

청소년의 스트레스, 자기효능감, 우울과 자살생각의 관계

김 현 순*

초 록

이 연구의 목적은 청소년의 자살생각과 그 관련변인들 간의 구조적 관계를 가장 잘 설명하는 모형을 검증하여 관련변인들 간의 관계를 고찰하려는 것이다. 이를 위해 청소년 255명에게 인구사회학적 변인과 스트레스 척도, 자기효능감 척도, 우울 척도, 자살생각 척도로 구성된 설문지를 실시하고 SPSS. WIN 15와 AMOS 7.0을 사용하여 자료를 분석 하였다. 연구 결과는 첫째, 자살생각과 가장 상관 높은 변인은 우울이며, 그 다음이 스트레스, 자기효능감 이었다. 둘째, 자살생각과 관련변인에서 유의미한 성차가 나타나지 않았다. 셋째, 스트레스는 자기효능감과 우울을 완전 매개하여 자살생각에 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 넷째, 예측변인들이 기준변인을 설명하는 설명력으로 볼 때, 자살생각은 우울보다 예측하기 어려운 변인이었다. 이 연구의 의의와 그 시사점을 논하고, 후속연구를 위한 제언을 제시하였다.

주제어 : 청소년, 스트레스, 자기효능감, 우울, 자살생각

* 단국대학교, khsbcr@hanmail.net

I. 문제 제기

지난해 우리나라 자살자수는 사상 최대인 12,174명으로 하루 평균 34명이 스스로 목숨을 끊었다. 이는 인구 10만 명 당 24.8명으로(통계청, 2008), OECD 회원국 평균의 2배이며, OECD 회원국 중 가장 높은 자살률이다(보건복지가족부, 2008).

이 중 청소년(10-24세) 자살자는 929명으로 2007년 전체 자살로 인한 사망자 12,174명 중 7.53%에 불과하여 청소년 자살은 심각한 문제로 여겨지지 않을 수도 있다. 그러나 문제는 전체 청소년 사망자 3,135명 가운데 자살로 인한 사망비율이 29.6%로 청소년 사망원인 1위이며, 이와 같은 추세는 매년 꾸준한 증가추세에 있다는 점이다(통계청, 2008). 또한 청소년 자살생각률은 58.8%로 성인 자살생각률 30대의 10.5%, 40대의 12.7%, 50대의 11.6%보다 높으며 매년 증가추세에 있다(한국청소년상담원, 2007). 청소년기는 아동기로부터 성인기로 넘어가는 과도기로서 이때 나타나는 급속한 신체적, 정신적, 지적 및 사회적 변화는 그 자체가 스트레스가 될 수 있다(홍영수, 2004). 또한 부모들의 기대와 사회의 요구가 빠르게 변화됨으로써 불균형과 부적응을 겪게 된다. 더구나 우리나라 청소년들은 학업문제 등으로 인한 생활스트레스를 많이 겪는다. 청소년이나 아동에게 있어서 스트레스가 많으면 많을수록 심리적 불안과 함께 더 많은 공격적 행동이 나타나며, 스트레스에 대한 긍정적인 대처는 문제행동과 부적응의 관계를 가지지만 부정적 대처는 문제행동과 정적인 관계를 갖는다(정연우, 2001). 그 결과 일탈행동이나 사회-심리적 부적응 및 심지어 자살행동의 가능성도 커지게 된다(우선유, 1999).

최근 자살문제는 개인적인 문제가 아니라 사회전체가 다루어야 할 중요한 문제로 인식되기 시작했고, 자살과 관련된 어려움을 경험하는 사람을 조기에 발견하고 예방 혹은 치료하려는 노력의 일환으로 자살에 대한 다양한 논의와 연구가 이루어지고 있다. 심미영, 김교현 및 권선중(2003)은 한국의 남녀 중고생 1,065명을 대상으로 한 연구에 따르면, '생활스트레스'와 '우울' 및 '무망감' 등은 자살생각의 위험요인으로 작용하는 반면, '낙관주의'와 '자기효능감' 및 '사회적 지원'은 보호요인으로 작용하고 있음을 밝혔다.

따라서 이 연구에서는 자살생각의 위험요인인 스트레스와 우울 그리고 보호요인인

자기효능감이 자살생각에 어떤 방식으로 영향을 미치는지를 검증하여 청소년 자살에 대한 이해를 높이고 자살예방을 위한 대책마련에 일조하고자 한다.

청소년의 자살행동은 생활스트레스와 관련된 것으로 알려져 왔다. 사회, 환경적 스트레스는 우울(Chang, 2001; Kessler, 1997; Mazza & Reynold, 1998)이나 비행(김재엽, 최선희, 1998)뿐만 아니라 자살생각을 일으킬 수도 있다는 것이다. 청소년 자살을 다룬 연구들은 자살을 시도한 청소년들의 일상적인 스트레스 수준이 높았음을 보여주었다(Wilson et al., 1995). 즉, 일상생활에서 발생하는 스트레스 사건이 자살행동의 위험을 증가시키는 요인(De Wilde et al., 1992)이며, 청소년이 경험하는 일상적 스트레스와 자살률은 정적 상관이 있는 것으로 나타났다(박광배, 신민섭, 1991).

스트레스는 “개인이 가진 자원을 초과하여 개인의 안녕 상태를 위협한다고 평가되는 개인과 환경간의 특정한 관계”라 정의될 수 있는데(Lazarus & Folkman, 1984), 결국 심한 스트레스는 적절한 대처방법을 찾지 못하는 청소년으로 하여금 현실도피의 한 방법으로 자살을 시도하게 한다. Wilson 등(1995)도 자살을 시도한 청소년들은 자살 시도 전 몇 주 혹은 몇 달 전에 심각한 스트레스를 경험했고, 스트레스 사건의 통제정도를 부정확하게 평가했다고 하였다.

스트레스는 또한 청소년의 우울을 유발시킨다. 많은 연구들(Billings & Moos 1984; Folkman & Lazarus 1986; Mitchell, Cronkite, & Moos 1983)이 스트레스에 대한 가장 보편적인 반응이 우울이라는 점에 의견을 같이 한다. 우리나라 청소년들의 우울증 발생비율은 성인집단보다 높은 것으로 나타나고 있는데 이는 학업과 진학, 대인관계와 같은 스트레스 요인과 관련되어 있다(남정자, 조맹제, 최은지, 1996). 청소년기는 성장과 발달에 있어 소아에서 성인으로 이행되는 전환기로서 신체적, 심리적, 사회적으로 많은 변화를 경험하는 시기로 청소년들은 직업이나 진로의 선택, 자아의 실현 및 인격의 성숙 등 성인이 되기 위한 준비를 하는 만큼 사회 심리적 부담이 크다. 이러한 발달과제의 부담으로 인하여 정서적으로 불안해질 수 있고, 충동성의 조절이 미숙하며 자아기능의 발달이 아직 취약하므로 주요 정신질환의 초발연령이 되기도 한다(송동호 등, 1996; Rutter, 1989). 특히 고등학교 남학생들 중 학업성적에 대해 불만이 높은 집단에서 우울증상의 위험이 높은 것으로 보고되고 있다(조성진 등, 2002). 따라서 청소년기에 흔히 나타날 수 있는 우울증상은 심리적 치료를 필요로 하는 청소년뿐

만 아니라 일반 청소년들도 일상생활을 통해서 보편적으로 경험할 수 있는 정서 상태라고 할 수 있는데(양돈규, 1997), 학업성적 및 입시중심의 학교환경 등을 고려할 때 보다 많은 고등학생들이 우울증상을 겪고 있을 것으로 예측된다.

자살생각과 자살행위가 우울증 진단 증거에 포함된 사실(American Psychiatric Association, 1987)을 보면 쉽게 알 수 있듯이 우울은 단일 요인으로서 자살을 이끄는 가장 위험한 요인으로 알려져 있고(Klerman, 1987), 청소년에서 노인에 이르기까지 다양한 연령층에서 보이는 자살생각 및 자살시도와 가장 밀접한 상관을 보이는 심리 장애로 간주되어 왔다(White, 1989). 자살을 시도했거나 지속적인 자살생각을 경험하는 청소년의 40%가 우울의 주요증상을 보이고(Greuling & DeBlasic, 1980), 청소년 자살시도자의 임상적 특성이 우울증 환자의 특성과 유사한 것으로 나타나고 있다(송동호, 이홍식, 전여숙, 정유숙, 1996). 중학생 3,200명을 대상으로 우울증상을 예측하는 유의한 예측요인을 분석한 결과, 자살생각은 우울과 유의한 상관성을 보임으로써 우울과 자살생각 간에 강한 상관성이 나타났다(Robert & Chen, 1995). 특히 나이 어린 청소년들에게서 우울은 직접적으로 자살생각에 이르게 하는 것으로 보고되고 있다(신민섭, 박광배, 오경자, 김중술, 1990; Asarnow, Carson & Gutgohrie, 1987; Cole, 1989). 청소년은 원래가 정서적으로 불안정한 시기이므로 청소년의 자살은 비관적 인지보다는 우울한 기분이나 충동성 등 정서적인 요인이 많이 개입되었을 수 있다.

이처럼 청소년기의 과도한 스트레스는 우울을 유발하고, 우울은 자살과 강한 상관을 가지고 있다. 그런데 위에서 살펴보았듯이 많은 연구들이 스트레스가 우울을 예측하는데 있어서 하나의 중요한 요인이라는 강력한 증거를 제공하고 있음에도 불구하고, 스트레스가 우울을 설명하는 변인이 4-15% 정도라는 연구 결과(Hammen, 1988)가 보고되면서 스트레스만으로는 우울을 잘 예측할 수 없으므로 스트레스와 우울 사이의 관계를 보다 효과적으로 설명할 수 있는 다른 변인들이 고려되었는데 그 중 하나가 자기효능감이다.

자기효능감은 '특정업무를 성취하기 위해 필요한 행동을 조직하고 수행하는 자신의 능력에 대한 개인의 판단'이며, '특정상황에서 특정행위를 수행하는 능력에 대한 개인의 신념'으로 정의된다. 즉, 개인의 어떠한 행동이나 활동을 성공적으로 수행할 수 있다는 자신의 능력에 대한 확신이나 기대를 말한다. 자기효능감은 개인의 수행, 동기, 인지뿐만 아니라 공포, 불안, 우울과 같은 정서에도 영향을 준다.

Kanfer와 Zeiss(1983)는 대학생을 대상으로 자기효능감과 우울간의 관계를 연구했는데 개인적 수행기준과 자기효능감 간에 차이가 클 때 우울이 유발됨을 보고 했다. 이 때 우울한 사람과 우울하지 않은 사람은 모두 수행수준은 같았지만 우울한 사람이 우울하지 않은 사람보다 더 낮은 자기효능감을 보고했다. 이유정(1985)도 자기효능감에 대한 기대와 목표성취수준간의 큰 차이가 우울을 유발하는데 이는 목표성취수준이 높아져서 아니라 낮은 자기효능감을 갖기 때문이라고 했다.

자기효능감은 우울과 직접 관련될 뿐만 아니라 부적 생활사건을 경험하는 상황에서 정신 및 신체 건강과 정서에 미치는 영향을 증대, 매개한다는 가설이 여러 연구에서 입증되었다. 박경민(1994)은 자기효능감이 적응을 예견하는데 있어 중요한 변인으로 스트레스를 완화시키는 효과를 나타낸다고 하였고, 장은주(1997)는 자기효능감을 높게 지각하는 사람은 강한 집중력을 가짐으로써 어려움을 극복하기 위해 노력하지만, 자기효능감을 낮게 지각하는 사람은 어려움을 실제 이상으로 두려워하여 스트레스 강도가 높아져 자기능력을 최대한 발휘하기 어렵게 된다고 하였다. Gattuso, Litt와 Fitzgerald(1992)는 자기효능감이 스트레스의 부적 효과를 감소시켜 심리적 건강을 증진시킨다고 하였고, Maciejewski, Prigerson와 Mazure (2000)는 자기효능감이 스트레스 사건이 우울증에 미치는 영향의 40%를 매개한다고 하였다.

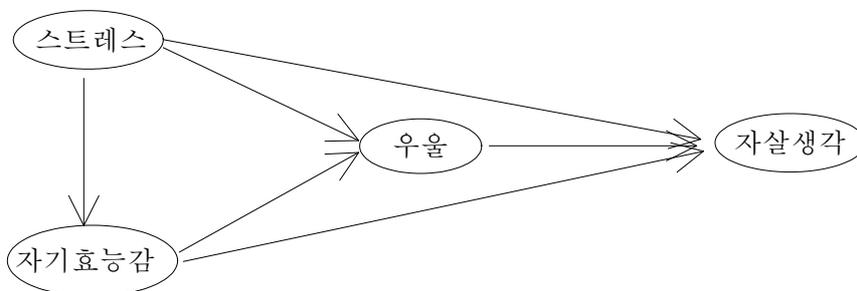
자기효능감이 우울에 미치는 영향은 성인이나 청소년에게 비슷한 것으로 보인다. 그러나 청소년기는 성인에 비해 스트레스대처, 문제해결에 필요한 기술과 자원이 부족한 시기이므로 자기효능감의 중요성이 더욱 높다고 볼 수 있겠다. 자살에 있어서도 청소년의 경우는 절망보다는 자기효능감에 대한 믿음의 좌절이나 대처능력의 저하가 자살에 이르게 하는 가장 위험한 요인으로 논의되었다(Cole, 1989).

자살생각과 관련변인들 간에 성차 다른 선행연구들을 고찰해보면 남성에 비해 여성의 자살 생각률과 자살 시도률은 남성에 비해 높으나 실제 자살 성공률은 여성보다 남성이 높았다(서동우, 200; Liu & Tein, 2005). 이러한 남. 여 차이는 여성이 우울 증 발병률이 더 많기는 하지만 감정을 내향화하기 때문에 자살생각은 많아도 치명적인 시도는 적으며, 관계와 애착을 중요시하는 성향이 보호 작용을 하는 반면, 남성의 경우는 더 공격적이고 파괴적인 행동이 흔하기 때문이라고 한다. 또한, Murphy(1999)는 여성의 자살시도는 실제로 죽으려는 의도보다는 타인의 관심을 끌어 도움을 요청하려는 욕구가 강하게 작용한 것이라고 하였다. 즉, 여성의 경우 자살의도로 인한 자

살시도이기 보다는 자신의 급박한 정서 상태와 절실한 요구가 있음을 알리려는 신호일 수 있다. 그러나 2007년도 청소년 상담원 조사에 의하면 여학생은 70.1%가 자살을 생각하고 15.8%가 자살을 실제 시도한 데 비해 남학생은 49.6%가 자살을 생각한 경험이 있고 7.5%가 자살을 시도해 봤다고 답해 여학생의 자살 생각을 뿐 아니라 자살 기도률도 남학생보다 월등 높은 것으로 나타났다. 이는 기존의 일반적인 연구결과들과 상이한 것이어서 이에 대한 새로운 탐색이 필요함을 시사한다.

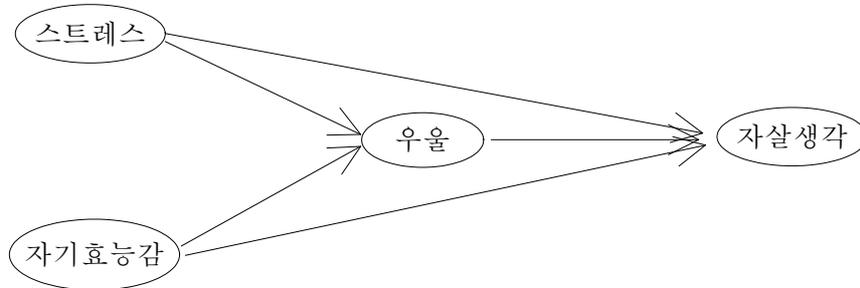
이상에서 고찰한 이론에 따라 이 연구에서는 청소년의 자살생각과 관련변인들 간의 구조적 관계를 가장 잘 설명하는 모형을 탐색하는 과정을 통해 자기효능감의 매개효과를 검증하고 이를 근거로 청소년의 자살을 예방하고 개입할 수 있는 방안을 탐색하고자 한다.

이에 따라 이 연구에서는 선행연구를 바탕으로 스트레스가 직접 우울과 자살생각에 영향을 미치면서 동시에 자기효능감을 매개하여 우울과 자살생각에 영향을 미치기도 하는 부분매개모형을 [그림1]과 같이 연구모형으로 설정하였다.



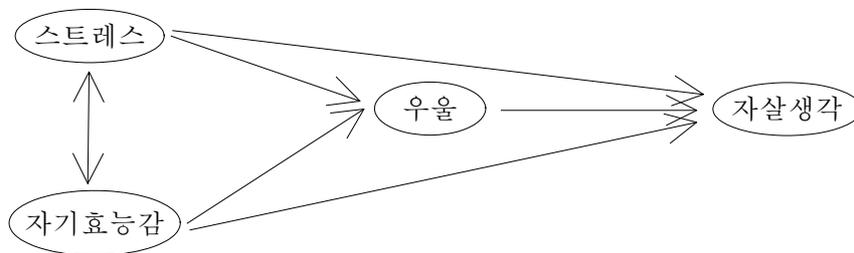
[그림 1] 연구모형

자기효능감의 매개효과를 더 명확히 검증하기 위해 자기효능감이 스트레스와 우울을 매개하지 않고 독립적으로 우울에 영향을 미치는 단순가산 모형을 [그림2]와 같이 경쟁모형1로 설정하였다.



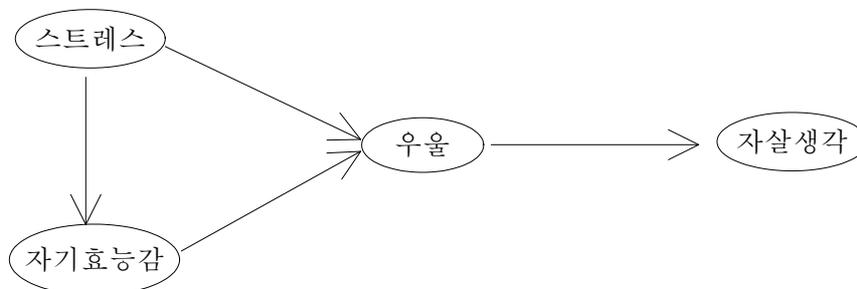
[그림 2] 경쟁모형1

자기효능감은 스트레스와 상호작용한다. 부모의 과도한 기대나 학업실패는 자기효능감을 떨어트리고 스트레스에 더 취약하게 하는 결과를 가져오고(김의철, 박영신, 2001), 반복되는 성공은 자기효능감을 증가시키고 반복되는 실패는 자기효능감을 감소시키며 불안, 스트레스 등이 자기효능감에 영향을 줄 수 있다는 선행연구(Bandura, 1997)에 따라 스트레스와 자기효능감이 상호작용하는 모형을 [그림 3]와 같이 경쟁모형2로 설정하였다.



[그림 3] 경쟁모형2

스트레스가 자살생각에 직접 영향을 미치지 않고 자기효능감과 우울을 매개하여 영향을 미치는 완전매개모형을 [그림 4]와 같이 경쟁모형3으로 설정하였다.



[그림 4] 경쟁모형3

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구의 대상자는 서울에 소재한 고등학교 2개교의 1학년 학생 255명이다. 자료 수집은 2007년 7월에서 9월에 걸쳐 이루어졌으며 수거된 설문지중 응답이 부적절하거나 결측값이 많은 설문지는 분석 대상에서 제외시켰다.

2. 측정도구

1) 스트레스

한국어판 스트레스 측정도구인 BEPSI-K(Brief Encounter Psychosocial Instrument -Korean)를 사용하였다. 이 설문지의 원본은 1988년 Frank와 Zyznaski가 기존의 스트레스를 측정하는 복잡한 설문 대신 바쁜 외래에서 쉽게 쓸 수 있도록 개발한 것이다. 1개의 개방형 질문과 5개의 폐쇄형 질문으로 구성되어 있고 기존의 스트레스 측정도구, 불안 지수, 우울 지수, 생활 변화량, 총스트레스량과 강한 상관성을 보여 외래에서 사용 가능함을 입증 받았다. 우리나라에서는 배종면, 정은경, 유태우(1992)가 BEPSI-K를 개발하였는데, 임지혁 등(1996)이 이를 다시 수정, 보완하여 그 타당성을

검증하였다. 5문항의 폐쇄적 질문으로 구성되어 있으며 질문은 각각 외적 요구, 내적 요구, 내적 요구와 외적 요구 차이, 요구의 불확실성, 요구의 조화를 반영하도록 고안되었다. 이 연구에서의 Cronbach's α 는 .800 이다.

2) 자기효능감

자기효능감은 Sherer, Mercadante, Maddux, Prentice-Dunn, Jacobs와 Rogers(1982)가 제작하고 박경민(1994)이 번안한 일반적, 사회적 자기효능감 척도 중 일반적 자기효능감 척도만을 사용하였다. 일반적 자기효능감은 일반적 상황에서 어떤 행동을 시작하고 끝마칠 때 까지 노력이 지속되는데 필요한 의지와 어려운 일에 부딪혔을 때 필요한 효능감을 측정하도록 되어 있다. 이 연구에서는 탐색적 요인분석을 통해 2요인으로 분류하였으며 Cronbach's α 는 .791 이다.

3) 우울

우울 척도로는 신민섭, 박광배, 오경자, 김중술(1990)이 한국어로 번안하여 사용한 ZDI(Zung Depression Inventory; Zung, 1965)가 사용되었는데, 이 척도는 우울증의 정서적인 측면인 우울감을 측정하는데 적합하다. 이 연구에서는 탐색적 요인분석을 통해 4요인으로 분류하였으며, Cronbach's α 는 .745 이다.

4) 자살생각

이 연구에서는 Beck, Kovacs, Weissman(1979)의 SSI(Scale for Suicide Ideation)를 신민섭 등(1990)이 번안하여 사용한 도구를 사용하였다. SSI는 원래 임상 면접을 통하여 임상가가 평정하는 3점 척도로 된 19문항으로 이루어진 검사이나, 많은 피험자들을 일일이 면담하는 것이 불가능하므로 신민섭 등(1990)이 가능한 원래의 문항에 충실하게 자기 보고형 질문지로 변형하였다. SSI는 자살시도 전에 자살에 대한 심각성을 측정하는 도구로 자살에 대한 생각이 반드시 자살시도를 이끌지는 않지만 검사결과는 이후에 보일 자살행동의 중요한 예언지표가 될 수 있고, 자살위험에 대한 임상가의 평가와 높은 상관성이 있음이 보고되었다(Beck et al., 1979). 이 연구에서는 탐색

적 요인분석을 통해 3요인으로 분류하였으며 Cronbach's α 는 .929 이다.

3. 자료분석

자료분석에는 SPSS WIN 15.0과 AMOS 7.0을 사용하였다. SPSS WIN 15.0을 이용하여 연구대상자 및 측정변인의 특성을 파악하기 위한 평균, 표준편차, 상관분석을 실시하고 측정도구의 신뢰도를 계산하고 탐색적 요인분석을 실시하였다. 또한 이론적 배경을 토대로 추론된 모형을 통하여 자살생각과 관련변인들 간의 구조적 관계를 알아보기 위해서 AMOS 7.0 을 사용하여 모형의 적합도와 경로계수의 값을 구하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 연구변인들의 기술통계 및 상관 분석

연구변인들의 특성과 변인들 간의 관련성 정도와 방향성을 살펴보기 위해 전체집단의 평균, 표준편차, 상관을 구한 결과는 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구변인들의 평균, 표준편차, 상관

	스트레스	자기효능감	우 울	자살생각
스트레스				
자기효능감	-.458**			
우 울	.543**	-.464**		
자살생각	.488**	-.352**	.503**	
평 균	7.56	15.01	5.62	6.77
표준편차	3.77	4.09	3.22	7.16

** p<.01

자살생각과 가장 상관이 높은 변인은 우울($r=.503, p<.01$)이며, 그 다음이 스트레스($r=.488, p<.01$), 자기효능감($r=-.352, p<.01$) 이었다. 우울은 자살생각($r=.503, p<.01$)이나 자기효능감($r=-.464, p<.01$)보다는 스트레스($r=-.543, p<.01$)와 더 상관이 높았다. 자기효능감은 스트레스($r=-.458, p<.01$)나 자살생각($r=-.352, p<.01$)보다는 우울($r=-.464, p<.01$)과 더 높은 상관을 보였다. 스트레스와 가장 상관이 높은 변인은 우울($r=.543, p<.01$)이며 그 다음이 자살생각($r=.488, p<.01$), 자기효능감($r=-.458, p<.01$)이었다.

즉, 자살생각은 우울과, 우울은 스트레스와, 자기효능감은 우울과, 스트레스는 우울과 가장 상관이 높았다.

이를 측정변인별로 변인들 간의 상관, 평균과 표준편차를 제시하면 <표 2>와 같다.

<표 2> 측정변인들의 평균, 표준편차, 상관

	스트레스1	스트레스2	자.효1	자.효2	우울1	우울2	우울3	우울4	자살생각1	자살생각2	자살생각3
스트레스1											
스트레스2	.581**										
자.효1	-.374**	-.449**									
자.효2	-.277**	-.196**	.410**								
우울1	.406**	.356**	-.338**	-.171**							
우울2	.345**	.311**	-.422**	-.325**	.339**						
우울3	.381**	.188**	-.227**	-.262**	.260**	.338**					
우울4	.272**	.332**	-.217**	-.122	.285**	.288**	.273**				
자살생각1	.447**	.348**	-.361**	-.202**	.410**	.297**	.288**	.329**			
자살생각2	.413**	.244**	-.262**	-.088	.309**	.233**	.300**	.229**	.707**		
자살생각3	.472**	.335**	-.329**	-.188**	.266**	.322**	.340**	.291**	.639**	.576**	
평균	4.27	3.29	10.30	4.71	2.11	1.35	.77	1.38	3.49	2.00	1.28
표준편차	2.50	1.73	3.22	1.53	1.66	1.05	.95	.98	3.85	2.74	1.47

** $p<.01$ 자.효=자기효능감

2. 남성과 여성간의 차이 분석

자살생각 관련변인과 자살생각에서 남녀간에 차이가 있는가를 살펴보기 위해 t검증을 실시하였는데 그 결과는 <표 3>과 같다.

아래 표에서 알 수 있듯이 스트레스, 자기효능감, 우울, 자살생각의 모든 변인에서 남성과 여성 간에 유의미한 차이가 없었다.

<표 3> 남성, 여성 집단의 차이분석

	집 단	평 균	표준편차	t 값
스트레스	남성	8.00	4.16	1.180
	여성	7.35	3.56	
자기효능감	남성	15.32	3.99	.856
	여성	14.86	4.15	
우울	남성	5.30	3.25	-1.130
	여성	5.78	3.20	
자살생각	남성	5.93	8.24	-1.220
	여성	7.18	6.55	

3. 자살생각 모형 검증

자살생각과 그 관련변인들 간의 구조적 관계를 잘 설명해 주는 모형을 검증하기 위해 연구모형과 경쟁모형1, 경쟁모형2, 경쟁모형3의 적합도를 분석, 비교하여 경험 자료를 가장 잘 설명하면서도 간명한 최적의 모형을 탐색하였다.

연구모형과 경쟁모형1, 경쟁모형2, 경쟁모형3을 비교하기 위해 세 모형의 적합도 지수를 비교하였다. 적합도를 평가하는데 사용되는 적합도 지수(fit index)에는 여러 가지가 있으나 이 연구에서는 적합도 판단에 일반적으로 많이 사용되는 절대 적합도 지수인 χ^2 과 RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation), 증분 적합도 지수인 CFI(Comparative Fit Index)와 TLI(Tucker-Lewis Index)를 사용하였다. 모형적합도의 판단기준은 CFI>.90, TLI>.90 이면 좋은 적합도, RMSEA<.05 이면 좋은 적합도, RMSEA<.08 이면 괜찮은 적합도 RMSEA<.10 이면 보통 적합도이다(홍세희, 2000).

세 모형의 적합도 지수는 <표 4>과 같다.

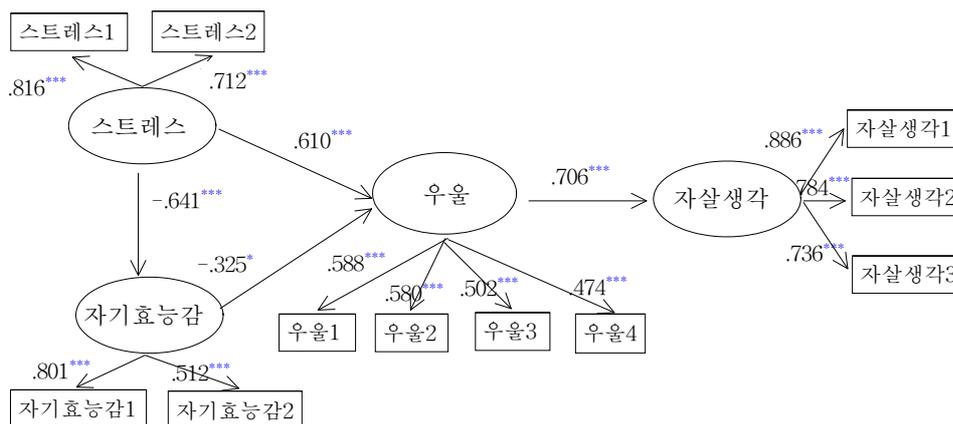
<표 4> 연구모형과 경쟁모형들 간의 적합도 지수

	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
연구모형	81.035***	38	.929	.951	.067
경쟁모형1	95.225***	41	.917	.938	.072
경쟁모형2	81.035***	38	.929	.951	.067
경쟁모형3	82.238***	40	.933	.951	.065

*** p < .001

연구모형의 TLI, CFI는 .929, .951이고 RMSEA는 .067이며, 경쟁모형1의 TLI, CFI는 .917, .938이고 RMSEA는 .072이며, 경쟁모형2의 TLI, CFI는 .929, .951이고 RMSEA는 .067이며, 경쟁모형3의 TLI, CFI는 .933, .951이고 RMSEA는 .065로서 네 모형 모두 좋은 적합도를 보였다. 그러나 연구모형의 χ^2 는 81.035(38, N=255)이고, 경쟁모형1의 χ^2 는 95.225(41, N=255)이고, 경쟁모형2의 χ^2 는 81.035(38, N=255)이고, 경쟁모형3의 χ^2 는 82.238(40, N=255)로서 자유도와 χ^2 를 비교할 때 경쟁모형3이 가장 간명하고 적합한 최종모형이었다.

그러므로 이 최종모형의 표준화 경로계수와 유의도 수준을 알아본 경로도는 [그림 5]와 같다.



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

[그림 5] 최종모형의 경로도

위 그림에서 알 수 있듯이 자기효능감에서 우울로 가는 경로계수는 $p < .05$ 수준에서 유의미하고 그 외의 모든 경로계수는 $p < .001$ 수준에서 유의미하였다.

이런 경로를 통해 자살 관련변인들이 자살생각을 얼마나 설명하고 있는가를 알아보기 위해 관련변인들의 효과를 분석한 결과는 <표 5>와 같다.

[그림 5]와 <표 5>를 종합해 보면, 스트레스와 자기효능감은 우울을 매개하여 자살생각에 영향을 미쳤다. 우울은 자기효능감(-.325, $p < .05$)보다는 스트레스(.819, $p < .001$)의 영향을 더 많이 받는데, 스트레스는 직접 영향(.610, $p < .001$)을 미치기도 하고 자기효능감을 매개하여(.209, $p < .001$) 영향을 미치기도 한다. 자살생각에 가장 영향을 미치는 변인은 우울(.706, $p < .001$)이며 그 다음은 스트레스(.578, $p < .001$)였다.

<표 5> 자살생각에 대한 자살 관련변인들의 효과

기준변인	예측변인	전체효과	직접효과	매개효과	R ²
자기효능감	스트레스	-.641***	-.641***	-	.411
우울	스트레스	.819***	.610***	.209***	.733
	자기효능감	-.325*	-.325*	-	
자살생각	스트레스	.578***	-	.578***	.498
	자기효능감	-.230***	-	-.230***	
	우울	.706***	.706***	-	

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

스트레스는 자기효능감과 우울을 매개하여(.578, $p < .001$) 자살생각에 영향을 미쳤으며, 자기효능감은 우울을 매개하여(-.230, $p < .001$) 자살생각에 영향을 미쳤다. 예측변인들이 기준변인을 설명하는 설명력을 살펴보면 스트레스는 자기효능감의 41.1%를 설명하였고 스트레스와 자기효능감은 우울의 73.3%를, 스트레스와 자기효능감과 우울은 자살생각의 49.8%를 설명하였다. 우울에 대한 설명력(73.3%)은 자살생각에 대한 설명력(49.8%)보다 높았다.

IV. 결론 및 논의

이 연구는 자살생각관련 변인인 스트레스, 자기효능감, 우울과 자살생각 간의 구조적 관계를 가장 잘 설명하는 모형을 탐색하여 그들 간의 관계를 고찰하고자 하였다. 이를 위해 청소년 255명에게 인구학적 변인과 스트레스 척도, 자기효능감 척도, 우울 척도, 자살생각 척도로 구성된 질문지를 실시하여 그 변인들의 특성을 살피고 이들 간의 관계를 가장 잘 설명하는 구조적 관계를 탐구하였다.

이 연구의 결과를 요약하고 그 의미를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 자살생각과 가장 상관이 높은 변인은 우울이며, 그 다음이 스트레스, 자기효능감 이었다. 이런 결과는 우울은 자살에 있어서 단일요인으로는 가장 결정적인 위험 요인이라는 여러 연구결과(김형수, 2002; 배지연 등, 2005; Carlson, & Cantell, 1982; Conwell, 1997; Conwell, Caine & Olson, 1990; Crumley, 1979)와 청소년에서 노인에 이르기까지 다양한 연령층에서도 우울은 자살생각 및 자살시도와 가장 밀접한 상관을 보이는 심리장애로 간주된다는 White(1989)의 연구 결과와도 일치한다. 한 연구(Feldmen & Elliot, 1990)에 의하면 자살 청소년의 95%가 정신과적 문제를 가지고 있으며 70%가 반사회적 행동, 76%가 정서장애, 70%가 음주나 약물과 관련된 문제를 가지고 있었다.

둘째, 우울에서 남성과 여성 사이에 유의미한 차이는 나타나지 않았다. 이는 여성이 남성보다 우울을 많이 경험한다는 기존 연구결과(홍나미, 정영순, 1999)와 일치하지 않았다. 이는 연구대상이 고등학교 1학년 여학생으로 이들에게는 여성이라는 성적인 특성보다는 발달단계상 청소년과 학생에게 부여된 역할과 기대에 대한 사회적 압력이 더 크게 작용하기 때문이라 짐작된다. 현대사회는 여학생에게도 남학생에게 기대하는 것과 거의 유사한 학업 성취와 사회적 성공을 요구하고 있는 듯하다. 따라서 여학생도 남학생과 동일한 내용과 강도의 기대에 대응하여 동일한 반응을 보이는 것으로 생각 된다. 자살생각에 있어서도 남녀간에 차이가 없었는데 이는 여성이 남성보다 자살생각을 더 많이 하지만 남성이 자살행동을 더 성공적으로 완수한다는 선행연구들(서동우, 2001; Murphy & Wetzel, 1982)의 결과와 일치하지 않았으며, 자살생각에서 자살시도에 이르기 까지 일관되게 여성이 남성보다 높게 나타난다는 연구결과

(한국청소년상담원, 2007)와도 달랐으나, 한국 청소년들의 자살생각에서 남녀차이는 유의미하지 않다는 심미영, 김교현의 연구(2005)와는 일치했다. 스트레스와 자기효능감에서도 유의미한 성차는 나타나지 않았다.

셋째, 경쟁모형3이 자살생각과 관련변인간의 관계를 가장 잘 설명하는 구조모형이었다. 경쟁모형3은 스트레스가 우울에 직접 영향을 미치면서 동시에 자기효능감을 매개하여 우울에 영향을 미치지만 자살생각에는 직접영향을 미치지 못하고, 자기효능감은 우울을 매개하여 자살생각에 영향을 미치지만 자살생각에 직접 영향을 미치지 못하는 구조모형이다. 이는 스트레스나 자기효능감은 그 자체로 직접 자살생각에 영향을 미치기보다는 자기효능감이나 우울을 매개하여 간접적으로 영향을 미친다는 것을 의미한다. 그러므로 스트레스에 직면했을 때라도 적절한 중재를 하면 이들의 자살을 예방하고 조절할 수 있음을 시사하는 것이라 할 수 있다.

넷째, 예측변인들이 기준변인을 설명하는 설명력을 살펴보면 스트레스는 자기효능감의 41.1%를, 스트레스와 자기효능감은 우울의 73.3%를, 스트레스와 자기효능감과 우울은 자살생각의 49.8%를 설명했다. 전반적으로 우울에 대한 설명력이 자살생각에 대한 설명력 보다 컸는데 이는 자살생각이 우울보다 예측하기 힘든 변인임을 의미한다.

하지만 이러한 연구결과를 제시함에 있어서 이 연구는 몇가지 한계를 가지고 있다. 첫째, 이 연구의 대상은 모두 서울에 소재한 고등학교 1학년 학생이다. 학생 가정의 사회경제적 지위가 미치는 효과를 통제하기 위해 연구자의 주관적 판단에 따라 사회경제적 지위가 다르리라고 여겨지는 두 지역의 학교를 선정하였음에도 불구하고 서울에 소재한 고등학교 학생이라는 점으로 인해 연구결과를 일반화하는데 한계가 있다. 따라서 청소년의 특성을 보다 잘 대표하기 위해서는 좀 더 광범위한 표집을 통한 연구가 이루어져야 할 것이다. 둘째, 이 연구는 횡단적 연구이므로 변인들 간의 인과관계를 명확히 말하기는 어렵다. 이 연구에서 나타난 효과는 동시에 측정된 각 변인들 간의 회귀적 관계이다. 그러므로 이 연구에서 나타난 효과는 잠정적으로 지지되었다고 보는 것이 적절한 해석일 것이다. 스트레스, 자기효능감, 우울, 자살생각간의 관계를 명확히 검증하기 위해서는 장기간에 걸친 종단연구가 이루어져야 할 것이다.

이런 제한점에도 불구하고, 이 연구는 다음과 같은 의의와 함의를 제시하고 있다. 첫째, 청소년 자살생각과 그 관련변인을 살펴봄으로써 청소년의 자살을 이해하고 이를 예방하기 위한 노력에 일조했다는 점이다. 특히 자기효능감이라는 변인을 매개변

인으로 설정함으로써 청소년의 우울과 자살생각을 좀 더 효과적으로 설명하고 이에 적극적으로 개입할 수 있는 근거를 제공하였다. 기존의 연구들도 특히 청소년기에는 우울-절망-자살간의 구조적 관계에서 절망보다는 자기효능감에 대한 믿음의 좌절이나 대처능력의 저하가 자살에 이르게 하는 가장 위험한 요인임을 지적하고 절망이나 우울감이 자살생각을 이끌 때 자기효능감이 매개하여 스트레스의 효과에 대한 완충작용을 할 수 있음을 증명하였다(Asarnow et al., 1987). 그러므로 청소년의 우울과 자살 예방 및 개입, 더 나아가 청소년의 정신건강을 증진시키기 위한 개입에 청소년의 자기효능감을 발달시킬 수 있는 방안을 포함시켜야 할 것이다. 둘째, 자살생각과 그 관련변인들 간에 성차가 있는가를 비교 검증하였다. 성차는 성역할에 대한 사회적 기대가 변하고 있음을 반증하는 것이다. 따라서 이 연구의 결과를 통해 앞으로 시대의 흐름에 맞는 새로운 성역할을 규명하는 연구가 이어져야 함을 시사받을 수 있다.

참 고 문 헌

- 김의철, 박영신(1997). 스트레스 경험, 대처와 적응결과: 토착심리학적 접근. 한국건강 심리학회, 한국심리학회지: 건강, 제2권 제1호, pp. 96-126.
- 김의철, 박영신(1999). IMF 시대가 한국인의 스트레스에 미친 영향: 토착 심리학적 접근. 한국건강심리학회, 한국심리학회지: 건강, 제4권 제1호, pp. 57-79.
- 김의철, 박영신(2001). IMF 시대가 한국 학생과 성인의 스트레스와 대처 양식 및 생활만족도에 대한 연구: 사회적 지원과 자기효능감과의 관계를 중심으로. 한국 건강심리학회, 한국심리학회지: 건강, 제6권 제1호, pp. 77-105.
- 김재엽, 최선희(1998). 청소년 스트레스가 폭력비행에 미치는 영향. 사회과학논집, 제 29권, pp. 181-206.
- 김형수(2002). 한국노인의 자살생각과 관련요인 연구. 한국노년학, 제22권 제1호, pp. 159-172.
- 남정자, 조맹제, 최은지(1996). 한국인의 건강수준에 미치는 영향 분석. 한국보건 사회 연구원.
- 박경민(1994). 자기효능감과 사회적 지지에 따른 노년기 우울에 관한 연구. 이화여자 대학교 석사논문.
- 박광배, 신민섭(1990). 고등학생의 대학입시목표와 자살생각. 한국심리학회지: 임상, 제9권 제1호, pp. 20-32.
- 박광배, 신민섭(1991). 고등학생의 지각된 스트레스와 자살생각. 한국심리학회지: 임상, 제10권 제1호, pp. 298-314.
- 보건복지가족부(2008). 세계자살예방의 날 기념식 및 서울국제자살예방학술대회, 서울.
- 배종면, 정은경, 유태우(1992). 외래용 스트레스량 측정도구 개발 연구. 가정의학회지, 제13권, pp. 809-820.
- 배지연, 김원형, 윤경아(2005). 노인의 우울 및 자살생각에 있어서 사회적 지지의 완충 효과. 한국노년학, 제25권 제3호, pp. 59-73.
- 서동우(2001). 자살에 의한 사망, 자살충동 및 자살시도의 현황과 변화 추이. 보건 사회연구, 제21권 제1호, pp. 106-125.
- 송동호, 이홍식, 전여숙, 정유숙(1996). 청소년 자살기도의 정신의학적 특성. 신경정신

- 의학, 제35권 제6호, pp. 1366-1375.
- 신민섭, 박광배, 오경자, 김중술(1990). 고등학생의 자살 성향에 관한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 제9권 제1호, pp. 1-19.
- 심미영, 김교현(2005). 한국청소년의 자살생각에 대한 위험요인과 보호요인: 성과 발달 시기의 조절효과. *한국심리학회지: 건강*, 제10권 제3호, pp. 313-325.
- 심미영, 김교현, 권선중(2003). 청소년의 자살생각에 대한 위험요인과 보호요인: 성별과 학년에 따른 조절효과. 2003 한국건강심리학회연차학술대회 발표논문집, pp. 1-9.
- 양돈규(1997). 부모갈등과 사회적 지지가 청소년 우울과 비행에 미치는 영향. 중앙대학교 박사학위논문.
- 우선유(1999). 청소년의 자살생각에 영향을 주는 변인에 관한 연구. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 임지혁, 배종면, 최순식, 김성원, 황한식, 허봉렬(1996). 외래용 스트레스량 측정도구로서 한국어판 BEPSI 설문서(수정판)의 타당성. *가정의학회지*, 제17권 제1호, pp. 42-53.
- 정연우(2001). 초등학교 아동의 스트레스와 대처방법과 문제행동의 관계. 청주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조성진, 전홍진, 김장규, 서동우, 김선욱, 함봉진, 서동혁, 정선주, 조맹제(2002). 중·고등학교 청소년의 자살사고 및 자살시도의 유병률과 자살시도의 위험요인에 관한 연구. *신경정신의학*, 제41권 제6호, pp. 1142-1155.
- 통계청(2008). 사망원인통계. 서울: 통계청.
- 한국아동학회. 한솔교육문화연구원(2001). 아동발달백서.
- 한국청소년상담원(2007). 청소년 자살예방 대책마련을 위한 대토론회 자료집.
- 홍나미, 정영순(1999). *한국사회복지학*, 제37권 제4호, pp. 447-473.
- 홍세희(2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거, *한국심리학회지: 임상*, 제19권, pp. 161-177.
- 홍영수(2004). 청소년의 자살생각에 대한 생활스트레스와 심리사회적 지원의 영향. 연세대학교 박사학위논문.
- American Psychiatric Association(1987). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*(3rd ed., revised). Washington, DC: Auther.

- Asarnow, J., Carson, G., & Gutgodhrie, D.(1987). Coping strategies, self perceptions, hopelessness, and perceived family environments in depressed and suicidal children. *Journal of Consulting and Clinical Psychological, Vol. 55*, pp. 361-366.
- Bandura, A.(1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman
- Baumeister, R. F.(1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review, Vol. 97*, pp. 90-113.
- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A.(1979). Assessment of suicidal intention: The Scale for Suicidal Ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, Vol. 47*, pp. 343-352.
- Billings, A.G., & Moos, R. H.(1984). Coping, stress and social resources among adults with unipolar depression. *Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 46*, pp. 877-891.
- Bonner, R. L., & Rich, A. R. (1987). Toward a Perspective Model of Suicidal ideation and Behavior, *Suicide and Life-threatening Behavior, Vol. 17*, pp. 50-63.
- Carlson, G. A., & Cantell, D. P. (1982). Suicide and Depression in Children and Adolescents. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry, Vol. 21*.
- Chang, E. C.(2001). Life stress and depressed mood among adolescents: Examining a cognitive-effective mediation model. *Journal of Social and Clinical Psychology, Vol. 20 No. 3*, pp. 416-429.
- Cole D. A.(1989). Psychopathology of adolescent suicide: Hopelessness, coping beliefs, and depression. *Journal of Abnormal Psychology, Vol. 98*, pp. 248-255.
- Conwell, Y.(1997). Management of suicidal behavior in the elderly. *Psychiatric Clinics of North America, Vol. 20*, pp. 667-683.
- Conwell, Y., Caine, E. D. & Olson, K.(1990). Suicide and Cancer in Later Life. *Hospital and Community Psychiatry, Vol. 41 No. 12*, pp. 1334-1339.
- Crumley, F. E.(1979). Substance abuse and adolescent suicidal behavior. *Journal of the American Medical Association, Vol. 263*, pp. 3051-3056.
- De Wilde, E. J., Kienhorst, I. C. W. M., Diekstra, R. F. W., & Wolters, W. H. G.(1992). The relationship between adolescent suicidal behavior and life events

- in childhood and adolescence. *American Journal of Psychiatry*, Vol. 149 No. 1, pp. 45-51.
- Frank, S. H. & Zyzanski, S. J.(1988). Stress in clinical setting : The Brief Encounter Psychosocial Instrument . *Journal Family Practice*, Vol. 26 No. 5, pp. 533-539.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S.(1986). Stress processes and depressive symptomatology. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 95, pp. 107-113.
- Gattuso, S. M., Litt, M. D., & Fiterald, T. E.(1992). Coping with gastrointestinal endoscopy: Self-efficacy enhancement and coping style. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 60, pp. 133-139.
- Greuling, J. W., & DeBlassie, R. R.(1980). Adolescent suicide. *Adolescence*, Vol. 15, pp. 580-601.
- Hammen, C.(1988). Depression and cognitions about personal stressful life events. In L. B. Alloy(Ed.), *Cognitive processes in depression*(pp. 77-108) New York: The Guilford Press.
- Kessler, R. C.(1997). The effects of Stressful life events on depression. *Annual Review of Psychology*, Vol. 48, pp. 191-214.
- Klerman, G.(1987). Clinical Epidemiology of suicide. *Journal of Clinical Psychiatry*, Vol. 48, pp. 33-38.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S.(1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Lester, D.(1989). A Depression Paradox Theory of Suicide. *Personality and Individual Difference*, Vol. 10.
- Liu, X., & Tein, J.(2005). Life events, Psychopathology and suicidal behavior in Chinese Adolescents. *Journal of Affective disorders*, Vol. 86 No. 2, pp. 195-203.
- Maciejewski, P. K., Prigerson, H. G., & Mazure, C. M.(2000). Self-efficacy as a mediator between stressful life events and depressive symptoms: Differences based on history of prior depression. *British Journal of Psychiatry [NLM-Medline]*, Vol. 176, pp. 373-378.
- Mazza, J. J., & Reynolds, W. 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.
- Mitchell, R. E., Cronkite, R. C., & Moos, R. H.(1983). Stress, coping and depression among married couples. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 92, pp. 443-448.
- Murphy, G., & Wetzel, R.(1982). Family history of suicide attempter. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, Vol. 170, pp. 86-90.
- Murphy, G. (1999). Family history of Suicide among suicidal attempter. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, Vol. 170, pp. 86-90.
- Robert, R. E., & Chen, Y. R.(1995). Depressive symptoms and suicidal ideation among Mexican-Origin and Anglo adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* Vol. 34 No. 1, pp. 81-90.
- Rutter, M. (1989). Isle of Wight revisited : Twenty-five years of child psychiatric epidemiology. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* Vol. 28, pp. 633-653.
- Sherer, M., Maddux, J., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., & Jacobs, B.(1982). The Self-Efficacy Scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, Vol. 52, pp. 663-671.
- White, J. L.(1989). *The troubled adolescent*. New York: Pergamon Press.
- Wilson, K. G., Stelzer, J., Bergman, J. N., Kral, M. J., Iany, A. M. & Elliot, C.A.(1995). Problem solving, stress, and coping in adolescent suicide attempts. *Suicide and Life-Treatening Behavior*, Vol. 25, pp. 241-252.
- Zung, W. W. K.(1965). A self-rating depression. *Archives of General Psychiatry*, Vol. 12, pp. 63-70.

ABSTRACT

Verification of the Relationship between Adolescentsstress, Self Efficacy, Depression and Suicidal Ideation

Kim, Hyun-Soon*

The purpose of this study was to investigate a structural model which can explain the relationship between adolescents' suicidal ideation to its related variables. The subjects were 255 high school students. Socio-demographic factors, Stress scales, Self-efficacy scales, Depression scales and Suicidal ideation scales were employed. To process the data, we utilized correlational analysis using SPSS, WIN 15.0, and the hypothetical model testing using AMOS 7.0 were also applied. The results were as follows: First, suicidal ideation was strongly related to depression. Second, there were no significant differences between the genders on suicidal ideation or depression. Third, it was found that the competing model 3 was a better fit to the data than the other models. This meant that self-efficacy was a powerful factor, exerting a strong influence upon the path between stress and suicidal ideation. The findings of this study can contribute significantly to the prevention of suicide in adolescents. Finally, the implications and limitations of this study were discussed together with suggestions for future studies.

Key Words : adolescents, stress, self-efficacy, depression, suicidal ideation

투고일 : 12월 14일, 심사일 : 1월 19일, 심사완료일 : 2월 11일

* Dankook University

