.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1990). *Basis of qualitative research*. Newbury Park, CA: Sage.

한국심리학회지: 일반

- Strauss, A., & Corbin, J. (2001). 근거이론의 단계 [Basic of Qualitative Research Grounded Theory Techniques and Procedures for Developing]. (신경림 역). 서울: 현문사. (원전은 1998에 출판).
- Trout, D. L. (1980). The role of social isolation in suicide. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 10(1), 10-23.
- Wills, T. A. (1990). Social support and the family. *Emotions and the family: For better or for worse*, 75-98.
- 1차원고접수 : 2016. 02. 28.
수정원고접수 : 2016. 11. 17.
최종게재결정 : 2016. 12. 06.

A Qualitative Study on the Recovery Process of Soldiers who Experienced Suicide-related Behavior before Joining The Army

Gihoi Nah

Gyuseog Han

Department of Psychology, Chonnam National University

Suicide rate of South Korea in 2015 has decreased slightly compared to 2014. However, it is still the highest among the Organization for Economic Cooperation and Development (OECD) nations. Further, suicide rate of males in their twenties is still increasing unlike other age group and female. Meanwhile, the soldiers in their twenties are showing relatively lower suicide rate compared to other groups of males. The current study, has been carried out to reveal the factors and processes of recovery among the soldiers who committed suicide-related behaviors before joining the army. For this purpose, a qualitative study employing the grounded theoretical (GT) approach (Strauss & Corbin, 1998/2001) was carried out with the indepth interview protocol obtained from 7 soldiers who are in stable condition after several months of army life after the conscription. The GT analysis of open coding showed 100 units of meaningful concepts and 30 sub-categories and 6 higher categories. A model of recovery was constructed through the application of axial coding. Based on this model, we were able to extract the core category which is 'locked up injury is recovered through meeting people and social treatment'. We found that causal factor of suicide related phenomena is interpersonal malaise. Army experience provides sustained interpersonal interactions with other people. When the soldiers find authenticity of caring mind from other people in such sustained relationships, they can get recovered. The process analysis discloses the soldiers go through solitary life, facing the problem, attitude change, helping felt, and social cure. This study shows that even restricted army life may serve to provide social cure to the people at risk of committing suicide.

Key words : *suicide-related behavior, males in their twenties, soldier, social cure, interpersonal relationship, grounded theory, army life*