한국청소년연구
Studies on Korean Youth
2009. Vol. 20. No. 3. pp. 141~165.

청소년의 신체상이 자살생각에 미치는 영향 : 스트레스와 우울의 매개효과를 중심으로*

노혜련** · 최경일***

초 록

본 연구는 청소년의 신체상이 스트레스와 우울을 매개로 하여 자살생각에 어떤 영향을 미치는지 파악하는데 목적이 있다. 이를 위해서 서울에 소재하는 중·고등학교 각 4개교씩, 총 8개교에 재학중인 372명의 학생들에게 수집한 자료를 분석했다. 연구 결과에 따르면 청소년의 신체상은 자살생각에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 스트레스를 매개해서도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 청소년의 신체상은 우울을 매개하거나 스트레스와 우울을 동시에 매개해서는 자살생각에 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다. 본 연구 결과 청소년의 자살생각에 직접적인 영향을 미치고, 자살생각에 가장 큰 결정요인으로 작용하는 우울에 영향을 미치는 것으로 나타난 신체상의 긍정적인 형성을 위해 가정, 학교와 사회적인 차원에서 이루어 질 수 있는 다각적인 대책을 제언하였다.

주제어 : 청소년, 신체상, 자살생각, 스트레스, 우울

* 본 연구는 숭실대학교 교내 연구비의 지원으로 이루어졌음.
** 숭실대학교 사회복지학과 교수
*** 한라대학교 사회복지학과 전임강사, 교신저자

Ⅰ. 서 론

우리나라는 급속한 서구화와 대중매체의 발달로 인해서 건강하고 아름다운 신체에 대한 기준이 근육질이나 날씬한 몸매 혹은 뚜렷한 이목구비를 가져야 하는 것으로 바뀌어 가고 있다(장희순・김태련, 2006). 그리고 이러한 외모를 갖기 위해 과도한 다이어트를 하거나 본인의 한계를 넘어서는 운동을 하는 현상이 나타나고 있는데 이는 많은 사람들이 자신의 외모에 대한 사고, 태도, 애착 등을 일컫는 신체상(Keeton, Cash & Brown, 1990)을 부정적으로 인식하고 있는 결과로 볼 수 있다. 이러한 경향은 청소년들 사이에서도 심각한 수준으로 나타나고 있는데, 실제로 만 11세에서 17세 사이의 초・중・고등학교 학생 3,782명을 대상으로 조사한 바에 따르면 여학생의 57.9%와 남학생의 29.8%가 자신의 외모에 불만족하는 것으로 나타났다(보건복지가족부, 2002).

그런데 이러한 현상과 관련해 우려되는 점은 청소년들이 부정적인 신체상을 갖고 있다는 사실 그 자체보다는 이로 인해 초래될 수 있는 부정적인 파급효과에 있다. 신체상은 주변 사람이나 환경과 상호작용하는 능력을 결정하는 중요한 요인이 되기 때문에(Orbach, Stein, Shani-Sela & Har-Even, 2001) 부정적인 신체상을 갖고 있는 청소년들은 일상생활에서 소극적이고 수동적인 태도를 갖게 되기가 쉽다. 또한 자신의 신체에 대해 불만족하는 청소년들은 심리적으로 스트레스나 우울을 겪는 경우가 많고 이러한 감정을 해소하기 위해서 흡연, 음주 등의 비행 행동을 하기도 하며(Choate, 2007) 심지어는 자살을 생각하거나 실제로 시도하기도 한다(Orbach, 1994, 1996). 이러한 점은 자살을 시도해서 병원에서 입원 치료를 받은 청소년들이 그렇지 않은 일반 청소년들보다 자신의 신체상을 훨씬 낮게 평가한다는 연구 결과(Orbach & Mikulincer, 1998)나 우리나라에서 최근에 한 남자 고등학생이 자신의 외모에 대해서 비관하다가 한강에서 투신자살을 한 사건을 통해서도 일부 뒷받침되고 있다(SBS, 2007. 6. 1).

이렇게 청소년들이 자신의 신체와 외모에 대해 갖고 있는 생각을 생명과도연관 시키는 가장 큰 이유는 그들에게 신체는 한 개인을 평가하는 중요한 기준 중의 하나로서 작용하는 반면 이 시기에 나타나는 급격한 신체적 변화를 긍정적으로 수용할만한 정서적인 여유와 능력이 아직 부족한 경우가 많기 때문이다. 따라서 자신의 신체상에 대해 불만족스럽게 생각하는 청소년은 자신의 삶 전체를 불행하게 여기고 죽음을 바

라는 등의 자기 파괴적인 생각을 더 많이 하게 되는 것이다(Orbach, 1996).

그런데 신체상은 이와 같이 자살생각에 직접적인 영향을 미치기도 하지만 스트레스와 우울과 같은 심리사회적 특성을 매개로 하여 자살생각에 영향을 미치기도 한다. 이와 관련하여 한 연구는 자살을 시도해서 병원에 입원한 청소년들과 자살은 시도하지 않았지만 정신병으로 인해서 병원에 입원한 청소년들 그리고 일반 청소년들이 갖고 있는 신체상과 자살생각 간의 관계를 살펴보았는데 청소년들이 스트레스 상황에 처하게 되면 자신의 신체의 변화로 인한 기쁨을 경험하기 어려워 결과적으로는 신체에 해가 되는 자살과 같은 행동을 더욱 많이 하게 된다는 것을 발견하였다(Orbach et al., 2001). 이는 청소년들이 느끼는 스트레스의 수준에 따라 신체상이 자살생각에 미치는 영향이 강화 혹은 약화될 수도 있다는 것을 의미하는 것으로서 스트레스가 신체상과 자살생각 간의 관계를 매개한다는 것을 보여주고 있다. 또한 최근 청소년의 신체상과 자살생각 간의 관계에 대해 살펴본 한 연구에서는 청소년의 우울 정도는 신체상이 자살생각에 미치는 영향을 매개하는 것으로 나타났는데 우울정도가 심하면 심할수록 신체상이 자살생각에 미치는 영향이 강화되고 반대로 우울 정도가 약하면 약할수록 그 영향이 감소되는 것으로 나타났다(Orbach, Gilboa-Schechtman, Sheffer, Meged, Har-Even & Stein, 2006).

이와 같이 선진 외국에서 이루어진 선행연구의 결과를 보면 청소년들의 신체상은 자살생각에 직접적으로든지 간접적으로든지 중요한 영향을 미치는 요인이라는 것을 알 수 있지만 아직까지 국내에서는 청소년의 신체상이 자살생각에 구체적으로 어떠한 경로를 통해서 영향을 미치는지에 대한 연구가 이루어진 바가 없다. 따라서 본 연구는 신체상이 자살생각에 미치는 직접적 영향과 스트레스와 우울을 매개로 한 간접적 영향을 살펴보기 위해 다음과 같은 연구가설을 설정했다. 첫째, 청소년들의 신체상은 자살생각에 영향을 미칠 것이다. 둘째, 청소년들의 신체상은 스트레스에 영향을 미칠 것이다. 셋째, 청소년들의 신체상은 우울에 영향을 미칠 것이다. 넷째, 청소년들의 신체상은 스트레스를 매개로 하여 자살생각에 영향을 미칠 것이다. 다섯째, 청소년들의 신체상은 우울을 매개로 하여 자살생각에 영향을 미칠 것이다. 여섯째, 청소년들의 신체상은 스트레스와 우울을 동시에 매개하여 자살생각에 영향을 미칠 것이다. 본 연구는 청소년들이 좀 더 건강한 삶을 살아갈 수 있도록 돕기 위해 신체상, 자살생각, 스트레스 및 우울과 관련된 문제를 예방하고 해결하는데 필요한 다양한 개입 서비스에 대한 시사점을 도출해 낼 수 있을 것이다.

Ⅱ. 문헌연구

1. 신체상이 스트레스, 우울 및 자살생각에 미치는 영향

신체상은 자신의 외모에 대한 사고, 태도, 애착 등을 말하는 것으로서 외모의 크기, 형태, 기능 및 잠재력에 대한 느낌까지도 포함하며, 자기 자신을 묘사할 때 가장 쉽게 사용하는 개념이다(Keeton et al., 1990). 신체상에 대해서 긍정적인 이미지를 갖고 있으면 일상생활에서 좀 더 적극적이고 능동적인 태도를 갖기 쉽지만 반대로 부정적인 이미지를 가지면 소극적이고 수동적인 태도를 가질 수 있기 때문에 신체상은 주변 사람이나 환경과 상호작용하는 능력을 결정하는 중요한 요인이 되기도 한다(Orbach et al., 2001). 따라서 최근에는 많은 사람들이 과도한 다이어트, 개인의 신체적 능력을 넘어선 지나친 운동과 무분별한 성형을 할 뿐 아니라 심지어는 거식증에 걸리기도 하면서 긍정적인 신체상 형성에 집착하는 현상이 나타나고 있다(신동주・정남운, 2007; Whestone, Morrissey & Cummings, 2007).

이러한 양상은 청소년들에게도 나타나고 있는데 청소년기는 2차 성징의 발달로 인해서 신체에 대한 관심이 고조되고 자신의 변화된 모습에 대한 새로운 신체상을 형성하는 시기이기 때문에 더욱 더 문제가 되고 있다. 실제로 우리나라 청소년들은 자신의 변화하는 신체나 외모에 대해서 가장 많이 고민한다는 통계 결과(통계청, 2002)는 이러한 사실을 입증해 주고 있다. 청소년기에 들어서서 신체에 대해서 관심이 많아지는 또 다른 이유는 이 시기에는 신체상을 자신의 실제 외모나 신체에 대한 객관적인 평가보다는 타인과의 상호작용을 통해서 형성하는 경우가 많기 때문이다. 왜냐하면 청소년들은 삶의 주된 환경이 가정에서 학교로 바뀌고 가족 중심의 관계가 친구로 확대되면서 다른 사람에게 보이고 평가받는 자신의 모습에 대해서 더 많은 관심을 갖게 되기 때문이다(권중돈・김동배, 2006).

그러나 청소년기는 신체적인 변화가 급격하고 신체 각 부위의 발달이 동일하지 않아 일시적으로 신체의 균형을 잃게 될 뿐만 아니라 발달 시기도 개인차가 크기 때문에 긍정적인 신체상을 갖지 못하는 경우가 많다. 최근에 우리나라 초・중・고등학생 3,700여 명을 대상으로 조사한 바에 따르면 남학생의 약 32%, 여학생의 약 46%가 자

신이 뚱뚱하다고 생각하는 것으로 나타났으며, 이로 인해서 남학생의 약 30%, 여학생의 약 58%가 자신의 외모에 대해 불만족하는 것으로 나타났다(보건복지가족부, 2002).

그러나 그러한 현상에 주목해야만 하는 이유는 이미 언급한 바와 같이 청소년들이 부정적인 신체상을 갖고 있다는 사실 그 자체보다는 그것이 초래할 수 있는 부정적인 결과 때문이다. 부정적인 신체상을 갖고 있는 청소년들은 자신의 신체에 대해서 불만족하기 때문에 심리적으로 스트레스나 우울을 겪는 경우가 많고 이러한 감정을 해소하기 위해서 흡연, 음주 등의 비행 행동은 물론과도한 체중조절이나 성형수술 등의 소모적인 행동을 하는 경우도 있다(Choate, 2007). 또한 이러한 감정과 행동이 지속되거나 심해지면 더 이상 자신의 신체를 받아들일 수 없게 되어서 삶에 대한 흥미와 동기를 잃게 되고 결과적으로 자살생각을 하거나 자살을 시도하는 지경에 이르기도 한다(Orbach et al., 2001; Whestone et al., 2007).

이와 관련하여 지금까지 이루어진 연구들을 살펴보면 신체상이 스트레스, 우울 및 자살생각에 영향을 미친다는 것을 입증해 주고 있다. 먼저 신체상이 스트레스에 미치는 영향에 관해 이루어진 연구결과들은 사람들이 자신의 외모에 대해 갖고 있는 부정적인 인식은 스트레스의 원인이 된다는 것을 보여주고 있다. 한 연구에서는 사람들은 자신의 외모에 불만족하면서 외모를 고치려고 하고 그 첫 시작으로 체중 감소를 시도하는데, 이러한 노력 자체가 스트레스의 원인이 되기도 한다는 것을 발견하였다(민성희・오혜숙・김지향, 2004). 또 다른 연구에서는 실제로 비만한 경우가 아니더라도 스스로 비만이라고 인식하는 사람들은 스트레스를 많이 받으며 체중 조절을 시도한 경험이 있고, 체중 조절의 성공이 자신의 노력에 달려 있다는 신념이 강하면 강할수록 더 많은 스트레스를 받는 것으로 나타났다(조선진・김초강, 1997). 이와 같이 신체상이 스트레스에 영향을 미치는 현상은 또래들과의 관계를 중시하는 청소년들에게서 특히 잘 나타날 수 있는데, 그 이유는 체중이 많이 나가는 청소년들은 또래들로부터 놀림의 대상이 되기 쉽고 이것이 스트레스의 중요한 요인이 될 수 있기 때문이다(김정혜・박원모・권선방, 2005).

신체상이 우울에 미치는 영향을 고찰한 선행연구들은 신체상이 긍정적일 수록 낮은 우울을 경험하는 경향이 있다는 결과를 보여주고 있다. 실례로 경기도에 거주하는 444명의 남녀 중학생을 대상으로 실시한 연구(현명선・남경아・공성숙, 2001)나 645명의 노르웨이 청소년들을 대상으로 5년 간에 걸쳐서 조사한 패널연구(Holsen, Kraft &

Roysamb, 2001)에서는 신체상과 우울 간에는 부적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이와 같이 자신의 신체상에 대해서 부정적인 인식을 하고 있는 사람이 좀 더 많은 우울을 경험하는 이유는 자신이 생각하는 이상적인 신체의 모습과 실제 자신의 모습 간에 차이가 크다는 생각으로 인해서 갖게 되는 부정적인 신체상은 쉽게 개선될 수 있는 것이 아니기 때문에 자신의 신체와 관련한 현실과 이상 사이에서 계속적으로 심리적인 혼란을 겪기 때문이다(정경화, 1999; Fitzgibbon, Stolley & Kirschenbaum, 1993).

한편 신체상이 자살생각에 미치는 영향에 관한 연구로는 Eisenberg 등(2003)이 미국 미네아폴리스의 대도시와 중소도시에 소재하는 31개 중・고등학교에 재학 중인 학생 4,800여 명을 대상으로 실시한 연구를 들 수 있다. 그 연구결과 여학생의 경우 자신의 체중이 많이 나간다고 여기면 여길수록 자살생각도 더욱 많이 하는 경향이 있었던 반면 남학생의 경우 자신의 체중이 적게 나간다고 여기면 여길수록 자살생각을 더욱 많이 하는 경향이 있어 성별과 상관없이 체중에 대한 인식은 자살생각과 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 물론 이 연구에서 파악한 체중에 대한 인식이 신체상에 대한 인식을 그대로 나타낸다고 할 수는 없으나 체중이 많이 나가는 청소년들은 또래들에게서 놀림이나 따돌림을 받는 경우가 많기 때문에 당연히 부정적인 신체상을 갖기 쉽다(김정혜 등, 2005)는 것을 예상할 수 있다. 그리고 일반적으로 남자 청소년들은 체중을 줄이고 근육을 늘려서 남성다움을 나타내고 싶어 하고 여자 청소년들은 가능한 날씬한 체형을 유지하고 싶어 하기(McCabe & Ricciardelli, 2006) 때문에 체중에 대한 인식은 신체상에 대한 인식과 밀접한 관계가 있음을 추론해도 무방할 것이다. 이외에도 Orbach 등(2001)은 자살을 시도해서 병원에 입원한 청소년들과 자살을 시도하지는 않았지만 정신병적인 문제로 병원에 입원한 청소년들 그리고 일반 청소년들, 총 107명을 대상으로 한 연구에서 자살을 시도했던 청소년들에게서만 신체상과 자살생각 간에 부적인 상관관계가 있다는 것을 발견하였다.

2. 스트레스, 우울과 자살생각 간의 관계

일반적으로 스트레스와 자살 간에는 밀접한 관계가 있는 것으로 알려지고 있다. 이와 관련하여 한 연구에서는 사람들은 현실 속에서 스트레스를 경험하면서 그로부터

도피하려는 욕구를 갖고 있는데 이러한 욕구가 상승하여 초래되는 부정적인 결과 중의 하나가 자살이라고 설명하고 있다(Baumeister, 1990). 이런 측면에서 보면 자살 행동을 야기하는 자살생각도 현실에서 존재하는 스트레스로 인해 야기될 수 있다고 할 수 있을 것이다(Huff, 1999; Mazza & Reynolds, 1998). 실제로 자살의 원인을 설명하는 이론 중 스트레스 취약성 모델은 한 개인이 자살을 생각하고 시도하는 이유는 다른 사람이나 사회 환경과의 상호작용의 과정에서 경험하는 스트레스에 대처하는 능력이 부족하기 때문(Felner & Silverman, 1995)이라고 설명하면서 스트레스와 자살생각의 관련성을 제시한 바 있다. 또한 서울과 경기에 거주하는 고등학생들 614명을 대상으로 실시한 한 연구(홍영수, 2004)에서는 청소년들의 스트레스는 자살생각에 통계적으로 유의미한 영향을 미친다는 실증적인 결과를 제시했다.

한편 우울은 단순한 슬픔이나 울적한 기분 상태로부터 지속적인 상실감이나 무력감을 포함하는 정서장애에 이르기까지 인간의 광범위한 심리적 상태를 일컫는 것으로서 자살에 영향을 미치는 가장 위험한 요인으로 알려져 있다(김성일・정용철, 2001; Jackson & Nuttall, 2001). 이러한 사실은 청소년들의 경우에도 예외가 아니라는 것을 실증적인 연구 결과들이 뒷받침하고 있다. 그 예로는 자살을 시도했거나 지속적으로 자살을 생각하는 청소년의 40%에서 우울 증상이 발견되었다는 연구결과(이은주・이은숙, 2002)나 자살을 시도했던 청소년들의 심리정서적 특성이 우울증 환자의 특성과 유사하다는 연구결과(송동호・이홍식・전여숙・정유숙, 1996)가 있다. 이처럼 청소년들이 자살생각을 하는데 직접적인 영향을 미치는 우울을 경험하는 이유는 청소년기의 신체적, 정서적 및 심리적 변화에서 찾을 수 있다. 즉 청소년들은 사춘기를 거치면서 급속한 신체적 성장과 발달을 하지만 이에 비해서 정신적, 지적 혹은 경험적으로는 아직 미숙한 단계에 머물러 있기 때문에 이로 인해서 많은 갈등을 경험하고 이러한 갈등으로 인해서 우울을 경험하는 것이다(박병금・노필순, 2007).

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상과 자료수집 방법

본 연구의 대상은 서울에 소재한 중·고등학교 중 유의표집한 4개의 고등학교와 4개의 중학교, 총 8개 학교의 교사들이 배포한 설문지에 응답한 392명의 1, 2학년 학생들이다. 각 학교 급에서 3학년 학생들을 설문조사에서 제외한 이유는 입시에 대해서 부담을 갖고 있는 3학년 학생들에게는 학업 이외에 부수적인 부담을 지우지 말자는 학교 측의 요구가 있었기 때문이었다. 설문조사는 2008년 3월 10일부터 20일 사이에 실시되었으며, 배포한 설문지 중에서 응답이 부실해서 활용할 수 없는 15부를 제외하고 총 377부가 분석에 활용되었다.

2. 조사도구와 변수의 측정

본 연구의 종속변수인 자살생각은 Harlow 등(1986)이 개발한 것을 국내에서 노혜련 등(2005)이 번안하여 사용한 자살관념척도(Suicide Ideation Scale)를 통해 측정하였다. 이 척도는 총 5문항으로서 각 문항은 '전혀 아니다'부터 '매우 그렇다'까지의 5점 Likert 척도로 이루어졌다. 응답한 점수가 높을수록 자살을 생각하는 정도가 높은 것이다. 본 연구에서 나타난 신뢰도는 Cronbach's α=.875였다.

독립변수 중 신체상은 Medelson 등(1997)이 개발하여 국내에서 이정숙(2001)이 사용한 신체존중감 척도(Body Esteem Scale)로 측정하였다. 이 척도는 총 23문항으로서 각 문항은 '전혀 아니다'부터 '매우 그렇다'까지의 5점 Likert 척도로 이루어졌다. 응답한 점수가 높을수록 자신의 신체에 대해서 긍정적으로 인식하는 것이다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's α=.875였다.

청소년이 경험하는 스트레스는 한미현 등(1995)이 개발한 일상적 스트레스 척도를 사용했다. 총 27문항으로 각 문항은 '전혀 아니다'부터 '매우 그렇다'까지의 5점 Likert 척도로 이루어졌다. 응답한 점수가 높을수록 스트레스 정도가 높은 것이다. 본 연구에서 나타난 신뢰도는 Cronbach's α=.875였다.

한편 청소년의 우울감은 Zung(1965)이 개발한 것을 국내에서 최경애(1994)가 사용한 자기평가 우울반응 척도를 사용했다. 총 20문항으로 각 문항은 '전혀 아니다'부터 '매우 그렇다'까지의 5점 Likert 척도로 이루어졌다. 응답한 점수가 높을수록 우울감을 느끼는 정도가 높은 것이다. 본 연구에서 나타난 신뢰도는 Cronbach's α=.875였다.

3. 자료분석

본 연구에 참여한 청소년들의 일반적 특성에 따라 자살생각에 차이가 있는지를 파악하기 위해서 t-test와 ANOVA를 실시했다. 그리고 청소년의 신체상이 자살생각에 영향을 미치는지와 스트레스와 우울이 신체상과 자살생각 간의 관계를 매개하는지 확인하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 이러한 자료분석에는 SPSS 13.0 version을 활용했다.

Ⅳ. 연구결과

1. 연구 대상자의 일반적 특성

본 연구에 참여한 청소년들의 일반적 특성은 〈표 1〉에 제시한 바와 같다. 전체 연구 대상자 중 여학생이 전체의 72.7%(268명), 남학생이 27.3%(101명)으로 여학생의 비율이 훨씬 높게 나타났는데 그 이유는 고등학교 중 1개교는 여학교였으며, 나머지 7개 학교는 모두 남녀공학이어서 여학생이 남학생에 비해서 표집될 가능성이 높았기 때문이다. 중학생과 고등학생의 비율은 각각 50.8%와 49.2%로 거의 같았으나 전체적으로 보면 고등학교 1학년 학생들이 38.4%(142명)로 가장 높은 비율을 차지하였고 고등학교 2학년 학생들이 10.8%(40명)로 가장 낮은 비율을 나타냈다. 응답자가 주관적으로 생각하는 성적을 중간 수준이라고 응답한 학생이 291명(78.6%)으로 대다수를 차지하였고 상위권에 속한다고 응답한 학생은 45명(12.2%), 하위권에 속한다고 응답한 학생은 34명(9.2%)에 지나지 않았다. 연구대상 학생 중 대부분인 89.5%(331명)가

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성

특성	구분		N(%)	특성	구분	N(%)
성별	남자		101(27.3)	가족 형태	양부모 가정	331(89.5)
	여자		269(72.7)		한부모 가정	39(10.5)
학년	중학교	1학년	102(27.6)	경제적 수준	상	93(25.1)
		2학년	86(23.2)		중	225(60.8)
	고등학교	1학년	142(38.4)		하	52(14.1)
		2학년	40(10.8)			
성적	상		45(12.2)	종교	유	217(58.6)
	중		291(78.6)		무	153(41.4)
	하		34(9.2)			

양부모 가정의 자녀들이었으며, 10명 중의 한명 정도(39명: 10.5%)가 한부모 가정의 자녀들이었다. 경제적 수준은 반수 이상(60.8%)이 중간이라고 응답한 반면 상류층이라고 응답한 학생이 (93명(25.1%), 하류층이라고 응답한 학생이 52명(14.1%)으로 상대적으로 적었다. 마지막으로 종교를 갖고 있는 학생은 전체의 과반수가 약간 넘는 217명(58.6%)이었다.

2. 청소년의 일반적 특성에 따른 신체상, 스트레스, 우울 및 자살생각

〈표 2〉는 청소년들의 일반적 특성에 따라 신체상, 스트레스, 우울 및 자살생각이 어떻게 다르게 나타나는지에 대한 결과를 보여주고 있다. 우선 신체상에 대한 결과를 보면, 남학생(m=3.02)이 여학생(m=2.82)보다 통계적으로 유의미한 수준에서 긍정적인 신체상을 갖고 있는 것으로 나타났다($p < .01$). 이는 일반적으로 여성이 남성보다 외모에 더 많은 관심을 가질 뿐만 아니라 부정적인 신체상을 갖고 있다는 선행연구(장선철・송미현, 2004)의 결과와 유사하다. 학년에 따른 신체상의 차이는 고등학교 1학년 학생들(m=3.00)이 중학교 2학년 학생들(m=2.77)보다 긍정적인 신체상을 갖고 있는 것으로 나타났다($p < .05$). 일반적으로 사춘기에 있는 청소년들이 자신의 외모를 부정적으로 인식하는 경향이 크기 때문에 사춘기의 최절정에 있다고 볼 수 있는 중학교 2학년 학생들이 사춘기를 벗어나는 시점에 있는 고등학교 1학년 학생들에 비해서 좀 더 부정적인 신체상을 갖고 있다고 해석할 수 있을 것이다. 반면 고등학교 2학년 학생

<표 2> 청소년들의 일반적 특성에 따르는 신체상, 스트레스, 우울 및 자살생각 수준

N=377

변수	범주(N)	신체상			스트레스			우울			자살생각		
		평균	표준편차	t/F (Scheffe)	평균	표준편차	t/F (Scheffe)	평균	표준편차	t/F (Scheffe)	평균	표준편차	t/F (Scheffe)
성별	남자 (101)	3.02	.51	3.03**	2.25	.56	1.00	2.65	.45	.67	1.89	.94	-1.505
	여자 (269)	2.82	.63		2.18	.56		2.61	.54		2.07	1.06	
학년	중2ⓐ (102)	2.77	.65	3.509* (ⓒ > ⓐ)	2.15	.59	.544	2.60	.58	.966	1.99	1.06	.792
	중3ⓑ (86)	2.85	.62		2.20	.60		2.55	.47		2.07	1.10	
	고1ⓒ (142)	3.00	.55		2.23	.53		2.64	.48		1.96	.92	
	고2ⓓ (40)	2.78	.60		2.25	.53		2.70	.55		2.23	1.16	
성적	상ⓐ (45)	3.09	.77	4.432* (ⓐ > ⓒ)	2.09	.59	3.812* (ⓒ > ⓐ)	2.42	.53	23.087*** (ⓒ > ⓐ,ⓑ)	1.97	1.02	3.361* (ⓒ > ⓐ,ⓑ)
	중ⓑ (291)	2.87	.56		2.19	.55		2.59	.47		1.98	1.00	
	하ⓒ (34)	2.69	.69		2.43	.62		3.13	.57		2.46	1.20	
가족 형태	양부모 가정 (331)	2.87	.62	-.515	2.19	.57	-.598	2.60	.52	-1.439	2.03	1.02	.362
	한부모 가정 (39)	2.92	.49		2.25	.50		2.73	.47		1.97	1.08	
경제적 수준	상ⓐ (93)	3.06	.67	8.531*** (ⓐ > ⓑ,ⓒ)	2.09	.59	6.129** (ⓒ > ⓐ,ⓑ)	2.53	.63	5.291** (ⓒ > ⓐ,ⓑ)	2.04	1.05	.803
	중ⓑ (225)	2.85	.56		2.19	.56		2.61	.46		1.98	1.03	
	하ⓒ (52)	2.65	.62		2.43	.47		2.81	.49		2.18	.98	
종교 유무	유 (217)	2.80	.61	-1.925	2.21	.53	.192	2.64	.52	.875	2.01	1.04	.440
	무 (153)	2.93	.60		2.20	.58		2.60	.52		2.05	1.01	

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

들이 중학교 2학년 학생들과 거의 비슷한 수준의 신체상을 갖고 있는 것으로 나타난 결과를 볼 때 이러한 해석 또한 신중을 기해야 할 필요가 있다는 것을 알 수 있다. 성적에 따른 신체상의 차이를 보면, 성적이 높은 학생들(m=3.09)이 낮은 학생들(m=2.69)보다 통계적으로 유의미한 수준에서 긍정적인 신체상을 갖고 있었다. 또한 가정의 경제적 수준이 높은 학생들(m=3.06)이 중간(m=2.85)이나 낮은 학생들(m=2.65)보다 통계적으로 유의미한 수준에서 긍정적인 신체상을 갖고 있었다. 이 두 가지 결과를 가정의 경제적 수준이 자녀의 학업 성적과 밀접한 관련이 있다는 다른 연구의 결과(구인회, 2003)에 비추어 생각해 보면 결국 경제적 수준이 신체상의 형성에도 중요한 역할을 할 수 있음을 암시해 주고 있다. 최근 우리나라의 교육에서 사교육이 차지하는 비중이나 중요성을 고려할 때 가정의 경제적 지원 없이는 학업 성적이 좋을 수 없다는 것은 자명한 사실이다. 이와 같은 맥락에서 청소년들이 갖고 있는 신체상에 중요한 영향을 미칠 수 있는 외모를 관리하거나 향상시키기 위해 드는 비용을 감당하고 문화적 기회를 제공하기 위해서도 많은 경제적 지원이 필요하기 때문에 가정의 경제적 수준이 높은 청소년들이 긍정적인 신체상을 갖게 될 가능성이 높아질 수 있다고 볼 수 있다.

다음으로 청소년들의 일반적 특성에 따른 스트레스의 수준을 살펴보았는데, 성적과 가정의 경제적 수준에 있어서만 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다. 즉 성적이 낮은 학생들(m=2.43)이 높은 학생들(m=2.09)보다 스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타나서, 우리나라 청소년들이 학업 성적으로 인해서 얼마나 많은 스트레스를 받는지 다시 한 번 입증해 주고 있다. 그리고 가정의 경제적 수준이 낮은 학생들(m=2.43)이 중간(m=2.19)이나 높은 학생들(m=2.09)보다 스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타났는데, 이는 가정의 경제적 어려움이 자녀들에게도 스트레스 요인으로 작용하고 있음을 보여주고 있다.

한편 성적과 가정의 경제적 수준은 청소년들의 우울 수준과 관련해서도 통계적인 차이를 나타내고 있었다. 즉 성적이 낮은 학생들(m=3.13)이 중간(m=2.59)이나 높은 학생들(m=2.42)보다 그리고 가정의 경제적 수준이 낮은 학생들(m=2.81)이 중간(m=2.61)이나 높은 학생들(m=2.53)보다 우울을 더 많이 느끼고 있었다. 스트레스와 우울은 일반적으로 병행해서 나타나며 자살생각에 매우 중요한 영향을 미치는 요인(김현순・김병석, 2008)이기 때문에 청소년들의 자살을 예방하기 위해서는 성적과 가정의 경제적 수준이 낮은 학생들에게 좀 더 많은 관심을 기울일 필요가 있음을 시사하고 있다.

마지막으로 청소년들의 자살생각은 학업 성적에 따라서만 통계적으로 유의미한 수준에서 차이가 있었다. 즉 자신의 성적이 낮다고 인식하고 있는 학생들(m=2.46)은 성적이 높다고 인식하고 있는 학생들(m=1.97)에 비해 자살생각을 통계적으로 유의미한 수준에서 더 많이 하고 있었다($p < .05$). 이러한 결과는 우리나라 청소년들이 자살생각을 하는 가장 큰 이유가 학업 성적 때문이라는 선행 연구의 결과와 맥을 같이 하는 것으로서(국가청소년위원회, 2006), 실제로 학업 성적이 청소년들에게 얼마나 큰 심리적 부담이 되는지를 다시 한 번 보여주고 있다.

3. 신체상이 자살생각에 미치는 영향과 스트레스와 우울의 매개효과

〈표 3〉에서는 청소년의 신체상이 스트레스와 우울을 매개로 하여 자살생각에 영향을 미치는지에 대한 결과를 제시하고 있다.[1] 이를 위해서 모델 1에서는 청소년의 신체상이 자살생각에 미치는 영향을 제시했고, 모델 2와 모델 3에서는 청소년의 신체상이 각각 스트레스와 우울에 미치는 영향을 제시했다. 모델 4에서는 청소년의 신체상이 스트레스를 매개로 자살생각에 미치는 영향을 제시했으며, 모델 5에서는 청소년의 신체상이 우울을 매개로 자살생각에 미치는 영향을 제시했다. 그리고 마지막 모델 6에서는 청소년의 신체상이 스트레스와 우울을 동시에 매개로 하여 자살생각에 미치는 영향을 제시했다. 한편 변수들 간의 다중공선성의 존재 여부를 파악하기 위해서 VIF 값을 확인한 결과, 모든 변수에서 1.062~1.632로 나타나서 다중공선성에는 문제가 없었다.

우선 청소년의 신체상이 자살생각에 미치는 영향을 살펴본 모델 1에서는 청소년의 신체상이 자살생각에 통계적으로 유의미한 수준에서 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며(β=-.197***), 4.4%의 설명력을 갖고 있었다. 즉 청소년들은 자신의 신체상을 부정적으로 인식할수록 자살생각을 더 많이 하게 된다는 것이다. 따라서 청소년의 신체상은 자살생각에 영향을 미칠 것이라는 가설 1은 채택되었다.

1) 본 연구에서는 여자 청소년이 표집의 대다수를 차지하는 한계점이 있었고, 남녀 간의 신체상에도 유의미한 차이가 나타났기 때문에 신체상이 스트레스와 우울을 매개로 하여 자살생각에 미치는 영향에 대해 여자 청소년과 남자 청소년을 구분하여 다중회귀분석을 실시해 보았으나 남녀를 묶어 분석했을 때와 별 다른 결과를 보이지 않아 후자의 결과만을 제시하였다.

<표 3> 신체상과 자살생각의 영향 관계와 이에 대한 스트레스와 우울의 매개효과

		모델 1		모델 2		모델 3		모델 4		모델 5		모델 6	
		신체상→ 자살생각		신체상→ 스트레스		신체상→ 우울		신체상, 스트레스→ 자살생각		신체상, 우울→ 자살생각		신체상, 스트레스, 우울→자살생각	
		B	β	B	β	B	β	B	β	B	β	B	β
통제변수	(상수)	2.643		2.847		3.375		.973		-.753		-.905	
	성별	.141	.061	-.082	-.065	-.056	-.049	.189	.082	.198	.086	.206	.090
	학년	.039	.055	.029	.075	.035	.099	.022	.031	.003	.005	.002	.003
	성적	.024	.008	.037	.022	.136	.086	.002	.001	-.113	-.036	-.105	-.034
	가족형태	.012	.004	.033	.018	.125	.075	-.007	-.002	-.114	-.034	-.107	-.032
	경제수준	-.099	-.042	.063	.049	-.012	-.010	-.136	-.058	-.087	-.037	-.099	-.042
독립변수	신체상	-.333	-.197***	-.243	-.263***	-.320	-.376***	-.191	-.113*	-.011	-.007	-.002	-.001
매개변수	스트레스							.586	.321***			.176	.096
	우울									1.006	.507***	.902	.454***
R^2		.044		.083		.163		.139		.259		.265	
F		2.805**		5.491***		11.798***		8.334***		18.081***		는16.296***	

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001

청소년의 신체상이 스트레스에 미치는 영향을 살펴본 모델 2에서는 청소년의 신체상이 스트레스에 통계적으로 유의미한 수준에서 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며(β=-.263***), 8.3%의 설명력을 갖고 있었다. 이러한 결과는 청소년들이 자신의 신체상을 부정적으로 인식할수록 더 많은 스트레스를 받는 다는 것을 보여주고 있다. 따라서 청소년들의 신체상은 스트레스에 영향을 미칠 것이라는 가설 2도 채택되었다.

청소년의 신체상이 우울에 미치는 영향을 살펴본 모델 3에서는 청소년의 신체상은 우울에도 통계적으로 유의미한 수준에서 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며(β=-.376***), 그 설명력은 16.3%였다. 이는 청소년들이 자신의 신체상을 부정적으로 인식할수록 우울을 더 많이 느끼는 것으로 해석할 수 있다. 따라서 청소년들의 신체상이 우울에 영향을 미칠 것이라는 가설 3도 채택되었다.

모델 4는 독립변수인 청소년의 신체상과 매개변수인 스트레스를 동시에 투입했을 때 자살생각에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고 있는데, 그 결과 청소년의 신체상은

통계적으로 유의미한 수준에서 자살생각에 직접적으로 부적인 영향을 미치고 있었으며(β=-.113***), 스트레스를 매개해서도 여전히 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=321***). 그리고 이는 13.9%의 설명력을 나타냈다. 이러한 결과는 청소년들은 자신의 신체상을 부정적으로 인식할수록 자살생각을 많이 하고, 매개변수인 스트레스를 많이 느낄수록 자살생각을 더 많이 하는 경향이 있다는 것을 보여주고 있다. 이는 청소년의 신체상이 자살생각에 부적인 영향을 미친다는 주 효과와 신체상과 자살생각 간의 관계에서 스트레스의 매개효과도 입증하는 것으로써 청소년들의 신체상은 스트레스를 매개로 하여 자살생각에 영향을 미칠 것이라는 가설 4도 채택되었다.

모델 5는 독립변수인 청소년의 신체상과 매개변수인 우울을 동시에 투입했을 때 자살생각에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고 있는데 그 결과 청소년의 신체상은 자살생각에 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났고, 매개변수인 우울만 자살생각에 통계적으로 유의미하게 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=.507***). 그리고 이는 25.9%의 설명력을 나타냈다. 이러한 결과는 신체상은 더 이상 자살생각에 영향을 미치지 못하고, 우울을 많이 느낄수록 자살생각을 더 많이 하게 된다는 것을 보여주고 있다. 이는 우울을 매개변수로 투입하면 신체상은 더 이상 자살생각에 영향을 미치지 못한다는 것을 의미한다. 따라서 청소년의 신체상은 우울을 매개로 하여 자살생각에 영향을 미칠 것이라는 가설 5는 기각되었다.

마지막으로 모델 6에서는 독립변수인 청소년의 신체상과 매개변수인 스트레스와 우울을 동시에 투입해서 이들이 자살생각에 미치는 영향을 살펴보았다. 이 모델에서는 매개변수인 우울만이 자살생각에 통계적으로 유의미한 수준에서 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며(β=.454***), 이는 26.5%의 설명력을 갖고 있었다. 이러한 결과는 신체상은 스트레스와 우울을 동시에 매개로 할 때는 자살생각에 더 이상 영향을 미치지 못하고, 매개변수인 스트레스도 모델 4에서 밝혀진 바와는 달리 더 이상 자살생각에 영향을 미치지 못하였으며, 오로지 우울만이 영향을 미치는 것을 보여주고 있다. 따라서 청소년의 신체상은 스트레스와 우울을 동시에 매개하여 자살생각에 영향을 미칠 것이라는 가설 6도 기각되었다.

지금까지의 결과를 종합해서 보면 청소년의 신체상은 단독으로 그리고 스트레스만을 매개로 할 때는 자살생각에 유의미한 영향을 미치는 요인으로 작용하지만 우울이라는 요인이 매개변수로 함께 투입될 때는 그 영향력이 사라진다는 것을 발견할 수

있다. 이는 여러 선행연구(김성일・정용철, 2001; 송동호 등, 1996; 이은주・이은숙, 2002; Jackson & Nuttall, 2001)에서도 이미 밝혀진 바와 같이 자살생각에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 우울이라는 것을 재확인시켜 주고 있다. 그럼에도 불구하고 청소년이 자신의 신체상을 부정적으로 인식할수록 우울을 더 많이 느낀다는 모델 3의 결과는 청소년들로 하여금 긍정적인 신체상을 형성할 수 있도록 지원하는 노력은 우울을 감소시키는데 기여할 수 있고 더 나아가 간접적으로나마 자살생각을 감소시키는데 도움이 될 수 있다는 점을 시사하고 있다.

Ⅴ. 결론 및 제언

본 연구는 청소년들의 신체상이 자살생각에 영향을 미치는지 그리고 신체상과 자살생각 간의 관계를 스트레스와 우울이 매개하는지를 알아보기 위해 서울의 8개 중・고등학교에 재학 중인 392명을 대상으로 실시되었는데 그 결과에 대한 요약과 제언은 다음과 같다.

첫째, 청소년들의 일반적인 특성에 따라서 신체상, 스트레스, 우울 및 자살생각의 수준을 파악했는데 자신의 학업 성적과 가정의 경제적 수준이 높다고 인식하는 청소년들은 그렇지 않은 청소년들보다 신체상도 긍정적으로 인식하고, 스트레스와 우울도 덜 느끼는 것으로 나타났다. 스트레스와 우울과 관련된 결과는 학업 성적과 가정의 경제적 수준이 스트레스와 우울에 부적인 영향을 미친다는 기존의 연구결과(정혜경・박영주, 2003; Duncan & Brooks-Gunn, 1997)와 같은 내용이지만 학업성적과 가정의 경제적 수준이 신체상과 관계가 있다는 내용은 본 연구에서 새롭게 밝혀진 것이다. 이와 같이 우리나라에서는 청소년들이 긍정적인 신체상을 갖는데 있어서도 경제적인 요인이 작용한다는 사실은 청소년들을 대상으로 일하는 다양한 실천현장의 실무자들에게 시사하는 바가 크다고 할 수 있다. 예를 들어 이미 빈곤지역의 학생들의 소외현상을 극복하기 위한 노력의 일환으로 학교에서는 교육복지투자우선지역지원사업이 실시되고 있는데 본 연구결과는 이 사업의 중요성을 다시금 확인시켜 주고 있고, 이 사업의 내용에 과중한 학업에 시달리고 있는 학생들의 건강관리를 위한 학부모와 학생

대상의 건강교육을 포함시켜서 학생들이 긍정적인 신체상을 형성하도록 도와야 한다는 것을 시사하고 있다. 이러한 건강교육에서는 학생들이 건강하기 위해 섭취해야 하는 영양, 건강하면서도 날씬한 몸매를 유지하기 위해 필요한 운동량과 종류, 몸과 외모 관리에 도움이 되는 음식과 식습관, 피부 관리 방법 등에 대한 정보를 제공함으로써 청소년들이 외모를 잘 관리하기 위해서는 반드시 건강을 동시에 관리해야 한다는 것을 일깨워야 할 것이다.

또한 부모가 자녀의 신체나 외모의 특성과 변화를 존중하고 이에 관해서 지지적인 대화를 하면 자녀가 긍정적인 신체상을 형성하는데 도움이 된다는 선행연구(Orbach et al., 2006)의 결과는 이와 관련하여 부모를 대상으로 하는 의사소통 교육이나 자녀 양육 기술 훈련 등이 유용할 수 있음을 말해주고 있다. 그리고 가정의 경제적 수준에 대한 인식이 신체상과 유의미한 관계가 있다는 본 연구결과는 이러한 교육과 훈련이 경제적으로 어려운 처지에 있는 부모들에게 특히 도움이 될 수 있음을 암시하고 있다. 그러나 이러한 부모들에게는 하루하루 생계를 유지하는 것이 무엇보다 중요한 문제이기 때문에 이러한 교육을 받기 위해서 시간을 할애하기가 쉽지 않을 수 있다. 따라서 이들을 대상으로 현실적으로 가능하면서도 효과적인 교육을 하기 위해서는 이들이 사는 지역사회 안으로 직접 찾아가 그들이 가능한 시간에 그들의 가정이나 그들이 쉽게 찾아올 수 있는 장소에서 실시하는 소위 찾아가는 서비스를 적극 수행하는 노력을 경주해야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 청소년의 신체상이 자살생각에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 외국의 선행연구들(Orbach, 1994, 1996)의 결과와도 같은 것이며 자신의 외모에 대해서 비관해서 자살을 한 청소년의 사례(SBS, 2007. 6. 1)를 실증적으로 뒷받침해 주는 결과이기도 하다. 그러나 지금까지 우리나라 청소년들에게는 학업이 현실적으로 가장 중요한 과업이며 청소년들이 자살생각을 하게 하는 가장 큰 요인도 학업 성적(국가청소년위원회, 2006)이라고 여기고 있기 때문에 부정적인 신체상이 자살생각을 야기할 수도 있다는 점에 대해서는 청소년 본인은 물론이고 이들을 돕는 부모나 전문가들도 그다지 큰 관심을 갖지 않았다고 볼 수 있다. 따라서 청소년의 신체상이 자살생각에 영향을 미칠 수 있다는 본 연구의 결과는 청소년들 대상으로 일하는 실천가들은 청소년의 자살생각을 예방하는 노력의 일환으로 청소년의 긍정적인 신체상 형성을 위한 지원에 좀 더 많은 관심을 기울일 필요가 있음을 보여주고 있다.

실천 가능한 지원방법을 구체적으로 살펴보면 먼저 학교와 지역사회 안에서 학생들과 학부모들을 위한 건강교육을 정기적으로 실시하되, 그 내용과 방법을 학생들의 관심과 흥미를 불러일으킬 수 있는 형태로 이루어지게 할 수 있을 것이다. 아울러 학교에서는 지식의 전달 뿐 아니라 학생들의 신체적 건강 유지를 위해 가능한 한 많은 신체활동을 할 수 있는 시간과 기회를 제공해야 할 것이다. 또한 학교에서 이루어지는 성교육에는 남녀 모두 외모보다는 각자의 개성과 능력을 발전시키는 것이 유능하고도 진취적인 사회인으로 생활하는데 중요하다는 현대적인 의미의 성역할에 대한 교육이 포함되어야 할 것이다. 왜냐하면 남성 중심의 성역할은 남성으로 하여금 독립성이나 상대방에 대한 지배 등을 지향하게 하여 신체적으로도 강한 이미지를 선호하게 하는 반면 여성에게는 친교성이나 순종이 미덕이라고 여기게 하여 상대방으로 하여금 보호심을 자극하는 신체적인 이미지를 지향하게 하여 결과적으로는 남성이나 여성 모두에게 부정적인 신체상을 갖게 하는 요인이 될 수 있기 때문이다(Green & Pritchard, 2003; Worell & Remer, 2003).

사회적인 차원에서는 대중 매체가 건강하고도 아름다운 신체에 대한 이미지를 올바르게 설정할 수 있도록 하는 적극적인 개입이 이루어져야 할 것이다. 즉 청소년들은 TV나 인터넷에서 보이는 연예인 등을 자신의 신체적 표준으로 삼고 이들을 닮기 위해서 많은 노력을 기울이기 때문에 대중 매체가 청소년들의 왜곡되고 비현실적인 외모를 지향하게 하는 현실을 개선시킬 수 있는 사회적인 대책을 마련하는데 주력해야 할 것이다. 또한 최근 인터넷 상에서는 연예인의 외모와 관련한 악플이나 허위사실 등이 무분별하게 올라오고 있는데 이러한 행동은 일반인들 사이에서도 쉽게 확대될 수 있고, 그 사회적 파급효과도 매우 부정적일 수 있으므로 이에 대한 구체적인 대처 방안도 시급히 모색되어야 할 것이다.

셋째, 본 연구에서 청소년들의 신체상은 스트레스를 매개하여 자살생각에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 부정적인 신체상을 갖고 있는 청소년들이 스트레스 상황에서 자살생각을 더 많이 한다는 선행연구(Orbach et al., 2001)의 결과와 일치하는 것으로서 우리나라 청소년들이 부정적인 신체상으로 인해서 많은 스트레스를 받고 있으며 이러한 스트레스는 자살생각을 하는데 까지 이어지고 있다는 것을 의미하는 것이다. 따라서 청소년들의 자살생각을 예방하기 위해서는 앞서 제시한 것처럼 청소년들이 긍정적인 신체상을 갖도록 도울 뿐 아니라 스트레스를 경감시키기 위

한 노력도 병행해야 할 것이다. 이와 관련해서 가족, 특히 부모가 자녀의 신체나 외모에 대해서 보이는 태도나 반응은 자녀의 신체상을 결정하는 경향이 있다(Baker & Galambos, 2003)는 점을 보면 부모의 역할이 청소년의 신체상 형성에 매우 중요하다는 것을 알 수 있다. 따라서 부모가 청소년 자녀의 신체나 외모에 대한 과도한 기준을 정하고 이를 준수하도록 지나치게 강조하는 것은 부정적인 신체상 형성으로 이어지거나 스트레스 요인이 될 수 있다는 점을 기억하고 부모로 하여금 청소년 자녀의 외모를 긍정적으로 평가해주고, 부정적인 신체상을 극복할 수 있도록 지지적인 자세를 취할 수 있도록 원조해야 할 것이다.

아울러 청소년들은 다른 누구보다도 또래들과의 관계를 통해서 신체상을 포함한 자아정체성을 형성하는 경향이 있기 때문에(Choate, 2007; Levine & Smolak, 2002), 비슷한 취미나 관심사를 갖고 있는 청소년들을 중심으로 동아리나 모임에서 활동할 수 있도록 지원한다면 그들이 경험하는 전반적인 스트레스를 극복하는데 도움이 될 수 있을 것이다. 또한 전문가의 지원을 통해 이 시기에 중요한 신체적·정서적 건강과 미에 대한 올바른 인식을 형성하고 각자의 모습을 있는 그대로 수용하면서 개성과 매력을 발전시킴으로써 긍정적인 신체상을 가질 수 있도록 하는 다양한 활동들을 전개해 나가야 할 것이다.

넷째, 본 연구에서는 신체상이 우울만을 매개하거나 스트레스와 우울을 동시에 매개해서는 자살생각에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 신체상이 우울을 매개해서 자살생각에 영향을 미친다는 선진외국의 선행연구(Orbach et al., 2006)결과와는 다른 것이다. 이러한 결과는 우리나라 청소년의 경우 우울이라는 요인이 매개변수로 추가되면 신체상의 영향력이 사라질 정도로 우울의 영향력이 강력하다는 것을 보여주고 있다. 이는 일상의 대부분의 시간을 입시공부에 전념해야 하는 중압감 속에서 경쟁적이고도 타율적인 환경에서 생활하는 우리나라의 청소년들이 다른 나라의 청소년들보다 전반적으로 더 심각한 수준의 우울을 경험하기 때문에 초래된 결과이지 않을까 추론하게 한다. 아울러 우리나라에서 청소년의 자살을 효과적으로 예방하기 위해서는 무엇보다도 우울을 감소시켜야 한다는 점을 다시금 일깨워주고 있다. 더 나아가 우울을 감소시키기 위해서는 우울에 영향을 미치는 요인에 대한 개입이 필요한데 본 연구는 신체상이 우울에 영향을 미치는 요인 중 하나라는 것을 보여줌으로써 청소년의 자살 예방을 위해서는 청소년의 긍정적인 신체상 형성을 위한 노력이 필요하다

는 것을 시사해 주고 있다.

본 연구는 우리나라 청소년들의 신체상이 스트레스와 우울을 매개로 하여 자살생각에 영향을 미치는지 파악했다는 점에서 의의를 찾을 수 있다. 그러나 본 연구는 몇 가지 제한점을 수반하고 있는데 그 내용과 대안을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 유의표집방법에 의해 서울에 거주하는 중·고등학생들만을 대상으로 이루어졌으며 여성이 다수를 이루어 연구 결과를 일반화시키는 데 한계가 있다. 따라서 차후에 이루어지는 연구는 좀 더 체계적인 표집방법에 의해 다양한 지역의 청소년들을 대상으로 하여 실시함으로써 일반화가 가능하도록 하는 노력이 필요할 것이다. 둘째, 본 연구에서는 신체상과 자살생각의 관계를 매개하는 요인으로 스트레스와 우울만을 고려했는데 실제로는 이외에도 여러 다른 요인들이 매개 역할을 할 수 있을 것이다. 따라서 앞으로 자살생각에 영향을 미칠 수 있는 자존감, 가족의 기능 등의 요인들을 추가한 연구를 실시함으로써 신체상과 자살생각간의 관계에서 좀 더 다양한 차원에서의 이해가 가능하도록 해야 할 것이다. 셋째, 본 연구에서는 청소년들의 신체상이 스트레스와 우울을 매개로 하여 자살생각에 어떠한 영향을 미치는 지를 밝힐 수 있었지만 청소년들이 신체상을 형성하는 데는 어떠한 요인들이 영향을 미치는지에 대해 밝히는 부분까지는 연구의 목적으로 삼지 않았다. 그러나 차후에는 청소년들이 신체상을 형성하는데 영향을 미치는 요인들까지를 포함해서 신체상과 자살생각 간의 관계를 파악해 보는 것도 의미 있는 연구가 될 수 있으리라 생각한다.

참 고 문 헌

구인회 (2003). 가족배경이 청소년의 교육성취에 미치는 영향: 가족구조와 가족소득, 빈곤의 영향을 중심으로. 사회복지연구, 제22호, pp. 5-32.

국가청소년위원회 (2006). 청소년백서. 서울: 국가청소년위원회.

권중돈 · 김동배 (2006). 인간행동과 사회환경. 서울: 학지사.

김성일 · 정용철 (2001). 청소년의 우울성향과 가정환경과의 관계. 한국청소년연구, 제12권 제1호, pp. 5-27.

김정혜 · 박원모 · 권선방 (2005). 비만 여고생의 신체상 만족도, 스트레스 대처방식 및 폭식 행동이 우울에 미치는 영향. 한국동서정신과학회지, 제8권 제2호, pp. 63-80.

김현순 · 김병석 (2008). 노인과 청소년의 자살생각 비교연구. 한국노년학, 제28권 제2호, pp. 325-343.

노혜련 · 김형태 · 이종익 (2005). 가출청소년의 자살생각과 행동에 영향을 미치는 심리사회적 변인에 관한 연구. 한국청소년연구, 제16권 제1호, pp. 5-34.

민성희 · 오혜숙 · 김지향 (2004). 대학생의 식생활태도와 스트레스에 관한 조사. 한국식생활문화학회지, 제19권 제2호, pp. 158-169.

박병금 · 노필순 (2007). 우울에 따른 청소년의 자살생각 관련변인: 우울청소년과 비우울 청소년의 집단비교를 중심으로. 정신보건과 사회사업, 제26권, pp. 168-193.

보건복지가족부 (2002). 청소년의 외모에 대한 인식 및 건강수준 실태조사.

신동주 · 정남운 (2007) 여대생 집단에서 내현적 자기애, 부정적 평가에 대한 두려움, 신체상 만족도가 마르고자 하는 욕구에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 제12권 제1호, pp. 77-94.

송동호 · 이홍식 · 전여숙 · 정유숙 (1996). 청소년의 자살기도의 정신의학적 특성. 신경정신의학, 제35권 제6호, pp. 1366-1375.

이은주 · 이은숙 (2002). 고등학생의 소외와 우울, 자살사고, 비행과의 관계 연구. 기본간호학회지, 제9권 제1호, pp. 56-65.

이정숙 (2001). 중고등학생의 성별, 비만, 타인의 평가와 신체존중감의 관계. 한국교원대학교 석사학위논문.

장선철 · 송미현 (2004). 고등학생의 외모만족도와 자아존중감 및 학교적응의 관계. 청소년학연구, 제11권 제3호, pp. 115-133.

장희순・김태련 (2006). 대중매체 노출이 신체상 지각과 상태 신체 존중감에 미치는 영향. 한국청소년연구, 제17권 제2호, pp. 57-83.

정경화 (1999). 비만유형, 사회적 지지, 스트레스 대처방식이 아동의 우울에 미치는 효과. 고려대학교 석사학위논문.

정혜경・박영주 (2003). 대입 수험생의 우울에 영향을 미치는 요인. 청소년학연구, 제10권 제1호, pp. 1-18.

조선진・김초강 (1997). 일부 여대생의 비만수준 및 체중조절행태가 스트레스에 미치는 영향. 보건교육건강증진학회지, 제14권 제2호, pp. 1-16.

최경애 (1994). 편마비 환자와 가족의 치료집단 program의 사례연구. 이화여자대학교 석사학위논문.

통계청 (2002). 통계연보. 대전: 통계청.

한미현・유안진 (1995). 한국 아동의 일상적 스트레스 척도의 개발. 대한가정학회지, 제33권 제4호, pp. 46-64.

현명선・남경아・공성숙 (2001). 청소년의 성적 발달과 신체상, 문제행동 및 우울과의 관계 연구-경기도 지역의 중학생을 중심으로-. 정신간호학회지, 제10권 제4호, pp. 533-547.

홍영수 (2004). 청소년의 자살행동에 대한 생활스트레스 및 자기존중감의 영향. 한국청소년연구, 제15권 제2호, pp. 153-182.

Baker, T. & Galambos, L. (2003). Body dissatisfaction of adolescent girls and boys: Risk and resource factors, *Journal of Early Adolescence, Vol. 23 No. 2*, pp. 295-307.

Baumeister, F. (1990). Suicide as escape from self, *Psychological Review, Vol. 97 No. 1*, pp. 90-113.

Choate, L. (2007). Counseling adolescent girls for body image resilience: Strategies for school guidance, *Professional School Counseling, Vol. 10 No. 3*, pp. 317-326.

Duncan, J. & Brooks-Gunn, J. (1997). Welfare's new rules: A pox on children, *Issues in Science and Technology, Vol. 14 No. 2*, pp. 67-72.

Eisenberg, M., Neumark-Sztainer, D. & Story, M. (2003). Associations of weight-based teasing and emotional well-being among adolescents, *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, Vol. 157 No. 8*, pp. 733-738.

Felner, D. & Silverman, M. (1995). Suicide prevention program: Issues of design, implementation, feasibility, and developmental appropriate, *Suicide & Life-Threatening Behavior, Vol. 25 No. 1*, pp. 92-104.

Fitzgibbon, L. Stolley, R. & Kirschenbaim, S. (1993). Obese people who seek treatment have different characteristics than those who do not seek treatment, *Health Psychology, Vol. 12 No. 5*, pp. 342-345.

Green, P. & Pritchard, E. (2003) Predictors of body image dissatisfaction in adult men and women, *Social Behavior and Personality, Vol. 31*, pp. 215-222.

Harlow, L., Newcomb, M. & Bentler, P. (1986). Depression, self-derogation, substance use and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational factor, *Journal of Clinical Psychology, Vol. 42*, pp. 5-21.

Huff, O. (1999). Source recency and degree of stress in adolescence and suicidal ideation, *Adolescence, Vol. 34 No. 133*, pp. 81-89.

Jackson, H. & Nuttall, L. (2001). Risk for preadolescent suicidal behavior: An ecological model, *Child & Adolescent Social Work Journal, Vol. 18 No. 3*, pp. 189-203.

Keeton, P., Cash, F. & Brown, A. (1990). Body image or body images?: Comparative, multidimensional assessment among college students, *Journal of Personality Assessment, Vol. 54 No. 1&2*, pp. 213 230.

Holsen, I., Kraft, P. & Roysamb, E. (2001). The relationship between body image and depressed mood in adolescence: A 5-year longitudinal panel study, *Journal of Health Psychology, Vol. 6 No. 6*, pp.613-627.

Levine, P. & Smolak, L. (2002) Body image development in adolescence. In T. F. Cash & T. Pruzinsky(Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*(pp. 74-82). New York: Gullford Press.

Mazza, J. & Reynolds, M. (1998). A longitudinal investigation of depression, hopelessness, social support and major and minor life events and their relation to suicidal ideation in adolescents, *Suicide & Life - Threatening Behavior, Vol. 28 No. 4*, pp. 358-374.

McCabe, M. & Ricciardelli, L. (2006). A prospective study of extreme weight

change behaviors among adolescent boys and girls, *Journal of Youth and Adolescence, Vol. 35 No. 3*, pp. 425-434.

Medelson, B., Medelson, M., Andrew, J., Balfour, L. & Bucholz, A. (1997). Three aspects of body esteem in adolescents and young adults: Differential relations with weight and self-esteem, *Research in Child Development, Vol. 17 No. 1*, pp. 145-160.

Orbach, I. (1994). Dissociation, physical pain, and suicide: A hypothesis, *Suicide and life-threatening behavior, Vol. 24 No. 1*, pp. 68-79.

_____ (1996). The role of the body experience in self-destruction, *Clinical Child Psychology and Psychiatry, Vol. 1 No. 4*, pp. 607-619.

Orbach, I., Gilboa-Schechtman, E., Sheffer, A., Meged, S., Har-Even, D. & Stein, D. (2006). Negative bodily self in suicide attempters, *Suicide and Life-Threatening Behavior, Vol. 36 No. 2*, pp. 136-153.

Orbach, I. & Mikulincer, M. (1998). The body investment scale: Construction and validation of a body experience scale, *Psychological Assessment, Vol. 10 No. 4*, pp. 415-425.

Orbach, I., Stein, D., Shani-Sela, M. & Har-Even, D. (2001) Body attitudes and body experiences in suicidal adolescents, *Suicide and Life-Threatening Behavior, Vol. 31 No. 3*, pp. 237-249.

Whestone, L., Morrissey, S. & Cummings, D. (2007). Children at risk: The association between perceived weight status and suicidal thoughts and attempts in middle school youth, *The Journal of School Health, Vol. 77 No. 2*, pp. 59-100.

Worell, J. & Remer, P. (2003). *Feminist perspective in therapy*. New Jersey: John Wiley & Sons.

Zung, W. (1965). A self-rating depression, *Archives of General Psychiatry, Vol. 12 No. 1*, pp. 63-70.

SBS (2007. 6. 1). 8 뉴스: 고교생, '심한 여드름 고민' 한강 투신자살.

ABSTRACT

The Effect of Body Image upon Youths with Suicide Ideation : The Mediating Effects of Stress and Sense of Depression

Noh, He-Len* · Choi, Kyung-Il**

The purpose of this study was to examine the effect of body image of youths upon their suicide ideation with stress and sense of depression as mediating variables. To achieve this purpose, 372 students were sampled. The study found that the body image of youths affected their suicide ideation directly and indirectly through stress. However, the body image of youths did not affect suicide ideation when their sense of depression was included as a mediating variable by itself or with stress. The implications of these results were explored in terms of measures that could be taken in families, schools, communities and societies at large.

Key Words : youths, body image, suicide ideation, stress, sense of depression

투고일 : 3월 16일, 심사일 : 4월 19일, 심사완료일 : 5월 11일

* Professor, Department of Social Welfare, Soongsil University
** Assistant Professor, Department of Social Welfare, Halla University