청소년의 우울, 불안과 충동성이 자살생각에 미치는 영향

The Effects of Depression, Anxiety, and Impulsiveness on Suicidal Thoughts among Adolescents

김갑숙·전영숙*

영남대학교 환경보건대학원 미술치료학과, 대구사이버대학교 미술치료학과

Kim, Gab Sook·Jeon, Young Sook

Dept. of Art Therapy, Graduate School of Environment & Public Health Studies, Yeungnam University

Dept. of Art Therapy, Daegu Cyber University

Abstract

This study investigated the effects of depression, anxiety, and impulsiveness on suicidal thoughts among adolescents with the goal of better understanding the psychological needs of adolescents and to provide them with more effective counseling and guidance. Participants for this study included 340 high school students in their first and second year living in large urban centers. Respondents answered a questionnaire that documented their experiences related to depression, anxiety, impulsiveness, and suicidal thoughts. Data analysis was performed using the means, standard deviations, correlation analysis, and multiple regression using the IBM SPSS 19.0 statistics program. The results were as follows. There was no statistically significant difference in anxiety and impulsiveness based on gender. However, female respondents demonstrated a higher rate of suicidal thoughts than male respondents. Second, in both sexes, comparative analysis between depression, anxiety, impulsiveness, and suicidal thoughts revealed that respondents with higher levels of depression and anxiety demonstrated elevated levels of suicidal thoughts. Impulsiveness demonstrated a correlation with suicidal thoughts only for female participants. Third, while depression and anxiety affected suicidal thoughts in both male and female respondents, impulsiveness did not affect suicidal thoughts, with depression having the strongest effect.

Keywords: depression; anxiety; impulsiveness; suicidal thoughts

I. 서론

청소년기는 자기 자신에 대한 자각과 자의식이 형성되는 시기이다. 이 시기는 청소년의 신체적 변화, 심리사회적 스트레스의 증가, 독립하려는 과정에서 겪는 불안과 좌절, 가족으로부터 받아오던 정서적 지지의 감소, 자기 성찰능력이 생기면서 발생하는 자신에 대한 부정적 평가

등에 수반되어 우울이 높게 발생하는 시기이다(Kim & Kang, 2000). 특히 치열한 경쟁이 요구되고 성과를 중요시하는 현실에서, 학업에 과도한 스트레스를 받고 있는 청소년의 경우 학업이나 진로에 대한 압박감 혹은 실패와 좌절의 경험으로 인한 우울과 불안을 겪게 되고 자살로 이어지는 경우들을 볼 수 있다.

OECD국가 중에서 우리나라의 자살률이 1위라는 뉴

* Corresponding Author: Jeon, Young Sook
Tel: 053-850-4080
Email: bori58@hanmail.net

스(KBS News, 2012. 4. 25) 보도도 충격적이지만, 특히 National Statistical Office(2012) 청소년 통계자료에 의하면 청소년 사망원인의 1순위가 자살(고의적 자해)이라는 점은 참으로 놀라운 일이 아닐 수 없다. 자살은 개인적인 문제라 말할 수 없다. 자살의 폐해는 자신의 불행으로만 그치는 것이 아니기 때문이다. 가족들에게 헤아릴 수 없는 고통을 안겨주는 것은 물론 주변이나 사회에 까지 파급효과를 미치게 되므로, 심각한 사회문제이며 국가적인 손실이라 해야 할 것이다.

그리하여 최근 들어 자살에 대한 연구들이 이루어지고 있으며, 일반적으로 자살에 대한 연구는 자살생각에 대한 연구가 대부분(Chong & Chong, 2007; Eom *et al.*, 2008; Lee & Cho, 2004; Suh, 2011)이다. 이는 자살시도자나 자살수행자로부터 자료를 수집하기 어렵기 때문에 자살생각을 대상으로 하는 경우가 많다(Waldrop *et al.*, 2007). 자살생각(suicidal ideation)은 자살을 행하는 것에 대한 생각이나 사고를 말한다. 자살생각은 자살시도(suicidal attempts)로 이어질 수 있고 이는 자살행위(suicidal behavior)라는 치명적인 결과를 초래할 우려가 있다. 이와 같이 자살생각이 자살시도의 강력한 지표가 되므로(Dubow, Blum, Reed, & Bush, 1989), 자살생각에 대한 이해는 실제 자살시도의 위험을 이해하고 자살을 예방하는데 도움이 될 수 있을 것이다. 자살에 대한 연구는 자살 그 자체보다는 자살예방을 위한 것이므로 자살에 이르게 하는 관련변인들에 대한 연구가 필요하다.

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders(APA, 1994)을 보면 자살생각과 자살시도가 우울증의 진단 준거에 포함되어 있다. 이 사실에서 알 수 있듯이 우울증은 자살행위와 매우 밀접한 관련이 있다고 할 수 있다. 우울은 개인 내 취약성 요인으로 자살을 이끄는 가장 위험한 단일 요인(Mosciki, 1997)으로 알려져 있고, 우울증이 자살생각을 예측하는데 가장 중요한 요인(Kim & Jo, 2006; Shin *et al.*, 1991)이며, 우울은 자살행동을 설명하는 가장 주요한 변인으로 밝혀지고 있다(Lee, 2008). Ministry of Health and Welfare(2010)는 자살시도자의 추정진단으로 우울증이 약 55.6%를 차지한다고 밝히고, 우울증으로 진단받은 환자의 2%-15%가 자살로 사망하는 것으로 보고하고 있다. 이러한 연구와 통계는 우울이 자살을 이끄는 매우 중요한 요인임을 말해주고 있다.

급변하는 청소년기의 특성을 볼 때 불안 역시 자살에 영향을 미치는 요인으로 지적되고 있다. 청소년은 심리

적으로 불안정한 시기로서 외부의 자극과 변화에 민감하며 그에 대한 반응 역시 성인들보다 거칠고 충동적이어서 이러한 불안은 자살로 이어질 가능성이 높다(Won, 2000). 또한 불안은 스트레스나 우울과 동반하여 자살위험성을 예언해준다(Kim *et al.*, 1999). 이와 같은 연구에서 불안을 경험하기 쉬운 청소년들이 자살생각을 하게 될 우려가 있음을 시사하고 있다. 그러나 우울이 자살에 영향을 미치는 요인임을 밝히는 연구는 많이 이루어지고 있는 반면, 불안이 자살에 미치는 영향에 관한 연구는 그다지 많지 않은 실정이다. 따라서 불안과 자살의 관계를 밝히는 것은 매우 의미 있는 일이라 할 것이다.

특히 청소년들의 자살 시도의 경우 대다수가 사전에 계획된 것이 아니었다는 연구결과(Brent, 1987)를 볼 때 의도적으로 자살을 계획하기보다 충동적으로 저지르는 방식으로 문제해결을 하려는 경향을 보인다. 자살의 성공률은 성인기에 최고를 이루지만 자살시도율은 청소년기가 가장 높다는 연구(Fremouw, Perczel & Ellis, 1991)는 청소년들이 충동적으로 자살을 시도할 가능성을 시사하고 있다. Dickman(1990)은 충동성(impulsivity)을 ‘행동을 취하기 전에 덜 숙고하는 경향’으로 정의하면서, 특히 역기능적 충동성(dysfunctional impulsivity)은 빠르고 덜 정확하게 수행하는 것이 부적응적인 상황에서 성급하게 수행하는 성향으로, 심리적 장애나 적응상의 어려움과 연관되어 있다고 보았다. 충동성은 청소년기에 많이 나타나는 특성이다. 특히 청소년기 연령층의 자살행위에는 인지적인 요인보다 우울한 기분이나 분노감에 의한 충동적인 요인이 많이 개입되는 특성을 보인다는 연구(Kim & Kim, 2008)가 있다. 즉 청소년들이 심사숙고하기보다 즉각적인 선택이나 행동을 함으로써 다양한 부적응 행동을 야기할 우려가 크다고 하겠다.

이와 같이 청소년기에 겪는 우울, 불안, 충동성 등의 정서적 문제는 자살이라고 하는 심각한 문제를 초래할 수 있는 요인임을 알 수 있다. 청소년의 자살에 관한 요인을 밝힌 국내연구를 보면, 자살생각과 스트레스, 대처방식, 완벽주의, 우울, 충동성의 관계를 밝힌 연구(Ha & An, 2008), 개인, 가족, 학교, 친구, 사회문화 체계 변인이 청소년의 자살생각에 어떤 영향을 주는지를 밝힌 연구(Kim & Jo, 2006), 우울증과 충동성이 자살행위에 미치는 영향을 밝힌 연구(Shin *et al.*, 1991), 자아탄력성, 우울, 불안, 스트레스, 약물복용경험, 자살기사노출경험이 자살행동에 미치는 영향을 알아보기 위한 연구(Lee, 2008), 부적응 행동 및 불안과 자살생각과의 관계를 밝

한 연구(Jo, 2008)등에서 자살행위나 자살생각에 영향을 미치는 요인이 무엇인지 다양한 방법으로 찾으려고 노력했음을 알 수 있다.

앞서 제시한 선행연구들에서 우울, 불안, 충동성 등이 자살행위 및 자살생각을 일으키는 요인임을 나타내는 각각의 연구가 있어왔다. 그러나 자살생각과 우울, 불안, 충동성과의 관계를 밝힌 연구는 없었고, 우울, 불안, 충동성이 자살생각에 미치는 영향을 설명한 연구는 없었다. 자살을 예방하기 위하여 자살생각을 하게 되는 요인이 무엇인지를 아는 것은 매우 중요한 일이다. 따라서 본 연구에서는 청소년의 우울, 불안과 충동성이 자살생각에 미치는 영향을 밝히고자 한다.

또 이러한 요인이 성별에 따라 어떤 차이가 있는지를 밝히고자 한다. Han(2004)에 의하면 청소년 여자들은 남자보다 자살시도율이 3배나 더 많지만, 자살성공은 그 반대이다. 즉 남자가 여자보다 성공가능성이 4배 더 많다. 이와 관련된 연구로는 청소년기에 여학생이 남학생에 비해 자살생각이 더 많다는 연구(Berman & Jobes, 1991; Eom *et al.*, 2008; Klonsky & May, 2010)가 있고, 남학생이 여학생에 비해 자살생각 정도가 높다는 연구(Kim & Noh, 2003; Lee *et al.*, 2007)도 있으며, 자살생각에 성과 발달시기에 따른 차이가 없다는 연구(Sim & Kim, 2005)가 있어왔다. 우울과 불안에서도 성차가 없다는 연구(Jeon & Chung, 2003)가 있는가 하면, 남학생의 불안이 여학생의 불안보다 높게 나타났다는 연구(Hong, 2000)도 있어 서로 다른 견해를 보이고 있다. 또한 남녀 자살생각이나 행동에 영향을 미치는 요인에 있어서도 차이가 있다는 연구(Joe & Niedermeier, 2008; Kim, 2009)가 있지만, 충동성에 대해서는 성차에 대한 연구가 없어 성별에 따른 차이를 밝히는 것은 남녀의 특징을 이해하는데 도움이 될 것이다. 따라서 본 연구에서는 청소년의 우울, 불안과 충동성이 자살생각에 미치는 영향이 남녀별로 어떤 차이가 있는지를 밝히고자 한다.

청소년의 미래는 곧 나라의 미래이다. 청소년들이 앞날에 대한 희망을 가지고 살아나갈 수 있는 세상을 만들어야 하는 것은, 우리 모두가 관심과 책임을 가지고 고민해야 할 과제일 것이다. 본 연구에서 청소년의 우울, 불안, 충동성이 자살생각에 미치는 영향이 밝혀지게 되면, 자살생각을 하는 청소년의 심리적 특징을 이해하게 되고, 학교에서의 생활지도나 청소년 상담을 위한 의미 있는 자료로 쓰일 수 있게 될 것이다. 또한 위기에 처한 청소년을 도울 수 있는 근거를 제공함으로써 어려움에 처한

청소년을 조기에 발견하여 자살 위험을 사전에 감지하고 적절한 조치를 취함으로써 위험으로부터 청소년을 보호할 수 있게 될 것이며, 궁극적으로는 자살을 예방하고 자살률을 낮추는 방법으로 활용할 수 있을 것이다.

본 연구의 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

- 첫째, 청소년의 우울, 불안, 충동성 및 자살생각의 정도와 성별에 따른 차이는 어떠한가?
- 둘째, 청소년의 우울, 불안, 충동성 및 자살생각의 상관관계는 성별에 따라 어떠한가?
- 셋째, 청소년의 자살생각에 대한 우울, 불안 및 충동성의 상대적 영향은 성별에 따라 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 D시에 있는 D고등학교의 1, 2학년 학생이다. 1, 2학년 전체학생들을 대상으로 2011년 12월 말 담임교사의 도움을 받아 같은 시간에 학급단위로 질문지 검사를 실시하였다. 질문지 응답내용에서 빠진 문항이 있거나 불성실하게 응답한 질문지를 제외하고 340부가 최종 분석에 사용되었다. 이들 중 남학생은 139명(41.7%), 여학생은 194명(58.3%)이었으며, 1학년은 202명(60.7%), 2학년은 131명(39.3%)이었다.

2. 연구도구

1) 우울척도

본 연구에서 우울을 측정하기 위하여 Ragloff(1977)가 개발한 CES-D(Center for Epidemiological Studies Depression Scale)를 Chon과 Rhee(1992)가 한국판으로 개발한 한국판 CES-D척도를 사용하였다. 이 척도는 우울과 관련된 행동, 신체, 인지영역을 포함하는 증상들을 포함하여 총 20문항(긍정적인 문항 4문항, 부정적인 문항 16문항)으로 구성되어 있다. 각 문항(예, 평소에는 아무렇지도 않던 일이 귀찮게 느껴졌다)은 0점(전혀 아니다)에서 3점(매우 그렇다)까지의 4점 척도로 평가하도록 되어있어 긍정적인 문항은 역채점하였다. 따라서 점수가 높을수록 우울이 심하다고 해석할 수 있으며, 18점에서 24점의 범위에 있으면 정도의 우울상태로 상담을 의뢰할

필요가 있으며, 25점 이상일 경우 우울정도가 심한 상태로 정신과 의뢰가 필요하다고 본다. 본 연구에서 나타난 우울척도의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.875$ 로 나타났다.

2) 불안척도

본 연구에서 불안을 측정하기 위하여 Beck *et al.*(1985)이 개발한 BAI(Beck Anxiety Inventory)를 사용하였다. 이 척도는 불안과 관련된 정서적, 신체적, 인지적 증상을 평가하여 불안증상의 강도 및 심각도를 평가하는 것으로 21문항으로 구성되어 있다. 각 문항(예, 가끔씩 몸이 저리고 쭈시고 감각이 마비된 느낌을 받는다)은 4점 Likert 척도로 오늘을 포함하여 지난 1주 동안 불안을 경험한 정도를 0점(전혀 아니다)에서 3점(매우 그렇다)으로 평정하게 되어 있다. 점수가 높을수록 불안 경향이 높은 것으로 해석되며, 22-26점의 범위는 불안상태로 상담을 의뢰할 필요가 있으며, 27점 이상일 경우 불안정도가 심한 상태로 정신과 의뢰가 필요하다고 본다. 본 연구에서 나타난 불안척도의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.875$ 로 나타났다.

3) 충동성 척도

본 연구에서 충동성을 측정하기 위하여 Dickman(1990)이 제작한 충동성 척도를 사용하였다. 이 척도는 기능적 충동성과 역기능적 충동성의 두 가지 하위척도로 구성되어 있으나, 본 연구에서는 역기능적 충동성에 관한 12문항만을 사용하였다. 각 문항(예, 나는 생각없이 머리에 떠오른 대로 말해버리는 적이 자주 있다)은 0점(아니오), 1점(예)으로 평정하도록 되어있으며, 긍정적으로 진술된 4문항은 역으로 채점하였다. 따라서 점수가 높을수록 충동성 경향이 높은 것으로 해석된다. 본 연구에서 나타난 충동성척도의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.678$ 로 나타났다.

4) 자살생각 척도

본 연구에서 자살생각을 측정하기 위하여 Reynolds(1988)가 개발한 자살생각척도를 사용하였다. 이 척도는 죽고 싶은 생각이나 일반적인 죽음에 대한 생각 등을 포함하여 총 30문항으로 구성되어 있다. 각 문항(예, 내가 살아있지 않는 편이 차라리 나을 것이라고 생각했다)은 0점(전혀 생각해 본 적이 없다)에서 6점(거의 매일)으로

평정하도록 되어있다. 점수가 높을수록 자살생각이 많은 것으로 해석되며, 62-76점의 범위는 평균 1달에 한번 이상 자살을 생각할 가능성이 높고, 자살생각을 많이 하는 편이다. 77-90점은 평균 1달에 2-3번 자살을 생각할 가능성이 높고 자살생각을 상당히 많이 하는 편에 속한다. 91점 이상은 평균 1달에 3번 이상 자살을 생각할 가능성이 높고 자살생각을 매우 많이 하는 편으로 본다. 본 연구에서 나타난 자살생각척도의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.967$ 로 나타났다.

3. 연구절차

최근 청소년의 자살사고가 빈번하게 발생하고 있는 시점에서 청소년들의 정신건강상태와 청소년들의 자살에 영향을 미치는 요인들을 파악하기 위한 목적으로 연구를 실시하였다. 본 연구는 2011년 12월 30일 D 고등학교 1, 2학년 전체학생들을 대상으로 담임교사의 도움을 받아 같은 시간에 학급단위로 질문지 검사를 실시하였다. 검사를 실시하기에 앞서 학생들에게 검사에 대한 유의점을 설명하고 진솔하게 응답하도록 설명하였다.

4. 자료분석

본 연구의 자료분석은 SPSS 19.0 program에 의해 수행되었다. 척도의 신뢰도를 알아보기 위하여 내적일치도에 의한 신뢰도 계수를 산출하였다. 연구문제와 관련하여 우울, 불안, 충동성 및 자살생각의 정도를 알아보기 위하여 빈도와 백분율을 구하였으며, 성별에 따른 차이를 알아보기 위하여 t-test를 하였다. 변인들 간의 상관관계 알아보기 위하여 Pearson의 적률상관분석을 실시하였고, 우울, 불안, 충동성이 자살생각에 미치는 영향은 다중회귀분석을 통해 알아보았다.

Ⅲ. 연구결과

1. 우울, 불안, 충동성 및 자살생각의 정도와 성별에 따른 차이

청소년들의 우울, 불안 충동성 및 자살생각의 정도를 파악하기 위하여 빈도와 백분율로 살펴보았다. 그 결과

<Table 1>에서와 같이 우울은 비우울상태가 60.1%로 나타났으며, 경도의 우울은 29.1%, 심한 우울은 10.5%로 나타나 40%의 학생이 우울증상을 가지고 있는 것으로 나타났다. 불안은 대다수가 불안하지 않는 것으로 나타났으며, 자살생각에 있어서는 전체 대상 중 3%의 학생이 자살생각이 높아 상담 및 정신과 의뢰가 필요한 것으로 나타났다. 충동성은 전체 12점 만점에 평균 5.41로 나타났다.

이러한 우울, 불안, 충동성, 자살생각이 성별에 따라 차이가 있는지 알아보기 위하여 *t*-test를 실시한 결과 <Table 2>에서와 같이 우울($t=-2.651, p<.01$)과 자살생각($t=-1.970, p<.05$)에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다. 즉 남학생보다 여학생이 우울경향이 높고, 자살생각을 많이 하고 있음을 알 수 있다.

2. 성별에 따른 우울, 불안, 충동성 및 자살생각의 상관관계

변인들간의 상관관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시한 결과는 <Table 3>에서와 같이 남학생의 경우 우울($r=.581, p<.001$), 불안($r=.564, p<.001$)은 자살생각과 정적 상관이 있는 것으로 나타났으나, 충동성($r=.049, ns$)은 자살생각과 관계가 없는 것으로 나타났다. 반면 여학생의 경우 우울($r=.648, p<.001$), 불안($r=.547, p<.001$), 충동성($r=.205, p<.01$) 모두 자살생각과 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 즉 우울과 불안 성향이 높고 충동이 많을수록 자살생각을 많이 한다고 볼 수 있다.

<Table 1> Degree of depression, anxiety, suicidal thoughts and impulsiveness

variables	categories	N	%
depression	non depression	200	60.1
	milder depression	97	29.1
	severe depression	35	10.5
anxiety	non anxiety	318	95.5
	anxiety	7	2.1
	severe anxiety	6	1.8
suicidal thoughts	low	320	97.0
	high	4	1.2
	fairly high	2	0.6
	very high	4	1.2
impulsiveness	Mean= 5.41		

<Table 2> Difference according to Gender

Variables	Male		Female		<i>t</i>
	Mean	SD	Mean	SD	
depression	13.03	7.47	15.31	8.04	-2.651**
anxiety	6.51	6.50	7.06	6.51	-.772
impulsiveness	5.22	2.56	5.60	2.81	-1.282
suicidal thoughts	9.94	14.37	13.66	20.41	-1.970*

3. 성별에 따른 자살생각에 대한 우울, 불안 및 충동성의 상대적 영향

남 녀학생별로 나누어 청소년의 우울, 불안, 충동성이 자살생각에 미치는 독립적인 영향을 파악하기 위하여 우울, 불안, 충동성을 독립변인으로 하고 자살생각을 종속변인으로 하여 회귀분석을 실시한 결과는 <Table 4>와 같다. 회귀분석에 앞서 변인들의 다중공선성을 알아보기 위하여 상관분석을 실시한 <Table 3>에서와 같이 $r=.049-.648$ 로 나타났으며, 변인들의 오차항간의 독립성 검증을 위하여 Durbin-Watson test를 실시한 결과 D-W 계수가 2.09-2.39로 나타나 자기상관이 없는 것으로 나타났다. 따라서 회귀분석의 가정이 성립되었다.

남학생의 경우 우울($\beta=.393$)과 불안($\beta=.360$)이 자살생각에 영향을 미쳤으며, 이 변수들의 설명력은 41.3%였다. 여학생의 경우도 마찬가지로 우울($\beta=.495$)과 불안($\beta=.248$)이 자살생각에 영향을 미쳤으며, 이 변수들의 설명력은 45.3%였다. 즉 우울과 불안수준이 높을수록 자살생각을 많이 하는 것으로 볼 수 있다. 이상에서와 같

이 변인들 중 우울이 자살생각에 미치는 영향력이 가장 높았으며, 충동성은 자살생각에는 영향을 미치지 않은 것으로 나타났다.

IV. 논의

본 연구는 청소년들의 우울, 불안, 충동성이 자살생각에 어떠한 영향을 미치는지를 파악하여 자살생각을 하는 청소년의 심리적 특징을 이해하게 되고, 청소년의 생활지도 및 상담을 위한 자료로 활용하고자 하였다. 연구대상은 D시에 거주하는 고등학교 1, 2학년 340명이었으며, 우울, 불안, 충동성 및 자살생각 검사를 실시하였다. 자료분석은 IBM SPSS 19.0 Statistics program에 의해 수행되었으며, 평균, 표준편차, 상관분석과 중다회귀분석을 실시하였다. 본 연구 결과와 함께 그에 따른 논의를 하면 다음과 같다.

첫째, 청소년들의 우울, 불안, 충동성, 그리고 자살생

(Table 3) Correlation Matrix Between Variables according to Gender

Variables	Male				Female			
	1	2	3	4	1	2	3	4
1. depression	1	.588**	.210*	.581**	1	.588**	.241**	.648**
2. anxiety		1	.243**	.564**		1	.215**	.547**
3. impulsiveness			1	.049			1	.205*
4. suicidal thoughts				1				1

(Table 4) Result of Multiple Regression on suicidal thoughts according to Gender

Variables	Male			Female		
	<i>B</i>	β	<i>t</i>	<i>B</i>	β	<i>t</i>
depression	.755	.393	4.798***	1.259	.495	7.501***
anxiety	.796	.360	4.352***	.781	.248	3.774***
impulsiveness	-.685	-.122	-1.808	.216	.030	.545
Constant	-1.561			-12.371		
<i>F</i>	33.114***			55.101***		
<i>R</i> ²	.426			.461		
adjusted <i>R</i> ²	.413			.453		
Durbin-Watson	2.3891			2.0951		

각에 대한 정도를 살펴본 결과 불안과 충동성은 낮은 것으로 나타났으며, 전체대상자의 40%학생이 우울증상을 경험하고 있고, 3%의 학생이 자살생각을 많이 하고 있어 상담 및 정신과 의뢰가 필요한 것으로 나타났다. 본 연구에서는 일반청소년을 대상으로 하였기 때문에 우울, 불안 등의 평균점수는 낮은 것으로 나타났으나 40%의 학생이 우울을 경험하고 있고 자살생각을 많이 하는(1달에 1번 이상)하는 비율이 3%로 나타났다는 것은 청소년 정신건강의 심각성을 시사한다고 본다. 특히 본 연구에서 불안에서 점수가 낮게 나타난 것은 척도의 내용과 관련성이 있을 것으로 생각된다. 즉 불안척도의 내용이 ‘가끔씩 몸이 저리고 쓰시며 감각이 마비된 느낌을 받는다’, ‘다리가 떨린다’, ‘심장이 두근거린다’ 등 신체화 현상을 표현하고 있는 것이 많아 일반 청소년의 경우 점수가 낮게 나온 것으로 생각된다.

성별에 따라 불안과 충동성은 차이가 없었으나, 우울과 자살생각은 여학생이 남학생보다 높았다. 이는 중학생을 대상으로 한 연구(Eom *et al.*, 2008)에서 우울과 자살생각은 여학생이 남학생보다 높게 나타났고, Klonsky와 May(2010)의 연구에서도 여학생이 남학생보다 자살생각이 많은 것으로 나타나 본 연구와 일치하였으며, 청소년의 정신건강문제는 성차가 주요한 고려요인이 된다는 Lee와 Park(2000)의 연구를 뒷받침하였다. 이러한 결과는 남학생들이 여학생들보다 자신이 처한 상황이나 과제에 보다 더 적극적으로 참여하여 해결하도록 사회화(Shin, 1999)되어 있어 여학생이 정신건강문제에 더 취약한 것으로 보인다. 그러나 Jeon와 Chung(2003)의 연구에서 아동기의 남녀는 우울과 불안에서 성차가 없다고 하였으며, Kim과 Jeon(2009)의 고등학생을 대상으로 한 연구에서는 여학생이 남학생보다 불안수준이 높게 나타나 본 연구결과와는 차이를 보였다. 또한 Lee *et al.*(2007)과 Kim과 Noh(2003)의 연구에서 중학생은 남학생이 여학생보다 자살생각이 더 많은 것으로 나타났으며, Lee와 Lee(2002)의 연구에서는 우울은 여학생이 남학생보다 높았으나, 자살생각은 남학생이 높은 것으로 나타나 본 연구와 차이를 보였다. 이와 같이 청소년기의 정신건강문제가 성별에 따라 차이를 보인 것은 연구대상의 차이와 함께 연구도구의 차이에 기인한 것으로 생각된다. 구체적으로 불안의 경우 아동행동평가척도를 사용한 연구(Jeon & Chung, 2003), Beck의 불안척도를 사용한 연구(Kim & Jeon, 2009) 등으로 차이가 있었다. 그러므로 동일 연령층을 대상으로 동일한 도구를 사용하

여 성별에 따라 차이와 함께 차이를 유발하는 요인이 무엇인지를 규명하고, 이를 기반으로 중재방안을 마련할 필요가 있을 것이다.

둘째, 우울, 불안, 충동성, 자살생각의 관계를 살펴보면 남·여학생 모두 우울, 불안정향이 높을수록 자살생각을 많이 하는 것으로 나타났으나 충동성은 여학생의 경우만 자살생각과 관련성이 있는 것으로 나타났다. 이는 우울은 자살생각과 상관이 있다는 선행연구들(Eom *et al.*, 2008; Wo & Kim, 2011)과 일치하며, 충동성은 자살평가와 위험수준을 결정하는데 가이드라인으로 심리적 특성과 일관되게 강조되고 있으며(Bryan & Rudd, 2005), 본 연구에서도 여학생의 경우 충동성이 자살생각과 관련성이 있는 것으로 나타난 점으로 볼 때 자살사고에 충동성의 영향력은 무시할 수 없음을 시사한다. 본 연구에서 여학생에게서 충동성이 자살생각과 관련성이 있는 것으로 나타난 것은 여학생이 남학생보다 자살시도가 많다는 점과 관련이 있을 것으로 보인다. 이는 여학생이 남학생보다 감성적이고 정서적으로 민감한 성향이 많기 때문인 것으로 생각된다.

셋째, 우울, 불안, 충동성 변인이 자살에 미치는 독립적인 영향력을 분석한 결과 남·여학생 모두 우울과 불안은 자살생각에 영향을 미치고 있으나 충동성은 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 우울이 자살생각에 중요한 영향을 미치는 반면 충동성의 효과는 유의미하지 않은 것으로 나타난 Shin *et al.*(1991)의 연구와 충동성은 자살사고와 유의한 상관이 있는 것으로 나타났으나 자살사고 경험을 변별하는 예측변인은 아닌 것으로 나타난 Lee *et al.*(2006)의 연구와 일치한다. Lee와 Cho(2004)의 연구에서도 자살사고와 관련된 변인과 충동성을 함께 투입하여 분석한 결과 역기능적 충동성은 자살사고와 유의한 정적 상관이 있었으나 회귀분석을 실시한 결과 충동성이 자살사고에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 본 연구결과와 일치하였다.

역기능적 충동성은 빠르게 반응하는 것이 요구되지 않는 상황에서 충분히 생각하기 전에 행동화함으로써 부정적인 결과를 가져오는 것을 의미하는데(Dickman, 1990), 이는 정신병적 경향성과 관련있다. 특히 충동성은 우울과 유의한 관련성이 있어(Clarke, 2006; Shin *et al.*, 1991) 역기능적 충동성의 효과가 우울증 효과에 흡수되어 역기능적 충동성의 직접효과가 유의미하지 않게 나타날 수 있다(Shin *et al.*, 1991)고 생각된다.

이러한 결과는 충동성이 자살생각을 자살행동으로 이

끈다는 Mann *et al.* (1999)의 견해처럼 충동성은 자살생각에 영향을 미치기보다 자살생각을 가지고 있는 사람이 자살시도를 하는데 있어 영향력을 발휘할 수 있을 것으로 추측할 수 있다.

본 연구에서 불안도 자살에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년기에는 학업스트레스와 학교생활 적응에 대한 두려움과 갈등이 불안을 야기시키며, 이 목표를 달성하지 못했을 때 오는 좌절감이 우울과 자살로 연결될 수 있을 것으로 생각된다.

우울이 자살생각에 미치는 변인 중 가장 강력한 변인이며 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타나 우울이 자살생각에 이르게 하는 직접적인 원인이 될 수 있음을 시사하였다. 이는 청소년의 우울은 자살생각을 예측하는 가장 강력한 변인 중 하나로 나타난 선행연구(Chong & Chong, 2007; Kandel, *et al.*, 1991; Peter *et al.*, 1994; Suh, 2011)와 일치한다. 우울증상을 예측하는 유의한 예측요인을 분석한 결과에서도 자살생각은 우울과 유의한 상관성이 있으며(Robert *et al.*, 1997), 실제 자살에 이르는 청소년들의 90% 이상이 우울증상을 가지고 있다는 연구결과는 단일요인으로 우울증이 자살을 야기하는 중요한 요인(Lester & Miller, 1990)임을 제시한다. 또한 정신장애의 진단 및 통계편람 4권(DSM-IV)과 국제질병분류 제 10판(ICD-10)에 의하면, 우울증의 가장 보편적인 증세 중 하나는 죽음이나 자살을 반복적으로 생각하거나 또는 자살시도나 자살하려는 구체적인 계획을 가지고 있다는 것이다. 이와 같이 자살생각과 자살행위가 우울증 진단 준거에 포함된 사실은 우울이 단일 요인으로서 자살생각 및 자살시도와 가장 밀접한 상관을 보이는 심리장애(Kim & Kim, 2008)임을 제시하는 것이다. 우울은 자살생각이나 자살행동으로 이어지는(Cole, 1989; Lebert *et al.*, 2006) 가장 강력한 변인 중의 하나임을 분명한 사실이나 자살경향성은 우울, 불안을 포함한 다양한 병리적 증상들의 합병을 통하여 더욱 증가할 것이다. 본 연구에서는 우울, 불안, 충동성 변인만을 채택하여 연구를 진행하였으나, 앞으로의 연구에서 다양한 변인들을 포함시켜서 연구를 진행할 필요가 있으며, 변인들의 상호작용관계를 연구할 필요(Lee *et al.*, 2006)가 있다. 또한 자살이 유발되는 과정에서도 인지적 성숙과 연령(Chong & Chong, 2007), 성에 따라 차이가 있으므로 추후 연구에서 다양한 연령층을 대상으로 연구를 진행할 필요가 있다.

이상의 결과를 바탕으로 청소년의 경우 남·여 모두

충동성은 자살생각에 직접적인 영향을 미치지 않으나, 우울과 불안이 자살생각에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 우울변인이 가장 강력한 예측변수임이 확인되었다.

청소년 우울은 가정생활과 학교생활에서의 부적응, 자살, 문제행동 뿐만 아니라, 성인이 된 후의 정서장애와 높은 상관을 나타내고 있다는 연구(Kadzin *et al.*, 1983; Kadzin, 2000)가 이루어진 바가 있다. 따라서 사회적 지지가 우울과 자살행동을 감소(Chong & Chong, 2007; Kandel, *et al.*, 1991; Morano *et al.*, 1993)시킨다는 점을 감안할 때 청소년의 자살을 예방하기 위해 우울과 불안이 높은 청소년들을 위한 심리적 지원프로그램이 실시될 필요가 있다.

본 연구의 한계점과 추후연구를 위한 제언은 다음과 같다.

본 연구는 D시의 고등학교 한 학교 학생들을 대상으로 검사를 실시하여 분석하였으므로 연구결과를 일반화하는 데는 한계점이 있다. 따라서 추후연구에서는 연구대상의 범위를 중학생, 대학생들까지 확대시킬 필요가 있으며, 대상자의 표집방법 또한 모집단의 대표성을 높일 수 있는 방법으로 대상자를 표집하여야 할 것이다.

본 연구에서 제시된 척도는 시교육청에서 청소년들의 자살문제와 관련하여 위험군을 선별하기 위한 도구로 제시된 것을 사용하여 자살에 영향을 미치는 위험요인만을 다루게 되었다. 그러나 자살을 예방하기 위한 차원에서는 자살생각이나 자살시도에 대한 보호요인에 대한 탐색이 중요할 것으로 생각된다. 따라서 추후 연구에서는 자살생각 뿐 아니라 자살시도에 영향을 미치는 위험요인과 보호요인을 동시에 살펴본다면 청소년들의 자살을 예방하기 위한 방안 모색과 함께 청소년 상담 및 치료에 적절한 도움을 줄 수 있을 것이다.

주제어: 우울, 불안, 충동성, 자살생각

REFERENCES

- American Psychiatric Association. (1994). Rhee, K. H., Kang, B. J., Kwak, D. I., Min, S. K., Park, M. C., Park, Y. S., Shin, S. C., Woo, J. I., Lee, K. H., Lee, M. S., Lee, J. H., Cheung, S. D., Han, O. S., &

- Hwang, I. K.(1995). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders(DSM-IV, 4th ed)*. Hana Medical publishing Co. Seoul.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxious disorders and Phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Book, Inc., Publishers.
- Berman, A. L., & Jobes, D. A. (1991). *Adolescent suicide: Assessment and intervention*. Washington DC: American Psychological Association.
- Brent, D. A. (1987). Correlates of medical lethality of suicide attempts in children and adolescents. *Journal of American Academy of Child Psychiatry*, 26, 87-89.
- Bryan, C. J., & Rudd, M. D. (2005). Advances in assessment of suicide risk. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 185 - 200.
- Chon, K. K., & Rhee, M. K. (1992). Preliminary development of Korean version of CES-D. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 11(1), 65-76.
- Chong, Y. J., & Chong, Y. S. (2007). Relationships between depression, cognitive deconstruction, perceived support from friend and suicidal ideation in adolescents. *The Korean journal of development psychology*, 20(1), 67-88.
- Clarke, D. (2006). Impulsivity as a mediator in the relationship between depression and problem gambling. *Personality and Individual Differences*, 40, 5-15.
- Cole, D. A. (1989). Psychopathology of adolescent suicide: Hopelessness coping beliefs, and depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 98(3), 248-255.
- Dickman, S. J. (1990). Functional and dysfunctional Impulsivity: Personality and cognitive correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(1), 95-102.
- Dubow, E. F., Blum, M. C., Reed, J., & Bush, E. (1989). Correlates of suicidal ideation and attempts in community sample of junior high and high school students. *Journal of Clinical Child Psychology*, 18(2), 158-166.
- Eom, T. W., Kang, M. J., & Choi, J. S. (2008). Gender differences of the stress, hopelessness, depression, suicidal ideation and social support in adolescents. *The Journal of Human Studies*. 22, 5-30.
- Fremouw, W. F., De Perczel, M., & Ellis, T. E. (1991). *Suicide risk: Assessment and response guidelines*, New York : Pergamon Press.
- Ha, J. H., & An, S. H. (2008). The verification of a structural relationship model of suicidal ideation to stress, coping styles, perfectionism, depression, and impulsivity. *The Korean Journal of Counseling and Psychology*, 20(4), 1149-1171.
- Han, S. C. (2004). *Adolescent studies*. Hakjisa : Seoul.
- Hong, S. J. (2000). A Study on the relation between the aggression, the anxiety and the satisfaction of the school life, in junior and senior students. Master's thesis. Chonbuk National University. Jeonju.
- Jeon, Y. J., & Chung, M. J. (2003). Effects of three-generation family experiences and coping behaviors of korean children on their behavior problems. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 41(8), 139-158.
- Jo, C. H. (2008). Relationship among maladjusted behavior, anxiety and suicide intention in high schoolers. Master's thesis. Kyungwon University. Gyeonggi-do.
- Joe, S. & Niedermeier, D. (2008). Preventing suicide: A neglected social work research agenda. *British Journal of Social Work*. 38, 507-530.
- Kadzin, A. E. (2000). *Psychotherapy for children and adolescents: Directions for research and practice*. New York: Oxford University Press.
- Kadzin, A. E., French, N. H., Unis, A. S., Esveldt, K., & Sherick, R. B.(1983). Hopelessness, depression and suicidal intent among psychiatrically disturbed children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, 504-510.
- Kandel, D. B., Ravis., & Davies, M.(1991). Suicidal ideation in adolescence: depression, substance use, and other risk factors, *Journal of Youth and Adolescence*, 20, 289-309.
- KBS(2012). 2012. 4. 25 News.
- Kim, C. S., & Noh, S. D. (2003). The relationship between adolescent's suicidal impulse and psychosocial variables: Ego-resilience. school and family

- satisfaction, social support and depression. *J. Student Guidance Research*, 21, 153-172.
- Kim, G. S., & Jeon, Y. S. (2009). The Influence of parent-adolescent communication and self differentiation on an adolescent's anxiety. *The Korean Association of Family Welfare*, 14(4), 79-94.
- Kim, H. S., & Kim, B. S. (2008). Verification of the structural relationship model of suicidal ideation to its related variables. *The Korean Journal of Counseling and Psychology*, 20(2), 201-219.
- Kim, I. G., & Jo, N. J. (2006). The validation of structural models on adolescents' suicidal ideation. *The Korean journal of counseling*, 7(4), 1189-1202.
- Kim, J. H., Kim, B. J., & Jang, D. W. (1999). A study about suicidal attitude and self-image in adolescent school girls(Focused on industrial and cultural women's high school faction). *Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 10(2), 220-235.
- Kim, M. Y., & Kang Y. Ju (2000). Depression and related factors for adolescents. *Journal of Korean Soc. of School Health*, 13(2), 261-270.
- Kim, S. A. (2009). Effects of childhood stress, depression, and social support on middle school adolescent suicidal ideation. *The Korean Association of Family Welfare*, 14(3), 5-27.
- Klomek, A. B., Kleinman, M., Altschuler, E., Marrocco, F., Amakawa, L., & Gould, M. S. (2011). High school bullying as a risk for later depression and suicidality. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 41(5), 501-516.
- Klonsky, E. D., & May, A. (2010). Rethinking impulsivity in suicide. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 40(6), 612-619.
- Lebret, S., Perret-Vaille, E., Mulliez, A., Gerbaud, L., & Jalenques, I. (2006). Elderly suicide attempters: characteristics and outcome. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 21, 1052-1059.
- Lee, C. S., Kweon, Y. R., & Kim, S. J. (2007). The impact of school bullying victim and depression on suicidal ideation of middle school students. *J. Korean Acad Psych Mental Health Nurs*, 16(1), 32-40.
- Lee, E. J., & Lee, E. S. (2002). Correlation between alienation and depression, suicidal ideation and delinquency in high school students. *The Korean journal of Fundamentals of Nursing*, 9(1), 56-65.
- Lee, H. G., Shin, H. S., & Lee, G. S. (2006). Predictors of suicidal ideation in juvenile delinquents. *The Korea Journal of Youth Counseling*, 14(1), 49-62.
- Lee, K. J., & Cho, S. H. (2004). Psychological characteristics of high risk group in adolescent suicide. *The Korean Journal of Counseling and Psychology*, 16(4), 667-685.
- Lee, K. S., & Park, S. Y. (2000). A study on the perceived stress and social supports of Adolescent. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 38(9), 93-106.
- Lee, Y. J. (2008). The effects of suicidal risk factors on suicidal behavior and the moderating effect of ego resiliency. *The Korean journal of counseling*, 9(2), 659-673.
- Lester, D., & Miller, C. (1990). Depression and suicidal preoccupation in teenagers. *Journal of Personality and Individual differences*, 11, 421-422.
- Mann, J. J., Waternaux, C., Haas, G. L., & Malong, K. M. (1999). Toward a clinical model of suicidal behavior in psychiatric patients. *American Journal of Psychiatry*, 156, 181-189.
- Ministry of Health and Welfare(2010). Retrieved June, 20, 2012, from http://www.mw.go.kr/front/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&CONT_SEQ=227314&page=142
- Morano, C., Cisler, R. A., & Lemerond, J. (1993). Risk factors for adolescent suicidal behavior: Loss, insufficient family support, and hopelessness. *Adolescence*, 28(112), 851-865.
- Mosciki, E. K. (1997). Identification of suicide risk factors using epidemiologic studies. *Psychiatric Clinics of North America*, 20, 499-517.
- National Statistical Office(2012). Retrieved May, 12, 2012, from http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/1/index.board?bmode=read&bSeq=&aSeq=255358&pageNo=1&rowNum=10&navCount=10&currPg=&sTarget=title&sTxt=%EC%B2%AD%86%8C%EB%85%84

- Peter, M. L., Paul, R., & John, R. S. (1994). Psychosocial risk factors for future adolescent suicide attempts. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 297-305.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Reynolds, W. M. (1988). *Suicidal ideation questionnaire: professional manual* odessa, FL: Psychology. Amsterdam: Elsevier.
- Robert, R. E., Chen, Y. R., & Roberts, C. R. (1997). Ethnocultural differences in prevalence of adolescent suicidal behaviors. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 27(2), 208-217.
- Shin, J. E. (1999). A study on the psychosocial factors affecting of adolescent's depression. Master's thesis. Graduate school of Ewha Woman University.
- Shin, M. S., Park, K. B., & Oh, K. J. (1991). The Effect of Depression and Impulsivity on Adolescent Suicidal Behavior. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 10(1), 286-297.
- Sim, M. Y., & Kim, K. H. (2005). Risk and protective factors for suicidal ideations of Korean adolescents: Moderating effect of sex and developmental period. *Korean Journal of Health Psychology*, 10(3), 313-325.
- Suh, H. N. (2011). A longitudinal study of adolescents' suicidal ideation: focusing on the effect of stress and depression. *The Korean Journal Of Psychology*, 30(3), 629-646.
- Waldrop, A. E., Hanson, R. F., Resnick, H. S., Kilpatrick, D. G., Naugle, A. E. (2007). Risk factor for suicidal behavior among a national sample of adolescents: implications for prevention. *Journal of Trauma Stress*, 20(5), 869-879.
- Wo, C. Y., & Kim, P. H. (2011). The multidimensional structure analysis of variables related to adolescents' suicidal ideation. *Korean Journal of Youth Studies*, 18(4), 219-240.
- Won, H. T. (2000). *Abnormal psychology*. Bobmunsa: Seoul.

접수일 : 2012. 08. 04.
 수정완료일 : 2012. 09. 25.
 게재확정일 : 2012. 10. 17.