

성인 금연자의 금연유형에 관한 연구 - Q 방법론적 접근 -

신 성 례*·장 성 옥**·김 상 숙***

I. 서 론

1. 연구의 필요성

지난 수십 년 간 흡연이 수많은 호흡기 질환과 심혈관계 질환 그리고 각종 암의 이완과 밀접하게 관련되어 있음이 밝혀짐에 따라(Fiore et al., 2000) 전 세계적인 금연운동과 더불어 우리나라에서도 국가와 시민단체가 주축이 된 적극적인 금연운동이 전개되고 있는 실정이다. 이러한 노력에 따라 한국금연운동 협의회가 한국 궤담에 의뢰하여 조사한 우리나라의 20세 이상 성인남성 흡연률은 2003년도 9월 현재 56.7%로, 2001년도 69.9%에 비해 약 13.2% 감소하였으나, 2002년 5월 동일한 방법으로 조사된 성인남성 흡연률 55.1%보다는 1.6%가 증가된 것으로 보고되었다. 따라서 흡연률의 안정적 감소를 위해서는 지속적이며 체계적인 노력이 그 어느 때 보다 필요로 되고 있다(Korean Association of Smoking and Health, KASH, 2003). 이는 60%를 상회하고 있는 우리나라의 남성 흡연률이 미국(28.1%), 영국(28%), 독일(36.1%)등 OECD 국가 중 가장 높은 수준을 보이는 보고이므로(Ministry of Health and Welfare, 2001) 우리나라 중양환자 발생률이 계속적으

로 증가하는 현실에서 금연의 중요성은 그 어느 때보다 강조된다.

우리나라 흡연자들의 금연 특성을 살펴본 조사(KASH, 2002)에 따르면 여성들보다는 남성들이 금연을 더 많이 시도하는 것으로 나타났고 일반적으로 성인 흡연자 10명중 6명이 매년 금연을 시도하는 것으로 나타났다. 또한 이들의 금연 계획을 묻는 질문에서 1개월 이내에 금연을 하겠다는 경우는 2001년에 3.6%에서 7.6%로, 6개월 이내에 금연하겠다는 경우는 같은 기간에 0.3%에서 12.4%로 증가하여 흡연자들은 높은 금연 의지를 보이고 있는 것을 알 수 있었다. 그러나 금연 시도자중 23.8%가 1개월 이상, 그리고 6개월 이상 실제로 금연을 유지한다고 보고하는 자는 8%에 지나지 않고 있어 이들을 위한 보다 차별화된 중재계획이 필요한 실정이다.

흡연은 사회적, 환경적, 문화적, 심리적, 생물학적 요인에 의하여 영향을 받은 복합적인 과정으로 이들을 위한 금연교육 프로그램은 치료자가 주도하기보다는 대상자의 자발적인 동기에 의해서 시도되고 이들의 요구와 특성에 따라 계획되어야 하겠다(Choi, 1999). 그간 금연 중재 프로그램 개발을 위하여 우리나라에서는 흡연자들의 흡연 특성과 유형을 분석하는 연구(Chang, Shin

* 삼육대학교 간호학과 교수

** 고려대학교 간호대학 부교수

*** 고려대학교 대학원 간호학 전공 박사과정

투고일 2003년 9월 23일 심사외뢰일 2003년 9월 30일 심사완료일 2004년 2월 12일

& Kim, 2003)를 비롯하여 금연 과정의 의사 결정 균형(Chang & Park, 2001)과 금연 행위의 결정 요인 분석연구(Kim, 1999)등이 수행된 바 있으며 이러한 양적 분석방법 외에도 성인 금연자들의 금연 과정을 분석한 연구(Kim, 1998), 중년 성인 남녀의 금연 경험을 현상학적인 접근법으로 분석한 연구(Choi & Kim, 2002; Moon, 1995)가 수행되었다. 그러나 대상자들의 특성을 고려한 보다 효과적인 금연 교육 프로그램을 계획하고 수행하기 위해서는 대상자들의 공통적인 금연체험의 현상을 묘사하는 현상학적 접근법외에도 이들의 금연 경험을 체계적으로 분석하여 어떠한 유형으로 분류되는지 그리고 각 유형별 특성을 살펴보고 이들의 금연 동기와 금연 과정의 특성을 이해하는 것 또한 중요하다.

이를 위해 본 연구에서는 행위자의 관점을 중요시하는 Q방법론을 적용하여 금연자들의 금연 유형을 분류하고 파악하고자 한다. 이는 간호사로 하여금 금연자들의 다양한 유형을 이해하도록 돕고 각 유형별 특성의 이해를 증진시켜 줌으로써 금연을 위한 간호 중재 프로그램 개발에 기본 방향을 제공해줄 것으로 기대된다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 Q방법론을 적용하여 우리나라 금연자들의 금연에 대한 주관적인 구조와 특성을 규명하고자 하며 구체적인 연구목적은 다음과 같다.

- 1) 금연자의 금연에 대한 주관성을 유형화한다.
- 2) 금연의 유형별 특성을 분석·기술한다.

II. 연구 방법

1. 연구절차

1) Q-모집단 및 Q표본의 구성

성인 금연 자들의 금연에 대한 진술문을 추출하기 위하여 관련문헌고찰과 개방형 질문지 그리고 개별 면담을 수행하였다. 개방형 질문지를 이용한 자료수집은 자신이 6개월 이상 금연하여 금연자로 정의한 20-60세 사이의

성인 26명을 대상으로 2002년 9월부터 2002년 11월까지 실시되었으며 그 내용으로는 금연을 결심하게 된 이유는 무엇입니까? 이전에는 왜 금연을 하지 않았습니까? 어느 상황에서 담배가 생각납니까? 흡연 유혹을 어떻게 뿌리칩니까? 금연하며 가장 힘들었던 때는 언제 입니까? 금연 방해요인은 무엇이라 생각합니까? 흡연하며 무엇이 가장 염려스러웠습니까? 담배를 끊을 때 주변 반응은 어떠한했습니까? 어떠한 금연 전략이 도움이 되었습니까? 금연에 대한 자신감을 언제 가지게 되었습니까? 등의 10 문항이 포함되었다.

수집된 개방형 질문지를 분석하고 분류하는 과정에서 개방형질문지에 덧붙여 좀 더 심도있는 자료를 수집하고자(Jang et al., 2003)개별면담을 수행하였다. 개별면담은 성인 금연자 3인을 선정하여 앞에 언급된 질문을 포함하여 금연에 대한 동기, 태도, 흡연 유혹, 사용한 전략 등에 대해 면담하였다. 이러한 과정을 통해 결과적으로 168개의 Q모집단을 추출하였고 이를 다시 간호학과 교수 2인과 Q방법론 전문가 1인의 검토와 수정을 거쳐 최종 38개의 Q표본을 선정하였다. 38개의 Q 표본 중 21개(55.3%) 문항은 긍정적 문항이었으며 17개(44.7%)의 문항은 부정적 문항이었다.

2) P표본 선정

연구 대상자인 P표본은 Prochaska & DiClement (1983)의 변화단계에서 금연한지 6개월이 경과된 유지 단계에 속한 34명이었다. 34명 중 남자가 24명이었고 여자가 10명이었으며 연령은 17세에서 58세까지 다양하였고 이들의 금연기간은 최저 6개월에서 44개월(37년)까지 다양하게 분포되어 있었다.

3) Q표본 분류

최종 선정된 38개의 Q표본의 진술문을 개별 카드로 만들어 각 카드에 1에서 38까지의 번호를 부여한 후 P표본으로 선정된 대상자들에게 카드를 읽고 Q분류의 분포가 정상분포가 될 수 있게 강제 분류하도록 하였다 <Table 1>. P표본 대상자가 Q분류를 완성한 후 개별면담을 통하여 일반적 특성과 관련된 정보를 수집하였으며

<Table 1> Distribution of Q sampling card

score	(disagree)				(neutral)				(agree)
	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4
no. of card	2	3	4	6	8	6	4	3	2

Q분류상 강한 동의와 비 동의를 보인 항목에 대하여 그 이유를 면담하였다.

4) 자료분석

자료의 분석은 PC-QUANL Program을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 수집된 자료는 Q표본 분포도에서 가장 부정하는 경우(-4)를 1점으로 시작하여 가장 긍정하는 경우(+4)에 9점을 부여하여 입력한 후 38개의 항목별 평균, 표준편차, 표준 점수를 구하였다. 그 후 다시 38개의 항목을 P-표본을 축으로 하는 주요인 분석 방법을 이용하여 요인 분석하였다.

최적의 요인수를 결정하기 위해 다양한 요인수를 입력하여 산출된 결과 중 Eigen value가 1.0이상인면서, 각

유형 간 상관관계가 낮아 요인 간 독립적이며 고유하다고 볼 수 있는 것으로 유형을 나누었다. 요인수를 4개로 하였을 경우 유형이 8가지로 나왔고 각 요인 간 상관관계가 너무 높아 독립적이지 않음을 알 수 있었으며 요인수를 3개로 하였을 때 Eigen 값이 1.0 이상인면서 각 유형간의 상관관계가 낮아 요인마다 고유성이 인정될 수 있다고 판단된 3개의 유형을 최종적으로 선정한 후 각 유형을 명명하였다.

III. 연구 결과

<Table 2> Type, weight, demographic and smoking characteristics for P-samples

Type	Item No.	Factor weight score	Age	Sex	Year smoked	Stopped smoking (month)	No. of cigarettes/day	Perceived health
Type 1	2	1.0815	36	M	4	84	7	good
	4	1.9358	48	M	10	186	6	good
	14	1.0830	30	M	10	17	30	good
	15	0.6558	41	M	23	6	30	good
	16	0.7436	33	M	13	8	13	good
	18	0.9864	26	M	8	6	10	good
	19	1.3632	26	M	5	36	10	good
	20	0.5488	27	M	2	96	10	good
	21	0.9335	26	M	12.5	6	20	good
	23	0.4508	26	M	2.5	6	7	good
	30	1.1787	24	F	9	29	20	good
	34	1.0102	58	M	3.5	444	10	moderate
	40	1.1530	48	F	20	27	15	moderate
	43	1.0431	35	M	17	8	25	moderate
Type 2	3	0.6519	28	M	9	39	3	moderate
	5	1.0705	25	F	5	18	9	moderate
	7	0.6415	17	M	2	6	10	good
	12	0.9468	28	F	3	60	10	good
	22	0.6317	28	M	5	12	10	good
	25	0.6105	46	M	24	14	20	bad
	26	0.9550	32	M	16	15	15	moderate
	27	0.9048	22	F	2	12	10	moderate
	29	0.8002	30	M	6	84	30	moderate
	31	0.9985	23	F	3.2	8	7	moderate
	33	0.2376	24	F	2	7	18	good
	36	0.6585	24	M	6.2	8	20	good
	39	1.1550	22	F	3	24	3	bad
	42	2.2562	22	F	4	36	3	good
Type 3	6	0.8452	24	M	3.5	7	10	good
	13	0.7640	52	M	31	6	3	good
	28	2.0233	25	M	6	19	10	good
	35	0.8267	22	F	3	24	4	bad
	38	1.3447	50	M	30	15	20	good
	44	0.7090	50	M	27	36	30	good

1. 금연유형의 형성

연구 대상자들의 금연 유형의 주관성은 3가지 유형으로 분류되었다. 3가지 유형으로 분류된 연구대상 P표본 34명중 유형 I에 14명, 유형 II에 14명, 유형 III에 6

명이 포함되었고 각 유형내에서 요인 가중치가 높은 사람일수록 그가 속한 유형의 전형적인 특성을 가지고 있다고 볼 수 있다<Table 2>.

이들 3개의 유형 별 설명력은 요인 I이 24%, 요인 II가 13%, 그리고 요인 III이 9%로 전체 유형의 설명력

<Table 3> Q-Samples and Z-Scores by types

Q-Statement	Z-Score		
	Type I (N=14)	Type II (N=14)	Type III (N=6)
1. It is important that I be a role model for the family.	1.46	0.90	-0.44
2. When I smoke, the environmental Tobacco smoke can be harmful to the health of my family members.	1.80	0.88	1.22
3. I stopped smoking because my family wanted me to do so.	1.17	0.44	-0.72
4. I stopped smoking after I perceived symptoms of disease(asthma, decreased sensation, dyspnea, anginal pain etc.)	0.63	0.49	-1.68
5. I am maintaining the smokeless life because of concerns for the family after I die due to smoking.	0.89	0.10	-1.35
6. News about the harmful effect of smoking helps me to maintain my smoking cessation.	0.29	0.12	0.01
7. Comments from friends about positive aspects on health help me on maintaining my smoking cessation.	0.97	-0.07	-0.06
8. My smoking cessation means victory against fighting with myself.	1.88	1.10	2.20
9. I am tempted to smoke when I am stressed.	0.05	2.37	0.28
10. Difficult reason to maintain smoking cessation was addiction to nicotine and withdrawal symptoms.	0.51	0.16	0.03
11. If I fail, my efficacy will be lowered and it will be hard to try again.	-0.36	-0.80	0.89
12. Smoking and drinking is good way to release stress.	-1.47	-0.54	0.37
13. It is difficult to tolerate smoking temptation because of the habit.	-1.78	-0.14	-0.78
14. I am tempted to smoke after meal.	-0.79	0.82	-0.24
15. Weight gain has been my concern after I stopped smoking.	-0.42	-0.65	-0.87
16. It is hard to suppress temptation to smoke after I drink an alcohol.	-1.26	1.42	0.21
17. Whenever I want to smoke, I use candy, gum or drink water.	0.23	0.65	0.56
18. I am tempted to smoke when I am in the bathroom.	-0.68	-0.17	-0.33
19. It is difficult to maintain smoking cessation when I am alone with nothing to do.	-1.63	-0.83	-0.85
20. Because of my urge to smoke I try to avoid seeing a cigarette or people who smoke.	-0.76	1.02	-0.07
21. Smoking helps me to correspond with others in social life.	-1.08	0.08	0.63
22. Encouragement and support from friends helps me in maintaining in smoking cessation.	0.69	0.07	1.61
23. Having hobby helps me to maintain smoking cessation.	1.09	0.76	0.83
24. I am tempted to smoke when someone asks me to smoke with.	-0.96	1.16	-0.20
25. I try to live regular life style to get away from smoking temptation.	0.86	-0.44	-1.04
26. I want to show my successful smoking cessation experience to others who ridicule me.	0.01	-0.87	0.36
27. I go to sauna to release stress when I have strong urge to smoke.	0.23	-1.62	-1.45
28. I gained confidence as I help others to stop smoking.	0.51	-0.85	-0.07
29. Price of cigarette is too expensive.	-0.44	-0.19	0.82
30. I am maintaining smoking cessation because my physician recommended me to do so.	-1.31	-1.66	-1.80
31. Smoking behavior looks cool.	-2.01	-2.21	-1.21
32. I can not start smoking again because of hardship I had gone though in the past.	0.27	-0.34	0.96
33. Religious life and prayer helps.	0.89	-1.53	-0.67
34. I have to maintain smoking cessation if I want to live longer.	1.23	0.85	0.85

<Table 3> Q-Samples and Z-Scores by types(continued)

Q-Statement	Z-Score		
	Type I (N=14)	Type II (N=14)	Type III (N=6)
35. Smoking cessation can be considered successful when I don't have a urge to smoke in the midst of smoking people	0.20	0.95	+1.34
36. Cutting smoking cigarettes in just one day is effective way to stop smoking.	0.05	-1.61	2.16
37. Decreasing the amount of smoking gradually is effective way to stop smoking.	-0.60	1.17	-1.28
38. Nicotine replacement therapy helps in smoking cessation.	-0.37	-0.96	-0.23

은 46%로 나타났다. 이들 유형간의 상관관계를 살펴본 결과 각 유형간의 상관 관계는 높지 않아 각 유형이 서로 독립적인 관계임을 알 수 있었으며 진술문 표본 및 유형별 표준점수는 <Table 3>에 제시된바와 같다.

1) 흡연 유형별 특성 분석

각 유형을 분석하기 위하여 Q표본으로 확정된 38개 Q진술의 표준 점수, 요인 가중치 및 대상자들의 일반적 특성을 검토하였으며 이에 따른 구체적 분석 과정은 다음과 같다.

먼저 38개의 항목 중 유형별로 강한 동의를 보인 항목과 강한 비 동의를 보인 항목들을 중심으로 유형별 특성을 기술하였다. 그 다음, 유형별로 강한 동의 항목 중 표준점수가 타 유형과 차이가 큰 항목(+1.000, -1.000 이상인 항목), 강하게 동의하지 않으나 표준점수가 타유형과 차이가 큰 항목, 강한 비 동의를 보인 항목 중 표준점수가 타유형과 차이가 큰 항목, 강한 비 동의를 보이지 않으나 표준점수가 타유형과 차이가 큰 항목을 Q분류자료에서 발췌하여 분석하였다.

마지막으로 각 유형의 전형을 파악하기 위하여 유형마다 P표본중 요인 가중치가 가장 높은 사람이 강하게 동의한 항목(+4)과 강하게 동의하지 않은 항목(-4)을 분석하면서 면담을 통하여 수집한 대사자의 일반적 특성과 흡연 관련 특성 그리고 비 동의 및 동의 항목의 이유를 분석에 종합하였다. 이상의 결과를 통하여 각 유형별 흡연자의 흡연유형의 특성을 밝히고 명명하였다.

(1) 제 1유형 : 가족 의식형

제 1유형에 속한 대상자들의 일반적 특성은 다음과 같다.

유형 I에 속한 대상자는 총 대상자 34명중 14명이었으며 남자가 12명, 여자가 2명이었다. 연령은 20대가 총 5명, 30대가 4명, 40대가 4명 그리고 50대가 1명이었으며 이들의 평균 연령은 35세였다. 직업은 10명이

전문직, 기술직 및 강사로 일하고 있었으며 학생이 4명이었다. 흡연 기간은 평균 10년, 금연기간은 69개월이었고 지각된 자신의 건강상태는 11명이 좋다고 하였으며 3명이 보통이라고 응답하였다. 금연 시도 횟수는 평균 5.6회였고 1명은 셀 수 없이 하였다고 응답하였다.

제 I 유형이 가장 강한 동의를 보인 항목은 “나의 금연은 나와서 싸움에서 내가 승리하는 것이라 생각한다(Z값=1.88)”, “내가 흡연을 하면 간접흡연으로 인해 나를 아끼는 주변 사람들의 건강에 해가 된다고 생각한다(Z값=1.80)”이었다. 반면 제 I 유형이 가장 강한 비 동의를 보인 항목은 “나는 흡연하는 사람들의 모습이 멋있어 보인다(Z값=-2.01)”, “나는 흡연이 어느새 습관화되어 있어서 흡연의 유혹을 참기가 어렵다(Z값=-1.78)” 이었다.

제 I 유형이 다른 유형에 비해 특히 점수 차이를 보인 항목 즉 타 유형과 비교하여 Z 값 1.00 이상의 강한 동의를 보인 항목으로는 “내가 금연하는 것은 가족들이 원하기 때문이다(Z값 차이=1.31)”, “나는 금연을 통해 가족들에게 모범을 보이는 것이 중요하다고 생각한다(Z값 차이=1.23)” 이었고, 타 유형과 비교하여 Z 값 -1.00 이상의 강한 비 동의를 보인 항목으로는 “술을 마신 후 흡연유혹을 참기가 힘들다(Z값 차이=-2.08)”, “나는 사회생활을 할 때, 흡연이 다른 사람들과 공감대를 형성하는데 도움을 준다고 생각한다(Z값 차이=-1.44)”, “술과 담배는 스트레스를 푸는데 좋은 방법이라고 생각한다(Z값 차이=-1.39)”, “나는 흡연이 어느새 습관화되어 있어서 흡연의 유혹을 참기가 어렵다(Z값 차이=-1.32)” 이었다<Table 4>.

제 I 유형의 전형인 대상자는 48세 남성으로 흡연기간은 10년이었지만 담배를 끊은 지도 15년 6개월이 된 고졸 출신의 전문직 남성이었다. 흡연 동기는 스트레스를 풀기 위해서였으며 항상 담배를 피면서 줄여야겠다는 생각을 가지고 있었으나 교회에 나가기 시작하면서 금연을 하게 되었고 건강이 좋아지는 느낌을 가지고 자신감을 얻게 되었다고 하였다. 제 I 유형의 전형인 대상자가 가

<Table 4> Type I Item and Z-scores greater or less than all others

Q Statement	Z-score	average	difference
3. I stopped smoking because my family wanted me to do so.	1.17	-0.14	1.31
1. It is important that I be a role model for the family.	1.46	0.23	1.23
2. When I smoke, the ETS can be harmful to the health of my family members.	1.80	1.05	0.75
34. I have to maintain smoking cessation if I want to live longer.	1.23	0.85	0.38
23. Having hobby helps me to maintain smoking cessation.	1.09	0.80	0.30
8. My smoking cessation means victory against fighting with myself.	1.88	1.65	0.23
31. Smoking behavior looks cool.	-2.01	-1.71	-0.30
30. I am maintaining smoking cessation because my physician recommended me to do so.	-1.31	-1.73	-0.42
19. It is difficult to maintain smoking cessation when I am alone with nothing to do.	-1.63	-0.84	-0.79
13. It is difficult to tolerate smoking temptation because of the habit.	-1.78	-0.46	-1.32
12. Smoking and drinking is good way to release stress.	-1.47	-0.09	-1.39
21. Smoking helps me to correspond with others in social life.	-1.08	0.36	-1.44
16. It is hard to suppress temptation to smoke after I drink an alcohol.	-1.26	-0.76	-2.08

장 동의한 문항은 “나는 금연을 통해 가족들에게 모범을 보이는 것이 중요하다고 생각한다”와 “나는 담배 생각이 절실할 때, 사우나에 가서 피로를 푼다” 이었다. 그 이유는 흡연하며 살던 중 신앙을 가지게 되었고 가장으로써 모범을 보여야 한다는 신념으로 자신과의 약속이었던 금연을 지키기 위해 노력하며 살고 있다고 하였다. 또한 아침에 담배를 피웠고 평소 사우나를 즐기는 자신의 특성 때문에 사우나가 금연에 도움이 되었다고 하였다.

반면 강하게 비 동의한 항목은 “술과 담배는 스트레스를 푸는데 좋은 방법이라고 생각한다” 와 “나는 흡연하는 사람들의 모습이 멋있어 보인다”로 그 이유는 자신이 스트레스가 쌓이거나 답답할 때 이를 해소할 길이 없어 담배를 피우기 시작했으나 이것이 해결책이나 좋은 방법이라고 생각하지 않았다고 하였다.

또한 흡연하는 사람들이 멋있어 보이기보다는 “무슨 어려운 일이 있어 저러나” 혹은 “안타깝게 생각된다” 고 답변하였다.

제 I 유형에 속한 대부분의 대상자들은 비교적 오랫동안 금연한 사람들이었으며 금연시도도 여러 번 경험한 대상자들로 건강상태는 양호한 사람들이었다. 금연은 자신과의 싸움에서 승리하는 것이고 가족의 건강을 지키기 위해 중요하다는 생각에서 금연을 여러 번 시도하며 가족이 자신의 금연을 원하고 있고 금연을 하며 가장으로써 모범을 보여야겠다는 강한 의지를 소유한 자들이므로 이들은 “가족 의식형”으로 명명하였다.

(2) 제 II유형 : 욕구 억제형

제 II유형에 속한 대상자의 특성은 다음과 같다.

제 II유형에 속한 대상자는 총 34명의 대상자 중 14명이었으며 이중 남성이 7명, 여성이 7명이었다. 연령은 10대가 1명, 20대가 10명, 30대가 2명, 40대가 1명이었고 이들의 평균 연령은 27세였다. 회사에 근무하거나 자영업을 하는 대상자도 있었으나 대부분 대학교 학생들로 구성되었으며 흡연 기간은 평균 5.3년, 금연 기간은 평균 25개월이었다. 개인이 지각한 주관적 건강상태는 6명을 제외하고는 보통이거나 나쁘다고 하였으며 금연시도는 평균 2.3회라고 하였다.

제II유형이 강한 동의를 보인 항목은 “나는 스트레스를 받으면 흡연하고 싶은 충동을 느낀다(Z값=2.37)”, “나는 술을 마신 후에 흡연의 유혹을 참기가 힘들다(Z값=1.42)”였으며 가장 비 동의를 보인 항목은 “나는 흡연하는 사람들의 모습이 멋있어 보인다(Z값=-2.21)”, “나는 의사가 금연을 권하기 때문에 금연하고 있다(Z값=-1.66)”이었다<Table 5>.

또한 제II유형이 다른 유형에 비해 동의하며 긍정적인 면에서 점수 차이를 보인 항목은 “나는 스트레스를 받으면 흡연하고 싶은 충동을 느낀다(Z값 차이=+2.21)”, “나는 서서히 흡연량을 줄여 나가는 방법이 좋다고 생각한다(Z값 차이=+2.11)”, “나는 술을 마신 후에 흡연의 유혹을 참기가 힘들다(Z값 차이=+1.95)”, “나는 주위 사람들이 담배를 권할 때, 흡연 유혹을 받는다(Z값 차이=+1.74)”, “나는 담배를 보거나 흡연하는 사람들을 볼 때면 흡연 충동을 느끼기 때문에 이러한 상황을 피하려고 노력한다(Z값 차이=1.44)”였다. 또한 타 유형과 비

<Table 5> type II Item and Z-scores greater or less than all others.

Q Statement	Z-score	average	difference
9. I am tempted to smoke when I am stressed.	2.37	0.17	2.21
37. Decreasing the amount of smoking gradually is effective to stop way smoking.	1.17	-0.94	2.11
16. It is hard to suppress temptation to smoke after I drink an alcohol.	1.42	-0.53	1.95
24. I am tempted to smoke when someone asks me to smoke with.	1.16	-0.58	1.74
20. Because of my urge to smoke I try to avoid seeing a cigarette or people who smoke.	1.02	-0.42	1.44
8. My smoking cessation means victory against fighting with myself.	1.10	2.04	-0.94
30. I am maintaining smoking cessation because my physician recommended me to do so.	-1.66	-1.56	-0.11
31. Smoking behavior looks cool.	-2.21	-1.61	-0.60
27. I go to sauna to release stress when I have strong urge to smoke.	-1.62	-0.61	-1.01
33. Religious life and prayer helps.	-1.53	0.11	-1.64
36. Cutting smoking cigarettes in just one day is effective way to stop smoking.	-1.61	1.11	-2.72

교하여 Z값이 -1.00이상의 강한 비 동의를 보인 항목으로는 “나는 하루아침에 담배를 끊는 방법이 좋다고 생각한다(Z값 차이=-2.72)”, “신앙 생활과 기도가 금연에 도움이 된다고 생각한다(Z값 차이=-1.64)”, “나는 담배 생각이 절실할 때 사우나에 가서 피로를 푼다(Z값 차이=-1.01)” 이었다. 제II유형의 전형은 22세의 여성인 대학교 학생으로 4년 간 흡연한 경험이 있었으며 금연을 36개월째 유지하고 있었다. 그 동안 여러 번 금연 시도를 하였으며 금연하며 힘들었던 점은 술자리에서 사람들이 흡연하는 모습을 볼 때나 스트레스 쌓일 때라고 응답하였다. 금연에 도움이 되는 방법은 주위에서 같이 금연하는 것과 흡연유혹이 있는 자리를 피하는 것이 도움이 된다고 하였다. 제II유형 전형이 가장 동의를 보인 항목은 “나는 스트레스를 받으면 흡연하고 싶은 충동을 느낀다” 와 “나는 담배를 보거나 흡연하는 사람들을 볼 때면 흡연 충동을 느끼기 때문에 이러한 상황을 피하려고 노력 한다” 이었다. 이러한 항목에 동의한 이유로는 자신은 스트레스를 받은 후 이를 해소하기 위해서 담배를 많이 피웠던 경험을 가지고 있고 이러한 습관 때문에 흡연 충동을 느끼곤 한다고 하였다. 금연을 위해서는 스트레스 해소를 위해 흡연 대신 운동이나 취미 생활을 활용하는 방법이 바람직하다고 생각하고 있었다. 또한 금연은 결코 쉬운 것이 아니기 때문에 금연에 성공하기 위해서는 흡연의 유혹에서 이겨내는 의지가 가장 중요하며 이를 위하여 흡연 유혹 상황을 피하는 것이 현명하다고 하였다. 반면 가장 동의하지 않았던 항목은 “나는 흡연하는 사람들의 모습이 멋있어 보인다”, “나는 하루아침에 담배를 끊는 방법이 좋다고 생각한다” 였다. 이러한 비 동의 이유로는 주위에 금연하는 남자친구들이 더 대단하고 멋

있어 보이며 길거리에서 흡연하며 타인들에게 간접 흡연의 영향을 끼치는 사람들이 가장 싫다고 하였다. 또한 담배를 끊는 방법 중 하루아침에 끊는 것은 불가능하다고 생각하며 몇일 성공할지 몰라도 오래 지속될 수 없다고 믿고 있었다. 따라서 서서히 흡연량을 줄여가면서 금연하는 것이 더 확실한 방법이라고 생각하고 있었다.

이 유형에 속한 대상자들은 평균 2년 정도 금연을 유지하고는 있었으나 아직 스트레스를 받거나 술좌석 같은 상황에서 흡연 유혹을 받고 있었으며 이를 극복하기 위하여 운동이나 취미 생활과 같은 다양한 전략을 이용하여 흡연 유혹을 억제하고 있었으므로 이들은 ‘욕구 억제형’이라 명명하였다.

(3) 제III유형 : 자신 극복형

제III유형에 속한 대상자의 일반적 특성은 다음과 같다. 제 III유형에 속한 대상자는 34명 중 6명이었으며 이 중 여성 1명을 제외한 5명은 남성이었다. 이들의 평균 연령은 37세로 20대가 3명, 50대가 3명이었다. 이들의 평균 흡연 기간은 17년, 평균 금연기간은 18개월이었다. 건강은 20대 대상자 1명이 나쁘다고 하였으며 나머지 5명은 양호하다고 지각하고 있었고 금연시도는 평균 2회 였다.

제III유형이 강한 동의를 보인 항목은 “나의 금연은 나와 의 싸움에서 내가 승리하는 것이라고 생각한다(Z값=2.20)”, “나는 하루아침에 담배를 끊는 방법이 좋다고 생각한다(Z값=2.16)” 였고 제III유형이 강한 비 동의를 보인 항목은 “나는 의사가 금연을 권하기 때문에 금연하고 있다(Z값=-1.80)”와 “나는 질병에 대한 자각 증상을 느낀 후부터 금연하고 있다(Z값=-1.68)” 였다.

제Ⅲ유형이 다른 유형에 비해 긍정적인 면에서 점수 차이를 보인 항목은 “나는 하루아침에 담배를 끊는 방법이 좋다고 생각한다(Z값 차이=2.94)”, “친구들의 격려와 응원이 금연하는데 도움이 된다(Z값 차이=1.23)”이 있으며 제Ⅲ유형이 다른 유형에 비해 비 동의를 보여 특히 부정적인 면에서 점수 차이를 보인 항목은 “나는 질병에 대한 자각 증상을 느낀 후부터 금연하고 있다(Z값 차이=-2.24)”. “담배를 피우다가 내가 건강에 문제가 생겨 잘못되더라도 하면 나의 가족들은 어떻게 살아갈까 하는 걱정 때문에 나는 금연하고 있다(Z값 차이=-1.85)”, “나는 서서히 흡연량을 줄여나가는 방법이 좋다고 생각한다(Z값 차이=-1.57)”, “나는 담배 생각이 나지 않도록 바쁘게 움직이고, 운동하며 담배 생각이 날 때마다 양치질을 하는 등 규칙적인 생활을 하고 있다(Z값 차이=-1.25)”였다<Table 6>.

제Ⅲ유형의 전형은 25세 미혼 남성으로 대학교 재학생이었다. 흡연기간은 6년, 금연 기간은 19개월이었다. 건강상태가 양호하고 질환이 없음에도 스스로 금연하겠다고 결심하였으며 1회 시도 후 금연에 성공하였다고 하였다. 술을 마시거나 친구들이 권할 때 유혹이 되었으나 자신의 의지와 주변의 도움으로 금연을 할 수 있었다고 하였다.

제Ⅲ유형의 전형이 강한 동의를 보인 항목은 “나의 금연은 나와서 싸움에서 내가 승리하는 것이라고 생각한다”와 “친구들의 격려와 응원이 금연하는데 도움이 된다”이었다. 이는 대상자가 군대에서 금연 결심을 하였으며 자

신과의 약속을 이행하기 위해 금연을 하게 되었다고 하였다. 여자 친구의 격려와 감시가 도움이 되었으며 금연에 가장 중요한 것은 의지라 하였다. 반면 강한 비 동의를 보인 항목은 “나는 질병에 대한 자각증상을 느낀 후부터 금연하고 있다”와 “담배를 피우다가 내가 건강에 문제가 생겨 잘못되더라도 하면 나의 가족은 어떻게 살아갈까 하는 걱정 때문에 나는 금연을 하고 있다”였다. 이 항목을 선택한 이유로는 건강상 문제가 있는 것도 아니고 가장도 아니며 가족들은 오히려 자신의 흡연사실을 모르고 있었기 때문에 이러한 항목은 자신의 금연과 관련이 없다고 하였다.

이상을 통해볼 때 제Ⅲ유형은 장기간 흡연하며 간접흡연으로 인한 가족의 걱정이나 자신의 건강 때문에서가 아닌 자신과의 약속을 지키고자 하는 의지가 금연의 이유였으며 그 동안 흔들림 없이 흡연을 하였으나 금연 결심 후에는 강한 의지로 단호하게 금연을 유지하고 있는 유형이었으므로 이들은 ‘자신 극복형’으로 명명하였다.

IV. 논 의

우리나라의 높은 성인 흡연율을 감소시키기 위한 노력의 일환으로 성인흡연자들의 금연경험을 심층 분석한 연구들이 증가하고 있다. 이 중 성인 남녀를 대상으로 한 금연체험의 현상연구(Moon, 1995)와 성인들의 금연경험을 심층 분석한 연구(Choi & Kim, 2002)가 있으나 이들의 분석방법은 대상자와의 심층면담 후 주제와

<Table 6> typeⅢ Item and Z-scores greater or less than all others

Q Statement	Z-score	average	difference
36. Cutting smoking cigarettes in just one day is effective way to stop smoking.	2.16	-0.78	2.94
22. Encouragement and support from friends helps me in maintaining in smoking cessation.	1.61	0.38	1.23
35. Smoking cessation can be considered successful when I don't have a urge to smoke in the midst of smoking people	1.34	0.58	0.77
8. My smoking cessation means victory against fighting with myself.	2.20	1.49	0.71
2. When I smoke, the ETS can be harmful to the health of my family members.	1.22	1.34	0.12
30. I am maintaining smoking cessation because my physician recommended me to do so.	-1.80	-1.49	-0.32
27. I go to sauna to release stress when I have strong urge to smoke.	-1.45	-0.70	-0.76
31. Smoking behavior looks cool.	-1.21	-2.11	0.90
25. I try to live regular life style to get away from smoking temptation.	-1.04	0.21	-1.25
37. Decreasing the amount of smoking gradually is effective to stop way smoking.	-1.28	0.29	-1.57
5. I am maintaining the smokeless life because of concerns for the family after I die due to smoking.	-1.35	0.50	-1.85
4. I stopped smoking after I perceived symptoms of disease (asthma, decreased sensation, dyspnea, anginal pain etc.)	-1.68	0.56	-2.24

중심의미를 잡아 각 대상의 상황적, 구조적 기술을 제시하는 Giorgi의 현상학적 연구 방법이었다. 이는 대상자들의 공통적인 금연의 현상을 묘사할 수는 있어도 대상자들의 특성에 따른 유형을 분류할 수는 없으며 따라서 각 유형을 위한 적절한 금연교육의 방향을 제시해 주는 데는 한계가 있다고 볼 수 있다. 따라서 우리나라 성인 흡연자들의 금연경험을 토대로 그들의 금연유형을 분류하고 파악하므로 각 유형별 이해를 증진시키고 중재프로그램의 기본방향을 제시해 줄 수 있는 Q 방법론을 이용한 본 연구는 의의가 있다.

우리나라 성인 금연자들의 금연 구조와 유형을 파악하기 위하여 실시된 본 연구 결과 3개의 금연 유형이 제시되었다. 전체 연구대상자 34명 중 14명이 속했던 제I 유형은 “가족 의식형”으로 이들의 특징은 대부분 사회생활을 하는 직장인들로서 금연을 시도했던 횟수가 가장 많았으며 성공적으로 금연을 유지한 기간 또한 세 그룹 중 가장 길었다.

이들은 가족들이 자신의 금연을 원하고 있음을 인식하고 있었고 가장으로써 가족의 모범이 되어야 한다는 것을 중요하게 생각하는 사람들이었으며 자신의 흡연으로 주위사람들(가족)의 건강에 피해를 주지 않기 위해 자기 자신과 싸우고 있다고 하였다. 자신들이 흡연에 대한 의존도가 낮기 때문에 사회생활에서 흡연이 반드시 필요하다고 생각하지 않았으며 술과 담배가 스트레스를 푸는 방법으로 좋은 방법이 아니라고 생각하는 사람들이었다. 이같이 니코틴 의존도가 낮아 금연의 장애성에 대한 인식이 낮은 자들과 흡연으로 인한 가족이나 자신의 건강에 대한 염려로 흡연의 심각성을 높게 인식한 자들은 Son등(1999)의 연구에서 금연 프로그램의 참가의도가 높았던 대상자들과 같은 유형이라고 볼 수 있으며 이들의 이러한 특성 때문에 금연을 성공적으로 유지하고 있다고 볼 수 있다. 또한 성공적 금연기간이 가장 길었던 제I 유형은 금연을 시도했던 횟수가 가장 많았던 자들로 구성된 것을 볼 때 반복된 금연 행위를 실천하므로 결국 금연 상태에 도달할 수 있다는 Prochaska와 DiClemente(1983)의 연구와 일치함을 볼 수 있다. 또한 이들은 Prochaska와 DiClemente(1983)의 금연 변화 단계에 따라 대상자들을 선정하여 흡연 유형을 분석한 연구(Chang, Shin & Kim, 2003)에서 유지 단계에 있었던 대상자들이 금단 증상을 크게 경험하지 않았고 자신의 흡연으로 인해 가족 등 주변인이 갖게되는 힘든 점을 고려하는 ‘주변인 배려형’과 매우 흡사한 특성

을 보이고 있었다.

이들은 금연에 대한 강한 의지가 있는 집단으로 가족 구성원들의 지속적인 지지와 함께 간헐적인 외부지지가 제공된다면 장기간 금연을 안정적으로 유지할 수 있는 유형으로 사료된다. 또한 이들의 가족과 주변인을 의식하는 특성을 고려하여 주위친구나 동료들을 대상으로 금연 상담이나 교육을 할 수 있는 계기가 주어진다면 자신들의 금연 의지를 강화시키는데 도움이 될 수 있다고 보이기 때문에 시민단체에서 전개하는 캠페인이나 금연교육 프로그램에 참여시킨다면 자신의 금연의지 강화는 물론 주위 대상자들의 금연결심에 기여할 수 있다고 사료된다.

반면 평균 연령이 가장 낮고 흡연 기간 또한 가장 짧았던 제II유형은 대부분 학생들로 구성되었으며 스트레스를 받거나 음주 후 흡연 유혹을 가장 많이 받고 이러한 흡연 유혹을 억제하기 위하여 다양한 전략을 이용하고 있었던 ‘욕구 억제형’이었다.

제II유형에 속했던 대상자들을 살펴볼 때 이들은 평균 금연기간이 약 2년 된 자들로 스트레스를 받을 때, 음주 후, 흡연하는 자들과 함께 있을 때, 주위 사람들이 담배를 권할 때 아직도 흡연 유혹을 받고 있었으며 평소 흡연하는 사람들에 대한 부정적인 인식으로 인해 자신들의 흡연욕구를 억제하고 있음을 알 수 있었다. 이들의 특성을 살펴볼 때 금연자들은 자신들의 끊임없는 노력으로 비록 금연을 유지하고는 있으나 흡연 욕구는 금연 후에도 장기간 존재한다는 점을 시사하고 있으며 스트레스 상황과 환경적 자극이 금연 실패의 예측요인임을 감안할 때 (Kim, 1998) 이들의 금연을 장기간 유지시키기 위해서는 스트레스 관리 방안에 대한 교육을 제공할 필요가 있다고 사료된다. 또한 이들의 금연 결심과 가치관이 흔들리지 않도록 지지와 격려를 제공할 필요가 있으며 타인의 요구를 거절할 수 있는 자기 주장 행동 전략을 강화시키는 내용의 교육이 필요하다. 또한 이들과 상담 시에는 금연한 기간이 2년 정도 되었을지라도 금연에 대한 양가 감정과 흡연에 대한 욕구가 존재할 수 있음을 수용하는 따뜻한 자세로 임할 필요가 있겠다.

제III유형인 ‘자신 극복형’은 전체 연구대상자 중 6명으로 본 연구에서 분류된 3유형 중 평균 연령이 가장 높았으며 흡연 기간이 가장 길었던 반면 평균 금연 기간은 가장 짧았다. 이들은 흡연을 비교적 오래하였음에도 불구하고 흡연으로 인한 신체적 자각 증상이 없었던 대상자들로 지각된 건강상태도 양호하다고 보고하였다. 이들

은 자신의 흡연으로 인한 피해로 사랑하는 가족이나 주변인이 갖게되는 어려운 점이나 자신의 흡연으로 인해 나타날 수 있는 건강 염려보다는 어떠한 계기를 통해 금연의 중요성을 인식하고 금연을 결심한 후 취미생활이나 지지모임 등을 이용하여 자신의 결심이 흔들리지 않도록 유지시키고 있는 '자신 극복형'이었다. 금연하고자 하는 의지는 금연 성공에 있어서 가장 중요한 요인으로써 (Kim, 2002) 우리나라 성인 흡연자들의 6개월 이내의 금연 의지는 2001년 0.3%에서 2002년 12.4%로 최근 증가하고 있음이 보고되고 있다(KASH, 2002). 그러나 우리나라 성인 흡연자들 중 40%는 금연할 의사가 없는 자들로 (KASH, 2002) 금연 전에 장기간 흡연하며 자신이나 가족의 건강에 대한 염려나 외부 자극에 흔들림 없이 흡연을 하였던 제Ⅲ유형에 속한 대상자들과 흡사한 자들이라 생각할 수 있다. 이들은 금연에 대한 의지가 낮아 금연 교육의 효과가 극대화되어 나타날 수 없으며 대부분의 금연 교육 프로그램은 금연 의지를 가진 대상자들의 자발적인 참여를 요하므로 제Ⅲ유형에 속한 흡연자들은 어떠한 강력한 계기가 없는 좀처럼 금연의 필요성을 느끼지 못할 뿐 아니라 금연 교육의 혜택을 받기 어려운 대상자들이라 볼 수 있다.

따라서 이러한 유형의 대상자들을 위해 금연 의도에 영향요인으로 밝혀진(Son et al., 1999) 흡연으로 인한 질병발생가능성과 그로 인한 심각성, 금연의 유익성에 대한 홍보와 교육, 그리고 장애도를 줄이기 위한 방안을 모색할 필요가 있다.

그러나 이들의 금연 유형과 금연 형태를 고려할 때 이러한 대상자들이 금연에 대한 중요성을 인식하고 금연 결심을 하면 비교적 다른 유형의 대상자들에 비해 강한 의지를 가지고 실천에 옮기게 되므로 높은 금연 성공률을 기대할 수 있겠고 이들의 금연을 성공적으로 유지시키기 위해서는 주위로부터 지지와 격려가 필요한 유형이라고 볼 수 있다.

본 연구 결과는 Prochaska와 DiClemente(1983)의 금연 단계 즉 계획전 단계, 계획 단계, 행동 단계, 유지 단계에 있는 대상자들 중 흔히 금연에 성공했다고 고려되는 유지단계 대상자들의 금연경험을 토대로 금연유형을 분류한 것으로 이들 중에는 강한 의지로 금연을 성공적으로 유지하고 있는 "자신 극복형"도 있었으나 순간 순간마다 흡연유혹을 억제하며 생활하고 있는 "욕구 억제형"도 있음을 알 수 있었다. 따라서 흡연자들을 위한 금연 중재 프로그램 뿐 아니라 금연자들을 위한 금연 강화

및 유지 프로그램 또한 필요하다는 것을 알 수 있으며 금연 자들의 금연유형에 따라 차별화 된 전략과 접근이 필요함을 제시하고 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 행위자의 관점을 중요시하는 Q 방법론을 적용하여 성인 금연 자들의 금연 유형을 분류하고 파악하기 위해 시도하였다. 관련 문헌고찰과 개방형 질문지 그리고 개별 면담을 통해 수집된 항목들을 종합 분석하여 최종 38개 Q 표본 진술문을 6개월 이상 금연에 성공한 34명에게 분류하도록 하였다. 수집된 자료는 PC-QUANL Program으로 요인분석 하였고, 이를 통해 금연자의 금연은 3가지 유형으로 분류되었다.

제Ⅰ유형은 금연기간이 긴 사람들이었으며 금연 시도도 여러 번 경험한 대상자들로 건강상태는 양호한 자들이었다. 금연은 자신과의 싸움에서 승리하는 것이고 건강을 지키기 위해 중요하다는 생각에서, 또한 가장으로써 모범을 보여야 한다는 생각에서 금연을 시도하고 유지하는 유형의 사람들이었다. 이들은 금연에 강한 의지를 소유하고 있었고 가족과 주변인을 의식하는 유형으로 '가족 의식형'으로 명명하였다.

제Ⅱ유형은 금연 중에도 스트레스를 받거나 술좌석과 같은 상황에서는 흡연 유혹을 받고 있으나 이를 극복하기 위하여 운동이나 취미생활과 같은 다양한 전략을 이용하여 흡연 유혹 상황을 억제하고 있었던 유형으로 '욕구 억제형'으로 명명하였다.

제Ⅲ유형은 가족의 걱정이나 자신의 건강 때문에서가 아닌 어떠한 계기를 통한 자신과의 약속에서 금연을 결심하게 되었으며 이후 강한 의지로 단호하게 금연을 실시하고 유지하는 유형이었으므로 '자신 극복형'으로 명명하였다.

이상의 결과를 통하여 금연 자들을 위한 금연 강화 및 유지 프로그램을 계획하고 수행할 때에는 금연자들의 금연 특성과 금연 동기에 따라 각 유형별 접근이 차별화 되어야 할 필요성을 제시하고 있다. 즉 가족 의식형의 특성을 가진 대상자들에게는 주변의 지지와 인정이 대상자들의 금연유지에 도움이 된다는 것을 강조할 필요가 있다. 반면 욕구억제형에 속하는 대상자들에게는 흡연욕구를 최소화 할 수 있는 전략을, 자신 극복형에게는 금연을 유지할 수 있도록 취미생활과 지지모임 등을 조성해 줄 필요가 있다고 사료된다. 이러한 결과를 바탕으로

다음과 같이 제언하고자 한다.

- 금연 자들의 금연 유지 전략에 대한 심층적 연구를 제언한다.
- 금연 유형에 따른 금연 유지 및 강화 프로그램 개발을 제언한다.

References

Chang, S. O., & Park, C. S. (2001). A study on the variable that influence stage of change in smoking cessation. *J Korean Fund Nurs, 10*(1), 57-67.

Chang, S. O., Shin S. R., & Kim, S. S. (2003). Type of smoking among adult smokers. *J Korean Fund Nurs, 10*(1), 57-67.

Choi, J. S. (1999). *The Effect of Smoking Cessation Program Based on Cognitive Behavioral Therapy*. Unpublished doctoral dissertation. Seoul National University Graduate School, Seoul.

Choi, K. W., & Kim, K. B. (2002). Experience of smoking cessation. *J Korean Acad Adult Nurs, 14*(4), 521-531.

Fiore, M. C., Bailey, W. C., Cohen, S. J., et al. (2000). *Treating Tobacco Use and Dependence. Clinical Practice Guideline*. Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Service.

Kim, A. K. (1998). The study of the process of smoking cessation in adult. *J Korean Acad Nurs, 28*(2), 319-328.

Kim, A. K. (1998). The study of the process of smoking cessation in adult. *J Korean Acad Nurs, 28*(2), 319-328.

Kim, H. O. (2002). Effect of a smoking cessation program on the stop-smoking rate and nicotine dependency for the adult smoker. *J Korean Comm Nurs, 13*(1), 5-16.

Kim, H. W. (1999). Determinants of smoking cessation behaviors in female university students. *J Korean Acad Nurs, 29*(1), 48-60.

Korean Association of Smoking and Health.

(2002). *Smoking Rate of Korean Adults 2002*. <online><http://www.kash.or.kr/user/o-d ata-01.htm>

Ministry of Health and Welfare (2001). *2000 Yearbook of Health and Welfare Statistics*.

Moon, S. Y. (1995). Phenomenological study of smoking and smoking cessation. *Korea Nurs, 39*(2), 42-44.

Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1983). Stage and process of self change of smoking: toward an integrative model. *J Consult Clin Psychol, 51*, 390-395.

Son, J. H., Kim, S. A., Kam, S., Yeh, M. H., Park, K. S., & Oh, H. S. (1999). Factors related to the intention of participation in a worksite smoking cessation. *Korean J Prev Med, 32*(3), 297-305.

- Abstract -

The Types of Smoking Cessation Among Adult Smokers: Q Methodological Approach

Shin, Sung-Rae*·Chang, Sung-Ok**
Kim, Sang-Suk***

Purpose: The purpose of this study was to analyze the subjectivity of smoking cessation methods of smokers. **Method:** The Q. methodology which provides a method of analyzing the individual's subjectivity was used. The 34 subjects classified 38 selected Q-statements into a 9 point scale to make a normal distribution. The collected data was analyzed using a QUANL PC program. **Result:**

* Professor, Department of Nursing, Sahmyook University

** Associate Professor, College of Nursing, Korea University

*** Doctoral Student, Graduate School of Nursing, Korea University

Three types of smoking cessation among smokers were identified. Type I, Family Centered; Type II, Suppressing Temptation; Type III, Self Overcoming. **Conclusion:** This study results revealed that different approaches of support

programs are needed to address the three types of smoking cessation and their characteristics

Key words : Smoking Cessation, Q-methodology