

베이비붐세대 남성의 자살생각에 미치는 영향요인*

김희숙** · 유광자*** · 박경란****

I. 서 론

1. 연구의 필요성

베이비붐세대(baby boom generation)란 미국에서 2차 세계대전이 끝난 이후 전쟁기간 동안 떨어져 있던 부부들이 다시 만나고 미뤄졌던 결혼이 한꺼번에 이루어진 결과 아이(baby)가 급격하게 증가(boom)한 세대를 일컫는 말이다. 우리나라의 경우는 1955년에서 1963년 사이에 태어난 세대로 약 712만 명이며 총인구의 14.6%를 차지하고 있어(Statistics Korea, 2013) 전체 인구 중 비중이 가장 많은 연령대라고 할 수 있다. 우리나라 베이비붐세대는 한국의 산업화와 민주화를 이끈 현대사의 실질적인 주역으로 정치·사회적 영향력이 큰 세대이다. 또한 자녀 양육과 부모 부양의 책임을 동시에 지고 있으며, 고령화 시대에 직면하여 노후를 준비해야 하는 마지막 세대로 인생의 발달단계상 자녀가 독립하기 시작하며 자신들은 현재 은퇴를 했거나 은퇴를 앞둔 시기이다.

베이비붐세대 남성들은 이미 중년기에 들면서부터 신체적 쇠퇴를 자각하게 되며, 이런 신체적 변화에 따른 감정적 반응으로 심리적 두려움을 경험하기도 하는데 제대로 건강에 대한 관리를 하지 않을 경우 정상적인 발달과정인 노화과정과 함께 신체적 상태가 나빠짐으로써 심혈관질환, 호흡기질환, 소화기질환 및 당뇨와 같은 만성질환과 암 발생률이 높다(Lee, 2008). Juurlink, Herrmann, Szalai, Kopp과 Redelmeier (2004)는 노인의 자살률이 울혈성심질환 1.73배, 만성폐쇄성폐질환 1.62배, 경련장애 2.95배, 심한 통증이 있을 경우 7.52배로 질환이 없는 경우보다 높다고 보고하였다. 베이비붐 남성들은 노년기를 앞둔 중년기 후기로 체력 저하와 함께 시대적 문화적으로 변화된 가정 내에서의 적응 과정에서 스트레스와 불안을 경험하기 쉽고, 퇴직으로 인한 직업적 전환과 가정 경제에 대한 부담감과 자신이 살아온 삶의 의미와 가치에 대한 회의와 정체감의 혼동으로 주위와의 갈등을 경험하고 있는 실정이다.

생애주기별로 자살 분포를 살펴보면 청소년기 5.1

* 본 연구는 2013년도 한국연구재단의 연구비 지원에 의하여 수행되었음(No 20140938888).

** 경북대학교 간호대학/경북대학교 간호과학연구소 교수(교신저자 E-mail: hskim8879@knu.ac.kr)

*** 경북대학교 간호과학연구소/경남도립거창전문대학 간호학과 조교수

**** 경북대학교 간호과학연구소/대구과학대학교 간호학과 조교수

투고일: 2014년 4월 29일 심사회의일: 2014년 5월 31일 게재확정일: 2014년 8월 29일

• Address reprint requests to: Kim, Hee Sook

N440, College of Nursing, Kyungpook National University
680 Gukchaebosang-ro, Jung-gu, Daegu 700-842, Korea
Tel: 82-53-423-4926 E-mail: hskim8879@knu.ac.kr

명, 청년기 19.5명, 성년기 27.3명, 중년기 33.1명, 노년기는 73.3명으로 나이가 증가할수록 자살률은 더 심각하고, 자살률을 남녀 비율로 살펴보면 전체적으로는 남성의 사망자 수가 여성의 사망자 수 보다 2.1배 높은 것으로 나타났지만 특히 중년기에는 남성의 자살 사망자 수가 여성 자살 사망자수보다 3배 이상 높아서 중년 남성의 자살 사망률이 여성보다 더 심각하다(Statistics Korea, 2013). 이러한 점을 고려할 때 베이비붐 세대 남성의 경우 다른 세대와 비교할 때 자살 위험성이 높다고 판단된다. 베이비붐세대의 남성들은 여성들에 비해 경제적 위기, 정체성 위기, 부부관계 및 자녀관계에서의 위기, 질병과 죽음의 위기 등 다양한 위기상황에 직면하고 있다(Kang, Chun, & Sohn, 2008).

영적안녕 수준이 높을수록 부정적인 정서를 완화할 수 있다는 신념이 높고, 이러한 신념이 높을수록 공격성은 낮아지는 경향이 있다(Choi, Lee, & Yang, 2008). 또한 부부간의 의사소통의 어려움은 부부간의 갈등의 원인이 되고, 부부간의 스트레스가 커질수록 중년 남성의 자살생각이 증가한다(Kang, et al., 2008). 정서적 지지는 심리적인 변화를 경험하고 있는 베이비붐 남성의 스트레스를 경감하고, 효율적인 대처, 적응, 심리적 안녕감을 줄 수 있다(Pierce, Sarason, & Sarason, 1992). 그러므로 베이비붐세대 남성들의 자살을 예방하기 위해서는 신체증상, 영적 안녕감, 부부의 의사소통 및 정서적인 지지를 분석하는 것은 베이비붐 남성의 자살예방의 구체적인 전략을 제시하는데 유용 할 것이다.

그동안 중년을 대상으로 자살생각과 관련된 요인들 파악한 선행연구들은 자살과 경제적 요인(Kang, 2005, Kim & Kang, 2011), 생활 스트레스(Joo, Lee, & Hyun, 2012; Sin, 1992), 자존감(Jeong, 2012), 신체증상(Kang, 2005), 종교와 부부관계 스트레스(Kang, et al., 2008)간의 관계를 찾아내는 연구들이 대부분이었다. 하지만 베이비붐 남성을 대상으로 은퇴했거나 은퇴 직전에 있는 베이비붐세대 남성들의 자살 문제가 개인적인 신체질환이나 자존감과 같은 심리적 측면 뿐 만 아니라 영적, 가족적, 사회적 측면에서까지 포함하여 다양한 원인에 의해 발생할 수 있음(Moon, 2012)에도 이에 관한 연구는 매우 부족한 실정이다.

본 연구에서는 베이비붐세대 남성들의 일반적 특성을 포함하여 신체적 측면에서 신체증상, 심리적 측면에서는 실존적 영적안녕감, 가족적인 측면에서 부부 의사소통, 사회적 측면에서 사회적 지지 요인들이 이들의 자살생각에 미치는 영향 정도를 확인함으로써 이들의 자살 예방과 자살 위기관리를 위한 정신간호중재 개발에 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 베이비붐세대 남성의 자살생각에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성에 따른 자살생각 정도를 파악한다.
- 대상자의 자살생각, 신체증상, 실존적 영적안녕, 부부 의사소통 및 사회적 지지 정도를 파악한다.
- 대상자의 자살생각, 신체증상, 실존적 영적안녕, 부부 의사소통 및 사회적 지지 간의 상관관계를 확인한다.
- 대상자의 자살생각에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 베이비붐세대 남성들의 자살생각에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구 대상

본 연구 대상은 생활연령을 근거로 우리나라 베이비붐세대에 해당되는 1955년에서 1963년 사이 태어난 중년 남성으로서 D시의 동창회, 친목단체, 종교단체 및 스포츠센터 등 베이비붐세대 남성들이 많이 모이는 단체를 중심으로 임의표집 하였다. 필요한 대상자 수는 G*power 3 analysis software를 이용하여 산출하였으며, 다중회귀분석 시 효과크기(effect size). 15, 유의수준(α). 05, 독립변수 5개를 포함하였을 때 검정력 $(1-\beta)$.95를 유지하도록 하고 산정한 결과 표본크기는

최소 146명이었다. 본 연구에서는 탈락률을 고려하여 약 200명의 대상자를 최종 목표 인원인 임의표집 하였다. 선정된 대상자들은 본 연구의 목적, 익명성과 비밀보장 등에 대한 사전설명을 듣고, 자발적으로 연구에 참여하기로 서면으로 동의한 200명에게 설문지를 배포 하였다. 최종대상자는 부적절한 응답을 한 6명을 제외한 194명 이었다.

3. 연구 도구

1) 자살생각 (Suicidal Ideation)

자살생각을 측정하는 도구는 Reynolds (1987)의 Suicidal Ideation Questionnaire (SIQ)를 Sin (1992)이 번안한 자기 보고형 척도이다. 총 30문항의 7점 Likert 척도로 0점 '전혀 생각한 적 없다'에서 6점 '거의 매일 생각한다'까지 점수의 범위는 0점에서 180점이다. 점수가 높을수록 자살생각을 많이 하는 것으로 해석한다. 이 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 Sin (1992)의 연구에서 .98이었으며, 본 연구에서는 .95이었다.

2) 신체증상 (Somatic Symptoms)

신체증상 측정도구는 Hahn, Chon, Tak, Lee & Lee (1992)가 개발하고, Kang (2000)이 수정하여 사용한 것으로 현재 겪고 있는 심혈관계, 소화기, 두통 및 수면 증상 등 다양한 신체증상을 측정할 수 있도록 24문항으로 구성되었으나 문항 분석결과 신뢰도를 저해하는 것으로 판단된 7문항을 제외한 17문항으로 측정하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 1점 '전혀 없다'에서 5점 '아주 심하다'까지로 점수가 높을수록 신체증상을 많이 호소하는 것으로 해석한다. 이 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 Kang (2000)의 연구에서 .94였으며 본 연구에서는 .94이었다.

3) 실존적 영적안녕감 (Existential spiritual well-being)

실존적 영적안녕감은 Paloutzian과 Ellison (1982)이 개발한 Spiritual Well-Being Scale (SWBS)을 Park과 Yoo (2003)가 번안한 뒤 수정·보완한 도구로 이는 신과의 관계에서 느끼는 영적안녕감인 종교적

영적안녕감 10문항과 삶의 의미와 목적에 초점을 둔 실존적 영적안녕감 10문항 총 20문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 실존적인 영적안녕감을 측정하는 10문항만을 사용하였다. 6점 Likert 척도로 1점 "전혀 그렇지 않다"에서 6점 "매우 그렇다"까지이며, 점수의 범위는 10점에서 60점으로 점수가 높을수록 실존적 영적안녕감이 높은 것을 의미한다. 이 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 Park과 Yoo (2003)의 연구에서 .87이었고, 본 연구에서는 .86이었다.

4) 부부 의사소통 (Communication with spouse)

부부 의사소통은 Olson과 Olson (2000)에 의해 개발된 Enriching and Nurturing Relationship Issues, Communication and Happiness (ENRICH) Inventory를 Kim, S. B. (2010)가 번안하여 사용한 도구 중 하위영역인 의사소통 부분을 측정하였다. 총 10개 문항으로 문항내용은 중요한 강점과 신념을 서로 나눌 때에 동반자와 대화하는 그들 자신의 능력에 대한 인식에 초점을 맞추고 있다. 본 척도의 문항들은 부부의 효율적인 의사소통 일치 정도에 따라 '전혀 그렇지 않다.' 1점에서 '확실히 그렇다.' 5점까지 5점 Likert 척도로 점수의 범위는 10~50점이며, 점수가 높을수록 부부가 효율적으로 의사소통함을 의미한다. 이 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 Kim, S. B. (2010)의 연구에서 .85였으며, 본 연구에서는 .83이었다.

5) 정서적 지지 (Emotional support)

정서적 지지는 Park (1985)에 의해 개발된 사회적 지지 척도를 Kim (1995)이 수정·보완한 것으로 정서적 지지 8문항, 정보적 지지 5문항, 물질적 지지 6문항, 평가적 지지 6문항의 4개의 하위영역, 총 25문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 '모두 그렇지 않다.' 1점부터 '모두 그렇다.' 5점의 5점 Likert 척도이다. 본 연구에서는 대상자가 인지하는 사회적 지지 중 특히 심리적 지지 정도만을 측정하기 위해 하위영역인 정서적 지지 8개 문항만을 사용하였으며, 점수가 높을수록 정서적 지지가 높은 것을 의미한다. 도구의 신뢰도는 Kim (1995)의 연구에서 Cronbach's α 는 .97이었으며, 본 연구에서는 .93이었다.

4. 자료 수집 방법

본 연구의 자료수집기간은 2012년 12월 1일부터 2013년 6월 31일까지였다. 먼저 B병원 임상시험심사위원회에서 IRB 승인(3-001)을 받았으며, 연구대상자에게 본 연구의 목적과 자료수집과정에서 발생하는 윤리적인 침해를 막기 위해서 설문응답이 연구목적으로만 사용될 것을 약속하고, 조사대상자의 익명과 비밀이 보장되고 문항 작성 중 언제든지 중단할 수 있음을 설명하였다. 자료수집은 연구에 참여할 것을 서면으로 동의한 대상자에 한해 익명으로 작성하게 하였으며, 자가 보고로 작성하게 한 후 직접 봉투에 넣고 밀봉한 것을 본 연구자가 방문하여 수거하였다. 설문지 작성 소요시간은 30분 정도였고 설문응답에 대해 소정의 답례품을 제공하였다.

5. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS 12.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율을 산출하였고, 일반적 특성에 따른 자살생각은 t-test와 one-way ANOVA, 사후검정은 Scheffe' test로 분석하였다. 자살생각과 신체증상, 실존적 영적안녕감, 부부 의사소통 및 사회적 지지의 하위영역인 정서적 지지 정도는 평균과 표준편차를, 자살생각과 관련 요인이 되는 변수들 간의 상관관계는 Pearson's correlation으로 분석하였다. 자살생각에 미치는 영향요인은 Stepwise multiple regression을 실시하였으며, 독립 변수에 대한 회귀분석의 가정은 다중공선성, 잔차, 특이값 등으로 진단하였다. 도구의 신뢰도는 Cronbach's α 를 분석하였다.

III. 연구 결과

1. 일반적 특성에 따른 자살생각

대상자의 학력에 따른 분포를 보면 고졸 이하가 45.9%, 대졸이 42.8%, 대학원 졸업이 11.3% 순이었다. 결혼 상태는 부부가 함께 사는 경우가 92.3%였고, 결혼형태는 중매결혼이 53.1%였으며, 결혼기간은

21~30년인 경우가 81.4%였다. 직업은 사무관리직 33.0%, 생산판매직 27.3%, 자영업과 전문직이 각각 16.5%, 은퇴 및 무직이 6.7%였다. 직업만족도는 만족하는 경우가 52.1%였고, 보통이 40.2%, 불만족이 7.7% 순이었다. 월평균 수입은 200-400만원 미만이 42.3%, 400-600만원 미만 37.1%, 600만원 이상이 11.9%, 200만원 이하가 8.8% 순이었고 종교는 무교가 54.1%, 가족형태에서는 핵가족이 78.9%, 자녀수는 2명인 경우가 68.6%로 더 많았다. 또한 자살에 대한 심리적 대응방법에 대한 교육이 필요하다고 생각하는 경우가 57.2%로 필요 없다고 생각하는 경우보다 더 많았다(Table 1).

대상자의 일반적 특성에 따른 자살생각의 차이를 검정한 결과 가족의 월평균 수입이 200만 원 미만인 경우에 15.9(± 18.97)점으로 자살생각이 높았고($F=2.79, p=.042$), 심리적으로 유의한 대처방법을 배울 필요가 없다고 생각하는 경우가 11.8(± 15.30)점으로 배울 필요가 있다고 생각하는 경우의 7.3(± 10.26)점보다 유의하게 높게 나타났다($t=-2.25, p=.027$). 출생연도, 교육, 결혼상태, 결혼기간, 직업, 직업만족도, 종교, 가족형태 및 자녀수에 따른 자살생각 정도에서는 유의한 차이가 없었다(Table 1).

2. 자살생각, 신체증상, 실존적 영적안녕감, 부부 의사소통 및 정서적 지지 정도

연구대상자의 자살생각 평균은 9.1(± 12.53)점이었고, 신체증상은 평균 26.4(± 9.54)점, 실존적 영적안녕감은 평균 37.1(± 6.15)점 이었다. 부부 의사소통은 평균 33.5 ± 6.73 점 이었으며, 사회적 지지의 하위영역인 정서적 지지는 평균 24.8(± 4.40)점으로 나타났다(Table 2).

3. 연구변수들 간 상관관계

베이비붐세대 남성들의 자살생각은 신체증상($r=.53, p<.001$)과는 유의한 정적 상관관계를 나타냈고, 실존적 영적안녕감($r=-.48, p<.001$), 부부 의사소통($r=-.37, p<.001$), 사회적 지지의 하위영역인 정서적 지지($r=-.19, p=.008$)와는 유의한 부적 상관관계가

Table 1. Suicidal Ideation according to General Characteristics

N = 194

General characteristics	Categories	n	%	M	SD	t/F	p Scheffe
Education	≤High school	89	45.9	9.8	11.26	0.43	.649
	College	83	42.8	8.8	14.31		
	Graduate school	22	11.3	7.1	10.30		
Marriage state	Married	179	92.3	8.7	11.67	-0.99	.342
	Splitville or divorce or others	13	6.7	14.5	21.19		
Type of marriage	Love marriage	85	43.8	8.2	13.30	-0.81	.419
	Arranged marriage	103	53.1	9.6	11.70		
Duration of marriage (year)	0-10	4	2.1	8.5	8.96	0.68	.568
	11-20	15	7.7	11.1	20.16		
	21-30	158	81.4	9.3	12.27		
	≥31	13	6.7	4.6	4.93		
	Retirement or unemployed	13	6.7	16.4	17.91		
Job	Specialized job	32	16.5	9.3	10.96	1.74	.143
	Office worker or management positions	64	33.0	6.7	11.11		
	Service or production	53	27.3	9.6	10.49		
	Independent enterprise	32	16.5	9.8	16.22		
	Satisfied	101	52.1	8.1	12.00		
Satisfaction of job	Middle	78	40.2	10.8	13.98	1.24	.292
	Unsatisfied	15	7.7	7.0	5.84		
	<200 ^a	17	8.8	15.9	18.97		
Family income (million won /month)	200-400 ^b	82	42.3	10.1	12.76	2.79	.042
	400-600 ^c	72	37.1	7.2	11.28		
	≥600 ^d	23	11.9	6.5	6.90		
	Yes	89	45.9	8.4	13.24		
Religion	No	105	54.1	9.7	11.93	-0.72	.476
	Nuclear	153	78.9	9.7	13.27		
Family structure	Extended	41	21.1	6.9	9.11	1.54	.127
	none	4	2.1	12.3	8.81		
Number of children	1	26	13.4	10.4	13.52	0.20	.894
	2	133	68.6	8.8	12.17		
	≥3	31	16.0	8.7	13.96		
	Yes	111	57.2	7.3	10.26		
Learning needs on psychological coping	No	76	39.2	11.8	15.30	-2.25	.027
	Except nonresponse						

있었다. 연구대상자의 신체증상은 실존적 영적안녕감 ($r=-.49, p<.001$), 부부 의사소통($r=-.33, p<.001$), 정서적 지지($r=-.29, p<.001$)와 유의한 부적 상관관계를 나타냈으며, 실존적 영적안녕감은 부부 의사소통 ($r=.54, p<.001$), 정서적 지지($r=.41, p<.001$)와 유의한 정적 상관관계를 나타냈다. 또한, 부부 의사소통은 정서적 지지($r=.41, p<.001$)와 유의한 정적 상관관계를 나타냈다(Table 3).

4. 자살생각에 미치는 영향요인

연구대상자의 자살생각에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위하여 자살생각과 관련성 있는 변수인 신체증

상, 실존적 영적안녕감, 부부 의사소통, 사회적 지지의 하위 요인 중 정서적 지지, 일반적 특성 중 가족수입과 유용한 심리적 대처방법에 대한 교육 요구를 독립변수로 하여 단계적 다중회귀분석을 한 결과는 다음과 같았다. 독립변수에 대한 회귀분석의 가정을 검증하기 위하여 다중공선성의 문제를 확인한 결과 상관계수가 $-.37\sim.53$ 으로 .80미만으로 나타났으며, Durbin-watson 값은 1.647로 나타나 자기상관의 문제가 없는 것으로 나타났다. 또한 공차한계가 .584~.970로 1.0 이하로 나타났고, 변량확대요인(Variance Inflation Factor: VIF)은 1.031~1.683으로 기준인 10 이상을 넘지 않아 다중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다. 다음으로 잔차의 가정을 충족하기 위한 검정결과 선형성

Table 2. Descriptive Data of Major Variables

N = 194

Variables	Min	Max	Mean±SD
Suicidal ideation	0	75	9.1±12.53
Somatic symptoms	17	68	26.4±9.54
Existential spiritual well-being	21	50	37.1±6.15
Communication with spouse	18	50	33.5±6.73
Emotional support	14	35	24.8±4.40

Table 3. Correlation among Variables

N = 194

Variables	Suicidal ideation	Somatic symptoms	Existential spiritual well-being	Communication with spouse	Emotional support
Suicidal ideation	1.00				
Somatic symptoms	.53 ($<.001$)	1.00			
Existential spiritual well-being	-.48 ($<.001$)	-.49 ($<.001$)	1.00		
Communication with spouse	-.37 ($<.001$)	-.33 ($<.001$)	.54 ($<.001$)	1.00	
Emotional support	-.19 (.008)	-.29 ($<.001$)	.41 ($<.001$)	.41 ($<.001$)	1.00

Table 4. Influencing Factors of Suicidal Ideation

N = 194

Variables	B	S.E	β	t	p	Adjusted R ²	F	p
(Constant)	18.89	6.88		2.75	.007		28.63	$<.001$
Somatic symptoms	0.51	0.09	0.39	5.80	$<.001$	0.28		
Existential spiritual well-being	-0.42	0.16	-0.20	-2.65	.009	0.34		
Learning needs on psychological coping(No)	4.07	1.52	0.16	2.68	.008	0.36		
Communication with spouse	-0.29	0.13	-0.15	-2.18	.031	0.37		

VIF = 1.031~1.683

(Linearity), 오차항의 정규성(Normality) 등 분산성(Homoscedasticity)의 가정도 만족하였다. 특이값을 검토하기 위한 Cook's distance 값은 1.0을 초과하지 않았다. 따라서 회귀식의 가정이 모두 충족되어 회귀분석결과는 신뢰할 수 있는 것으로 판단된다.

단계적 다중회귀분석결과 베이비붐세대 남성의 자살생각 예측 회귀모형은 유의한 것으로 나타났으며 ($F=28.63, p<.001$), 영향을 미치는 요인은 신체증상 ($\beta=.39, p<.001$), 실존적 영적안녕감($\beta=-.20, p=.009$) 및 유용한 심리적 대처방법에 대한 교육 요구가 '없는 경우'($\beta=.16, p=.008$)와 부부 의사소통($\beta=-.15, p=.031$) 이었다. 자살생각에 대한 이들 변수들의 설명력은 37%인 것으로 나타났다(Table 4).

IV. 논 의

자살생각은 미래의 자살행위와 관련된 중요한 위험요인으로서 자살연구에서 중요한 주제(Kim & Kang, 2011)이며, 실제 자살위험과 같은 것으로 간주되고 있다. 따라서 본 연구의 목적은 베이비붐세대 남성들의 신체증상, 실존적 영적 안녕감, 부부 의사소통, 사회적 지지의 하위영역인 정정서적 지지 정도를 알아보고 이들 변인들이 자살생각에 미치는 영향을 분석하고자 시도되었다.

대상자의 일반적 특성에 따른 자살생각은 가족 월평균 수입과 유용한 심리적 대처방법에 대한 교육 요구에 따라 유의한 차이가 있었다. 가족 월평균 수입이 200만원 미만인 경우의 대상자들이 400만원 이상인 경우에 비해 자살생각 정도가 높은 것으로 나타났다. 이는 소득수준이 '하'인 집단이 '상'인 집단보다 자살생각이 높고(Kim & Kang, 2011; Kang, et al., 2008), 100만원 미만 저소득자와 무직 상태 성인에게서 자살생각이 높으며, 특히 Kang(2005)의 40~50대를 포함한 장년층은 청년층과 달리 직업의 유무보다 가구의 월 평균소득이 자살생각을 유발하는 요인이라는 연구결과 일치한다.

심리적인 대처방법으로 교육이 필요하다고 응답한 경우가 자살생각정도가 낮았고, 교육이 필요 없다고 응답한 경우 자살생각정도가 높게 나타났다. 이는 선행연구는 없어서 비교할 수 없지만 베이비붐세대 남성들

뿐만 아니라 모든 사람들이 심리·사회적으로 위축되는 경우 타인과의 교류도 적어지며 사회적 활동이 동반되는 다양한 교육에 대해서도 무관심해지거나 거부적이기 때문에 우울이나 자살생각도 높을 것이라 추측할 수 있다. 따라서 누구나 살면서 여러 가지 심각한 스트레스 상황에 직면할 수 있지만 스트레스 상황 시 스스로 고립됨으로써 이를 적절히 조절하는 방법을 알지 못할 경우 불안, 우울 등과 같은 심리적 부담감과 함께 자살생각이 증가될 수 있다(Joo, et al., 2012). 따라서 가부장적인 문화에서 자라 심리적 개방성이 적은 베이비붐세대 남성들에게 이들이 가진 지적 능력을 활용하여 자신들이 처한 상황을 제대로 인지하고 효율적인 심리적 대처방법을 배울 필요성을 느낄 수 있도록 하는 적극적인 접근이 이들의 자살생각을 감소시키는 데 기여할 수 있을 것으로 사료된다.

베이비붐세대 남성의 자살생각은 평균 9.1점으로 연령대 별로 나누어 자살생각을 조사한 Sin (1992)의 연구결과에서 나타난 고등학생 32.7점, 대학생 23.0점 및 성인 10.9점과 비교해 볼 때 성인의 자살생각 점수는 비슷하였지만 Joo 등 (2012)의 연구에서 제시된 대학생 자살생각 30.56점보다도 훨씬 낮았다. 이 결과는 고등학생 및 대학생은 학업과 진로에 대한 스트레스 때문에 자살생각이 높아지는 시기(Sin, 1992)이기 때문에 차이가 있는 것으로 보이며, 본 연구 대상자들 측면에서 분석해 보면 이들은 93.7%가 현재 직업을 가진 채 사회적 활동을 하고 있으며, 이 중에서 79.4%가 월평균 200만원 이상의 비교적 안정된 수입원을 가지고 있을 뿐만 아니라 52.1%가 현 직업에 대한 만족하고 있어 자살생각 평균점수가 다른 집단에 비해 낮은 것으로 생각한다.

신체증상의 평균은 26.4점으로 건강 행동과 신체증상의 관련성을 연구한 Lee (2008)의 연구에서 40세에서 59세의 신체증상 평균 26.6점과 비슷하였다. 두 그룹은 남녀의 특성의 차이가 있기는 하지만 같은 연령대이므로 신체증상 정도가 유사하였던 것으로 생각된다.

실존적 영적안녕감의 평균은 37.1점으로 중년기 여성의 실존적 영적안녕감을 측정한 연구(Park, 2003)에서의 41.8점, Hwang, Suh와 Kim (2011)의 연구에서 제시된 남자 대학생 47.3점, 여자 대학생 47.0

점 보다 낮았다. 하지만 노년기의 실존적 영적안녕감을 측정한 Youm, Cheung, Seo, Koo와 Bai (2005)의 연구에서 제시된 남성 노인 36.0점, 여성 노인 35.1점 보다는 높게 나타났다. 실존적 안녕감은 삶에 대한 만족감과 삶의 의미와 목적에 초점을 둔 안녕감으로 여성과 대학생보다 베이비붐 남성이 낮은 것은 퇴직 등으로 인한 급격한 삶의 변화 때문으로 사료된다. 특히 대부분의 베이비붐세대 남성들은 여성에 비해 직업을 가지고 가장의 역할을 하고 있는데, 중년기 후반이 되면 자신의 의사와 무관하게 정년퇴임이라는 기준으로 퇴직을 하거나 이를 앞둔으로써 변화 경험이 여성보다 훨씬 클 것이므로 실존적 영적안녕감에서도 차이가 큰 것으로 생각된다. 하지만 노인의 경우 신체질환의 유병율이 높고 신체기능이 떨어지므로 실존적 안녕감이 떨어지는 것으로 사료된다.

중년기는 역할 변화의 시기로 자녀의 독립으로 부모 역할이 감소되어 상실감을 가질 수 있으나 가족의 의무에서 벗어나 자기 자신이 주인이 되는 시기이다. 이러한 과정을 통하여 건강한 자아발견으로 희망을 가지게 되고 자아정체감을 다시 획득하게 되며 생의 전환점에서 새로운 삶의 의미와 목적을 찾을 수 있다. 부부 의사소통의 평균은 33.5점으로 중년기 기혼남녀의 결혼 생활만족에 관한 연구에서 부부 의사소통 점수는 평균 34.1점과 중년 남성의 주관적 삶의 질 모형 연구(Huh, 2003; Ha, 2011)에서의 평균 34.3점 보다는 약간 낮았다. 이러한 차이를 보이는 것은 본 연구 대상자들은 1955년에서 1963년 사이에 베이비붐세대 남성들만을 대상으로 하였지만 Huh (2003)의 연구에서는 의사소통 수준이 다른 중년 여성도 포함되었고, Ha (2011)의 연구에서도 50% 이상이 40대 남성들로 구성되었기 때문인 것으로 여겨진다. 사회적 지지 영역의 하위영역인 정서적 지지는 공감, 온정, 존중 및 사랑을 표현하고 나눔으로써 편안함을 느끼는 것으로 베이비붐세대 남성들의 평균 점수는 24.8점으로 Huh와 Tae (2013)의 연구에서 중년기 여성의 정서적 지지는 25.4점으로 유사하였다. 하지만 Kim, K. M. (2010)의 연구에서 제시된 대학생의 정서적 지지 29.5점 보다는 낮았다. 이는 중년기가 타인에게 사랑과 존중을 표현하고 나누는 것에 익숙하지 못한 세대이므로 그것에 익숙한 대학생보다 정서적 지지 점수가 낮게 나온

것으로 사료된다.

베이비붐세대 남성의 자살생각에 미치는 영향요인은 신체증상, 실존적 영적안녕감, 평소 유용한 심리적 대처방법에 대한 교육요구, 부부 의사소통으로 이 변수들의 설명력은 37%로 나타났다.

첫 번째로 신체증상이 가장 강력한 요인으로 나타났는데, 이는 Kang (2005)의 나이 계층별 자살생각 관련 요인 연구에서 만성질환 수와 주관적인 건강수준, 정신적·육체적 건강수준의 악화는 자살생각과 정적 상관관계가 있다고 보고한 연구와 일치한다. 또한 성인기 건강상태가 좋지 않은 경우 자살생각이 높다고 한 Kim과 Kang (2011)의 연구결과와도 일치한다. 이는 중년기 이후 남성들의 신체적 쇠퇴의 관리가 절망감을 심어주는 것으로 질환 발생이나 악화를 지연시킬 수 있는 건강관리 전략을 베이비붐세대 남성들에게 미리 교육하고 훈련함으로써 신체질환으로 인한 좌절감과 함께 나타날 수 있는 자살생각을 줄일 수 있을 것으로 생각된다.

두 번째로 실존적 영적안녕감이 높을수록 자살생각이 유의미하게 감소하는 것으로 나타났다. 이는 영성이 자살 보호요인(Hwang, et al., 2011)으로 작용할 뿐만 아니라 중년 남성의 자존감을 향상시켜 일탈행동을 감소시키고 상실과 소외, 고독, 우울, 죽음 등의 정신 영역에 위안을 주는 기능을 한다(Jeong, 2012)는 연구결과와 일치한다. 실존적 영적안녕감은 삶이 힘들지만 살아가야 할 목적과 의미를 부여할 뿐만 아니라 자신을 가치 있고 긍정적으로 평가하는 것으로 자기 파괴적인 자살생각을 유의하게 감소시키는 것으로 생각된다. 그러므로 직업적인 안정성, 경제적인 풍요와 같은 객관적인 여유로움 가운데서도 자기 자신이나 가족과의 실존적 만남의 부재로 자신의 역할에 회의를 갖게 되고 삶의 의미를 상실하거나 내면적인 빈곤감을 경험할 수 있는 베이비붐세대 남성들에게 그들의 치열했던 삶에 대한 노고를 치하하고 자신들의 실존적 의미를 되새겨볼 수 있도록 하는 심리를 지지할 수 있는 간호중재 프로그램을 제공하는 것이 필요하다.

셋째, 유용한 심리적 대응방법에 대한 교육요구가 없는 경우 자살생각은 유의하게 높아지는 것으로 나타났다. 이는 중년 남성의 직무 스트레스와 대처방안을 연구한 Lee와 Shin (2006)의 연구에서 스트레스 상

황 시 외적 자원을 활용하지 않고 주로 잊으려고 노력하고 사람을 만나는 것을 피하는 사람의 스트레스 수준이 높았다는 연구 결과에 비추어 볼 때 일반적으로 평소 자살생각을 가진 대상자들의 경우 심리적 불안과 우울로 인하여 사회적 위축, 판단력의 저하 등으로 심리적 대응방법에 대한 교육에 욕구가 낮은 것으로 사료된다. 또한 이들이 주로 사용하는 스트레스 해소방법은 음주와 흡연, 은둔 등의 부정적인 대처 방법들이며 (Lee & Shin, 2006) 유용한 심리적 대응방법을 활용하지 못하는 경우 심리적 악순환은 반복되고 삶의 질이 저하되어 자살사고까지 유발됨을 알 수 있다. 그러므로 지역사회 정신건강증진센터에서는 직장을 중심으로 퇴직을 앞두고 인생에서 또 하나의 위기적 전환점에 있는 베이비붐세대 남성들에게 통합적인 집단상담 및 교육 프로그램에 참여하도록 함으로써 자살로부터 자신을 지킬 수 있도록 돕는 능력을 향진시킬 필요가 있다고 본다.

마지막으로 부부 의사소통이 원만할수록 자살생각은 유의미하게 감소하는 것으로 나타났다. 이는 부부관계 스트레스가 커질수록 중년 남성의 자살생각이 증가하였고(Kang, et al., 2008), 중년 남성의 결혼만족도가 높을수록 정서적 위기감이 낮았으며(Lee & Chung, 2007), 배우자와 의사소통을 잘 할수록 중년 남성의 삶의 질이 증가되었다(Ha, 2011)는 연구결과와 유사하였다. 즉 한국 중년 남성들의 특성이 남자는 과묵해야 한다는 과거의 전통에 영향을 받아서 자신의 감정 표현을 잘하지 않는 경우가 많다. 하지만 가정 내에서 자신의 생각과 감정을 배우자와 효율적으로 잘 소통할수록 심리적인 안정을 찾는 것을 볼 때 베이비붐세대 남성들이 지역사회 내에서 쉽게 참여할 수 있는 효율적인 의사소통기술향상 프로그램이나 부부관계향상 프로그램을 제공할 필요가 있다.

본 연구는 일 지역의 베이비붐 남성을 대상으로 하였고, 직장을 가진 베이비붐 남성만을 대상으로 하였기 때문에 일반화의 어려움이 있고, 자살에 미치는 다양한 변수 중 일부 변인만 포함하였으므로 베이비붐 남성의 자살영향요인을 총체적으로 설명하기에는 제한점이 따른다. 그러나 경제적인 변수 뿐만 아니라 실존적 영적안녕감, 심리적인 대처교육 및 부부 의사소통이 자살생각에 미치는 영향변수임을 밝히는데 의의가 있다.

이상의 연구결과를 살펴볼 때 베이비붐세대 남성들의 자살생각을 감소시켜 자살을 예방하기 위해서는 이들의 가진 지적 능력과 그간 살아온 자취에 대한 가치를 인정해 줌으로써 실존적 영적안녕감을 증진시키고 효율적인 신체증상 관리, 부부 의사소통 및 심리적 대처방법에 대한 맞춤형 자살예방교육을 개발하여 정착화 되도록 노력을 기울여야 할 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 우리나라 50~59세 남성의 10만 명당 자살률은 2012년에 53.2명으로 20년 전인 1989년의 15.6명보다 341% 증가하고 있는 현시점에서 중년기 후반에 해당되며 노년기에 접어들기 직전인 베이비붐세대의 주력 계층인 1955년에서 1963년 사이 태어났으며 2013년 현재 49~58세에 해당되는 남성들을 대상으로 이들의 자살생각에 미치는 영향요인을 파악하기 위하여 시도하였다. 따라서 대상자의 자살생각에 미치는 영향요인은 이들이 인식하는 신체증상, 실존적 영적안녕감, 살아가는 데 있어 다양한 심리적 대응방법에 관해 관심이 없는 경우와 부부 의사소통이었으며, 이들 변인은 자살생각에 대해 37%의 설명력이 있는 것으로 나타났다.

본 연구를 토대로 은퇴와 함께 곧 노년기에 도달하는 베이비붐세대 남성들의 자살을 감소시키기 위해 다양한 신체적 질환의 관리에 대한 정보제공과 함께 실존적 영적안녕감을 증진하고 부부 의사소통을 증진하는 간호중재프로그램 개발과 함께 그 효과를 검증하는 연구를 제안한다. 특히 지역사회정신보건사업의 1차 예방으로 직장을 중심으로 은퇴 전에 이들의 존재 가치를 강조함으로써 실존적 영적안녕감을 향상시키고, 심리적 위기상황에서의 정서적 대처방법에 대한 교육을 간호중재프로그램으로 시행할 것을 제안한다. 또한 베이비붐세대 남성들을 위한 자살예방교육의 활성화를 위해서는 직장에서도 자살예방을 위한 다양한 프로그램을 의무적으로 활성화하는 방안도 고려할 필요가 있다.

References

- Choi, Y. M., Lee, J. Y., & Yang, N. M. (2008). The effects of spirituality on the aggression levels of prisoners - with the mediation of negative mood regulation expectancies. *Korean Journal of Counseling and Psychology*, 20(2), 537-551.
- Ha, T. H. (2011). *Development of the structural model of middle-aged men's subjective quality of life*. Unpublished doctoral dissertation, Kyungpook National University, Daegu.
- Hahn, D. W., Chon, K. K., Tak, J. K., Lee, C. H., & Lee, K. H. (1992). *A study on life maladjustment of college students: Based on anxiety, depression and somatization*. Paper presented at the meeting of Korean Psychological Association.
- Huh, J. E., & Tae, Y. S. (2013). *Relationships between spiritual wellbeing, social support and depression in the middle-aged women*. Unpublished master's thesis, Goshin University, Busan.
- Huh, M. H. (2003). *Study on the marital life and satisfaction of middle age man and woman*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Hwang, H. R., Suh, K. H., & Kim, J. Y. (2011). The relationship between spiritual well-being and psychological well-being among university students. *Korean Journal of Health Psychology*, 16(4), 709-724.
- Jeong, I. H. (2012). A study on self-esteem and influencing factors of adults by life cycle : comparison of young, middle-aged and elderly. *Korean Journal of Crisis Management*, 8(6), 231-247.
- Joo, Y., Lee, S. J., & Hyun, M. H. (2012). The moderating effect of meaning in life, gratitude, and the relational differences between stress and suicidal ideation. *The Korean Psychological Association*, 31(4), 1175-1192.
- Juurlink, D. N., Herrmann, V., Szalai, J. P., Kopp, A., & Redelmeier, D. A. (2004). Medical illness and the risk of suicide in the elderly. *Archives of Internal Medicine*, 164(11), 1179-1184. <http://dx.doi.org/10.1001/archinte.164.11.1179>
- Kang, E. J. (2005). Factors related to suicide ideation by age group. *Health and Welfare Policy Forum*, 107, 81-86.
- Kang, H. J. (2000). The relationship among self-discrepancies, emotion, and physical symptoms. *Korean Journal of Health Psychology*, 5(2), 193-208.
- Kang, S. M., Chun, Y. J., & Sohn, T. H. (2008). Work and family related stress and suicidal ideation among the middle-aged married men in Korea. *Journal of Family Relations*, 13(1), 105-134.
- Kim, K. M. (2010). *The relationship between adult attachment, social support, and college adjustment among korean students*. Unpublished master's thesis, Kookmin University, Seoul.
- Kim, S. B. (2010). *A study on bibliotherapy program development and effectiveness for healthy marital relationship*. Unpublished doctoral dissertation, Pyeongtaek University, Pyeongtaek.
- Kim, Y. J., & Kang, H. J. (2011). Study on variables related to adults' suicidal ideation. *Journal of Family Relations*, 16(3), 45-61.
- Kim, Y. S. (1995). *Study on relationship between life satisfaction and perceived social support among adults with mental disorders*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Lee, E. H., & Chung, H. J. (2007). Individual

- and family variables related to middle-aged men's psychological crisis. *Journal of Family Relations*, 12(2), 301-329.
- Lee, M. J., & Shin, H. S. (2006). Job stress and coping strategies of middle aged men. *Dongduk journal of life science studies*, 11, 75-83.
- Lee, M. J. (2008). *The effect on physical symptoms by health behaviors among adult*. Unpublished master's thesis, Sahmyook University, Seoul.
- Moon, D. K. (2012). A meta-analysis on related protective variables on the suicidal ideation of older adults. *Korean Journal of Social Welfare Education*, 17, 144-166.
- Olson, D. H., & Olson, A. K. (2000). *Empowering couples: Building on your strength*. Minneapolis, Minnesota: Life Innovations, Inc.
- Paloutzian, R. F., & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, spiritual well-being and the quality of life. In Peplau, L. A., & Perlman, D. (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 224-236). New York: John Wiley & Sons.
- Park, M. H. (2003). Hope, self-empowerment and existential spiritual well-being of middle aged women. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 9(2), 222-233.
- Park, J. A., & Yoo, S. K. (2003). Relationship of resilience, spiritual well-being and parental attachment. *Korean Journal of Counseling and Psychology*, 15(4), 765-778.
- Park, J. W. (1985). *A study to development a scale of social support*. Unpublished doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul.
- Pierce, G. R., Sarason, B. R., & Sarason, I. G. (1992). General and specific support expectation and stress as predictors of perceived supportiveness: An experimental study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 297-307.
- Reynolds, W. M. (1987). *Suicidal ideation questionnaire (SIQ): Professional Manual*. Odessa, Florida: Psychological Assessment Resources Inc.
- Statistics Korea (2013, September). *Statistics of cause of death in population*. Retrieved May 9, 2014, from http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/6/2/index.board?bmode=read&bSeq=&aSeq=308559&pageNo=1&rowNum=10&navCount=10&currPg=&Target=title&sTxt=
- Sin, M. S. (1992). *An empirical study of the mechanism of suicide: validation of the scale for escape from the self*. Unpublished doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul.
- Youm, H. U., Cheung, S. D., Seo, W. S., Koo, B. H., & Bai, D. S. (2005). The relationship of spiritual well-being and anxiety, depression and quality of life in active old age. *Yeungnam University Journal of Medicine*, 22(1), 27-42.

Factors Influencing Suicidal Ideation in Male Baby Boomers*

Kim, Hee Sook (Professor, The Research Institute of Nursing Science/
College of Nursing, Kyungpook National University, Daegu)

Yu, Kwang Za (Associate Professor, The Research Institute of Nursing Science/
Provincial Geochang Collage, Gyeongnam)

Park, Gyeong Ran (Associate Professor, The Research Institute of Nursing Science/
Taegu Science University, Daegu, Korea)

Purpose: The purpose of this study was to identify the factors influencing suicidal ideation in male baby boomers. **Methods:** This was a descriptive survey study. Data were collected from December, 2012 to June, 2013 from 194 participants. The instruments used included a suicidal ideation questionnaire, somatic symptoms scale, spiritual well-being scale, communication with spouse scale, and social support scale. Data were analyzed using t-test, one-way ANOVA, Pearson's correlation coefficient, and stepwise multiple regression analysis. **Results:** Suicidal ideation was influenced by learning needs on psychological coping, somatic symptoms, existential spiritual well-being, and communication with spouse. Somatic symptoms ($\beta=.39$, $p<.001$), existential spiritual well-being ($\beta=-.20$, $p=.009$), learning needs on psychological coping ($\beta=.16$, $p=.008$), and communication with spouse ($\beta=-.15$, $p=.031$) accounted for 37% regarding suicidal ideation in male baby boomers. **Conclusion:** We found an association of lower levels of existential spiritual well-being and communication with spouse, higher suicidal ideation. Higher suicidal ideation was also observed in people who had no learning needs on psychological coping compared with those who had. Based on the outcomes of this study, design of an intervention program that emphasizes existential spiritual well-being and communication with spouse is necessary in order to decrease suicidal ideation in male baby boomers.

Key words : Baby Boom, Suicidal ideation

* This study was conducted by 2013, grant of the National Research Foundation of Korea(No. 2013R1A1A3013875).