



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

교육학 석사학위논문

청년층 자살행동과 관련된 변인에  
대한 메타분석



교육컨설팅학과

이 희 용

교육학석사학위논문

청년층 자살행동과 관련된 변인에  
대한 메타분석

지도교수 천성문

이 논문을 교육학석사 학위논문으로 제출함

2020년 08월

부경대학교 대학원

교육컨설팅학과

이 희 용

이희용의 교육학석사 학위논문을 인준함.

2020년 8월 28일



위원장 철학박사 주동범

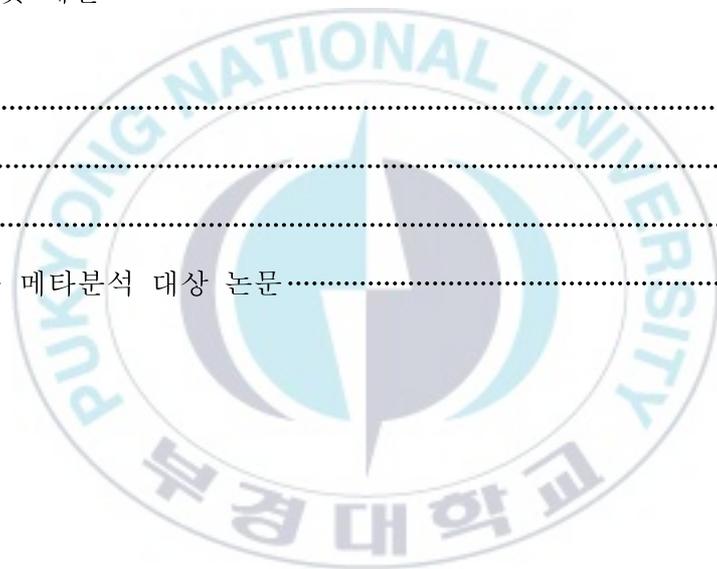
위원 교육학박사 박은아

위원 교육학박사 천성문

# 목 차

국문초록	v
<b>I. 서 론</b>	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구 문제	5
3. 용어의 정의	6
<b>II. 이론적 배경</b>	8
1. 청년 자살행동	8
2. 청년 자살행동 관련 선행 연구	10
3. 청년 자살행동에 대한 관련 변인	14
<b>III. 방 법</b>	36
1. 분석대상 자료의 수집 및 선정	36
2. 자료의 분석	38
<b>IV. 결 과</b>	48
1. 분석대상 논문의 일반적 특성	48
2. 청년 자살행동의 주요 변인 간의 메타분석	49
3. 출간오류 검증	54

V. 논 의	57
1. 전체 및 변인군별 효과크기	57
2. 배경 변인군의 효과크기	58
3. 개인 변인군의 효과크기	60
4. 가족환경 변인군의 효과크기	61
5. 사회환경 변인군의 효과크기	62
6. 위험 및 보호변인 효과크기	63
7. 결론 및 제언	64
참고문헌	67
Abstract	82
부  록	85
<부  록> 메타분석 대상 논문	85



## 표 목 차

<표 III-1> 메타분석에 사용될 자살행동 관련 변인 .....	40
<표 III-2> 본 연구의 분석에서 제외된 변인 .....	41
<표 III-3> 상관관계를 이용한 효과크기 산출 공식 .....	44
<표 III-4> 상관관계를 이용한 효과크기 산출 공식 .....	44
<표 III-5> 효과크기 해석 .....	45
<표 III-6> 신뢰구간 설정 방법 .....	46
<표 IV-1> 분석대상 논문들의 일반적 특성 .....	48
<표 IV-2> 청년 자살행동 관련변인들의 전체 효과크기 .....	50
<표 IV-3> 관련 변인군별 효과크기 비교 .....	50
<표 IV-4> 청년 자살행동 관련변인들 간의 효과크기 비교 .....	51
<표 IV-5> 위험 변인군과 보호변인의 효과크기 비교 .....	53
<표 IV-6> 출간오류 검정 .....	54

## 그림 목 차

[그림 III-1] PICOS chart .....	37
[그림 IV-1] Forest Plot .....	56
[그림 IV-2] Funnel Plot .....	56



## 청년층 자살행동과 관련된 변인에 대한 메타분석

이 희 용

부경대학교 대학원 교육컨설팅학과

지도교수: 천성문

### 요 약

본 연구의 목적은 청년 자살행동 관련 변인들을 확인하고, 관련요인의 효과 크기를 종합적으로 분석하는 것이다. 이를 위해 2000년부터 2019년 8월까지 발간된 청년 자살행동 관련 국내 학술지 및 학위논문 38편을 선정하여 메타분석을 실시하였다. 생태체계 분류에 따라 5개의 변인군과 24개의 하위변인으로 분류하여 어떤 변인들이 청년 자살행동과 보다 관련이 있는지 확인하였다. 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 청년 자살행동 관련 변인은 배경 변인군, 개인 변인군, 가족환경 변인군, 사회환경 변인군, 사회문화 변인군으로 분류하였다.

둘째, 5개의 변인군을 분석한 결과, 사회환경 변인군이 청년 자살행동을 가장 잘 예측하는 것으로 나타났고, 그 다음으로는 배경 변인군, 개인 변인군, 가족환경 변인군, 사회문화 변인군 순으로 청년 자살행동 예측력이 높은 것으로 확인되었다.

셋째, 각 변인군별 효과크기를 분석한 결과, 배경 변인군에서는 나쁜 건강상태, 학대경험 등이 청년 자살행동을 가장 잘 예측하였고, 자살노출 경험, 연령, 성별 순으로 효과크기가 큰 것으로 나타났다. 개인 변인군에서는 우울이 자살행동을 가장 잘 예측하고 있었고, 자기침묵, 무망감, 속박감, 충동성 순으로 효과크기가 컸다. 사회환경 변인군에서는 취업스트레스의 효과크기가 가장 높았고, 지각된 생활스트레스, 인간관계스트레스, 정서중심대처, 학업스트레스 순으로 효과크기가 큰 것으로 확인되었다. 사회문화 변인군의 경우, 인터넷 중독 변인 하나만 포함되었는데, 이는 청년층에서도 인터넷 중독 변인이 자살행동을 유의하게 예측하는 것으로 나타났다.

넷째, 변인군 별로 구분하지 않고 청년층 전체를 대상으로 효과크기를 분석한 결과, 우울이 청년 자살행동을 가장 잘 예측하는 변인으로 나타났다. 이 외에도 취업스트레스, 지각된 생활스트레스, 낙관성, 학대경험, 가족관계 스트레스 순으로 높은 효과크기를 보였다.

본 연구를 통해 청년 자살행동 관련 변인을 찾아냄으로써 청년 자살 예방과 상담적 개입을 위한 유용하고 실증적인 기초 자료를 제시할 수 있었다. 이는 청년 자살예방 교육 프로그램 및 관련 후속 연구들의 방향성과 접근 방안을 제시할 수 있었다는 점에서 의의가 있다.

주요어 : 청년 자살행동, 취업스트레스, 우울, 메타분석

# I. 서 론

본 연구는 청년 자살행동과 관련이 있는 변인 간의 효과 크기에 대한 전체적인 결론을 얻고자 하는 것으로, 이 장에서는 연구의 필요성과 목적, 연구 문제, 용어의 정의를 제시하고자 한다.

## 1. 연구의 필요성 및 목적

2018년 기준 대한민국은 OECD 회원국 중에서 자살률이 가장 높은 국가이며, 심지어 전 세계적으로 자살률이 가장 높은 국가 중 하나이다. 특히 2018년 우리나라 청년 자살률을 보면 20대가 인구 10만 명당 17.6명이며, 30대가 27.5명(중앙자살 예방센터, 2019)으로 자살이 청년 사망률의 최우선 순위를 차지하고 있다. 또, 우리나라의 연령대별 자살률을 OECD 회원국과 비교해보면 10대가 7위, 20대가 6위, 30대는 1위(중앙자살 예방센터, 2019)로서, 청년층 자살은 OECD 회원국 중 최상위를 차지하고 있다. 이는 우리에게 청년층의 자살이 더는 개인적인 문제가 아니라 사회적인 문제로 확산되고 있다는 것을 의미한다.

청년기는 부모로부터 심리적, 경제적 독립을 성취하여 직업을 선택하고 배우자를 찾으면서 성숙하고 책임감 있는 성인으로서의 역할을 발전시키는 시기이다. 즉, 청년이 독립된 성인으로 살아가기 위해서는 심리적 경제적 독립이 수반되어야 한다는 것을 의미한다고 할 수 있다. 그러나 최근 5년간 우리나라 경제 성장률은 2~3%대에 머무르고 있어 청년세대의 구직활동이 힘들다는 것을 추측하게 한다. 이로 인해 청년세대는 취업의 기회가

제한되어 다차원적 빈곤 상태에 놓일 수 밖에 없다(한국보건사회연구원, 2017). 이처럼 청년기의 낮은 취업률은 경제적 독립 뿐만 아니라 심리적 독립 또한 어렵게 만드는 요인이 되며, 우울감과 상호작용하여 자살생각에 영향을 미치기도 하는 것으로 나타났다(윤우석, 2016).

한편 청년기는 타인과 친밀한 관계를 맺는 것이 중요한 시기이며, 연인이나 친구 등 의미 있는 대상과 깊은 관계를 가지게 된다. 현대의 청년들은 소셜 네트워크 서비스(SNS)를 통해 관계를 맺는 양상을 보인다. SNS를 통해 자신을 감추기도 하고, 만들어낸 자신을 사이버 공간에서 공유하며 그 속에서도 인정받고 싶은 욕구를 표현한다(백승옥, 2015). SNS를 통한 청년층의 관계 맺음은 가상현실에서라도 친밀한 관계를 만들어가는 긍정적인 면도 있지만, 타인과 비교하며 우울감이 높아지는 경향을 보이기도 하고, 심지어 자살사이트에서 만나 동반자살을 시도하여 사회문제가 되기도 한다(이정숙, 2014).

자살행동(suicidal behavior)은 행위자가 죽을려고 하는 의도를 가지고 자신의 생명을 끊는 행위를 의미한다. 그러므로 청년층의 자살 문제가 사회적 이슈로 크게 부각되면서 청년 자살의 요인에 관한 연구들이 다양하게 진행되어왔다. 이들 선행연구에 따르면 청년의 자살에 영향을 주는 요인으로 개인적 수준에 초점을 맞추는 심리학적 연구(강문진, 2017; 양선미, 2019)와 사회경제적 변수가 우울을 매개로 자살로 연결된다는 연구(김광진, 2018; 윤우석, 2016)로 크게 나눌 수 있다. 또한 자살관련 변인을 배경 변인군, 개인 변인군, 가족환경 변인군, 사회환경 변인군, 사회문화 변인군 등으로 나누어 분석하여 자살행동의 위험요인과 보호요인에 대해 유의미한 결과를 보고하고 있다(김다인, 2017; 문동규, 김영희, 2012). 선행연구에서 청소년의 자살행동과 변인 간의 관계를 분석한 결과 심리적 변인들이 주로 포함된 개인 변인군이 자살행동을 가장 잘 예측하는 것으로 나타났고, 다

음으로 가족 환경, 사회(학교)환경, 배경변인, 사회문화 순으로 나타났다(김다인, 2017; 문동규, 김영희, 2012). 이러한 선행연구는 청소년자살에 관련된 다양한 변인들을 제시하였다는 점에서 의의가 있다.

청년자살에 관련된 개별 연구 또한 최근 늘어나고 있고 다양한 주제별로 연구가 이루어져 왔으나 몇 가지 한계점들이 있다. 첫째, 불확실한 미래, 직장, 가정, 사회로부터 배제되는 상황에 대한 절망에서 오는 자살 증가 문제를 다루지 못한 한계가 있다(근거가 되는 선행연구 자료 찾기). 이는 1997년 6,608명에서 1998년 IMF로 8,622명 폭증, 2008년 12,858명 2009년 금융위기로 15,412명 폭증의 두 번의 예로서 증명하고 있다(보건복지부 통계청, 1999, 2010). 그러므로 현실을 반영한 사회환경적 변인을 다루는 연구가 필요하다. 둘째, 모방 자살의 문제와 사이버 문화를 다루지 못한 한계가 있다. 이는 자살과 관련된 연구가 많지 않아 충분한 반영이 어려울 것으로 생각되지만 사회적으로도 다양한 대책이 필요하고 앞으로의 과제이기도 하므로 모방 자살의 문제와 사이버 문화를 다루는 연구가 필요하다.

심리학 관점에서 본 청년자살의 주요 변수는 성별과 같은 배경 변인(심혜선, 2011; 이정숙, 2014; 정구철, 2014), 좌절감, 무망감과 같은 개인의 부정적 정서(양선미, 2019; 정구철, 2014), 부모에 대한 애착과 같은 가족환경(김한나, 2011; 신새봄, 2015; 이은빈, 2019; 제갈다나, 2017)으로 나누어 볼 수 있다.

성인의 자살에 영향을 미치는 사회경제적 변수는 직접적으로 영향을 끼치기보다 우울, 가족 지지와 같이 심리적인 상태를 매개로 하여 자살에 영향을 끼치는 것으로 나타났다(강석화, 2012; 이정숙, 2014; 정구철, 2014; 허보미, 2017). 또한 대학생활스트레스, 취업스트레스, 스트레스에 대한 대처방식, 주변인의 지지, 인터넷 중독 등이 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이와 같이 지난 10년간 양적인 측면에서 청년층의 자살관련 변인에 대한

연구가 지속적으로 증가하고 있으나 대부분의 연구가 단편적으로 이루어져 청년층의 자살행동과 관련된 변인들을 종합적으로 분석하지 못하고 있다. 특히 20세 이상 청년 자살 행동을 이해하기 위한 체계적 접근의 필요성이 대두되었다. 따라서 본 연구에서는 메타분석을 통해 청년층의 자살과 관련된 변인을 살펴보고자 한다.

먼저, 선행 연구들을 검토하여 지금까지 연구되어 온 청년층 자살행동 관련변인들은 어떤 것들이 있는지 정리하고, 기존의 연구에서 많이 사용되어 온 분류 방식인 생태체계 분류에 따라 배경 변인군, 개인 변인군, 가족 환경 변인군, 사회환경 변인군, 사회문화 변인군으로 분류하였다. 다음으로 메타 분석을 통해 성별, 연령, 건강 상태, 자살 노출 경험, 종교, 학대 경험은 배경 변인군으로 분류하고, 낙관성, 속박감, 무망감, 우울, 자아존중감, 자기침묵, 충동성 등은 개인 변인군으로, 가족관계 스트레스, 개방형 가족 의사소통(가족지지) 등 부모-자녀 관계는 가정환경 변인군으로, 사회적지지, 문제 중심대처, 정서 중심대처, 인간관계 스트레스, 지각된 생활 스트레스, 취업 스트레스 등은 사회환경 변인군으로, 인터넷, SNS 등은 사회문화 변인군으로 분류하여 청년층 자살행동에 관련된 변인을 분석하였다.

메타분석(meta analysis)은 좀더 객관적이고, 믿을 수 있는 결론을 도출할 필요성에서 개발된 연구 방법으로써, 같거나 비슷한 주제 하에 수행된 여러 종류의 연구 결과들을 통합하기 위한 목적으로 많은 수의 개별 연구 결과들을 통계적 방법을 사용해서 종합적으로 분석한다. 이렇게 선행연구 결과를 체계적이고 계량적으로 분석하는 메타분석을 통해(황성동, 2015), 단편적 연구의 한계를 극복한 객관적이고 신뢰할 수 있는 결론의 도출을 기대할 수 있다.

따라서 본 연구의 목적은 우리 사회의 미래라고 할 수 있는 청년들의 자살 원인을 분석하여 사회적 차원에서 이를 해소하는 방안을 모색하는데 일

조하는 것과 동시에, 실제 상담 장면에서 자살 위험이 높은 내담자를 예측하고 이해하여 실질적인 도움이 될 수 있도록 하는 데 있다. 이를 위해 국내 학위논문과 학술지 논문 중에서 청년층 자살행동에 관련된 변인들에 대한 연구 결과들을 정리해서, 메타분석을 실시하여 자살 위기 상담에서의 실질적 개입을 위한 변인을 추출해서 보여주고자 한다. 본 연구를 통해 청년 자살 행동의 요인에 대한 보다 더 폭넓은 이해가 가능하게 될 것이고, 이후 청년층의 자살 행동에 관련된 연구에 기초자료로 활용할 수 있을 것이다. 또한, 상담 장면에서 자살 위험이 높은 내담자를 예측하는 데 실질적인 도움을 제공할 수 있을 것으로 기대한다.

## 2. 연구문제

본 연구의 목적은 메타분석이라는 방법을 통해 청년의 자살행동에 관련된 변인들의 효과 크기를 파악하여 종합적인 결론을 얻고자 하는 것이다. 이러한 목적을 수행하기 위해 설정된 연구 문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 청년 자살행동 변인 관련 연구의 현황과 특성은 어떠한가?
- 연구문제 2. 청년 자살행동 관련 변인의 전체 효과 크기는 어떠한가?
- 연구문제 3. 청년 자살행동에서 배경 변인군, 개인 변인군, 가족환경 변인군, 사회환경 변인군, 사회문화 변인군의 각 변인군 내 효과 크기는 어떠한가?
- 연구문제 4. 청년 자살행동 관련 전체 변인들의 효과 크기는 어떠한가?
- 연구문제 5. 청년 자살행동 관련 위험 변인과 보호 변인들의 효과 크기는 어떠한가?

### 3. 용어의 정의

본 연구에서 사용한 용어의 정의는 다음과 같다.

#### 가. 청년

청년(靑年)은 ‘신체적·정신적으로 한창 성장하거나 무르익은 시기에 있는 사람’(표준국어대사전, 2019)으로, 연령범위로는 20대 초반부터 30대 초반까지로 제시한다. 그러나 학자별로 차이는 있어 20대(20~29세)만으로 규정하거나(백승욱, 2015) 34세까지(김청아, 2014) 규정하고 있다.

본 연구에서는 청년층이 신체적·정신적으로는 부모로부터 독립하였으나 경제적으로 독립하지 못한 단계이므로 사회진출과 안정적 사회인으로서 정착하기까지의 기간을 고려하여 청년을 20~34세까지로 정의한다.

#### 나. 자살행동

자살행동(suicidal behavior)은 행위자가 죽으려고 하는 의도를 가지고 자신의 생명을 끊는 행위를 의미한다. Beck(1979)은 자살행동(suicidal behavior)을 자살생각(suicide ideas)과 자살시도(suicide attempt) 그리고 자살완료(completed suicide) 세 범주로 분류했다. 그중 자살생각은 살아가면서 누구나 한 번쯤 ‘죽고 싶다’라는 생각과 구체적인 계획을 세우는 것까지를 포함하며(이윤주 2008), 자살시도는 자해 등을 포함해 죽으려는 명백한 의도를 가진 죽음을 유발하는 고의적 자기 파괴행위이다. 이러한 파괴적인 행위로 사망에 이르게 되는 것을 자살완료로 본다(박재연 2010).

본 연구에서는 자살이라는 단어보다는 자살행동이라는 단어를 사용하고

그 의미는 행위자가 자살생각, 자살계획, 자살시도 등 3가지 차원을 포함한 스스로 죽음을 의도하는 선택적인 행동으로 정의한다.

#### 다. 메타분석

메타분석(Meta Analysis)은 문헌 고찰의 방식의 하나로, 같거나 유사한 주제에 대한 여러 연구를 종합하여 통계적으로 재분석하는 것이다. 통계적 방식을 활용하여 많은 연구를 통합하고, 종합적이며 일반적인 결론을 도출해 내는 데 그 목적이 있다. 그리고 동일한 주제에 대한 개별연구들의 결과들을 동일한 측정치인 효과 크기로 환산하여 종합적인 결론을 끌어내는 수량적인 접근 방식이다(황성동, 2015).

본 연구에서의 메타분석은 자살과 관련된 변인들의 효과 크기를 동일한 측정치로 환산하고 R 프로그램 내에 메타분석용 패키지(meta package ver3.6.3)를 활용하여 분석한 것을 말한다.

## Ⅱ. 이론적 배경

이 장에서는 청년 자살 행동의 특징, 청년 자살 관련 국내외 선행메타분석 연구, 청년 자살 행동에 대한 심리학적 이론을 살펴보았다. 구체적인 내용은 다음과 같다.

### 1. 청년 자살 행동

청년(靑年)의 사전적 의미는 “신체적·정신적으로 한창 성장하거나 무르익은 시기에 있는 사람”(표준국어대사전, 2019)으로, 보통은 20대 초반부터 30대 초반까지를 일컫는 말이다. 그러나 학문적으로 청소년기를 19세까지 통상적으로 구분하기에, 이 부분을 제외한다면 학자별로 차이는 있지만 20대(20~29세)만을 규정하기도 하고(백승옥, 2015), 34세까지 확장(김청아, 2014)하는 사례도 있다.

청년기는 보호받는 청소년 시기를 벗어났으나 사회적 경험이 미성숙한 단계로서 학업과 직업뿐 아니라 다양한 대인관계의 확장을 통해 여러 가지 새로운 경험을 하는 시기이다. 지능 수준이 정점에 도달하는 시기임에도 구체적 실천이 결여되어 감수성이 예민하고 불안, 고뇌, 우울감, 분노와 정의감 등이 강해져 극단적 경향성을 지닌다는 특징이 있다. 이는 2018년 통계청 자료에 드러난 20~30대 자살의 특징은 1위 경제적 어려움(20대 22.3%, 30대 47.2%), 2위 직장 문제(20대 19.8%, 30대 12.1%), 3위 외로움(20대 17.6%, 30대 11.9%) 뿐만 아니라 가정불화, 이성 문제, 신체적 혹은

정신적 질환 등으로 나타난 것을 통해 알 수 있다.

자살행동(Suicidal behavior)은 자살생각, 자살계획, 자살시도를 모두 포함하는 자살과 관련된 행동을 의미한다. 자살생각(Suicidal ideation)은 살아가면서 누구나 한 번쯤 '죽고 싶다'라는 생각과 구체적인 계획을 세우는 것까지를 포함한다(이윤주 2008). 자살시도는 자해 등을 포함해 죽으려는 명백한 의도를 가진 죽음을 유발하는 고의적 자기 파괴행위로 이러한 파괴적인 행동을 통해 자살하기 위한 다양한 시도를 했으나 사망에는 이르지 않는 경우이다.

이와 같이 청년층의 자살과 관련한 선행연구를 살펴보면 20~30대 자살의 원인은 크게 네 가지로 요약할 수 있다.

첫 번째 요인은 실업과 불안정한 노동 환경을 꼽을 수 있다. Jones, Forster, Hassanyeh(1991)는 일반 인구집단보다 자살 시도자들의 실업자 비율이 유의미하게 높다고 하였으며, Gerdtham(2003)은 스웨덴에서 30,000명의 20세~64세 성인을 17년간 추적 관찰한 결과, 실업률과 가계의 부채 상태 사이에 강한 연관 관계가 있고 이것이 자살의 위험을 증가시킨다고 보고하였다(Gerdtham & Johannesson, 2003).

두 번째 요인으로는 청년들의 외로움과 고독으로 본다. Maris(2002)는 소비와 사회에서 특정 집단의 삶의 방식은 각 개인의 사회적 삶과 생활에 차이를 일으키고 이런 사회적 삶과 생활의 차이와 갈등은 사회의 불평등과 개인에게 좌절을 경험하게 하고 자살을 일으키는 원인이 된다고 하였다(Halbwachs, 1930). 이런 원인들이 심리적 변화를 일으키고 아노미의 현상으로 여러 가지 사회의 변화와 요인, 개인의 문제 등 사회질서에 규합되지 못하고 자신들이 바라던 현실이 붕괴되어 자살로 이어진다고 한다(백승옥, 2015).

세 번째 요인은 베르테르 효과, 즉 모방 자살이다. 유명 연예인이나 자신

이 이상형으로 삼고 있던 사람이 자살하는 경우, 그 사람과 자신을 동일시해서 자살을 모방 시도하는 현상을 베르테르효과(Werther-effect)라고 한다.

마지막 요인으로는 사이버 문화를 지목할 수 있다. 이는 자살과 관련된 연구가 많지 않아 충분한 반영이 어려울 것으로 생각되지만 주요 변인 중의 하나임은 분명하다.

이와 같이 불안정 노동과 자살과의 관계 연구는 많지 않지만, 자살의 매개가 될 수 있는 고독에 따른 우울감은 자살 생각·행동과 같은 정신 건강상의 문제들과 관련하여 자주 다루어졌다. 그러나 모방 문제와 사이버 문화는 현재 청년들의 자살과 관련이 있다는 사실이 자료로 나타나기는 하나, 아직 연구가 많지 않다. 따라서 청년기의 사회문화적 과정에서 나타나는 자살행동의 보편적 특징과 행동양식에 주목하여 연구하는 본질적 접근이 필요하다.

## 2. 청년 자살행동 관련 선행 연구

자살의 문제가 사회문제가 되고 그 비율이 급속도로 증가한 것은 계급의 차이를 제외하면 공동체에서 묶여있던 사회에서 가족 중심, 개인 중심의 사회로 분화된 자본주의와 밀접한 관련이 있다는 것이 일반적인 인식이다. 19세기 이전에는 자살을 통상적으로 악마의 소행, 또는 개인적인 문제로 취급하였다.

자살에 대한 부정적이고 개인적인 관점을 부정하고 객관적 이해를 촉진하면서 자살의 주요한 원인은 사회에 있으며, 사회의 자본주의화에 필연적으로 동반되는 아노미 현상이 자살을 유발한다(Durkheim, 1897)고 주장하

면서 4가지 유형으로 나누었다. 첫째, 이기적 자살은 사회적 적응이나 통합도가 낮아 개인이 극단적으로 고립되거나 자신만 이러한 고립에서 벗어나기를 바라는 이기심에서 발생하는 자살이다. 둘째, 이타적 자살은 개인이 지나치게 사회 속에 융합되어 있거나, 사회적, 민족적 연대감이나 책임감이 강할 경우에 발생하는 자살이다. 셋째, 숙명적 자살은 개인이 지나치게 규제당하는 노예제나 독재와 같은 체제하에서 발생한다. 마지막으로 아노미적 자살은 개인이 속한 공동체사회의 급격한 변화와 또는 예상치 못한 위기의 초래 등으로 인한 아노미, 즉 기존의 사회의 가치 기준과 규범, 윤리관, 세계관의 혼동으로 인한 미래에 대한 불안과 불확실성이 상존하는 시대에 나타나는 사회적 현상이다.

뒤르켐의 자살론은 청년층 자살률이 비정상적으로 높은 현재의 우리나라 상황을 가장 잘 설명할 수 있는 이론이다. 역사적으로 한반도는 농경문화에 바탕을 두고 공동체 협업문화가 그 바탕을 이루고 있기에 자살이 많지 않은 사회였다. 하지만 과거 우리나라 자살률 추이를 보면 세 차례의 증가를 볼 수 있는데, 첫째로 일제 말기, 둘째로 유신 정권 말기, 그리고 마지막으로 현재 급속도로 증가한 자살률 추이가 바로 그것이다. 첫째와 둘째는 이타적·숙명적 자살로 설명될 수 있을 것이나 현재의 문제는 사회적 문제인 아노미 현상으로 볼 수 있다.

한편 매슬로우의 욕구 이론에서는 문제를 ‘사람에게 해결 욕구를 유발하는 불만스러운 상태 조건’으로 규정하고, 사회문제는 그 원인과 특성이 사회적이라는데 강조점을 둔다. 매슬로우는 사회문제를 구조적 문제, 해체적 문제, 일탈적 문제로 나누고 자살, 범죄, 매춘, 정신질환 등을 일탈적 문제로 분류하였다.

반면에, 생태체계 이론은 개인이 주변 환경과 서로 교류하고 상호작용하며, 서로 의존하면서 적응해 나가는 것을 설명하는 관점이다.

Bronfenbrenner(1977)에 따르면, 인간 행동을 잘 이해하기 위해서 개인 내적인 발달과 개인이 생활하는 직접적인 환경 뿐만 아니라 좀 더 폭넓은 관점인 사회문화적 환경과의 상호작용을 동시에 고려해야 한다고 하였다. 이는 인간에 대한 이해와 감성을 중시하는 심리학 분야의 연구에 적절한 접근 전략이라고 할 수 있다. 생태체계(Eco-system)를 4체계로 분류하면 개인체계(individual system), 미시체계(micro system), 외체계(exo system), 거시체계(macro system)로 나눈다. 우선, 개인체계에는 개인의 성격이나 특성 또는 연령, 인종, 성별과 같은 인구통계학적 요인들이 포함된다(Bronfenbrenner, 1977). 그리고 미시체계는 청년들이 직접 접촉하는 친밀하고 인접한 물리적 환경으로, 청년들의 발달에 가장 중요한 영향을 미친다고 할 수 있으며, 가족과 이웃, 종교시설 등이 포함된다(Bronfenbrenner, 1979).

문수경(2004)의 연구에서는 미시체계구조에서 가장 중요한 것이 부모와의 관계, 형제·자매 관계이며, 이 중에서도 특히 부모-자녀 관계는 청소년의 미시체계에서 매우 중요한 이원체계인 것으로 확인되었다. 외체계는 개인이 속한 환경으로 인해 발생하는 사건에 영향을 주고받는 하나 또는 그 이상의 연관된 환경들을 말한다(문수경, 2004). 마지막으로 거시체계는 문화·사회·정치·역사·경제 환경 등이 포함되며, 개인의 삶에 직접적인 영향을 주지는 않으나 신념이나 태도, 전통 등을 통해 인간에게 영향을 주며 다른 체계들보다 더 안정적이고 강력한 영향력을 행사한다(오창순 외, 2010).

아동학대 원인을 검증하는 연구에서 Bronfenbrenner의 생태체계 모형을 토대로 하여 환경 체계를 크게 개체 발생체계(개인 특성), 미시체계(가족), 외체계(지역사회), 거시체계(문화)로 분류하였다(Belsky, 1980). 또한, 개인 체계, 가족체계, 가족 외체계(학교, 이웃, 또래 집단), 청소년에게 간접적인 영향을 미치는 사회구조인 거시체계 수준으로 구분하여 청소년자살의 생태

학적 위험요소들을 검토하였다(Perkins & Hartless, 2002).

이처럼 최근 자살생각과 자살행동에 관한 연구에서 변인별 구분을 Bronfenbrenner의 생태학적 관점에 맞추어 개인·심리체계, 가족환경 체계, 학교환경 체계, 사회문화 체계로 변인들을 분류하는 연구 방법을 많이 사용하고 있다(김동숙, 2010; 김보영, 이정숙, 2009; 문동규, 김영희, 2012; Cheung & Chan, 2007; Parrish & Tunkle, 2005). 청년의 자살행동은 단편적인 몇 개의 요인들만으로는 설명될 수 없으며, 그렇기에 청년이 속한 가족, 학교, 사회, 사회문화적 환경과 같은 다양한 환경 특성 요인을 포함한 총체적인 이해가 필요하다. 따라서 본 연구에서는 Belsky(1980)의 연구모델과 청년층 자살행동 선행연구(홍예진, 2015; 황명주, 2019)들을 참고하여, 청년층의 자살행동 요인을 분석하였다. 즉 청년자살에서 학교환경 체계보다는 취업스트레스가 자살행동의 요인으로 크게 작용한다는 결과를 나타내고 있으므로 외체계를 학교환경에 국한하지 않고 사회환경으로 확대하여, 청년 자살행동 관련 변인들을 청소년과 같이 5개 변인군으로 분류하였다. 그래서 배경, 개인, 가족환경, 사회문화는 동일한 용어를 사용하고 학교환경은 사회환경으로 분류하여 그 관계를 검토하였다. 청소년에 대한 메타분석은 국내학술정보원에서 학위논문으로 12편 정도 볼 수 있었으나 아직 청년 자살행동에 대한 메타분석은 찾아보기 어려웠다. 따라서 청소년자살 모형을 근간으로 하여 청년의 특징을 추가하는 방법으로 분석을 진행하였다.

먼저, 청소년자살 생각에 미치는 변인에 대한 선행연구(김보영, 이정숙, 2009) 결과를 살펴보면, 위험 변인군별 효과 크기가 가장 큰 변인군은 심리적 변인군이었으며, 그 다음으로는 사회문화적 변인군, 가정환경적 변인군, 학교환경적 변인군, 개인특성별 변인군 순이었다. 보호 변인군 중 효과 크기가 가장 큰 변인군은 개인특성별 변인군이었고, 그 다음으로는 심리적 변인군, 가정환경적 변인군, 학교 환경적 변인군 순이었다. 청년층에서는

학교 환경적 변인군을 사회환경적 변인군으로 명칭을 변경하여 학교환경과 취업환경을 포함함으로써 효과 크기가 가장 큰 것으로 나타났고, 다음이 심리적 변인군, 가정 환경적 변인군 순으로 나타났다.

다음으로, 청소년 자살시도 관련 변인에 대한 메타분석 선행연구(김다인, 2017)를 확인하면 다음과 같다. 변인군별 자살시도와의 관계 효과크기에서는 개인 변인군이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 확인되었고, 자살시도와의 중간 효과크기를 나타냈다. 그 다음으로는 가족환경 변인군, 학교환경 변인군 순서였으며, 이 두 변인군 또한 중간정도의 효과크기를 보였다. 배경 변인군과 사회문화 변인군은 작은 효과크기를 나타냈다. 또한 청년층의 변인군별 자살시도와의 관계 효과크기에서는 사회환경 변인군이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이와 같이 청년 자살행동의 변인군별 크기를 메타분석을 통해 살펴보았다. 그 중 김보영과 이정숙(2009)의 연구에서 분류한 독립변수 중 개인특성별 변인군, 심리적 변인군, 가정환경적 변인군, 사회문화적 변인군은 그대로 활용하고, 학교 환경적 변인군을 사회환경적 변인군으로 분류하여 각각의 위험요인과 보호요인으로 나누어 자살행동과의 관계를 분석하였다.

### 3. 청년 자살행동에 대한 관련 변인

청년 자살행동 관련 변인들에 대하여 배경 변인, 개인 변인, 가족환경 변인, 사회환경 변인, 사회문화 변인 순으로 주요 하위요인들에 대한 이론적 배경을 살펴보면 다음과 같다.

## 가. 배경 변인

배경 변인군에 대한 하위 요인인 성별, 정신건강에 대한 이론적 배경을 살펴보면 다음과 같다.

### (1) 성별

자살은 배경 및 사회환경적 요인뿐 아니라 정신질환과 관련된 다양한 위험요소들에 의한 복합적인 행동 문제이다. 그래서 연령, 성별, 건강상태 및 정신과 이력, 성격 등과 같은 인구통계학적이고 개인적인 요소들 또한 자살에 영향을 미친다(Chehil & Kutcher, 2012). 그중에서 성별 차이는 자살 사고 및 자살 행동의 가장 대표적인 영향 요인이다. 자살률을 보면, 전 세계의 자살률에서 남성 대 여성 비율이 3.5 : 1로 남성의 자살률이 여성의 자살률보다 훨씬 높다(WHO, 2014). 우리나라 통계청에서 조사한 성별 자살 현황에서도 2017년 기준 인구 10만 명당 남성은 38.5명, 여성은 14.8명으로 남성 자살률이 여성 자살률보다 2.6배 높고, 성별 자살자 수 비율은 남성이 72.1%, 여성이 27.9%로 약 7 : 3 비율로 나타났다(통계청, 2018). 단, 자해·자살 시도의 경우에는 여성(53.5%)이 남성(46.5%)보다 많았다고 보고되고 있다. 이러한 극단적인 불일치의 이유는 다양하게 논의될 수 있겠지만, 일반적으로 남성들은 여성들보다 더 치명적인 자살 방식을 택하고, 훨씬 충동적이며, 정서 문제에 도움을 덜 요청하고, 우울증을 다르게 표현하는 경향이 있음을 제시하고 있다. 이러한 남성들의 특징이 바로 남성의 높은 자살률에 잠재적으로 기여하는 것으로 알려져 있다(Brent & Moritz, 1996; Chehil & Kutcher, 2012).

그리고 자살률의 성별 차이에는 자살 방법의 치명성 외에도 다른 요인들이 있다. 남성과 여성 사이에 자살 방법 및 시도가 다른 이유로는 남성들

의 충동적으로 행동하는 경향성을 들 수 있다. 일반적으로 남성들은 여성들에 비해 공격적인 행동, 교통사고, 폭력 등과 관련된 부상, 약물사용, 극한 스포츠, 범죄행위와 상당히 많이 관련되어 있는데, 이는 모두 충동성과 연결되어 있음이 확인되었다(Cross, Copping, & Campbell, 2011). 또한, Cross 등(2011)의 연구에 의하면 남성은 여성에 비해 처벌보다는 보상에 더 민감하고, 위험과 자극을 추구하는 경향이 있는데, 이 역시 남성들의 충동성을 설명해준다.

Mościcki(1994)에 따르면, 자살률의 성차를 설명하는 또 다른 방법으로는 우울증의 남녀비율이다. 부연하면 여성의 극단적 자살 시도비율이 낮은 것은 우울증에 대한 치료율이 높기 때문이라고 봤다. 일반적으로 우울증을 진단받고 치료받은 비율이 남성보다 여성이 두 배 정도 높다(Addis, 2008; Brownhill, Wilhelm, Barclay, & Schmied, 2005). 이는 우울증 자체보다는 도움을 구하는 것에 성별 차이가 있다는 것을 암시한다.

이러한 접근 방법 외에도 성역할 사회화, 젠더 특성도 문제가 될 수 있다고 논의된다(Addis & Mahalik, 2003). 예를 들어, 남성이 문제에 대한 도움 요청 비율이 여성보다 낮은 것은 남성은 자립적이고 공공경제 영역들에 적합한 반면 관계적인 맥락에서는 여성보다 부족하다는 것을 의미한다.

이와 같은 성별 차이의 근본 원인에 대한 이해는 상당히 어렵고, 자살 관련 성별 차이 연구는 개인 내 그리고 개인 간 변수들을 설명할 수 없다. 모든 남성이 같은 방식으로 자살 행동을 하는 것은 아니며, 다양한 상황변화들이 남성 개개인의 행동을 매우 다르게 만들 수 있다. 그러나 자살의 양상이 성별 차이에 따라 어떻게 상이하게 나타나는지를 반복 검증하는 것은 앞으로 성별에 따른 자살 현황과 자살의 성차에 작용하는 기제 등을 더욱 잘 이해하는데 근거 자료가 될 수 있겠다.

## (2) 정신건강

정신건강은 정신적, 신체적 및 사회적 측면에서 부족함이 없이 조화를 이루며 사회에 적응하여 생활하는데 균형과 조화를 이룬 상태를 말한다(김슬기, 2016; 황명주, 2019). 또한, 정신질환이나 신체적인 질병 없이 건강한 상태로 개인적·사회적으로 적응하며 독립적인 생활을 영위하는 상태이기도 하다(임혁, 채인숙, 2015).

세계 보건기구에서는 정신건강이란 "모든 개인이 자신이 가진 잠재력을 실현하고, 일반적인 삶의 스트레스에 잘 대처하며, 생산적이고 풍부한 결과를 맺도록 일할 수 있고, 자신이 속해 있는 지역사회에 기여할 수 있는 안녕 상태"라고 정의하였다(WHO, 2016). 이는 정신건강을 단지 정신장애가 없는 소극적인 개념으로 보는 것이 아니라 적극적인 면에서 정신건강 수준에 도달하는 것을 강조하는 것이다(김현정, 고영건, 2016). 즉, 정신건강의 개념을 기존의 '질병 모델 관점'에서 '긍정적 차원'으로 확장한다는 의미이다(유창민, 2018). 나아가 정신건강은 긍정적 차원과 부정적 차원이 서로 관계가 있으면서도 동시에 독립된 구조로 존재한다(Keyes, 2002; Seligman, 2004; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). 즉, 우울함에 개입하여 우울하지 않게 되었다고 해서 그 사람이 행복감이 증진되었다는 것을 의미하지 않는다는 것이다(유창민, 2018). 긍정적 차원의 정신건강은 주관적 안녕(subjective well-being)과 심리적 안녕(psychological well-being)이라는 표현을 사용한다(Keyes, 2002; Ryan & Huta, 2009). 부정적 차원의 정신건강 표현은 주로 자살이다.

인간은 일상생활에 존재하는 스트레스에 마주했을 때 이를 감당하지 못하거나 스트레스 상태가 지속하면 무기력해지고 문제행동을 일으키거나 부적응 상태를 초래하고 때로는 우울을 증가시킬 수 있다(김은영, 박인혜, 김윤경, 이정미, 2015). 그중 자살을 행동으로 옮길 수 있는 가장 큰 위험요

소가 바로 우울이다. 많은 연구에서 자살 예측요인으로 우울을 설명하고 있으며(강석화, 2012; 김종운, 박선영, 2018; 김현순, 2008; 서인균, 이연실, 2014; 윤명숙, 이호선, 2012; 임인순, 2004; 허보미, 2017; Beck & Kovacs., 1979), 실제로 우울증을 앓는 사람 중 30%가 자살을 선택한다(Klerman, 1987). 대학생 자살 관련 변인에 대한 메타분석에서도 자살 생각 유발 변인군 중 우울감이 효과 크기가 가장 크다고 보고했다(안세영, 김종학, 최보영, 2015). 즉, 대학생의 자살행동에 영향을 미치는 주요요인에는 우울, 속박감, 무망감, 충동성, 취업스트레스등이 있고 이러한 요인들 중에서 청년층이 자살을 생각하게하고 자살행동으로 옮길 수 있게 하는 제일 큰 영향을 미치는 것이 우울이라는 것이다.

이에 본 연구에서는 정신건강의 개념을 “단순히 정신적으로 질환이 없는 상태뿐 아니라 개인이 심리적, 정신적으로 건강한 상태에서 일상의 환경적 스트레스에 적극적으로 잘 대처하고, 또한 더욱 나은 상태를 추구하여 자신의 잠재력을 실현해 나갈 수 있는 정신적 안정 상태”로 정의하고자 한다.

## 나. 개인 변인

개인 변인군에 대한 하위 요인인 속박감, 습득된 자살 실행력, 무망감, 우울에 대한 이론적 배경을 살펴보면 다음과 같다.

### (1) 속박감

속박감(entrapment)은 탈출할 수 없는 억지된(arrested) 상태 또는 어떠한 상황에서 벗어나려고 하지만 방법이 차단된(blocked) 상태로 정의된다(Dixon, 1998; Gilbert, 2000). 이 개념의 기원은 동물의 방어 행동을 연구

한 진화론에서 찾아볼 수 있다. Dixon(1998) 등의 연구에 의하면 많은 종(species)이 공통으로 투쟁(fight) 또는 도피(flight) 방어기제를 갖고 있으며, 계속된 스트레스 상황에서 이 방어기제가 활성화되지만 여러 가지 시도가 효과가 없게 되면 수동적으로 되어 더는 움직이지 않는 상태가 된다고 하였다(Dixon, 1998; Dixon & Fisch, 1998). 또한 Dixon은 이러한 진화론적 패러다임을 인간의 저지된 도피(arrested flight) 연구에도 적용하였고, ‘저지된 방어 모델(the arrested defences model)’로서 우울증의 발생 과정을 설명하였다. 이 모델에 따르면 통제할 수 없는 부정적인 경험에 직면하거나 자기보다 더 강력한 상대를 만나게 되면 처음에는 분노를 느끼고 그런 상황이나 상대를 극복하려고 시도하지만, 오히려 얽매어 있어서 벗어날 수 없다고 지각되거나 포기할 수밖에 없다고 판단되면 긍정적 정서는 줄어들고 우울증을 경험하게 된다(Gilbert, 2006). 즉, 스트레스 또는 패배 상황을 탈출하기 위한 방어적 동기들의 차단이 속박감이라 할 수 있으며, 이는 우울증 증상의 발달에 중요한 변인으로 볼 수 있다.

이러한 속박감의 개념은 이론적으로 패배감과 구별되지만, 정리 병리 모델들에 함께 적용됐다. 인간에게서 속박감은 특히 삶의 만성적이고 지속적인 스트레스 사건이나 환경과 관련되고(Brown, Harris, & Hepworth, 1995), 패배감과 같이 통제 불가능한 상황을 변화시킬 수도, 벗어날 수도 없다는 개인의 주관적인 지각을 불러일으켜 무기력감을 증가시킨다.

Taylor, Gooding, Wood 및 Tarrrier(2011)는 속박감과 다양한 정신 병리의 관련성에 관한 연구를 체계적으로 정리하면서, 그 중 속박감이 패배감과 관련된 스트레스 상황과 더불어 우울함이나 자살뿐만 아니라 외상 후 스트레스 장애 및 우울과 연관되어 있는 다양한 정신적인 장애들과 연관될 수 있음을 제시하였다. 국내 연구에서도 속박감이 불안, 우울, 적대감, 신체화, 화병, 주관적 안녕감 등에 영향을 미치는 것으로 보고(이소영, 조현주,

권정혜, 양선미 2019; 이종선, 2014; 천숙희, 2007, 2012)되고 있으며, Gilbert와 Allan(1998)이 제시하였던 것과 같이 특히 우울과의 관련성이 높은 것으로 나타났다. 이 정신건강에 대한 연구에 있어서 자신이 처한 내·외적 상황에서 벗어나기 불가능하다고 지각하는 속박감을 다루는 것이 매우 중요하다.

속박감은 자살의 핵심 원인으로도 여겨진다. 자살과 속박감의 관련성에 대한 논의는 도피이론(Baumeister, 1990), 고통 호소 모델(Williams, 1997), 저지된 도피 현상(Gilbert & Allan, 1998), 자살의 도식적 평가 모델(Johnson, 2008)이 바탕이 되는데, 개인은 단편적인 이유로 자살하는 것이 아니라 일련의 심리 내적 과정을 거치며, 자신이 경험하고 있는 고통에서 벗어날 가능성이 없는 듯에 걸린 듯한 지각이 자살 행동을 발달시킨다는 점을 공통으로 짚었다. 결국, 속박으로부터 벗어나려는 행위로 ‘자살’을 결정하게 된다고 보여지며, 강렬한 속박감은 자살행위의 신호일 수 있음을 암시한다.

Kidd(2004)는 청소년 노숙자 면접을 통해 자살을 설명하는 변인들로 속박감, 무가치감, 소외감, 무망감을 확인하였고, 특히 속박감이 자살을 설명하는 가장 유력한 변인임을 밝혔다. 후속 연구에서도 약물 남용 및 의존, 가정 폭력, 낮은 자존감, 소외감이 속박감을 통해 자살을 설명한다고 제시하였다(Kidd, 2006). Holmes, Crane, Fennell 및 Williams(2007)는 속박 및 탈출과 관련된 실행력이 자살 과거력이 있는 우울증 환자들에게 현저하게 있음을 확인하였고, Park 등(2010) 역시 중·고등학생의 자살요인 중 속박감이 자살 생각에 가장 중요한 변인이라고 하였다.

국내 선행연구에서도 속박감은 자살 행동과 자살 사고를 예측하는 강력한 변인으로 제시되었다(강민철, 조현주, 이종선, 2013; 최윤영, 조현주, 권정혜, 이종선, 2013). 정채연(2016)은 외상과 자살 생각 간의 관계에서 속박

감의 매개 역할을 확인하였고, 김정호와 홍혜영(2016)의 연구에서는 생활 스트레스와 자살 생각에 이르는 경로에서 속박감이 매개효과를 가지는지 살펴보았으며, 가장 최근까지 속박감과 자살 관련 연구는 임상 집단과 청소년을 포함해 연구대상 및 영역을 보다 확장하여 그 유의함을 보여주고 있다(강민철, 김수임, 이윤희, 2018; 이주영, 2017; 최재은, 2017; 한상근, 2018).

또한 속박감의 하위변인에 따른 자살과의 관련성을 보면, 외적 속박감과 내적 속박감 공히 우울 및 자살과 정적상관이 있는 것으로 보고되고 있다(이종선, 강민철, 2012; 최윤영, 조현주, 권정혜, 이종선, 2013; Fazza & Page, 2003; Gilbert, 2002; Gilbert, Cheung, Iron, & McEwan, 2005; Sturman & Mongrain, Willner, & Goldstein, 2001). 하지만 외부환경인 외적 속박감에 비해 내적 속박감은 벗어나기 어렵다고 지각된 심리 상황이므로 자살요인에 주는 영향은 약간의 차이점이 있다. 이렇듯 내적 속박감과 외적 속박감이 자살 행위를 설명하는 데 있어 약간의 차이가 나타나는 점(이종선, 강민철, 조현주, 2012; 천숙희, 2012; Rasmussen, Fraser, Gotz, MacHale, Mackie, Masterton, McConachie, & O'Connor, 2010)을 고려하여 향후 연구에서는 내적 속박감과 외적 속박감을 구분하여 자살에 대한 이해를 좀 더 구체화 시키고 자살의 주요 예측 변인을 입증하는 것이 필요하다.

우리나라의 청년층 상황에서도 청년층들이 느끼는 속박감과 자살과의 연관성을 설명할 수 있다. 2018년도 상반기 통계청 경제활동인구 조사 결과에 따르면 실업률은 9.8%로 IMF 이후 가장 높은 것으로 나타났다. 이러한 높은 실업률은 청년층에게 불확실한 미래에 대한 걱정과 불안을 초래하고, 사회적 및 경제적 불균형적인 외부 환경, 이에 따른 상대적 박탈감에서 벗어날 수 없다고 지각하게 하여 심리적으로 상당한 속박감을 느끼리라 여겨

진다. 청년층 자살 원인 1위가 경제적 문제인 것으로 볼 때 이와 무관하다고 볼 수 없다. 따라서 높은 자살률을 보이는 20대 청년 세대를 대상으로 속박감과 자살에 대한 연구가 필요하다고 보인다.

## (2) 습득된 자살 실행력

먼저 습득된 자살실행력에 대해 간단히 설명하고자 한다. 자살에 대한 생각을 가지고 있거나 자살 시도 히스토리(Wenzel, 2011)를 가진 사람들이 모두 자살로 죽지 않는다. Nock 등(2008)은 미국의 경우 인구의 5.6~14.3%가 자살생각을 경험하고 있고, 1.9~8.7%가 자살 히스토리를 갖고 있지만 궁극적 자살로 사망하는 경우는 0.01%로 추정한다고 하였다. 이러한 히스토리를 가진 사람들이 성인 초기(청년층)에 속박감, 무망감, 지각된 짐스러움등으로 우울을 경험하게 되면 자살사고 및 자살행동에 허용적인 태도를 지니게 됨과 동시에, 자기 자신을 부정적으로 보는 태도를 더욱 강화시켜 자살행동의 매개변인으로 작용할 수 있다. 이에 죽음에 대한 감소된 두려움과 증가된 고통 감내력이 뒷받침되는 실행력을 Joiner 등(2005)은 습득된 잠재력이라 정의하였으며, 국내 연구에서는 습득된 자살 실행력이라 번역하여 사용하고 있다(김중혁, 2015; 양선미, 2019).

Bender 등(2011)은 자살에 대한 습득된 잠재력 척도를 활용하여 충동성과의 관계를 분석했다. 그 결과, 적절한 수준의 상관계수 외에도 자살에 대한 습득된 잠재력의 총점은 살아야 하는 이유 척도(Linehan, Goodstein, Nielsen, & Chiles, 1983)의 하위 항목인 자살에 대한 두려움과 부적 관계에 있으며 동시에 자살 행동을 위한 용기를 평가하는 Beck의 자살 척도 항목과 긍정적으로 상관되었음이 확인되었다. 또한, 자살에 대한 습득된 잠재력 척도는 자살 욕망 또는 우울과 유의미한 관련을 보이지 않았고, 이는 자살에 대한 습득된 잠재력이 자살 욕망과 구별되고 차별적임을 타당화할

수 있는 증거로 여겨졌다(Van Orden, Witte, Cukrowicz, Braithwaite, Selby, & Joiner, 2010).

이후 연구에서도 자살에 대한 습득된 잠재력 척도가 자해, 폭력과 같은 고통스럽고 자극적인 사건들에 대한 노출과 상당히 긍정적인 연관성이 있음을 반복적으로 보여주었고(Bender, Gordon, Bresin, & Joiner, 2011; Bryan, Griffin, & Henry, 2013), 또한 자살에 대한 습득된 잠재력 척도와 구성 요소들이 자살 욕망 및 자살 관련 결과(자살 경향에 대한 자기보고, 임상이가 평가한 자살 위험, 과거 자살 시도 기록)와 상호 관련이 있다고 제시하였다(Bryan et al., 2013; Van Orden et al., 2010; Anestis & Joiner, 2011).

이처럼 스스로 신체적 자해나 치명적 상해를 가하는 것에 대한 감소한 두려움과 증가한 고통 내성력은 자살 관련 행동의 잠재적 능력치로 작용하는 주요 인자로 확인되고 있다(Joiner, 2005; Van Orden et al., 2010).

그러나 또 다른 한편으로는 자살 행동에 대한 욕구와 능력 간의 상호작용 영향이 유의하지 않은 등 일치하지 않는 결과들도 동시에 나타나고 있다(Anestis et al., 2011; Van Orden et al., 2008). 이에 대하여 Smith와 Cukrowicz(2010)는 완전한 자살 실행까지 양가감정을 계속 경험하기 때문에 자살에 대한 습득된 잠재력을 즉각적으로 증폭시키는 요소, 즉 물질 중독, 해리 상태, 정신증 및 조증 삽화 등을 함께 고려해야 한다고 주장하였다.

자살행동 주요변인을 분석하고자 하는 본 연구에서는 자살을 행동화시킬 수 있는 잠재적 변인을 반드시 다룰 필요가 있겠으며, 이에 꾸준히 제기되고 있는 죽음에 대한 두려움 없음과 고통에 대한 내성, 즉 습득된 자살 실행력이 자살행동과 관련하여 그 효과크기가 얼마나 큰지 확인하고자 한다. 다만 국내에서 ‘습득된 자살 실행력 척도’를 직접적으로 다룬 자살 연구는

소수에 불과하고(강민철, 김수임, 이윤희, 2018; 김종혁, 2015) 이 역시 보다 세분된 경로 분석을 통한 포괄적인 이해가 필요함을 언급하고 있다. 본 연구에서 자살 관련 주요 요소들을 통합적으로 탐색할 때 자살 노출 경험이 파괴적 행동 양상으로까지 발전하는데 기여하는 효과크기를 확인하는 것은 지금까지 선행돼왔던 연구들을 확장하는 계기가 될 것으로 보인다.

### (3) 무망감

무망감(hopelessness)이란, 긍정적 또는 바람직한 결과가 일어나지 않을 것으로 기대하거나 미래에 부정적인 상황이 일어나리라 생각하는 것으로 정의할 수 있다(Cornette, Abramson, & Bardone, 2000). 그리고 자살에서 무망감의 역할은 수많은 이론적 모델들에 의해 주장됐다.

Baumeister의 도피 이론은 무망감을 해체된 인지 상태로 특징짓는 반면, 고통 호소 모델에서는 무망감을 자살의 필수 요소 중 하나로 상정하였다(Williams, 1997). 다른 이론들은 무망감을 자살생각과 자살행동을 초래하는 일련의 사건들의 마지막 단계에 해당하고, 자살의 핵심 원인으로 보기 충분하다 여겼다. 예를 들어, 자살의 무망감 이론에서 인지된 무망감에 의해 절망적인 우울증이 유발되는 경로를 설명하였고, 절망적인 우울 증상의 하나로 자살을 기술하였다(Cornette, Bardone, & Abramson, 2000). 유사하게 스트레스 취약성 모델은 무망감이 생활 스트레스에 대한 대처 무능에서 발생하고, 자살을 초래한다고 하였다(Clum & Febraro, 1994; Clum et al., 1979).

Beck 등(1993)의 연구에서는 무망감이 자살 생각을 설명하는데 우울보다 1.3배 정도 중요한 변수라고 하였고, 또한 자살실행의 가장 좋은 단일 예측 인자라고 추측되었다(Beck et al., 1985). 특히나 Beck의 무망감 척도(BHS; Beck, Weissman, Lester, & Trexler, 1974)로 평가된 무망감이 자살 의사

가 있는 일반 개인의 자살생각뿐만 아니라 정신과 외래환자들의 자살생각에도 유의한 영향력을 보여주었다(O'Conner et al., 2007). Kio, Gallo와 Eaton(2004)은 3,000명을 13년간 조사한 연구에서 자살과 무망감간의 관계는 인구학적 변수들과 우울과 정신질환을 통제한 상태에서도 자살완결, 자살시도, 자살생각 등 모든 유형의 자살행동과 통계적으로 강력한 유의성을 나타내어 무망감이 자살의 가장 중요한 예측 인자가 됨을 재확인하였다. Sidley 등(1999)은 고위험 표본의 자살 반복에 대한 단기(1개월 미만) 예측 변수로서도 무망감이 다른 인지적 그리고 이전 자살 시도 히스토리를 포함한 사회 인구통계학 변인들을 능가한다고 밝혔다. 이외 무망감이 자살에 관한 다른 인지적 요소들의 효과를 매개하는 연구들로부터 무망감이 자살에 핵심 변수라는 가설이 충분히 지지가 되고 있다(Abramson et al., 2002; Dixon et al., 1991; Smith, Alloy, & Abramson, 2006).

국내 선행연구 역시 무망감이 자살생각, 자살시도 및 자살완결과 같은 다양한 형태의 자살행동을 예측하는 것으로 보고하고 있다(김성훈, 2012; 박승일, 이동귀, 2014; 엄태완, 2008; 이현지, 김명희, 2007). 즉, 자신이 처한 상황에 대해 부정적인 기대와 신념으로 발생한 문제의 유일한 해결책은 자살밖에 없다고 인식하게 되므로 자살의 중요한 예측 변인이라 할 수 있다(심미영, 김교현, 2005). 따라서 무망감은 자살생각에 직접적인 영향을 미치는 변인으로(손정남, 2009) 생각할 수 있다. 특히나 성인을 대상으로 한 연구에서 무망감이 자살로 이어지는 경우가 많았고, 성인이나 노인의 경우는 우울보다도 무망감이 자살을 더 잘 예측하는 변인으로 나타났다(김병석, 김현순, 2008; 신민섭 외, 1990).

다만, 무망감은 속박감과 개념적으로 겹치는 부분이 있다. 이를테면, 미래에 대한 희망이 삶의 스트레스 요인들과 씨름하고 있는 누군가에게 탈출 또는 유예의 자원을 제공할 가능성이 있는 만큼, 그래서 무망에 대한 인식

이 일반적으로 속박감의 한 부분으로 받아들여질 수 있지 않나 생각해볼 수 있다(Johnson, Gooding, & Tarrrier, 2008). 즉, 무망감은 속박감에 대한 자각을 강화하거나 복합 개념일 수 있다. 이러한 개념적 중복은 무망감과 속박감을 별개의 구성요소로써 그 독립성을 가정한 고통 호소 모델에서 문제가 된다(Johnson et al., 2008). 무망감과 속박감의 상호관계는 여러 가지 방식으로 작용할 수 있고, 무망감이 속박감의 선행 요인이 될 수 있으며, 무망감이 속박감의 결과로 나타날 수 있거나, 또는 두 변인 모두 동일한 기저요인의 측면을 나타낼 수도 있다(Johnson et al., 2008).

이와 반대로 Gillbert(1998)는 무망감이 자살과 관련된 이면의 근본적인 동기를 충분히 설명하지 못하기 때문에 적절한 대안을 제공하는데 제한점이 있다고 주장하며 무망감과 속박감을 구분하고자 시도하였다. 무망감은 탈출이나 도피 동기와 같은 특징을 명시적으로 포함하지 않고 있으며, 진화론적으로도 볼 때 무망감은 미래 결과와 관련된 인지적 예측을 포함하는 개념으로서 패배감이나 속박감보다 훨씬 더 상위 능력을 나타낸다고 할 수 있다(Gillbert & Allan, 1998). 유사하게 대인관계 폭력이나 중독을 포함하여 통제 불가능한 상황에서 개인은 자신의 정체성과 지위에 대한 강한 심리적 감각을 가능한 한 유지하려고 하므로 패배감이나 속박감이 반드시 일어나지는 않는다는 연구가 있다(Ehlers & Clark, 2000).

이에 본 연구에서는 미래에 대한 부정적인 기대로 인한 고통스러운 현실을 회피하고자 하는 청년들의 자살 행동에 영향을 미치는 변인으로 속박감과 함께 무망감을 중요 개인 심리적 변인군으로 포함하여 그 효과크기를 측정하고자 한다.

#### (4) 우울

우울(Depression)이란, 자신에 대한 부정 인식의 결과를 의미하며 근심·

침울함, 실패감, 무기력, 무가치감 등을 나타내는 심리 정서 장애이다. 우울의 증상은 일상에서 겪게 되는 가벼운 기분 상태부터 체력감소, 장 장애, 식욕감퇴, 불면증과 같은 신체 증상과 좌절감, 공허감, 집중력감소, 흥미상실, 불안, 죽음에 대한 반복적인 생각 등의 정서 증상까지를 포함하여 나타날 수 있다(한국자살방지위원회, 2008). 따라서 우울증은 그 강도와 심도가 지나칠 때 정신건강, 특히 청소년, 대학생의 자살 생각과 자살 행동에 영향을 줄 수 있다(양선미, 박경, 2015).

선행 연구에 의하면, 청소년 학생 연령집단에서 자살자의 사망 당시 70.4% 정신과 질환을 앓고 있었으며 그 우울과 같은 기분장애가 44.4%에 달하는 것으로 나타났으며(윤명숙, 이효선, 2011; Houston, 2001), 학생의 81%가 우울을 경험한 적이 있고 32%는 자살을 생각한 경험이 있다고 한다(Westefeld & Furr, 1987). 미국 학생의 약 14%가 우울증이며 신체 건강 문제, 낮은 학업성취, 무책임한 위험 감수 행동 등과 함께 우울증이 학생의 자살 행동과의 관련성이 높다는 연구 결과가 있다(김민경, 2011; Kisch, 2005).

국내에서도 이미 우울은 여러 선행연구를 통해 자살 관련 행동 영향 요인으로 높은 상관성을 보고하고 있다(권태연, 2012; 김민경, 2011; 김정진, 2009). 권태연(2012)의 연구에서는 청소년의 자살 생각 변화에 따른 잠재계층분류에 있어서 우울이 가장 관련성이 높은 것으로 나타났다. 따라서 우울은 자살 생각의 가장 직접적이고 강력한 요인으로 확인되고 있다.

그러나 자살을 실행한 사람들이 전부 우울했던 것은 아니며, 우울이 반드시 자살 생각을 하게 하거나 자살을 실행하지는 않는다(Ayyash-Abdo, 2002). 이는 우울이 자살 생각의 원인을 이해하기 위한 유일한 지표가 아닐 수 있음을 시사하며, 다른 개인 심리적 변인들과 함께 그 영향력을 확인하는 것이 필요하다. 이에 본 연구에서는 개인 심리적 변인군에서 우울

과 함께 다양한 변인들의 효과크기를 비교 분석함으로써 그 영향력을 파악하고자 했다.

## 다. 가족환경 변인

가족환경 변인군에 대한 하위 요인인 가족의사소통(개방), 가족관계스트레스에 대한 이론적 배경을 살펴보면 다음과 같다.

### (1) 가족의사소통(개방)

가족은 사람의 성장에 있어 가장 기본이 되는 환경요인으로, 부모-자녀와의 관계가 부정적일 경우 자녀가 다양한 심리행동적 문제양상을 보인다는 것이 밝혀졌다(우채영, 2009; 전영주·이숙현, 2001). 이러한 가족 내 부모-자녀 관계를 강화하기도 약화하기도 하는 변인이 바로 부모-자녀 간의 의사소통이라고 할 수 있다. 선행연구에서는 부모-자녀 간의 의사소통이 가족의 상호작용, 역동성을 이해하는 데 중요하며(김경미, 2010), 청소년의 자살 생각과 유의한 상관이 있다(Park, Henkin, & Egley, 2005). 게다가 현대 사회가 점차 복잡해지고 가족 구성원의 정서적 안정을 위한 가정의 기능이 강조되면서, 가족 간의 의사소통 기능이 더욱더 중요시되고 있다(김경미, 2010). Machoian(2001)은 부모-자녀 간의 의사소통이 역기능적일수록 가족의 결속력, 적응력이 떨어져 부모-자녀 관계의 위험성이 높아지고, 이는 자녀의 자살 생각에 영향을 미친다(Machoian, 2001)고 제언하였다.

반면에 대학생은 부모로부터 육체적, 정신적으로 독립하는 시기이다. 진학을 통해 기숙사 생활 또는 자취를 시작하게 되어 육체적으로 독립할 수도 있고, 성인이 되면서 자기 스스로 결정하고 책임져야 하는 일이 생겨

정신적으로 독립을 하게 될 수도 있다. 그러나 2000년대 이후 우리나라에서는 평균 학력이 높아지면서 대학교가 진학률이 80% 내외로 높은관계로 대학교 과정을 마칠 때까지 부모의 지원이 필요한 경우가 많이 있다. 이러한 현상은 청소년기의 부모-자녀 관계가 대학생 이후에도 연속되고 있음을 뜻하고, 육체적 정신적으로 분리되어 있어도 경제적으로 계속 교류해야 하는 상황임을 의미한다. 이는 대학이라는 새로운 환경에 적응하는 과정에 부적응 문제가 발생하게 되면 아직 미분화된 집단인 가족과 의사소통을 하게 되고, 이러한 가장 근본적인 집단과의 의사소통이 원활하지 않다면 초기 성인인 대학생들은 고립되고 정신적인 어려움을 겪게 될 수 있다.

그리고 가족 의사소통이 자살 생각에 미치는 영향에 관한 연구들은 대부분 청소년 대상이었으며, 청소년의 경우 의사소통이 원활하게 이루어지지 않을 때 자살 생각을 하게 된다고 보고하고 있다(우채영, 2009; 전영주, 이숙현, 2001; Tang & Posner, 2009).

대학생 대상의 연구는 극히 한정되어 있으나 부모와의 의사소통이 개방적일수록 자살 생각이 낮다고 밝힘으로써(김경미, 2010) 의사소통 수준이 자살생각에 미치는 영향력이 있음을 확인할 필요성을 제시하였다.

따라서 청소년 집단 대상의 연구에서는 자살과 관련하여 중요한 부분을 차지하는 가족 내 의사소통이 대학생 이후에는 물리적, 심리적으로 독립하고 있는 과정이기는 하나 경제적으로 예속되어 있으므로 그 영향력이 적다고 할 수 없다. 이에 본 연구에서는 가족 의사소통 수준이 대학생 이후 청년층에게 어느 정도 효과크기를 가지는지 파악하여, 이를 통해 상담에 활용할 수 있도록 하고자 하는데 조금이나마 기여하고자 한다.

## (2) 가족관계스트레스

인간은 성장과정이나 생활 중에 여러 가지 다양한 스트레스를 경험하게

되고 그러한 스트레스는 우리 삶의 일부라고 할 수 있다. 이러한 다양한 스트레스 요인 중에 가족관계 내에서 일어나는 문제로 발생되거나 파생되는 스트레스를 가족관계스트레스라 한다. 청소년을 대상으로 한 선행연구에서 가족 환경 내에서의 가족, 가정경제, 가족의 건강, 가사노동 등에 의해 파생되는 가족 스트레스가 자살 생각에 영향을 미친다고 확인하고 있으며(문동규, 2011; 엄태완, 강명진, 최정순, 2008)은 가정 내 부모의 지나친 간섭이나 무관심, 차별 등 가족관계스트레스가 청소년의 자살 생각에 영향을 미친다고 보고하였다. 이처럼 청소년 가족관계스트레스에 대해서는 다양한 연구를 통해 자살 생각을 불러일으키는 유발 변인으로 확인되고 있다.

그중에서 대학생은 후기 청소년기, 또는 초기 성인(청년)에 해당하며, 대부분 가정과 완전히 분리되지 못하였거나 경제적으로 예측된 분리과정 중인 경우가 남아 있어 청소년기의 긴장과 갈등상황이 해소되지 않고 있다. 또한, 자기 결정권은 있으나 완전한 사회인으로 독립되지 못한 관계로 책임을 질 능력이 성숙되지 않아, 결정에 대해 가족의 지시와 결정에 의존하는 과정에 스트레스를 받을 가능성이 있다.

외국의 대학생 대상 연구를 살펴보면, 부모의 과잉보호 또는 권위주의적으로 통제하는 양육 태도는 대학생 자살 생각을 높인다(Susan et al., 2008)고 밝혔으며, 가족관계스트레스가 청년자살 관련 행동의 위험요인이다(Gutierrez et al., 2000)라고 보고하였다.

하지만 국내의 기존 선행연구에서는 가족관계스트레스 수준을 대학생의 생활스트레스 하위요인으로 수준으로 취급하고 측정하는 정도의 연구가 대부분을 이루고 있어(강석화, 2012; 박선욱, 2010; 손정남, 2007; 이여진, 2009; 임병구, 2010; 하정희, 안성희, 2008), 가족관계스트레스가 청년층 자살생각이나 자살행동에 미치는 영향에 대한 연구는 미미한 상황이다. 따라

서 가족관계스트레스가 단일요인으로 대학생 자살생각이나 자살행동에 영향을 어느정도 미치는지에 관한 연구를 추가로 실시하여 보다 많은 연구결과에의 축적이 필요하다.

## 라. 사회환경 변인

사회환경 변인군에 대한 하위 요인인 취업스트레스에 대한 이론적 배경을 살펴보면 다음과 같다.

### (1) 취업스트레스

취업 스트레스란 대체적으로 직장을 구하기 위한 다양한 과정에서 발생되어지고 경험하게 되는 스트레스를 말한다. 초기 성인으로서의 청년들이 경험하는 많은 스트레스 중에서 가장 크게 직면하게 되는 스트레스는 취업 스트레스라 할 수 있다. 취업은 개인의 생계유지를 위해서도 중요하지만, 사회적 존재인 인간이 사회적인 평가나 인정을 획득하고 자아실현을 이루는 하나의 방식이라는 점에서도 의미가 있다(전동일, 서정민, 2012). 정체성이론(social identity theory)에서는 개인의 자기개념을 개인적 정체성(personal identity)과 사회적 정체성(social identity)으로 구분한다. 사회적 정체성에는 직업을 통해 자신을 정의하고, 직업에 대한 심리적 일체감을 느끼는 직업정체성이 포함되며, 자기 선택적이고 긍정적이며 강한 직업정체성은 직업적 성공 뿐만 아니라 사회적 적응과 심리적 웰빙에도 중요한 영향을 미친다고 본다(유홍준, 유태용, 정태인, 배성호, 조아름, 2014). 직업에 따라 생활수준은 물론, 가치관과 생활환경까지 변화될 수 있기 때문에 취업은 개인의 인생에 있어 새로운 전환점이 될 수 있는 큰 사건이다. 따

라서 취업을 준비하는 과정에서 많은 스트레스와 적응의 어려움이 뒤따르는 것은 당연한 것이라고 할 수 있다(김향수, 채규만, 2014). 황성원(1998)은 취업스트레스란 졸업 후의 취업과 관련된 문제로 인하여 대학생 중에 육체적 정신적 평형상태가 파괴되고 위기, 긴장감 또는 불안을 느끼는 상태라고 보았다. 생애주기적 관점에서 보았을 때, 취업스트레스는 청년기 후기를 대표하는 스트레스로 분류된다(표은경, 2009). 김성경(2003)은 대학생의 스트레스 원인들을 분석한 결과 신입생 및 재학생 불문하고 진로 및 취업스트레스가 가장 높다고 밝혔으며, 학생들의 정신건강에 직접적인 위협이 되기도 하였다. 취업준비 대학생의 스트레스를 질적으로 연구한 박미진, 김진희, 정민선(2009)에 따르면, 취업스트레스로 인해 불면증, 신경성 위장장애나 불안, 분노, 우울감등을 느끼는 것으로 나타났다. 취업스트레스에 대한 양적 연구들에서도 우울과 관련이 있었고(서인균, 김승희, 2012; 심지은, 안하얀, 김지혜, 2011; 윤명숙, 이호선, 2012), 인터넷 중독(장수미, 경수영, 2013)과 문제적인 음주(윤명숙, 이호선, 2012)와도 관련이 있었다. 뿐만 아니라 취업스트레스는 자살생각과 자살행동에도 영향을 미치는 것으로 나타났다(서인균, 김승희, 2012; 한동현, 조영아, 2015).

앞에서 언급한 것처럼 취업 스트레스는 우울과 정신건강에 부정적이라는 것은 확인 할 수 있다. 그러나 많은 연구들이 대학생을 대상으로 진행되었고(강유리, 2006; 김향수, 채규만, 2014; 심지은, 안하얀, 김지혜, 2011; 한금상, 서경현, 2015; 한동현, 조영아, 2015)는 청년층 전체에 일반화에는 한계가 있다. 청년들의 실업 상태 연구에서는 20대 청년들의 취업 성공 여부에 따라 차이가 크게 나타났고 구직에 실패한 집단의 정신건강 상태(신체화, 강박증, 대인 예민성, 우울, 불안, 적대감)가 가장 좋지 않았으며 삶의 만족도도 가장 낮았다(이훈구, 김인경, 박윤창, 2000)고 보고하였다.

그러나 미취업 상태가 반드시 취업 스트레스를 야기한다고 볼 수는 없기

때문에 취업과 취업스트레스에 대한 체계적인 연구가 필요하다(박준호, 서영석, 2010). 최근에는 경제성장이 2%내외의 정체상태에 접어들면서 대학 졸업 후에도 취업을 하지 못하는 경우가 늘고 있고, 이로 인해 장기간 취업을 하지 못하는 경우에는 취업스트레스가 상당히 심각할 것이라고 예상되기에 대학생을 포함한 청년들의 취업스트레스에 대한 다각도의 연구가 필요하다.

이상에서 보는 바와 같이, 취업 스트레스가 올라 갈수록 우울과 정신건강에는 부정적인 영향을 미치게 되며, 안정적 직장을 구하지 못하는 불안과 무직상태의 지속은 우울증을 유발할 수 있는 가능성을 높이며, 정신건강 나빠지게 된다는 것을 알 수 있다. 본 연구에서 청년층의 가장 중요한 사항이라 할 수 있는 취업 스트레스가 자살행동에 미치는 효과 크기가 어느 정도이고 상담에서 어떻게 다루어야 할지에 대한 지표를 제공하고자 하였다.

#### 마. 사회문화 변인

사회문화 변인군에 대한 하위 요인인 인터넷 중독에 대한 이론적 배경을 살펴보면 다음과 같다.

##### (1) 인터넷 중독

인터넷 중독 장애는, 인터넷 이용이 급증하면서 인터넷 이용에 대한 통제가 불가능하며 치료가 불가능해서 정상적으로 사회생활이나 자기 역할을 하지 못하는 사례가 언론에 발표되면서 사회문제로 대두되었고 인터넷 중독이라는 용어가 등장하게 되었다(문정혜, 2000). 어떤 학자들은 이러한 현

상을 인터넷 중독 장애(Internet addiction disorder)라고 부르기도 하고, 이외에 컴퓨터 중독(Computer addiction), 웹 중독(Web holism), 넷 중독(Cyberspace addiction), 인터넷 증후군(Internet syndrome) 등 여러 용어로 사용하고 있다(송미화, 2001).

그러다가 Young(1998)에 의해 인터넷 도박과 같은 병리적 사용과 관련된 여러 행동에도 적용되기 시작하였다. Young은 온라인 도박중독센터의 사례와 치료 경험을 바탕으로 개인화된 현대인에게 인터넷이 중독에 빠져들 만큼 강력하며, 이들 인터넷 중독자들은 인터넷 가상공간에서의 비현실적인 경험에 빠져들어 가족에서는 가정과탄으로 이어지고, 생활에서는 학업 문제로 인한 학업중단, 직장에서는 해고 등 모든 영역에서 문제를 지니고 있음을 확인하였다(Young, 1998).

또한, 인터넷 중독의 내성, 금단 및 피해라는 세 가지 측면을 제시하고 8가지 증상을 제시하였다 즉, “장시간 온라인에 접속해야 직성이 풀린다.”, “오프라인 활동 시에 우울증의 증가·기분 저하·강박적 사고·초조·짜증·안절부절못함·불안·환상이나 꿈·타이핑하는 손놀림이 학교생활 및 사회생활에 지장을 줄 정도가 되어 다시 인터넷에 접속하게 되는 금단 증상을 호소한다.”, “의도했던 것보다 자주 또는 오랫동안 인터넷에 접속하며 인터넷상에서 장시간을 소모한다.”, “인터넷 접속 시간을 줄이려고 했으나 실패한다.”, “온라인 접속 시간을 늘리기 위해 수업을 빼먹는다거나, 잠자리에 늦게 들거나 일찍 일어나는 것과 같은 시도를 한다.”, “취미생활이나 남들과 어울리는 것 친구와 연락하는 것과 같은 사회생활, 직장생활에 대한 흥미를 상실한다.”, “인터넷 사용 때문에 직장, 학교, 재정 또는 가족 문제가 유발되고 그러한 관계가 더 악화해도 인터넷 사용을 계속한다.”, “인터넷을 사용하지 않을 때도 빨리 접속해보고 싶은 마음에 사로잡히고 일이나 휴가 때문에 인터넷을 하지 못하면 초조하고 불안하다.”와 같은 주요 증상을 제시

하였다. 인터넷 중독과 자살생각에 대한 선행연구를 살펴보면, 국외연구에서 Yang 등 (2010)은 인터넷 중독에 따른 자살생각이 관련이 있는 것으로 나타났고, 국내 연구에서도 유의미한 연관이 있는 것으로 나타났다(류은경, 2004; 이윤희, 2012; 전은경, 2007). 그러나 연구가 많이 집적되지 않은 관계로 일반화하기는 어려운 상황이다.

따라서 본 연구에서도 인터넷 중독에 대해서는 효과크기를 제대로 파악하는데 어려움이 있었고, 자살행동과의 연관성을 분석하는데 한계를 가지고 있다.



### Ⅲ. 방 법

본 장에서는 청년의 배경, 개인, 가족, 사회환경, 사회문화 관련 변인과 청년 자살행동 간의 상관을 밝힌 논문들을 수집, 분석하여 변인들의 평균 효과크기를 산출하기 위한 분석대상 논문의 선정 방법과 통계분석의 절차를 제시하였다.

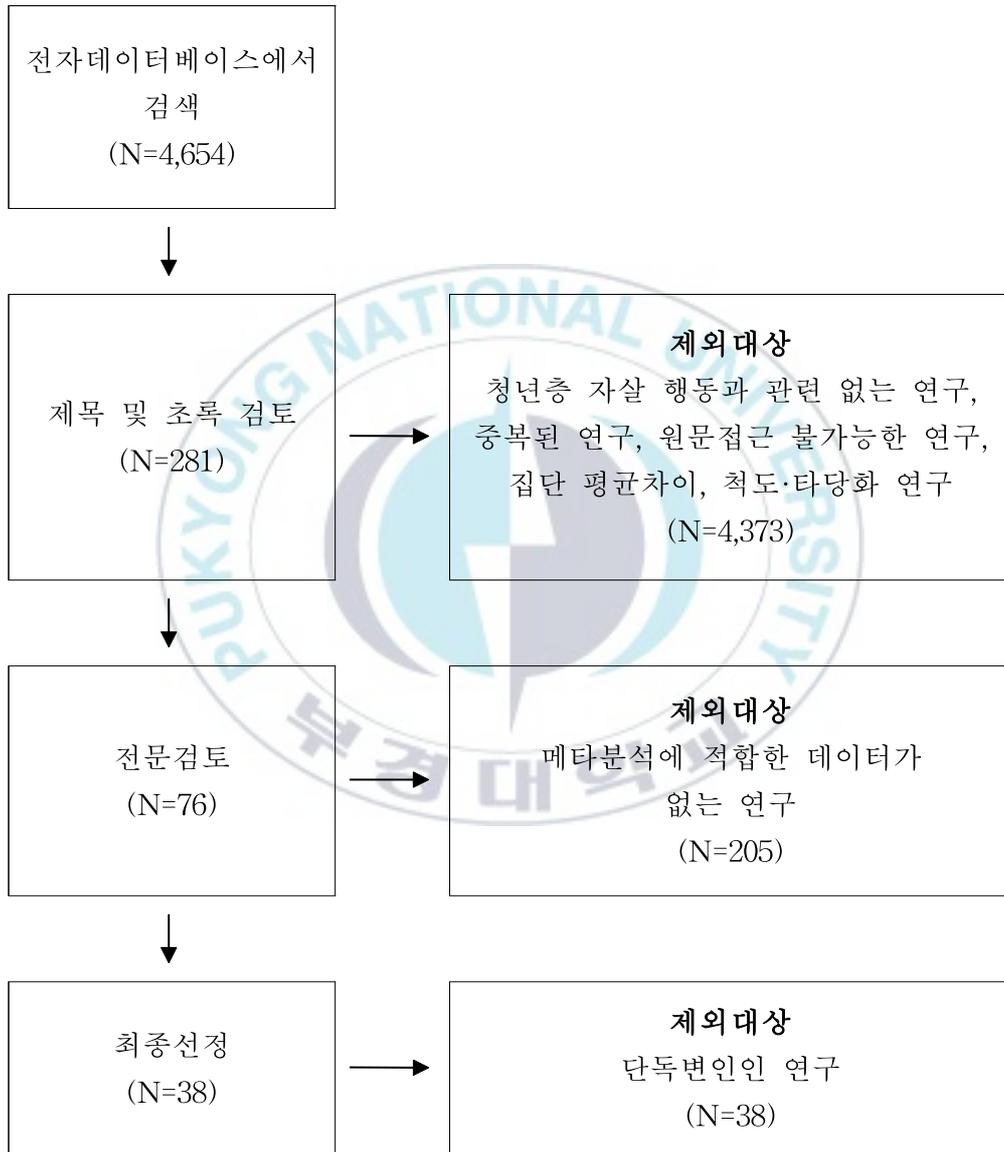
#### 1. 분석대상 자료의 수집 및 선정

##### 가. 자료의 수집

본 연구에서는 청년 자살행동과 관련된 배경 변인군, 개인 변인군, 가족 환경 변인군, 사회환경 변인군, 사회문화 변인군을 위험, 보호요인으로 분류하고 청년 자살행동에 미치는 효과성을 메타분석을 하기 위하여 국내에서 발표된 석사학위, 박사학위 논문 및 학술지 논문을 대상으로 하였으며, 자료검색의 연도는 2000년 이후로 한정하였다.

분석대상 자료의 수집은 국내에서 발간된 청년 자살행동에 관한 선행연구 중 청년 자살행동을 종속변인으로 하고, 청년 자살행동에 영향을 미치는 변인들을 독립변인으로 하는 자료들을 대상으로 하였다. 이들 자료를 수집하기 위하여 국내 학술 논문 검색 사이트인 학술연구정보서비스(riss), 국회전자도서관, 뉴논문, 한국학술정보, DBpia를 활용하였으며, 검색어는 ‘청년자살’ OR ‘대학생자살’을 사용하였다. 선정기준은 Littell, Corcoran 및

Pillai(2009)가 제안한 PICOS로 정리할 수 있다. 분석대상의 검색 및 선정은 [그림 III-1]과 같다.



[그림 III-1] PICOS chart

## 나. 분석대상 자료의 선정

첫째, 청년을 대상으로 하여 자살 행동에 대한 연구 결과를 보고한 논문만을 수집하였고, 연구대상을 청년으로 제한했다. 또한, 특정 집단을 대상으로 연구를 수행한 경우 다른 일반 대상자를 대상으로 한 연구보다 자살 행동이 높게 측정되었을 가능성이 있어 연구 결과가 왜곡될 수 있다. 이에 보호관찰 청년, 위기 청년, 정신병원 입원 전력이 있는 청년 등, 특정 집단을 대상으로 한 논문은 제외하였다.

둘째, 메타분석 특성상 질적인 형태보다는 수량적인 형태로 제시된 것으로서 동일한 구인(construct)이나 관계성(relationship)을 검정한 자료를 선정하고, 상관관계를 통해 독립변인과 종속변인의 관계를 설명한 논문을 선정하였다.

셋째, 제시된 연구 중 효과 크기를 계산할 수 있는 정보를 제공하는 논문을 분석대상으로 하였다. 메타분석의 공통단위인 효과크기 변환을 위해 각각의 변인 간 관계를 측정된 값을 사용하였다.

넷째, 학위 논문을 재정리하여 그 중에 학술지에 게재한 논문은 학술지 논문을 분석대상으로 선정하고, 추가적인 자료가 필요한 경우 학위 논문을 참고하였다.

## 2. 자료의 분석

### 가. 자료의 코딩 및 분석

분석대상 논문의 특성을 파악하기 위하여 주요 자료를 체계적으로 코딩

하였다. 본 연구를 위한 자료의 코딩 항목으로는 논문 제목, 저자명, 발행 연도, 출간 형태, 표본 수, 청년 자살행동의 배경 변인군, 개인 변인군, 가족환경 변인군, 사회환경 변인군, 사회문화 변인군을 위험, 보호요인으로 구분하여 처리하였으며, 메타분석의 공통단위인 효과크기 변환을 위하여 청년 자살행동과 관련 변인 간의 상관계수 ' $r$ '값을 전산 입력 처리하였다.

이를 기초하여 메타분석을 위한 도구로 R 3.6.3([www.r-project.org](http://www.r-project.org))을 이용하였다. R 프로그램은 데이터 분석을 위한 공개 프로그램(open software)으로 프로그래밍 언어인 동시에 소프트웨어로서 장점이 있어 데이터 과학자뿐만 아니라 많은 연구자 및 학생들에게 사용되고 있다(황성동, 2015). R 프로그램의 장점은 인터넷에서 무료로 다운을 받아 설치할 수 있다는 것과 혁신적인 데이터 과학자들에 의해 프로그램을 스스로 개선 및 발전해 나갈 수 있는 공개 프로그램이라는 점이다. 그리고 많은 연구자와 데이터 과학자들에 의해 새로운 프로그램 패키지들이 속속 개발, 업데이트되고 있어 급속도로 활용되고 있다(R Core Team, 2014). 본 연구에서는 R 프로그램 내에 메타분석용 패키지(meta package ver.3.6.3)를 활용하여 분석하였다.

본 연구에서는 상당히 많은 수의 독립변인이 추출되었는데, 이것을 그대로 효과크기를 산출하기보다는 선행연구와 자살에 대한 심리학적 이론에 근거한 변인들을 중심으로 자살행동과의 관련성을 살펴보는 것이 더욱 나을 것이라고 판단하였다. 따라서 앞서 이론적 배경에서 언급하였던 자살 관련 주요변인 중 최종 선정된 연구물에서 다루고 있는 변인들만을 분석을 위한 독립변인으로 사용하였다. 선행연구와 이론들에서 중요하다고 언급되는 변인이라고 할지라도 본 연구의 분석대상이 되는 연구물에서 해당 변인을 다루고 있지 않은 경우에는 효과크기 계산이 불가하므로 독립변인 선정에서 탈락하였다.

그 결과 최종적으로 24개의 변인이 추출되었으며, 해당 변인들은 <표 III-1>에 제시하였고, 탈락한 변인은 <표 III-2>에 제시하였다.

**<표 III-1> 메타분석에 사용될 자살 행동 관련 변인**

변인군	독립변인	독립변수
1. 배경	건강상태 (나쁨)	정신건강
	건강상태 (양호)	건강 상태
	성별	성별
	연령	연령
	자살 노출 경험	친구자살 수, 자살 노출 경험(매체)
	종교	종교 유무
	학대 경험	학대 경험
2. 개인	낙관성	낙관성,
	무망감	무망감, 불안, 절망감, 패배감
	속박감	속박감
	우울	우울
	자기 침묵	허용성 및 불간섭, 인지적 몰락
	자아존중감	자아 탄력성, 자아존중감, 자기 분화,
3. 가족 환경	충동성	자기효능감, 자기자비, 삶의 이유
	가족의사소통 (개방)	폭발적 행동, 예측 불가능성
	가족관계 스트레스	원가족 건강성, 부모 애착, 가족 탄력성, 가족 간 유대
4. 사회 환경	문제 중심 대처	부자 폐쇄형 의사소통, 부모-자녀 갈등, 방임, 가족 스트레스
	정서 중심 대처	문제 중심 대처
	인간관계 스트레스	정서 중심 대처
	지각된 생활 스트레스	친구, 이성, 교수 스트레스, 외적 속박, 지각된 스트레스, 생활, 당면 과제 스트레스, 경제 문제
	사회적 지지	사회적지지, 친구, 전문가지지, 물질적 지지
5. 사회 문화	취업 스트레스	취업 스트레스, 장래 문제
	인터넷 중독	인터넷 중독

<표 III-2> 본 연구의 분석에서 제외된 변인

제외사유	변인
연구 편수가 1편이거나 선행연구의 기반이 없는 변인	성인 불안정 애착
	수치심
	접속 경험
	상담 필요
	상담 기관 방문
	사회적 회피 및 불안
	사회적 문제 해결 능력
	사회부과완벽주의
	부적응적 완벽주의
	매체 태도
	대학 생활 적응
	대학 생활 만족도
	내현적 자기에 성향
	내적 속박
	가치관 문제
가족 자살 수	

#### 나. 고정효과와 무선효과모형

메타분석의 모형은 고정효과모형(fixed effects model)과 무선효과모형(random effects model)으로 구분된다(황성동, 2015). 고정효과모형은 모든 연구의 모집단의 효과 크기가 동일하다고 가정한다(황성동, 2015). 동일한 모집단의 효과를 추정하는 것을 목적으로 하여 각 연구의 효과 크기의 차이는 표본 오차(sampling error)에 기인하므로, 표본 크기가 커지면 표준오차는 0에 가깝다(황성동, 2015). 즉, 고정효과모형은 각 연구가 기능적으로

동일하기 때문에 효과 크기의 동질성을 가정하게 된다(황성동, 2015). 따라서 동질성 검정 통계치가 통계적으로 유의하지 않고, 연구간 분산은 0으로 고정되기 때문에 각 연구의 가중치는 매우 다르다(황성동, 2015).

무선효과모형은 모든 연구의 모집단 효과 크기가 서로 다르다고 가정하는데, 그 이유는 대상자, 개입 방법, 기간 등이 개별연구물마다 다르기 때문이다. 그러므로 무선효과모형에서는 서로 상이한 모집단의 효과 크기 분포의 평균을 추정하는 것을 목적으로 한다(황성동, 2015). 각 연구의 효과 크기 차이는 표본 오차(sampling error)와 연구 간 편차(between-study variance)로 구성되므로, 표본 크기가 크고 연구의 규모도 커지게 되면 표준오차는 0에 가깝다(황성동, 2015). 즉, 무선효과모형은 연구들이 대상자, 개입방법 등이 서로 다르기에 효과 크기의 이질성을 가정하고 연구간 편차를 인정한다. 따라서 가중치가 좀 더 균형적이고 표준오차가 크고 신뢰구간이 더 크다(황성동, 2015).

일부 연구자들은 처음에는 고정효과모형으로 계산했다가 동질성 검증의 결과 통계적으로 유의하게 나타나면 무선효과모형으로 전환하는 방식을 시도한다. 하지만 Borenstein 등(2009)은 이러한 방식을 지양하는 것을 권고하였다. 메타분석에서 효과모형을 선택하는 것은 통계적 검정의 결과에 기초하는 것이 아니라 메타분석에 포함된 연구들이 모두 동일한 모집단 효과 크기를 공유하느냐 아니냐에 기초해야 하기 때문이다(Borenstein, 2009).

특히 동질성 검증의 통계적 분석 방법은 통계적 검증력이 낮은 경우가 많기에 효과 크기의 계산 모형의 선택은 각 연구가 동일한 모집단 효과를 가정하고 있는가, 그리고 분석의 목적이 무엇인가에 따라 결정되어야 한다(Borenstein, 2009). 고정효과모형은 기능적으로 동일한 연구이며, 연구 결과의 적용을 일반화하기보다는 특정 집단에 한정하고자 하는 경우에 적합하다(Borenstein, 2009). 반면, 무선효과모형은 연구자들에 의해 각각 독립

적으로 이루어진 연구를 대상으로 하고, 이러한 연구물들의 연구 결과를 다른 집단에도 일반화하여 적용하고자 하는 경우에 적합하다(Borenstein, Hedges, Higgins, & Rothstein, 2009).

본 연구에서 분석의 대상으로 삼은 연구물 역시 각각의 연구자들에 의해 독립적으로 이루어졌다. 또한, 연구 결과를 일반화하여 적용하고자 하는 것이 본 연구의 목적이다. 따라서 본 연구에서는 무선효과모형을 적용하여 메타분석을 실시하였다.

#### 다. 효과크기

메타분석에서 효과크기(effect size,  $ES_r$ )란 치료 효과의 크기 또는 변수 간 관계의 크기를 표현한 값이다(황성동, 2015). Glass(1982)에 의해 제안된 효과 크기의 개념은 각기 다른 통계적 방법에 의해 이루어진 개별연구 결과를 수량적으로 통합하고자 할 때, 다양한 형태의 결과를 하나의 공통된 단위로 변환해 놓은 것을 의미한다(오성삼, 2002).

본 연구에서는 청년 자살행동 관련 변인에 대한 상관관계 효과크기(effect size,  $ES_r$ )를 산출할 것이다. 상관계수란 두 집단의 측정 결과가 얼마만큼 상호 관련이 있는가의 정도를 하나의 지수로 나타낸 것을 의미하며(김세경, 2014), 상관계수의 가장 일반적인 형태는 Pearson의 적률상관계수(Pearson  $r$ )이다(김미지, 2014). 상관관계 효과크기 산출을 위해서는 자료에 상관계수( $r$ )가 제시되어 있어야 한다. 효과크기를 구하기 위한 공식은 <표 III-3>과 같다.

**<표 III-3> 상관관계를 이용한 효과크기 산출 공식**

$$d = \frac{2r}{\sqrt{1-r^2}}$$

$d$  : 효과크기

$r$  : 상관계수

그러나 상관관계의 값은 분산 분포의 영향을 많이 받아 표준오차공식에 문제점을 지니므로, 상관관계 표준오차를 구하기 위해 역변량 가중치를 구하게 된다(오성삼, 2002). 이러한 문제의 해결방안은 상관계수보다는 더 정규분포를 따르는 *Fisher's Z*값을 이용하여 효과크기를 구하는 것이다(오성삼, 2002). 본 연구에서도 이러한 산출 절차를 따랐다. 상관계수를 *Fisher's Z*로 변환하는 공식은 <표 III-4>과 같다(Borenstein, Hedges, Higgins, & Rothstein, 2009).

**<표 III-4> 상관관계를 이용한 효과크기 산출 공식**

*Fisher's Z* 변환공식

*Fisher's Z*의 분산, 표준오차 산출 공식

$$Fisher's Z = 0.5 \times \ln\left(\frac{1+r}{1-r}\right)$$

$$V_z = \frac{1}{n-3} SE_z = \sqrt{V_z}$$

**라. 효과 크기의 해석**

이상의 방법을 통해 산출된 효과크기는 Cohen(1977)의 효과크기 해석기준과 95% 신뢰구간을 적용하여 해석하였다(오성삼, 2002). 오성삼(2002)에 의하면, Cohen의 효과크기 해석에서는 효과크기가 ‘작다, 보통이다, 크다’라는 것이 행동과학 분야에서 구체적으로 무엇을 의미하는 것인가에 대해 언급하지 않았다. 그러나 효과크기는 동일한 주제에 대하여 다양한 도구들로

부터 측정된 연구의 평균 효과크기를 계산하여 서로 비교할 수 있다는 장점이 있다(송혜향, 2011). 따라서 본 연구에서도 Cohen(1977)의 해석기준을 따랐으며, 그중에서도 표준화 상관계수 효과크기의 해석기준을 참고하였다(오성삼, 2002). 효과크기 해석기준을 <표 III-5>에 제시하였다.

**<표 III-5> 효과크기의 해석**

표준화 상관계수 효과크기	
작은 효과크기	$ES_r \leq .10$
중간 효과크기	$ES_r \leq .25$
큰 효과크기	$ES_r \leq .40$

통계적 유의성은 유의확률 값(p-value)과 95%의 신뢰구간(confidence interval)으로 검증될 수 있다(오성삼, 2002). 유의확률 값과 신뢰구간은 보통 일치하는데, 95% 수준에서 신뢰구간이 0 값을 포함하지 않을 경우에만 유의확률이 .05보다 작게 나타난다. 하지만, 유의확률 값은 표본의 크기에 영향을 많이 받으며 구체적이지 못하다(Borenstein, Hedges, Higgins, & Rothstein, 2009). 따라서 본 연구에서는 유의확률 값보다는 더욱 구체적인 신뢰구간을 사용하였다(Borenstein, Hedges, Higgins, & Rothstein, 2009). 신뢰구간은 모수(true population value)가 속하게 될 구간(estimated range)을 제시해주기 때문에 더 구체적이라고 할 수 있으며, 효과크기의 정밀성을 나타내기도 하기 때문이다(Borenstein et al., 2009).

신뢰구간을 설정하기 위해서는 표준오차의 값을 알아야 하는데, 평균효과크기의 표준오차와 신뢰구간을 산출하는 방법은 <표 III-6>과 같다.

<표 III-6> 신뢰구간 설정 방법

---

$$V_{M^*} = \frac{1}{\sum_{i=1}^k W_i^*}$$

$V$  : 평균 효과크기의 분산  
 $W^*$  : 변동효과모형에 역분산 가중치

$$SE_{M^*} = \sqrt{V_{M^*}}$$

$SE_{M^*}$  : 평균 효과크기의 표준오차

$$LL_M = M^* - 1.96 \times SE_{M^*}$$

$$UL_M = M^* + 1.96 \times SE_{M^*}$$

---

#### 마. 효과크기 이질성

메타분석의 목표는 단순히 효과크기의 평균을 도출하는 것을 넘어, 효과 크기의 전체 패턴을 이해하는 데 있다(황성동, 2015). 효과 크기의 이질성은 이질성 통계치( $I^2$ )를 의미하기도 하고, 효과 크기 간의 차이 또는 각 연구 간의 효과크기의 분포를 의미하기도 한다(황성동, 2015).

$I^2$  값은 실제 분산, 즉 연구 간 분산의 비율로  $I^2 = \frac{Q-df}{Q} \times 100\%$ 로 계산할 수 있다.  $I^2$ 가 25%이면 작은 정도의 이질성,  $I^2$ 가 50%이면 중간 정도의 이질성,  $I^2$ 가 75%이면 큰 정도의 이질성으로 해석된다. 실제  $I^2$ 가 50% 이상이고, 동질성 검증의 유의확률 값이 .10보다 작은 경우 효과크기의 이질성은 상당하다고 본다. 따라서  $I^2$ 가 50% 이상이면 각 연구 간의 효과크기의 분포 정도가 큰 것으로 해석할 수 있다(황성동, 2015).

## 바. 출간오류 검증

분석대상이 된 논문의 타당성을 평가하기 위하여 출간오류 검증을 거쳤다. 출간오류의 일반적인 의미는 연구결과의 속성이나 방향에 따라 연구결과가 출간되거나 출간되지 못하는 오류를 의미한다. 출간된 연구결과가 수행된 연구의 결과를 대표하지 못할 때 출간오류가 발생하고, 메타분석 결과 나타난 효과크기는 왜곡된 결과이다(황성동, 2015).

본 연구에서는 분석대상이 출판된 연구물의 결과를 로젠탈분석을 통해 출간오류가 존재하는지 살펴보았다. 효과크기-안정성 계수(fail-safe  $N$ )의 값은 클수록 메타분석을 통하여 구한 효과크기의 추정값이 유의하다는 것을 의미한다. 일반적으로 효과크기-안정성 계수 값이  $5k+10$ 보다 클 경우 메타분석을 통하여 구한 평균 효과크기의 유의하다고 판단한다(Rosenthal, 1979).

## IV. 결 과

이 장에서는 청년 자살 행동에 대한 변인 간의 관계를 메타분석을 통해 검증하였다. 본 논문의 연구 문제에 대한 결과는 다음과 같다.

### 1. 분석 대상 논문의 일반적 특성

청년 자살행동 관련 주요 변인들을 메타분석 하기 위해 2000년부터 2019년 12월까지 국내에서 발표된 학술지 및 석·박사 학위논문 에 게재된 논문을 대상으로 자료를 수집하였다. 총 38편이 최종분석 대상 논문으로 선정되었으며, 선정된 논문들의 일반적 특성은 <표 IV-1>과 같다.

<표 IV-1> 분석대상 논문들의 일반적 특성

항목	분류	빈도	백분율
출판연도	2000~2010	7	18%
	2010~2019	31	82%
출판형식	석사학위 논문	29	76%
	박사학위 논문	4	11%
	학술지	5	13%

일반적 특성을 살펴보면, 2000년에서 2010년까지 출판된 연구가 7편(18%), 2011년에서 2019년까지 출판된 연구가 31편(82%)이었다. 출판형식에 따라 살펴보면 석사 논문이 29편(5%)으로 가장 많았고, 박사학위 논문은 4편(11%), 학술지 논문이 5편(13%)이었다.

## 2. 청년 자살행동의 주요 변인 간의 메타분석

청년 자살행동 변인군에서 총 145개의 효과 크기가 산출되었고, 전체 평균 효과크기는 .1479으로 나타났으며, Cohen(1988)이 제안한 효과크기 해석 기준으로 보면, 중간 효과크기 이상인 것으로 볼 수 있다(오성삼, 2002). 그리고 전체적으로 이질성( $I^2$ )은 무선평과모형을 통해 확인하였다.

### 가. 청년의 자살행동 관련 변인들의 전체 효과크기

청년 자살행동의 전체 평균 효과크기는 .1479으로 나타났으며, Cohen(1988)이 제안한 효과크기 해석 기준으로 보면, 중간 효과크기 이상인 것으로 볼 수 있다(오성삼, 2002). 95% 신뢰구간에서 .1428에서 .1572의 신뢰구간을 가진 것으로 분석되어 신뢰구간에 0이 포함되어 있지 않아 통계적으로 유의하게 평균효과가 존재하는 것으로 나타났다(오성삼, 2002). 이질성은  $I^2$ 값이 98.2로 나타나 상당히 이질적인 범위에 속한 것으로 나타났다(오성삼, 2002). 따라서 효과크기 이질성의 배경에 대한 탐색적 검증을 위하여 변인별, 청년 자살행동별, 척도별 분석을 실시했다. 청년 자살행동의 전체 평균 효과크기는 <표 IV-2>과 같다.

<표 IV-2> 청년 자살시도 관련 변인들의 전체 효과크기

<i>K</i>	<i>ES<sub>r</sub></i>	95% 신뢰구간		<i>I<sup>2</sup></i>	<i>Q</i>
		lower	upper		
145	.1479	.1428	.1572	98.2	7785.15***

\*\*\**p*<.001

#### 나. 관련 변인군별 효과크기 비교

관련 변인군에 따른 동질성 검정 결과, 모든 변인군이 이질적 분포를 보였기에, 랜덤 효과 모형을 사용하여 관련 변인군별로 청년 자살행동에 대한 효과크기를 산출하였다(오성삼, 2002). 분석 결과 사회환경, 배경, 개인, 가족환경 순으로 효과크기가 큰 것으로 <표 IV-3>와 같이 나타났다.

<표 IV-3> 관련 변인군별 효과크기 비교

변인군	<i>K</i>	<i>ES<sub>r</sub></i>	95% 신뢰구간		<i>I<sup>2</sup></i>	<i>Q</i>
			lower	upper		
배경	13	.1350	.1135	.1563	98.3	690.18***
개인	52	.1100	.0976	.1224	98.6	3740.30***
가족	17	.0642	.0418	.0865	97.9	746.42***
사회환경	62	.2083	.1975	.2191	97.5	2398.20***
사회문화	1	.1220	.0671	.1762	-	-

\*\*\**p*<.001

이를 자세히 살펴보면, 사회환경 변인군의 경우 *ES<sub>r</sub>*=.2083(95% 신뢰구간: .1975-.2191), 배경 변인군의 경우 *ES<sub>r</sub>*=.1350(95% 신뢰구간: .1135-.1563), 개인 변인군의 경우 *ES<sub>r</sub>*=.1100(95% 신뢰구간: .0976-.1224)으로 중간 효과크기를 나타냈다. 가족환경 변인군 내 변인들의 효과크기 (*ES<sub>r</sub>*)는 .0642(95% 신뢰구간: .0418-.0865)로 작은 효과 크기를 보였다. 각

변인군의 효과크기 모두 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않음으로, 유의한 효과크기인 것을 알 수 있다. 분석 결과, 사회환경 변인군에 속한 변인들이 청년 자살행동을 예측하는 데 있어서 가장 효과크기가 큰 것으로 나타났다, 가족 환경 변인군이 청년 자살행동을 예측하는 데 있어 효과크기가 가장 작은 것으로 나타났다. 그러나 사회문화 변인군의 경우, 인터넷 중독이라는 변인 1개밖에 포함되지 않았으므로 사회문화 변인군 전체의 영향력에 대한 결론으로 일반화하는 것에 유의할 필요가 있어 순위에서 언급하지 않았다.

#### 다. 청년 자살행동 관련 변인들의 효과크기 비교

변인군을 구분하지 않고 24개 개별 변인 간 효과크기 비교를 위해 분석을 실시했으며, 결과는 <표 IV-4>와 같다.

<표 IV-4> 청년 자살행동 관련 변인 간의 효과크기 비교

독립변인	K	상관 계수 평균	ES <sub>r</sub>	95% 신뢰구간		효과 크기 해석
				lower	upper	
건강 상태(나쁨)	2	.552	.5598	.5176	.5993	큼
건강 상태(양호)	1	-.353	-.3530	-.4386	-.2611	큼
성별	2	-.013	-.0163	-.3263	.2969	X
연령	2	.030	-.0317	-.0711	.1339	X
자살 노출 경험	2	.171	.1744	.1297	.2185	중간
종교	2	-.206	-.2174	-.6045	.2528	X
학대 경험	2	.372	.3741	.1185	.5831	큼

낙관성	2	-.392	-.3975	-.5223	-.2560	큼
무망감	9	.287	.2862	.2010	.3672	큼
속박감	2	.285	.1833	.1094	.2552	중간
우울	13	.455	.4641	.3921	.5304	큼
자기침묵	6	.280	.2865	.1400	.4207	큼
자아존중감	20	-.353	-.3536	-.4198	-.2837	큼
충동성	4	.117	.1334	.0851	.1710	중간
가족 의사소통 (개방)	9	-.246	-.2477	-.3138	-.1793	중간
가족관계 스트레스	8	.340	.3394	.2806	.3957	큼
문제 중심 대처	3	-.099	-.0946	-.1544	-.0342	작은
인간관계 스트레스	14	.341	.3484	.2681	.4239	큼
정서 중심 대처	4	.218	.2199	.0601	.3687	중간
지각된 생활 스트레스	18	.370	.3769	.3201	.4309	큼
사회적 지지	9	-.209	-.2088	-.2855	-.1294	중간
취업 스트레스	9	.369	.3795	.2599	.4876	큼
학업 스트레스	5	.133	.1339	.0247	.2399	중간
인터넷 중독	1	.122	.1220	.0671	.1702	중간

성별·연령·종교 변인을 제외한 21개 변인의 평균 효과크기가 유의한 것으로 확인되었다. 위험변인의 효과크기 순서대로 1위부터 3위까지를 살펴보면, 배경 변인군의 건강상태(나쁨) 변인( $ES=.5598$ ), 개인 변인군의 우울( $ES=.4641$ ), 사회환경 변인군의 취업스트레스( $ES=.3795$ ) 모두 큰 효과크기를 보이며 자살행동에 대해 가장 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

보호변인의 효과크기 순서대로 1위부터 3위까지 살펴보면, 개인 변인군의 낙관성 변인( $ES=-.3975$ )과 자아존중감 변인( $ES=-.3536$ ), 개인 변인군의 건강상태( 좋음)( $ES=-.3530$ ) 모두 큰 효과크기를 보였다. 그리고 학대경

험 변인( $ES_r=.3741$ ), 지각된 생활스트레스 변인( $ES_r=.3769$ ), 가족관계스트레스 변인( $ES_r=.3394$ )도 높은 효과크기를 보이며, 이들 변인이 청년 자살행동을 예측하는 데 있어 상대적으로 큰 영향을 미치고 있음을 보여주었다. 이러한 결과들을 종합할 때, 건강상태·우울·취업스트레스 등이 청년의 자살행동에 큰 영향을 미치고 있기는 하지만 이들 변인만으로 자살행동을 모두 설명할 수 없기에, 개인·가족 환경·사회환경·사회문화·배경과 같이 다양한 요인들을 함께 고려해야 할 필요가 있다.

#### 라. 청년 자살행동 관련 위험변인과 보호변인들의 효과크기 비교

청년 자살행동의 위험변인 효과크기는 .3375으로 나타났으며, 보호변인 효과크기는 -.2794로 나타났다. Cohen(1988)이 제안한 효과크기 해석 기준으로 보면, 둘 다 큰 효과 크기 이상인 것으로 볼 수 있다(오성삼, 2002). 95% 신뢰구간에서 위험변인은 .3052에서 .3691으로, 보호변인은 -.3189에서 -.2389로의 신뢰구간을 가진 것으로 분석되어 신뢰구간에 0이 포함되어 있지 않아 통계적으로 유의하게 평균효과가 존재하는 것으로 나타났다(오성삼, 2002). 이질성은  $I^2$  값이 93.9와 90.4로 나타나 상당히 이질적인 범위에 속한 것으로 나타났다. 따라서 효과크기 이질성의 배경에 대한 탐색적 검증을 위하여 위험변인과 보호 변인 구분하여 실시하였다(오성삼, 2002). 청년 자살행동의 위험변인과 보호변인의 효과크기는 <표 IV-5>과 같다.

<표 IV-5> 위험변인과 보호변인의 효과크기 비교

변인군	K	ES <sub>r</sub>	95% 신뢰구간		I <sup>2</sup>	Q
			lower	upper		
위험변인	99	.3375	.3052	.3691	93.9	1618.59***
보호변인	46	-.2794	-.3189	-.2389	90.4	470.07***

\*\*\* $p < .001$

### 3. 출간오류 검증

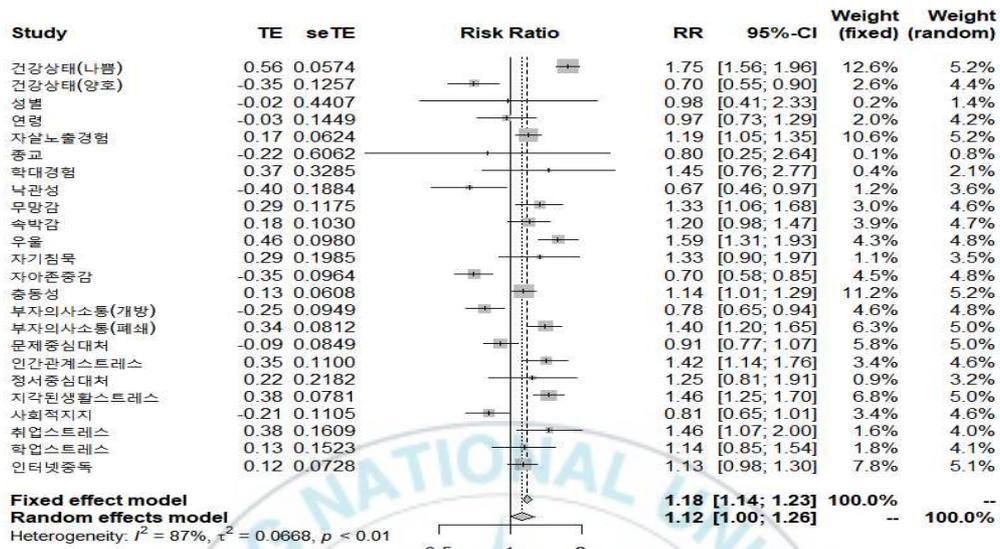
분석된 논문의 편향 정도를 확인하고 연구 결과의 타당도를 높이기 위해 출간오류를 검증하였다. 효과 크기-안정성 계수(fail-safe N)의 값은 클수록 메타분석을 통하여 구한 효과크기의 추정값이 유의하다는 것을 의미한다. 일반적으로 효과 크기-안정성 계수 값이  $5k+10$ 보다 클 경우 메타분석을 통하여 구한 평균 효과크기의 유의하다고 판단하며, 출간오류 검증 결과는 <표 IV-6>와 같다.

<표 IV-6> 출간오류 검정

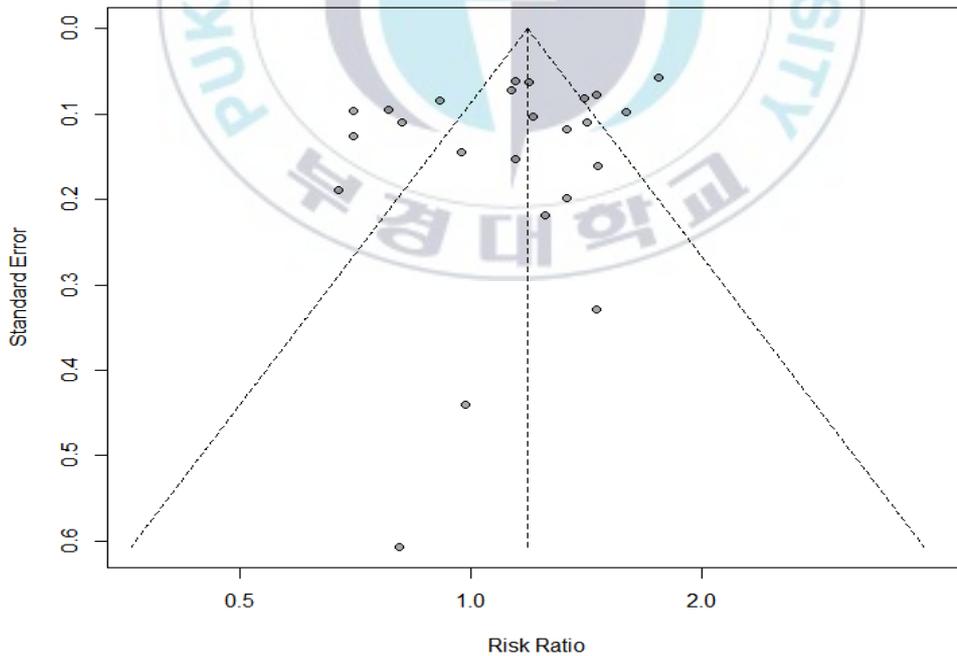
변인군	독립변인	K	Rosenthal's 5K+10	
			Fail-safe N	
1. 배경	건강상태 (나쁨)	2	1093	> 20
	건강상태 (양호)	1	375	> 15
	성별	2	1682	> 20
	연령	2	825	> 20
	자살노출경험	2	1836	> 20
	종교	2	681	> 20
	학대 경험	2	1623	> 20

	낙관성	2	755	>	20
	무망감	9	3865	>	55
	속박감	2	679	>	20
2. 개인	우울	13	7292	>	75
	자기침묵	6	2646	>	40
	자아존중감	20	7687	>	110
	충동성	4	1619	>	30
3. 가족 환경	가족의사소통 (개방)	9	3630	>	55
	가족관계스트레스	8	4042	>	50
	문제 중심 대처	3	1050	>	25
	정서 중심 대처	4	1607	>	30
4. 사회 환경	인간관계스트레스	14	6264	>	80
	지각된 생활스트레스	18	8864	>	100
	사회적 지지	9	6293	>	55
	취업스트레스	5	3159	>	35
	학업스트레스	5	3047	>	35
5. 사회 문화	인터넷 중독	1	1253	>	15

각 변인군별 안정성 계수를 살펴보면, 배경 변인군( $8,115 > 65 + 10 = 75$ ), 개인 변인군( $24,543 > 290 + 10 = 300$ ), 가족환경 변인군 ( $7,672 > 85 + 10 = 95$ ), 사회환경 변인군( $30,285 > 375 + 10 = 385$ ), 사회문화 변인군( $1,253 > 5 + 10 = 15$ )로 모두 유의하다고 할 수 있다.



[그림 IV-1] Forest Plot



[그림 IV-2] Funnel Plot

## V. 논 의

본 연구는 메타분석을 통해 국내에서 출판된 연구를 중심으로 청년의 자살행동 관련 변인들을 확인하고 전체, 변인군별, 각 하위 변인들의 효과크기를 밝히고, 나아가 위험요인과 보호요인의 효과크기를 비교 분석하였다. 이에 연구목적 달성을 위하여 2000년 이후부터 2019년 8월까지 발표된 국내 연구 중 선정기준에 부합하는 논문 38편을 메타분석 대상 논문으로 선정하였다. 최종적으로 24개의 관련 변인들을 선정하여 청년 자살행동의 변인군별 효과크기, 보호요인과 위험요인에 대해 평균 효과크기 등을 산출하였다.

본 연구의 결과를 연구 목적과 문제에 비추어 시사점을 논의하면 다음과 같다.

### 1. 전체 및 변인군별 효과크기

청년 자살행동의 전체 평균 효과크기는  $ES_r=.1479(95\%$  신뢰구간:  $.1428-.1572)$ 으로 중간효과 크기를 나타내는 것으로 확인이 되었다. 이를 변인군별로 자세히 살펴보면, 사회환경 변인군의 경우  $ES_r=.2083(95\%$  신뢰구간:  $.1975-.2191)$ 로 중간효과 크기에 속하면서도 다소 높게 나타났다. 배경 변인군은  $ES_r=.1350(95\%$  신뢰구간:  $.1135-.1563)$ 로, 개인 변인군의 경우  $ES_r=.1100(95\%$  신뢰구간:  $.0976-.1224)$ 으로써 중간 효과크기로 나타났다. 또, 가족환경 변인군은  $ES_r=.0642(95\%$  신뢰구간:  $.0418-.0865)$ 로 작은 효과크기를 보였다. 사회문화 변인군의 경우, 인터넷 중독이라는 변인 1개

만 포함되어 있어서 결과를 해석하지 않았다.

이러한 효과크기의 분석 결과, 청년 자살행동을 예측하는 데 있어서 가장 효과크기가 큰 변인은 사회환경 변인군으로 나타났다. 김다인(2017)은 청소년의 자살시도에 가장 큰 영향을 미치는 변인으로 개인 변인군을 들었고, 그 다음으로 가족 변인과 학교환경 변인이라고 하였는데, 본 연구의 결과와 다소 상이하다. 청년의 자살행동 연구의 메타분석 결과 청년 자살행동에 개인 변인군은 중간 크기효과로 나타났고, 가족변인은 크기가 작게 나타났다. 이는 청년과 청소년이 처한 사회적 상황이 상이하고, 가족에게서 받는 영향력이 다를 수 있음을 추측할 수 있고, 청소년에 비해 청년은 가족이나 개인 변인보다 사회환경 변인이 더 강력한 영향을 미치고 있음을 시사한다. 그리고 양선미(2019)는 자살문제가 사회병리적 현상을 반영하며 초기 성인들이 직면하고 있는 현실적 어려움과 사회문화적 환경에 대해 언급하였는데, 청년 자살행동에서 사회환경 변인군의 중요성을 지지하는 연구결과라고 볼 수 있다. 또한 대학생, 청년층은 물리적, 심리적으로 부모로부터 독립하는 시기이므로 그 영향력이 상당히 줄어들었음을 나타내는 지표임과 동시에 아직 경제적으로 완전한 독립을 이루지 못하여 일정 부분 영향을 미치고 있음을 나타낸다고 볼 수 있다.

## 2. 배경 변인군 효과크기

본 연구의 배경 변인군의 효과크기를 분석한 결과 건강상태 나쁨이 가장 높은 예측력을 가진 변인인 것으로 확인되었다. 세계보건기구(WHO, 2016)에서는 정신건강이란 ‘모든 개인이 자신이 가진 잠재력을 실현하고, 일반적

인 삶의 스트레스에 잘 대처하며, 생산적이고 풍부한 결과를 맺을 수 있도록 일할 수 있고, 자신이 속해 있는 지역사회에 기여할 수 있는 안녕한 상태'라고 하였다. 이는 정신건강을 단지 정신장애가 없는 소극적인 개념으로 보는 것이 아니라 적극적인 면에서 정신건강 수준에 도달하는 것을 강조하는 것으로(김현정, 고영건, 2016) 이러한 정신건강 상태가 청년층의 자살행동과 관련이 있음을 알 수 있다. 정신건강은 긍정적 차원과 부정적 차원이 서로 관계가 있으면서도 동시에 독립된 구조로 존재하는데(Keyes, 2002; Seligman, 2004; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). 즉, 우울에 개입하여 우울하지 않게 되었다고 해서 그 사람이 행복감이 증진되었다는 것을 의미하지 않는다는 의미이다(유창민, 2018).

긍정적 차원의 정신건강은 주관적 안녕(subjective well-being)과 심리적 안녕(psychological well-being)이라는 표현을 주로 사용하는데(Keyes, 2002; Ryan & Huta, 2009), 부정적 차원의 정신건강의 표현은 주로 자살이다.

따라서 청년층 이후에서는 정신건강에 대해 안녕한 상태를 유지하기 위한 자기 관리 및 사회적 유대가 중요하다는 것을 알 수 있다. 그러기 위해서는 자기가 가진 잠재력을 최대한 발휘 할 수 있는 여건을 만들고 적용한 것과 적극적이고 긍정적인 사고방식이 무엇보다 필요하다 하겠다. 또한 건강상태 나쁨이 자살행동을 가장 잘 예측하는 변인이라면 상담자는 청년 내담자의 건강상태를 살펴보는 것이 매우 중요하며, 내담자의 건강상태가 나쁨으로 나타날 때 건강상태를 증진 할 수 있도록 도와야 할 것이다.

### 3. 개인 변인군 효과크기

개인 변인군의 효과크기를 분석한 결과 청년 자살행동에 가장 높은 예측력을 보인 변인이 우울이고, 그 다음 무망감, 속박감, 자기침묵은 비슷한 예측력을 보였다. 윤명숙과 이호선의 연구(2011)에 의하면, 청소년 학생연령집단에서 자살자의 사망당시 70.4% 정신과 질환을 앓고 있었고, 우울과 같은 기분장애가 44.4%에 달하는 것으로 나타났다. 또, 청소년의 81%가 우울을 경험한 적이 있고 32%는 자살을 생각한 경험이 있다고 한다(Westefeld & Furr, 1987). 또한 미국학생의 약 14%가 우울증이며 신체건강문제, 낮은 학업성취, 무책임한 위험 감수 행동 등과 함께 우울증이 학생의 자살행동과의 관련성이 높다는 연구결과가 있다(Kisch, 2005).

그러나 자살을 실행한 사람들이 전부 우울했던 것은 아니며, 우울하다고 해서 모두 자살생각을 나타내거나 자살을 실행하지는 않는다는 연구 결과도 있다(구경미, 정희, 2012; Ayyash-Abdo, 2002). 이는 본 연구 결과와 상이한 견해로써, 우울이 자살 생각의 원인을 이해하기 위한 유일한 지표가 아닐 수 있음을 시사하며, 다른 심리사회 변인들과 함께 그 영향력을 확인하는 연구도 이루어져야 할 필요가 있다.

이러한 연구결과를 바탕으로 청년 자살을 예방하기 위해, 청년들의 대인관계에 특별히 더 많은 주의를 할 필요가 있다. 대학교에서는 서클활동이나, 봉사활동 등 다양한 그룹에서 긍정적인 경험을 할 수 있도록 환경을 만들어 줌으로써 소속감을 고취시킬 수 있도록 해야 한다. 그리고 청년들이 다양한 봉사활동 프로그램이나 집단활동에 참여할 수 있도록 유도함으로써 자신이 짐스러운 존재가 아니라 주위 사람들에게 가치 있고 도움이 될 수 있는 사람임을 알려주는 것도 필요하다.

본 연구의 분석 대상 연구물들에서 청년층 자살행동에 대한 심리학적 이

론에서 설명하는 자살 관련 변인들을 전부 다루고 있지는 않아, 이들 이론들에서 설명하는 변인들의 실제 영향력에 대해 직접적으로 확인해보기는 어려웠다. 하지만 Williams(1997)의 고통 호소 모델과 Dixon(1998)의 저지된 방어 모델에서 자살관련 요인으로 제시한 무망감과 속박감은 청년 자살 행동에 상대적으로 높은 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

이렇게 심리학자들이 제시한 자살행동의 변인을 실증적으로 검증해나가는 작업은 매우 중요하다. 심리학적 이론들은 자살 행동에 영향을 미치는 가능한 변인에 대해 설명함으로써, 자살행동을 하는 이유를 이해할 수 있게 도와준다. 이를 통해 상담자들은 자살 고위험군의 행동을 알아내고 이해하는데 도움이 되는 기준을 가질 수 있고, 시의적절한 개입과 치료를 효과적으로 할 수 있다. 따라서 이러한 심리학적 이론에서 자살행동에 영향을 미치는 변인이 자살행동을 어떻게 설명하는지에 대해서도 실증적으로 연구하는 것이 매우 필요하다. 본 연구를 통해 확인된 주요 변인들에 대해서, 해당 변인이 왜 중요한 영향을 갖는지와 청년 자살행동에 어떤 식으로 영향을 줄 수 있는지 파악할 필요가 있다.

#### 4. 가족환경 변인군 효과크기

가족환경 변인군의 효과크기를 분석한 결과 가족관계스트레스가 개방형 가족의사소통보다 상대적으로의 예측력이 높은 것으로 나타났다. 이는 청년 초기는 신체적 정신적으로는 독립하였으나, 아직 완전히 분화되지 못한 시기이기 때문에, 가족에게 의존하는 경향성이 아직 남아있기 때문이라고 할 수 있다. 또한 자살행동이 잠재적인 대처전략 또는 문제해결의 도구로

써 가족원들로부터 모델링되거나 대리학습 될 가능성도 있다(Jeglic et al., 2005; Sorenson & Rutter, 1991). 이러한 가족환경 속에서 미분화된 청년들은 자신에게 처한 문제를 해결할 수 있는 자기 능력에 대해 무망감을 느끼게 되면서, 문제 상황 발생시 극단적 선택으로 자살을 생각하고 행동으로 옮기게 된다.

그러나 청년의 경우는 청소년과 달리 가족환경 변인군이 낮은 효과크기 ( $ES=.0642$ )를 나타내고 있는데 청년의 경우 청소년에 비해 가족환경 변인의 영향력이 현저히 줄어들고 있다고 해석할 수 있다.

## 5. 사회환경 변인군 효과크기

사회환경 변인군 내에서 취업스트레스는 청년의 자살행동을 가장 잘 예측하는 변인인 것으로 확인되었다. 고용노동부와 한국고용정보원(2011)에 따르면 대학생이 취업을 준비하면서 겪는 가장 어려운 점으로 취업에 필요한 정보 부족, 학력, 요구되는 자격과 관련한 준비 등이 제시되었는데, 본 연구 결과에서도 확인되었다. 또 대학생들에게 취업스트레스를 많이 받는 이유에 대해 개방적으로 기술하도록 한 질문에서는 취업준비에 대한 부담감, 경제적 여건으로 인한 어려움, 전공과 직업의 불일치로 인한 고민, 취업과 관련한 자신감의 부족 등으로 인한 어려움을 겪고 있다(이미숙, 2011)고 하였는데 이러한 취업스트레스가 자살행동에 영향을 주었을 가능성이 있다. 또 다른 연구에서 취업스트레스로 인하여 섭식과 수면의 변화와 같은 신체적 반응과 불안, 분노, 우울감 등의 정서적 반응, 그리고 부정적 인지 반응 등을 경험한다(박미진 외, 2009)고 하였는데, 이러한 경험이 자살행동과 연관되었을 것이라고 추측할 수 있다.

이 외에도 친구, 가족, 교사지지와 같은 사회적 지지변인이나 관계적 변인들이 본 연구에서 작은 효과 크기를 나타내긴 했으나 여전히 청년 자살 행동에 유의미한 영향을 미치고 있는 변인이었다. 따라서 본 연구를 통해 확인된 여러 변인들을 전부 고려하여 다차원적이고 종합적인 접근을 하는 것이 필요하다.

## 6. 위험 및 보호변인 효과크기

청년 자살행동의 관련변인을 위험변인과 보호변인으로 나누어 살펴보면, 위험변인 효과크기는  $ES=.3375$ (95% 신뢰구간: .3052-.3691)이고, 보호변인 효과크기는  $ES=-.2794$ (-.3189~-.2389)로써 둘다 큰 효과크기로 나타났다.

위험변인의 효과크기가 큰 순서대로 1위부터 3위까지를 살펴보면, 배경 변인군의 건강 상태(나쁨) 변인( $ES=.5598$ ), 개인 변인군의 우울( $ES=.4641$ ), 사회환경 변인군의 취업스트레스( $ES=.3795$ ) 모두 큰 효과 크기를 보이며 자살행동에 대해 가장 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 우울은 모든 연령의 자살행동을 예측하고 설명하는 주요 변인으로써, 청년층의 자살행동을 유발하거나 매개한다는 연구결과가 이를 뒷받침하고 있다(김광진, 2018; 오혜진, 2013; 한상근, 2018).

그리고 학대경험 변인( $ES=.3741$ ), 지각된 생활스트레스 변인( $ES=.3769$ ), 가족관계스트레스 변인( $ES=.3394$ )도 높은 효과 크기를 보이며, 이들 변인이 청년 자살행동을 예측하는 데 있어 상대적으로 큰 영향을 미치고 있음을 보여주었다.

다음으로 보호변인의 효과크기가 큰 순서대로 1위부터 3위까지 살펴보면, 개인 변인군의 낙관성 변인( $ES=-.3975$ )과 자아존중감 변인( $ES=-$

3536), 배경 변인군의 건강상태(좋음)( $ES_r = -.3530$ ) 모두 큰 효과 크기를 보였다.

이러한 연구 결과를 바탕으로 상담자는 자살충동을 호소하는 청년 내담자에게 낙관적이고 긍정적으로 사고를 할 수 있는 방향으로 유도하고, 스스로 자아존중감을 가질 수 있도록 격려와 칭찬을 적절히 사용함으로써 자살을 감소시킬 수 있는 힘을 가지도록 활용할 수 있을 것이다.

## 7. 결론 및 제언

청년 자살행동과 관련된 본 연구의 결과와 국내에서 수행된 청소년 자살 시도 메타분석의 결과를 비교해 보면, 관련 변인의 효과크기 정도에 있어 차이가 있었다. 본 연구에서 정신건강 나쁨-우울-취업스트레스-지각된 생활스트레스 순으로 높은 영향을 미치는 요인이었지만, 청소년 자살시도에 대한 메타분석 연구에서는 자살생각-짐이 되는 느낌-우울 순으로 효과크기가 큰 위험변인으로 나타났다(김다인, 2017). 또, 본 연구에서 정신건강상태 변인은 상위 첫 번째에 해당하는 요인으로 자살 행동에 대한 예측력이 상대적으로 가장 높은 편에 속하였으나, 청소년 자살시도에 대한 메타분석 연구에서는 상대적으로 효과크기가 낮은 보호변인으로 확인되었다. 그리고 청소년 자살시도 메타분석 연구에서는 취업스트레스를 다루지 않았으나, 본 연구에서는 예측력이 높은 것으로 나타났다. 그러나 본 연구의 결과와 비교했을 때 청소년 자살시도에서 설명하는 변인과 청년 자살행동을 설명하는 변인들이 거의 비슷하지만, 변인들의 영향력에서는 조금씩 차이가 나는 것을 확인할 수 있었다. 이러한 점을 고려해볼 때, 청소년 자살시도에 대한 주요 예측인과 청년 자살행동에 대한 주요 예측인이 어느 정도는 다

를 수 있음을 추측 할 수 있다. 청년층의 물리적, 정신적인 독립이란 다른 의미로는 성장과 사고의 폭이 넓어졌다는 것을 의미하므로 청소년 시절의 문제를 하나씩 극복함과 동시에 성인으로서 필요한 준비를 하면서 새로운 관심사로 이전되고 있음을 예측 할 수 있으며, 상담에서의 대응 전략도 나이에 따라 조금씩 달라져야 함을 나타낸다.

이상의 결과를 바탕으로 본 연구의 의의는 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 청년층 자살행동 관련 요인에 대한 비슷한 연구들이 반복되는 비효율성을 감소시키고, 청년층 자살행동을 보다 다각적이고 다차원적으로 이해할 수 있는 기초가 되는 자료를 제공하였다는 점에서 의의가 있다.

둘째, 본 연구를 통해 자살행동 관련 변인의 상대적 영향력을 확인하고 가능한 많은 변인들에 대해 정리해봄으로써 자살 예방을 위한·개입 프로그램과 청년 상담시 중요하게 고려해야 할 변인들에 대한 다양한 연구들을 기초로 한 실증적인 자료 상담 지침을 제공하는 데 기여할 수 있었다는 측면에서 의미가 있다.

그럼에도 본 연구는 몇 가지 제한점을 지니고 있으며, 이러한 한계점을 보완하기 위하여 다음의 제언을 하고자 한다.

첫째, 청년 자살 행동 관련 변인들에 대한 메타분석을 위해 2000년 이후부터 2019년까지 발간된 학위논문 및 학술지를 대상으로 하였으나, 일부 변인들의 경우에는 연구물 수 부족으로 메타분석이 이루어지기에 불충분하여 배제 되었다. 평균 효과크기 산출을 위해 최소 5개 이상의 연구물이나 효과 크기 개수가 있어야 보다 신뢰로운 결과를 도출할 수 있다 (Borenstein, 2009). 그러나 본 연구의 분석 대상이 된 일부 변인은 효과크기 산출 시 사용한 연구물 수가 2개밖에 되지 않았다. 이미 행해진 개별 연구들을 대상으로 하는 메타분석 연구방법을 사용한 관계로 변인 별로 효과 크기 계산에 사용된 연구물들 수에서 차이가 발생했고 일정하지 않았

다. 하지만 이러한 한계는 어떤 변인들에 대한 연구를 추가적으로 해 나가야 하는지에 대한 필요한 정보를 제공해주는 기능을 하기도 한다.

특히 본 연구에서는 사회문화 변인군에 대한 개별 연구가 부족하여 청년 자살행동과 사회문화 변인 간 관계의 일반적인 경향을 파악하는 데 어려움이 있었다. 따라서 사회문화 변인군과 관련된 개별 연구들이 좀 더 활발히 이루어져야 할 필요가 있다.

둘째, 청년 자살행동에 대한 관련 변인들의 영향력은 성별이나 연령을 비롯해 다양한 요인들에 의해 차이를 보일 수 있다. 하지만 본 연구의 분석 대상 연구물들이 이러한 조절효과를 분석하기에 충분한 자료를 담고 있지 못해, 조사연도와 타당화된 척도 사용 여부의 조절효과 외에 다른 변인의 조절효과는 확인하지 못했다. 따라서 후속 연구에서는 청년들의 일반적인 특성과 유관하여 관련 변인이 자살행동에 미치는 영향력이 변화하는지, 변화한다면 어떠한 방향으로 변화하는지 확인할 필요가 있다.

셋째, 메타분석을 통해 청년 자살행동 관련 변인들의 상대적 효과크기와 영향력은 확인할 수 있지만, 해당 변인들이 자살행동에 어떻게 영향을 미치는지 직접적인지, 간접적인지, 우회적인지 설명하는 것은 충분치 않다. 또한 메타분석은 인과관계에 대한 정보제공에 취약하므로 인과성을 종단 연구들을 통해 확인해야 할 필요가 있다.

## 참고문헌

- 강민철, 조현주, 이종선 (2013). 우울, 불안, 수치심, 자살사고에 대한 잠재 프로파일분석. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 25(4), 873-896.
- 강민철, 김수임, 이윤희 (2018). 부정적 정서가 자살사고 및 습득된 자살실행력에 미치는 영향: 혼합회귀모형 분석. **상담학연구**, 19(2), 237-257.
- 강문진 (2017). **대학생의 진로스트레스가 자살생각에 미치는 영향 : 부모-자녀 폐쇄형 의사소통의 매개효과**. 건양대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 강석화 (2012). **대학생의 자살생각에 영향을 미치는 요인에 관한 연구 : 사회적지지 조절효과와 우울의 매개효과를 중심으로**. 청주대학교 박사학위논문.
- 권태연 (2012). “청소년의 자살생각 수준 변화에 따른 잠재계층 분류 및 생태학적 요인들과의 관련성 검증.” **정신보건과 사회사업**, 40(1), 89-118.
- 권호인, 이소영, 권정혜 (2012). 부부 속박감과 복종 및 분노조절 방식이 화병 증상에 미치는 영향. **한국심리학회지: 여성**, 17(4), 579-595.
- 김경미 (2010). **대학생의 부모와의 의사소통방식과 자아탄력성이 자살생각에 미치는 영향**. 국민대학교 석사학위논문
- 김다인 (2017). **청소년 자살 시도 관련변인에 대한 메타분석**. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김보영, 이정숙 (2009). **청소년 자살 생각 관련변인에 관한 메타분석**. 대한

- 간호학회지, 39(5), 651-661.
- 김슬기 (2016). 우리춤 체조에 참여한 중·노년층 여성의 정신건강, 사회적지지, 생활만족도에 관한 연구. 단국대학교 석사학위논문.
- 김광진 (2018). 대학생의 생활스트레스, 우울이 자살생각에 미치는 영향 : 자기자비의 조절된 매개효과. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 김대봉 (2013). 대학생의 지각된 스트레스와 자살사고의 관계에서 자기침묵의 매개효과. 부산대학교 석사학위논문
- 김병석, 김현순 (2008). 자살생각과 그 관련 변인들 간의 구조적 관계 모델 검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(2), 201-219.
- 김성훈 (2012). 군 장병 자살의도와 군복무적응 관련 변인의 메타 분석. 한국군사학논집, 68(3), 129-152
- 김성혜 (2016). 대학생의 스트레스가 자살생각에 미치는 영향. 스트레스연구, 24(3), 103-113.
- 김신연 (2010). 대학생의 생활스트레스가 자살사고에 미치는 영향-지각된 사회적지지와 삶의 의미의 조절효과. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 김은영, 박인혜, 김윤경, 이정미 (2015). 청소년의 지각된 스트레스가 우울에 미치는 영향: 낙관성과 정서조절능력의 매개효과를 중심으로. 학습자중심교과교육연구, 15(2), 373-388.
- 김정호 (2015). 대학생의 생활스트레스와 자살생각과의 관계 : 내적속박감과 외적속박감의 매개효과. 명지대학교 석사학위논문.
- 김정희 (2015). 친구의 자살 및 자살시도 경험이 남녀대학생의 자살생각에 미치는 영향 : 가족기능의 조절효과. 상명대학교 석사학위논문.

- 김중운, 박선영 (2018). 대학생의 취업스트레스가 자살생각에 미치는 영향에서 자아탄력성과 우울의 매개효과. **학습자중심교과교육연구**, 18(5), 561-582.
- 김한나 (2011). **대학생의 부모애착이 스트레스 대처방식과 자살사고에 미치는 영향**. 나사렛대학교 재활복지대학원 석사학위논문.
- 김현순 (2008). **스트레스, 절망, 우울과 자살생각간의 구조적 관계: 노인과 청소년의 차이 비교 연구**, 단국대학교 박사학위논문
- 김효정 (2011). 대학생의 자살생각, 부모에 대한 애착과 자아정체감과의 관계. **동서간호학연구지**, 17(2), 132-138
- 김재원 (2013). 고용불안정이 자살에 미치는 영향 : 16개 시, 도를 대상으로 (2003년-2010년). **한국사회보장학회 정기학술발표논문집**, 2013(1), 183-205.
- 김재익, 오주환 (2014). 성, 연령, 교육수준, 직업에 따른 자해, 자살 손상의 특성. **대한응급의학회지**, 25(2), 152-158.
- 김청아 (2014). **고용불안정이 OECD 국가들의 청년층(25세-34세) 자살에 미치는 영향**. 서울대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 노용환, 이상영 (2013). **우리나라의 자살 급증원인과 자살 예방을 위한 정책과제**. **보건복지포럼**, 2013(6).
- 문동규 (2011). **청소년의 자살생각에 관련된 변인의 메타회귀분석 -유발 및 억제변인 중심으로-**. 충북대학교 박사학위논문
- 문동규, 김영희 (2012). 청소년 자살 생각과 관련된 억제변인의 메타회귀분석. **청소년학연구**, 19(1), 59-83.
- 박선란 (2012). **대학생 자살생각에 영향을 미치는 요인**. 경북대학교 석사학위논문.
- 박선욱 (2010). **대학생의 대학생활 스트레스와 대처방식, 자아존중감, 부**

- 적용적 완벽주의가 자살 생각에 미치는 영향. 인제대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 박희주 (2015). **대학생의 사회부과적 완벽주의가 자살생각에 미치는 영향: 좌절된 소속감과 심리적 극통의 매개효과.** 경북대학교 석사학위논문
- 배은경 (2015). **스트레스와 무망감이 자살사고 및 자살시도에 미치는 영향: 삶의 목적의 매개된 조절효과.** 아주대학교 석사학위논문.
- 백승옥 (2015). **청년의 자살 원인분석과 기독교 교육적 제안.** 목원대학교 신학대학원 석사학위논문..
- 이향재 (2007). 청년기의 자아정체감과 가상성에 대한 인식. **한국디자인포럼**, 15, 474-479.
- 이소영, 조현주, 권정혜, 이종선 (2014). 패배감이 불안과 우울에 미치는 영향 : 자기인식과 속박감의 순차중다매개효과. **인지행동치료**, 14(2), 285-303.
- 서인균, 김승희 (2012). 대학생의 취업스트레스가 우울과 자살위험성에 미치는 영향. **보건과 복지**, 14, 81-98.
- 신새봄 (2015). **대학생이 지각한 원가족 건강성과 자아분화가 자살생각에 미치는 영향 : 대학생활적응을 매개변인으로.** 전북대학교 석사학위논문.
- 심미영, 김교현 (2005). 한국 청소년의 자살생각에 대한 위험요인과 보호요인. **한국심리학회지: 건강**, 10(3), 313-325.
- 심혜선 (2011). **여성의 수치심, 자기용서와 자살생각 : 자기용서의 매개효과를 중심으로.** 홍익대학교 석사학위논문.
- 양선미 (2019). **초기 성인의 자살에 영향을 미치는 심리사회적 요인들에 관한 연구 : 자살 경로 분석.** 서울여자대학교 특수치료전문대학원

박사학위논문.

- 오혜진 (2013). **지각된 스트레스, 무망감, 우울 및 자살생각의 관계**. 경북대학교 석사학위논문.
- 우채영 (2009). **청소년의 부정적 인간관계, 스트레스, 우울과 자살생각 간의 구조적 관계**. 계명대학교 박사학위논문.
- 유상미 (2008). **지각된 스트레스, 부적응적 완벽주의, 자살사고의 관계 : 사회적 문제해결능력과 애착유형의 조절효과 중심으로**. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 유홍준, 유태용, 정태인, 배성호, 조아름 (2014). **직업정체성 척도개발과 직업정체성의 선행 및 결과변인들 간 관계 검증**. **한국심리학회지: 산업 및 조직**, 27(4), 617-645.
- 윤경선 (2016). **자살태도가 자살행동에 미치는 영향 : 대학생을 중심으로**. 전주대학교 석사학위논문.
- 윤명숙, 이호선 (2011). **“대학생의 우울, 취업스트레스와 자살생각의 관계 - 문제 음주의 조절효과 중심으로-**. **한국정신보건사회복지학회 추계학술대회 자료집**. 85-104.
- 윤우석 (2016). **대학생의 취업스트레스가 우울감 및 자살생각에 미치는 영향 : Agnew의 일반긴장이론의 논의에 기초하여**. **한국치안행정논집**, 13(1), 95-118
- 이성은 (2017). **청년들의 취업스트레스가 자살생각에 미치는 영향 : 자기자비의 조절효과를 중심으로**. 용문상담심리대학원 석사학위논문.
- 이여진 (2010). **남녀대학생의 스트레스 및 대처방식과 자아존중감이 자살생각에 미치는 영향**. 동아대학교 석사학위논문.
- 이윤희 (2012). **청소년 인터넷 중독과 스트레스가 자살생각에 미치는 영향분석**. 서울대학교 보건대학원 석사학위논문

- 이은빈 (2019). **대학생의 불안정 애착이 자살사고에 미치는 영향**. 광주대학교 보건상담정책대학원 석사학위논문.
- 이정숙 (2014). **대학생의 자살생각 영향요인**. 원광대학교 박사학위논문.
- 이지영 (2007). **대학생 자살생각에 영향을 미치는 심리 사회적 요인에 관한 연구**. 공주대학교 석사학위논문.
- 이현주 (2019). **대학생의 내현적 자기애성향과 자살생각의 관계 : 좌절된 대인관계욕구와 인지적 몰락의 매개효과**. 전북대학교 석사학위논문.
- 이훈구, 김인경, 박운창 (2000). **경제불황이 20 대 미취업 실업자에 미치는 심리적 영향**. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 6(2), 87-101.
- 임병구 (2010). **대학생의 취업스트레스와 자기효능감이 자살생각에 미치는 영향**. 충북대학교 석사학위논문.
- 임혁, 채인숙 (2015). **정신건강의 이해**. 경기: 공동체.
- 장용언 (2018). **대학생의 스마트폰 중독이 자살행동에 미치는 영향 = 자아 정체감의 매개효과 검증**. 청소년문화포럼, 56, 103-125.
- 전동일, 서정민 (2012). **임금근로 장애인의 직무만족도 변화궤적 연구. 장애와 고용**, 22(1), 137-157.
- 전은령 (2007). **청소년들의 인터넷 중독과 우울 및 자살생각과의 연관성**. 고려대학교 석사학위논문
- 정구철 (2014). **대학생의 부정적 정서가 자살생각에 미치는 영향**. 한국콘텐츠학회논문지, 14(12), 775-784.
- 제갈다나 (2017). **대학생 자살생각에 영향을 미치는 가족적 측면의 위험 요인과 보호요인**. 대구대학교 석사학위논문.
- 조 하 (2008). **대학생의 외상화된 자기체계와 자살생각의 관계에서 좌절된 대인관계욕구의 매개효과**. 아주대학교 석사학위논문.

- 진영화 (2019). **대학생의 지각된 스트레스가 자살행동에 미치는 영향 : 가족탄력성의 조절효과**. 위덕대학교 석사학위논문.
- 진재현, 고희연 (2013). OECD 국가와 비교한 한국의 인구집단별 자살률 동향과 정책제언. **보건복지포럼**, 195(1), 141-154.
- 진혜민 (2013). **청소년 자살 생각에 관한 메타경로분석-스트레스과정모델을 중심으로**. 경북대학교 박사학위논문.
- 최현정 (2011). **낙관성과 삶의 이유가 자살생각에 미치는 영향 : 대학생을 중심으로**. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 하상훈 (2000). **청소년의 자살 행동과 심리사회적 변인과의 관계**. 인하대학교 박사학위논문.
- 한기홍 (2008). **인터넷 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구 : 대학생을 중심으로**. 한서대학교 박사학위논문.
- 한상근 (2018). **절망감과 자살사고의 관계: 속박감과 우울, 살아야 할 이유의 매개효과**. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 허보미 (2017). **대학생의 취업스트레스가 자살생각에 미치는 영향 : 우울의 매개효과와 가족탄력성의 조절효과**. 중앙대학교 석사학위논문.
- 홍예진 (2015). **취업 스트레스와 사회적 지지가 자살생각 경험이 있는 취업 준비 대학생의 자살생각에 미치는 영향**. 연세대학교 석사학위논문.
- 황명주 (2019). **대학생의 취업스트레스가 정신건강과 자살행동에 미치는 영향 : 자아탄력성의 매개효과와 성별의 다집단 분석**. 위덕대학교 박사학위논문.
- 하정희, 안성희 (2008). 대학생들의 자살 생각에 영향을 미치는 요인들 : 스트레스, 대처방식, 완벽주의, 우울, 충동성의 구조적 관계모형 **한국심리학회지 : 상담 및 심리치료**, 20(4), 1149-1171.

- 한국건강증진재단 (2013). 사망원인통계분석 결과.
- 홍나미 (1998). 청소년의 자살 생각에 영향을 미치는 심리사회적 요인에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 황성동 (2015). 알기 쉬운 메타분석의 이해. 서울: 학지사.
- 황지영 (2019). 생애주기별 자살 생각에 영향을 미치는 요인 분석. 위덕대학교 석사학위논문.
- Addis, D. R., Wong, A. T., & Schacter, D. L. (2008). Age-related changes in the episodic simulation of future events. *Psychological Science, 19*(1), 33-41.
- Addis, M. E., & Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist, 58*(1), 5-14.
- Ayyash Abdo, H. (2002). Adolescent suicide: An ecological approach. *Psychology in the Schools, 39*(4), 459-475.
- Baumeister, R. (1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review, 97*, 90-113.
- Beck A. T., Kavacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of suicidal intention: The Scale for Suicidal Ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 47*(2), 343-352.
- Beck, A. T. (1986). Hopelessness as a predictor of eventual suicide. In J. J. Mann & M., & Stanley (Eds.), *Psychology and suicidal behavior (pp. 90-96)*. NY: *Annals of the New York Academy of Sciences*
- Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist, 32*, 513-531.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development:*

*Experiments by design and nature.* Cambridge, MA Harvard University Press

- Brownhill, S., Wilhelm, K., Barclay, L., & Schmied, V. (2005). 'Big build': hidden depression in men. *Australian and New Zealand Journal of psychiatry*, *39*(10), 921-931.
- Belsky, J. (1980). Child maltreatment: an ecological integration. *American Psychologist*, *35*(4), 320-335.
- Brent, D. A., Moritz, G., Bridge, J., Perper, J., & Canobbio, R. (1996). The impact of adolescent suicide on siblings and parents: A longitudinal follow up. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, *26*(3), 253-259.
- 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*, 7-21.
- Cheung, S. K., & Chan, A. C. M. (2007). Multiple pathways from stress to suicidality and the protective effect of social support in Hong Kong adolescents. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, *37*(2), 187-196.
- Cohen, J. (1977). *Statistical power analysis for the behavioural sciences* (Rev. ed.). New York: Academic.
- Cornette, M. M., Bardone, A. M., & Abramson, L. Y. (2000). Toward an integrated theory of suicidal behaviors: Merging the hopelessness, self-discrepancy, and escape theories. In T. E. Joiner & M. D. Rudd (Eds.), *Suicide science: Expanding the boundaries* (pp. 43-66). Norwell, MA: Kluwer Academic

Publishers.

- Chehil, S., & Kutcher, S. (2012). *Suicide Risk Management*. John Wiley & Sons.
- Cross, C. P., Copping, L. T., & Campbell, A. (2011). Sex differences in impulsivity: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *137*(1), 97-130.
- Dixon, A. K. (1998). Ethological strategies for defence in animals and humans: Their role in some psychiatric disorders. *British Journal of Medical Psychology*, *71*, 417-445.
- Dixon, A. K., & Fisch, H. U. (1998). Animal models and ethological strategies for early drug-testing in humans. *Neurosci Biobehav Rev*, *23*, 345-358.
- Gerdtham, U. G., & Johannesson, M. (2003). A note on the effect of unemployment on mortality. *Journal of Health Economics*, *22*(3), 505-518.
- Gilbert, P. (2000a). Social mentalities: Internal 'social' conflicts and the role of inner warmth and compassion in cognitive therapy. In P. Gilbert, & K. G. Bailey (Eds), *Genes on the couch: Explorations in evolutionary psychotherapy* (pp. 118-150). Hove, UK: Psychology Press.
- Gilbert, P. (2000b). Varieties of submissive behaviour: Evolution and role in depression. In L. Sloman & P. Gilbert (Eds.) *Subordination and defeat. An evolutionary approach to mood disorders* (pp. 3-46). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Gilbert, P., & Allan, S. (1998). The role of defeat and entrapment

- (arrested flight) in depression and exploration of an evolutionary view. *Psychological Medicine*, 28(3), 585-598.
- Gutierrez, P., King, C., & Ghaziuddin, N. (1996). Adolescent attitudes about death in relation to suicidality. *Suicide and Life-Threatening behavior*, 26(1), 8-18.
- Gutierrez, P. M., Osman, A., Kopper, B. A., Barrios, F. X., & Bagge, C. L. (2000). Suicide risk assessment in a college student population. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 403-413.
- Halbwachs, M. (1930). (1978) *The Causes of Suicide*. New York: Free Press
- Holmes, E. A., Crane, C., Fennell, M. J. V., & Williams, J. M. G. (2007). Imagery about suicide in depression—"flash-forwards"? *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 38, 423-434.
- Jones, S. C., Forster, D. P., & Hassanyeh, F. (1991). The role of unemployment in parasuicide. *Psychological medicine*, 21(1), 169-176.
- Johnson, J., Gooding, P., & Tarrier, N. (2008). Suicide risk in schizophrenia: Explanatory models and clinical implications, The schematic appraisal model of suicide. *Psychol Psychother*, 81(1), 55-77.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207-222.
- Kidd, S. A. (2004). "The walls were closing in, and we were trapped": A qualitative analysis of street youth suicide. *Youth & Society*,

36, 30-55.

- Klerman, G. L. (1987). Clinical epidemiology of suicide. *The Journal of Clinical Psychiatry, 48*, 33-38.
- Linehan, M. M., Goodstein, J. L., Nielsen, S. L., & Chiles, J. A. (1983). Reasons for staying alive when you're thinking of killing yourself: The reasons for living inventory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 51*, 276-286.
- Maris, R. R. M. (2002). *Suicide and neuropsychiatric adverse effects of SSRI medications*. Columbia: Distinguished professor emeritus.
- Marušič, A. (2004). Toward a new definition of suicidality? Are we prone to Fregoli's illusion?. *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention, 25*(4), 145-146.
- Minton, J., & Brush, L. (1980). The correlation of attitudes towards suicide with death anxiety, religiosity, and personal closeness to suicide. *Omega, 11*, 317-324.
- Mościcki, E. K. (1994). Gender differences in completed and attempted suicides. *Annals of Epidemiology, 4*(2), 152-158.
- Nock, M., Borges, G., Bromet, E., Alonso, J., Angermeyer, M., Beautrais, A., Bruffaerts ... & Williams, D. (2008). Cross-national prevalence and risk factors for suicidal ideation, plans and attempts. *Br J Psychiatry, 192*, 98-105.
- O'Connor, R., Whyte, M., Fraser, L., Masterton, G., Miles, J., & MacHale, S. (2007). Predicting short-term outcome in well-being following suicidal behaviour : The conjoint effects of social perfectionism and positive future thinking. *Behaviour Research*

*and Therapy, 45*, 1543-1555.

- Park, S., Henkin, A. B., & Egley, R. (2005). Teacher team commitment, teamwork and trust: Exploring associations. *Journal of Educational Administration, 43*(5), 462-479.
- Perkins, D. F., & Hartless, G. (2002). An ecological risk factor examination of suicide ideation behavior of adolescent. *Journal of Adolescents Research, 17*(1), 3-27.
- Parrish, M., & Tunkle, J. (2005). Clinical challenges following an adolescent's death by suicide: Bereavement issues faced by family, friends, schools, and clinician. *Clinical Social Work Journal, 33*, 81-102.
- Parrish, M., & Tunkle, J. (2005). Clinical challenges following an adolescent's death by suicide: Bereavement issues faced by family, friends, schools, and clinicians. *Clinical Social Work Journal, 33*(1), 81-102.
- Rasmussen, S., Fraser, L., Gotz, M., MacHale, S., Mackie, R., Masterton, G., McConachie, S., & O'Connor, R. (2010). Elaborating the cry of pain model of suicidality : Testing a psychological model in a sample of first-time and repeat self-harm patients. *British Journal of Clinical Psychology, 49*, 15-30.
- Ribeiro, J. D., Silva, C., & Joiner, T. E. (2014). Overarousal interacts-  
139 -with a sense of fearlessness about death to predict suicide risk in a sample of clinical outpatients. *Psychiatry Research, 218*(1-2), 106-112.

- Ryan, R. M., & Huta, V. (2009). Wellness as healthy functioning or wellness as happiness: The importance of eudaimonic thinking (response to the Kashdan et al. and Waterman discussion). *The Journal of Positive Psychology, 4*(3), 202-204.
- Seligman, M. E. (2004). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist, 55*(1), 5-14.
- Silverman, M. M., Berman, A. L., Sanddal, N. D., O'Carroll, P. W., & Joiner Jr, T. E. (2007). Rebuilding the tower of babel: a revised nomenclature for the study of suicide and suicidal behaviors part 1: background, rationale, and methodology. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 37*(3), 248-263.
- Smith, M. J., Alloy, B. L., & Abramson, Y. L. (2006). Cognitive vulnerability to depression, rumination, hopelessness, and suicidal ideation: Multiple pathways to self-injurious thinking. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 36*(4), 443-454.
- Sturman, E. D., & Mongrain, M. (2005). Self-criticism and major depression: An evolutionary perspective. *British Journal of Clinical Psychology, 44*, 505-519.
- Susan S. F., Gau, Y. Y. Chen., F. J. Tsai., M. B. Lee., Y. N. Chiu., W. T. Soong., & H. Hwu. (2008). Risk factors for suicide in Taiwanese college students. *Journal of American College Health. 57*(2), 135-143

- 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*, 391-420.
- Van Orden, K., Witte, T., Cukrowicz, K., Braithwaite, S., Selby, E., & Joiner, Jr. (2010). The interpersonal theory of suicide. *Psychological Review, 117*(2), 575-600.
- Wenzel, A., Berchick, E. R., Tenhave, T., Halberstadt, S., Brown, G. K., & Beck, A. T. (2011). Predictors of suicide relative to other deaths in patients with suicide attempts and suicide ideation: A 30-year prospective study. *Journal of Affective Disorders, 132*(3), 375-382.
- Westefeld, J. S., & Furr, S. R. (1987). Suicide and depression among college students. *Professional psychology: Research and Practice, 18*(2), 119-123
- Williams, J. M. G. (1997). *Cry of pain: Understanding suicide and self-harm*. London: Penguin Books.
- Willner, P., & Goldstein, R. C. (2001). Mediation of depression by perceptions of defeat and entrapment in high-stress mothers. *British Journal of Medical Psychology, 74*, 473-485
- Young, M. F. (1998). *The curriculum of the future: from the "new sociology of education" to a critical theory of learning*. New York: Psychology Press.

# Abstract

## Meta-Analysis on the Variables Related to the Suicide Behavior of Youth

Hee Ryoung Lee

*Department of Education Consulting*

*Graduate School*

*Pukyong National University*

*Advisor : Seong Moon Cheon*

### Abstract

The purpose of this study is to identify variables related to youth suicide behavior and to analyze the effect size of related factors comprehensively. To this end, 38 domestic academic and academic papers on youth suicide behavior published from 2000 to August 2019 were analyzed by meta-analysis and classified as five variable groups and 24 sub-variables to see which variables were more related to youth suicide behavior. The results of the study are summarized as follows.

First, the government classified the variables related to the behavior of young people's suicide into five groups: the background group, the personal group, the family environment group, the social environment group, and the social culture group.

Second, the analysis of the five variable groups showed that the social environment variable group was the best predictor of youth suicide, followed by the background variable group, the individual variable group, the family

environment variable group, and the social culture variable group.

Third, as a result of analyzing the size of the effects of each variable group, in the background group, poor health conditions was the best predictive of the youth's suicide behavior, followed by experience of abuse, the suicide exposure experience, age, and gender. In the personal variable group, depression was the best predictive of suicide behavior, followed by self-silence, ignorance, bondage, and impulsiveness. In the family environment variable group, the effect size of family relationship stress was the largest, and open family communication was shown as a protective factor. In the social environment variable group, the effect size of employment stress was the highest, followed by the perceived life stress, human relations stress, emotional treatment, and academic stress. The social culture variable group included only one Internet addiction variable, and the Internet addiction variable also showed a significant prediction of suicide.

Fourth, as a result of analyzing the effect size of the entire variable without distinguishing the variable group, depression was found to be the best predictor of youth. In addition, it showed high effects in the order of employment stress, perceived life stress, optimism, experience of abuse and family relationship stress.

Through this study, empirical basic data for youth suicide prevention and counseling intervention could be presented by finding variables related to youth suicide behavior. This is significant in that it was able to present follow-up research directions for youth suicide prevention and related studies.

The suggestions and implications of this study were excluded.

**Key word: youth suicide behavior, employment stress, depression**

## <부 록> 메타분석 대상 논문

연구ID	연구자	출판 연도	논문제목	출판형태
1	강문진	2017	대학생의 진로 스트레스가 자살 생각에 미치는 영향: 부모-자녀 폐쇄형 의사소통의 매개 효과	건양대학교 석사학위논문
2	강석화	2012	대학생의 자살 생각에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 사회적 지지의 조절 효과와 우울의 매개효과를 중심으로	청주대학교 박사학위논문
3	김광진	2018	대학생의 생활 스트레스, 우울이 자살 생각에 미치는 영향: 자기 자비의 조절된 매개 효과	가톨릭대학교 석사학위논문
4	김대봉	2013	대학생의 지각된 스트레스와 자살 사고의 관계에서 자기 침묵의 매개 효과	부산대학교 석사학위논문
5	김성혜	2016	대학생의 스트레스가 자살 생각에 미치는 영향	대한스트레스학회, 학술지
6	김정호	2015	대학생의 생활 스트레스와 자살 생각과의 관계: 내적 속박감과 외적 속박감의 매개 효과	명지대학교 석사학위논문
7	김정희	2015	친구의 자살 및 자살 시도 경험이 남녀 대학생의 자살 생각에 미치는 영향: 가족 기능의 조절 효과	상명대학교 석사학위논문
8	김한나	2011	대학생의 부모애착이 스트레스 대처방식과 자살 사고에 미치는 영향	나사렛대학교 석사학위논문
9	김효정	2011	대학생의 자살 생각, 부모에 대한 애착과 자아정체감과 관계	동의의학연구소, 학회지
10	박선란	2012	대학생 자살 생각에 영향을 미치는 요인	경북대학교 석사학위논문
11	박선욱	2010	대학생의 대학생활 스트레스와 대처방식, 자아존중감, 부적응적 완벽주의가 자살 생각에 미치는 영향	인제대학교 석사학위논문
12	박희주	2015	대학생의 사회부과적 완벽주의가 자살 생각에 미치는 영향: 좌절된 소속감과 심리적 극통의 매개효과	경북대학교 석사학위논문
13	배은경	2015	스트레스와 무망감이 자살 사고 및 자살 시도에 미치는 영향: 삶의 목적의 매개된 조절 효과	아주대학교 석사학위논문

14	신새봄	2015	대학생이 지각한 원가족 건강성과 자아분화가 자살 생각에 미치는 영향: -대학생활 적응을 매개변인으로-	전북대학교 석사학위논문
15	심혜선	2011	여성의 수치심, 자기용서와 자살 생각: 자기용서의 매개효과를 중심으로	홍익대학교 석사학위논문
16	양선미	2019	초기 성인의 자살에 영향을 미치는 심리 사회적 요인들에 관한 연구: 자살 경로분석	서울여자대학교 석사학위논문
17	오혜진	2013	지각된 스트레스, 무망감, 우울 및 자살 생각의 관계	경북대학교 석사학위논문
18	유상미	2008	지각된 스트레스, 부적응적 완벽주의, 자살 사고의 관계: 사회적 문제 해결 능력과 애착 유형의 조절 효과 중심으로	이화여자대학교 석사학위논문
19	윤경선	2016	자살 태도가 자살 행동에 미치는 영향: 대학생을 중심으로	전주대학교 석사학위논문
20	윤우석	2016	대학생의 취업 스트레스가 우울감 및 자살 생각에 미치는 영향: Agnew의 일반긴장이론의 논의에 기초하여	한국치안행정학회, 학회지
21	이성은	2017	청년들의 취업 스트레스가 자살 생각에 미치는 영향: 자기 자비의 조절 효과를 중심으로	용문상담심리대학원 석사학위논문
22	이여진	2010	남녀 대학생의 스트레스 및 대처방식과 자아존중감이 자살 생각에 미치는 영향	동아대학교 석사학위논문
23	이은빈	2019	대학생의 불안정 애착이 자살 사고에 미치는 영향	광주대학교 석사학위논문
24	이정숙	2014	대학생의 자살 생각 영향 요인	원광대학교 박사학위논문
25	이지영	2007	대학생 자살 생각에 영향을 미치는 심리사회적 요인에 관한 연구	공주대학교 석사학위논문
26	이현주	2019	대학생의 내현적 자기에 성향과 자살 생각의 관계: 좌절된 대인관계 욕구와 인지적 몰락의 매개효과	전북대학교 석사학위논문
27	임병구	2010	대학생의 취업 스트레스와 자기효능감이 자살 생각에 미치는 영향	충북대학교 석사학위논문
28	정구철	2014	대학생의 부정적 정서가 자살 생각에 미치는 영향	한국콘텐츠학회, 학회지
29	제갈다나	2017	대학생 자살 생각에 영향을 미치는 가족적 측면의 위험요인과 보호요인	대구대학교 석사학위논문

30	조은경	2015	대학생의 외상화된 자기 체계와 자살 생각의 관계에서 좌절된 대인관계 욕구의 매개 효과	전북대학교 석사학위논문
31	조 하	2008	중대한 생활사건 스트레스와 일상적 생활사건 스트레스가 자살 사고에 미치는 영향: 삶의 의미의 매개 효과와 조절 효과	아주대학교 석사학위논문
32	진영화	2019	대학생의 지각된 스트레스가 자살 행동에 미치는 영향: 가족 탄력성의 조절 효과	위덕대학교 석사학위논문
33	최현정	2011	낙관성과 삶의 이유가 자살 생각에 미치는 영향: 대학생을 중심으로	명지대학교 석사학위논문
34	한기홍	2008	인터넷 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 대학생을 중심으로	한서대학교 박사학위논문
35	한상근	2018	절망감과 자살 사고의 관계: 속박감과 우울, 살아야 할 이유의 매개 효과	가톨릭대학교 석사학위논문
36	허보미	2017	대학생의 취업스트레스가 자살 생각에 미치는 영향: 우울의 매개효과와 가족탄력성의 조절효과	중앙대학교 석사학위논문
37	홍예진	2015	취업 스트레스와 사회적 지지가 자살 생각 경험이 있는 취업 준비 대학생의 자살 생각에 미치는 영향	연세대학교 석사학위논문
38	황명주	2019	대학생의 취업 스트레스가 정신건강과 자살 행동에 미치는 영향: 자아탄력성의 매개효과와 성별의 다집단 분석	위덕대학교 박사학위논문