

대학생의 생활스트레스, 분노표현이 자살생각에 미치는 융복합적 영향

진은영*, 소성섭**, 이명인***

원광보건대학 간호학과 조교수*, 한일장신대학교 간호학과 조교수**, 전주비전대학교 간호학과 조교수***

Effect of Life Stress and Anger Expression in College Students on Suicidal Ideation

Eun-Young Chin*, Sung-Sup So**, Myung-In Lee***

Assistant Professor, Dept. of Nursing, Wonkwang Health Science University*

Assistant Professor, Dept. of Nursing, Hanil University & Presbyterian Theological Seminary**

Assistant Professor, Dept. of Nursing, Vision University College***

요약 본 연구는 대학생의 생활스트레스와 분노표현 및 자살생각의 정도를 파악하고 자살생각에 영향을 주는 요인을 파악하고자 시도된 서술적 조사연구이다. 대학생 219명을 대상으로 자기보고형설문지를 통해 2014년 11월 14일부터 12월 6일까지 자료를 수집하였다. SPSS/Win18.0을 이용하여, 빈도와 백분율, 평균과 표준편차, Pearson correlation, t-test, One-way ANOVA, 다중회귀분석을 사용하였다. 본 연구결과 생활스트레스 중 대인관계 영역에서는 친구관계, 가족관계, 교수관계와 당면과제 영역에서는 학업문제, 경제문제, 장래문제, 가치관문제와 분노표현영역에서는 분노표현의 분노억제와 분노표출이 자살생각과 정적상관관계가 있었다. 생활스트레스 중 가족관계와 가치관문제는 자살생각을 17%로 설명하였으나, 분노표출과 분노억제를 추가하였을 때는 대학생의 자살생각에 24%의 설명력을 나타내었다. 결론적으로 대학생의 스트레스 관리 및 효과적인 분노프로그램 개발과 자살예방 교육 및 상담을 위한 프로그램 개발 및 적용이 필요하며 이를 위한 기초자료로 활용될 수 있다.

주제어 : 자살생각, 분노표현, 생활스트레스, 대학생, 융복합적 영향

Abstract The study was conducted to identify the effects of life stress and anger expression in college students on suicidal ideation. In order to get the data by self-report questionnaires, 219 subject were selected from 14th of November to 6th of December, 2014. The collected data were analyzed using SPSS/Win 18.0 and descriptive statistics, t-test, one-way ANOVA, Pearson correlation coefficient, and hierarchical regression analysis. The findings reveal that suicidal ideation of college students was low which is average score 5.74±6.38(possible range 0~38). This study determined that suicidal ideation is positive correlated with life stress and anger expression(anger-out, anger-in). The extent of anger-out, anger-in, family relationship and major satisfaction was a significant predictor of suicidal ideation and accounted for 24% of the explanation of suicidal ideation of college students. Base on the outcomes of this study, designing an intervention program that emphasizes stress and anger management in order to decrease suicidal ideation.

Key Words : Suicidal ideation, Anger expression, Life stress, College students, Convergent affecting

* This paper was supported by Wonkwang Health Science University in 2014

Received 20 June 2015, Revised 25 July 2015

Accepted 20 August 2015

Corresponding Author: Myung In Lee
(Department of Nursing, Vision University College)
Email: milee@jvision.ac.kr

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

1.1 연구의 필요성

우리나라 자살사망률은 인구 10만 명당 29.1명으로 OECD 평균 12.1명에 비하여 2배 이상 높은 수준으로 특히, 10대 이상 30대의 사망원인 1위가 자살로 향후 자살 또는 자살시도로 인한 약 4조 9천억 원의 사회·경제적 비용 손실이 예상되고 있다[1]. 교육과학기술부 발표에 의하면 2001년부터 2009년까지 연평균 230명이 자살로 생을 마감하고 있으며[2] 대학생 자살률은 2007년 이후부터 학자금 대출로 인한 신용불량자 증대와 같은 경제문제, 청년 실업자 증가로 인한 취업문제, 학업문제 등으로 꾸준히 증가하고 있다[3].

아동기에서 성인기로 이행하는 과도기인 대학생 시기는 후기 청소년기로 부모로부터 완전히 독립되지 않은 의존성을 지니고 있으면서도 다른 한편으로는 사회인으로서의 책임감과 의무감이 요구되어 갈등과 혼란을 겪는 시기이다[4]. 주변의 변화나 스트레스 상황에 감정적으로 대응하며 문제를 인내하고 해결하기 보다는 높은 스트레스를 경험하게 되고[5] 이러한 스트레스 사건의 노출은 자살생각과 자살시도를 일으키게 하는 위험요인이 될 수 있다[2].

고등학교까지는 선생님과 부모의 영향 아래서 생활하다가 대학생이 되면 이전과는 달리 자율적인 행동이 보장되면서 대학생들은 학업 및 진로문제와 같은 생활스트레스를 가장 많이 경험하게 되는데[6] 이러한 스트레스는 분노와 연관이 있다[7]. 분노는 일상생활 사건에 대한 자연스러운 반응으로 일상생활에서 누구나 경험할 수 있는 정상적인 정서반응으로 볼 수 있다[8]. Spielberger는 분노를 나타내는 분노표현 방식을 분노표출(ager-out), 분노억제(anger-in), 분노통제(anger-control)로 구분하였는데[9] 분노표현이 부적절하게 이루어지면 심장질환이나 우울과 같은 자신의 육체적·심리적 상해는 물론 인간관계나 사회문제와 같은 반사회적 성향으로 표출되어 개인적 분노를 내면으로 돌려 자살로 이어질 수 있다[10].

자살생각은 자살로 이어지는 행동 유발요인으로 작용할 수 있고 자살생각을 하는 사람은 이후에도 자살시도를 할 위험성은 그렇지 않은 사람들에 비하여 6배나 높다는 선행연구 결과들이 있다[11]. 후기 청소년기에 해당하

는 대학생은 청소년기와 마찬가지로 불완전한 심리적 상태를 호소하고 대학 환경의 급격한 변화와 사회인으로서의 기대를 받고 있기 때문에 복잡하고 혼란스런 감정을 경험하여 심리적 부담감과 갈등으로 정신적 건강을 위협받거나 자살을 생각하거나 시도할 수 있다[11]. 대학생이 자살을 생각하는 이유로는 경제적 문제와 가정문제, 진학과 같은 스트레스 요인들이 있었다[1].

지금까지의 선행연구들을 보면 대학생 자살에 대한 관심은 사회 전반적으로 청소년 자살에 초점을 더 맞추게 되면서 자살예방의 주요 초점이 되지 않고 있는 것이 현실이었다[12]. 대학생을 대상으로 자살과 관련된 선행 연구들도 대부분 생활스트레스[13]와 우울[14], 부모와의 친밀감[15,16] 등으로 보고되고 있지만, 대학생을 대상으로 생활스트레스와 분노표현 그리고 자살생각에 관한 연구는 미비한 실정이다.

이에 본 연구에서는 본 연구는 대학생의 생활스트레스와 분노표현 및 자살생각의 정도를 파악하고 자살생각에 영향을 주는 요인을 파악하여 대학생의 자살예방프로그램을 개발하고 교육하기 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 대학생들이 대학생활에서 경험하는 생활스트레스가 분노표현 및 자살생각에 미치는 요인을 파악하는데 있으며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 생활스트레스, 분노표현, 자살생각 정도를 확인하다.
- 2) 대상자의 특성에 따른 자살생각 정도의 차이를 파악한다.
- 3) 대상자의 생활스트레스, 분노표현, 자살생각 정도 간의 상관관계를 파악한다.
- 4) 대상자의 자살생각에 영향을 주는 요인을 확인한다.

2. 연구방법

2.1 연구대상 및 표집방법

본 연구는 G시 지역에 소재하고 있는 대학생을 대상으로 하였다. G*power 3.1 program을 이용하여 Linear

multiple regression에 필요한 유의수준(α), 15, 검정력($1-\beta$) .80, 효과크기(effect size) .08, 독립변수 8개 투입하여 계산하였을 때 필요한 최소표본의 수는 212명이었다. 2014년 11월 14일부터 12월 6일까지 230명을 대상으로 자료 수집을 하였으며 이중 응답이 불성실한 11부를 제외한 총 219부를 결과 분석에 사용하였고 설문 응답시간은 20-25분정도가 소요되었다.

자료 수집은 연구대상자들이 소속되어 있는 학과장에 연구의 목적과 내용을 설명한 후 연구 참여자들에게 동의를 구한 후, 참여 동의를 작성하도록 서명을 받았다. 설문지에는 연구의 내용과, 연구목적, 연구 자료의 익명성, 사생활 보장 등과 연구과정에서 연구 참여를 원치 않을 경우 언제든지 연구 참여를 철회할 수 있음을 기록하였고, 설문지를 읽고 연구 참여를 희망한 학생들이 직접 자기기입방식으로 자료를 작성하여 익명성을 보장하기 위하여 밀봉 봉투에 봉한 후 수거하였다.

2.2 연구도구

2.2.1 생활스트레스

생활스트레스 측정은 대학생이 느끼는 스트레스를 알아보기 위해 전경구 등[17]이 개발한 대학생용 생활스트레스 척도를 전경구 등[9]이 다시 수정·보완하여 개정된 생활스트레스 도구를 연구자가 수정하여 사용하였다. 이 도구는 대인관계 스트레스 4가지 영역의 23문항(이성관계 6문항, 친구관계 5문항, 가족관계 6문항, 교수와의 관계 6문항)과 당면과제 4가지 영역의 27문항(학업문제 7문항, 경제문제 7문항, 장래문제 8문항, 가치관 문제 5문항)으로 생활스트레스 측정은 총 50문항으로 구성되어 있다. 4점 Likert 척도로 최저 50점에서 최고 200점으로 1점은 '전혀 받지 않음'을 의미하고 4점은 '매우 받음'을 의미하여 점수가 높을수록 스트레스가 높음을 의미한다. 이 도구를 사용한 공마리아·강윤주[18]의 생활스트레스 측정에 관한 연구에서의 Cronbach's α 값은 .79~.82를 나타냈으며, 본 연구에서는 .93으로 나타났다. 각 영역별로 살펴보면, 대인관계 영역의 신뢰도는 이성관계에서 Cronbach's α 는 .80, 친구관계 .70, 가족관계 .82, 교수와의 관계 .86이었으며, 당면과제 영역에서 학업문제 .85, 경제문제 .91, 장래문제 .83, 가치관문제 .83으로 나타났다.

2.2.2 분노표현

본 연구의 분노표현 측정도구는 전경구 등[19]의 한국어판 상태-특성 분노표현척도(Korean State Trait Anger Expression Inventory; STAXI-K)는 상태분노, 특성분노, 분노조절, 분노표출, 분노억제의 5개의 하위영역으로 구성되어 있는데, 본 연구에서는 분노조절 8문항, 분노표출 8문항, 분노억제 8문항의 총 24문항만을 사용하였다. 4점 Likert 척도로 최저 8점에서 최고 32점으로 점수가 높을수록 분노감정을 자주 경험하는 것을 나타낸다. 분노표현 점수는 '분노억제+분노표출-분노조절+16'으로 계산되도록 개발당시 제시되어 있으며, 이의 계산에 의한 분노표현 점수 범위는 최저 0점에서 72점이며 점수가 높을수록 역기능적인 분노표현이 많음을 의미한다.

이 도구의 개발당시 Cronbach's α 값은 분노조절 .79, 분노표출 .67, 분노억제 .67이었으며 본 연구에서는 분노조절 .80, 분노표출 .68, 분노억제 .65로 나타났다.

2.2.3 자살생각

자살생각 측정도구는 Beck 등[20]이 개발하고, 신민섭 등[21]이 자기 보고형 설문지로 변형한 Scale for Suicidal Ideation(SSI)를 사용하였다. 이 도구는 총 19문항을 사용하였으며, 최저 0점에서 최고 38점으로 0점은 '자살생각이 없음'을 의미하고 2점은 '자살생각이 많음'을 의미하며 점수가 높을수록 자살생각이 많음을 의미한다. 이 도구의 개발당시 Cronbach's α 값은 .91로 나타났으며, 본 연구에서는 .89로 나타났다.

2.3 자료분석

수집된 자료는 SPSS/Win 18.0 이용하여 분석하였으며, 내적 일관성을 보기 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 대상자의 일반적 특성별 분포는 빈도와 백분율을 사용하였고, 대상자의 생활스트레스, 분노표현, 자살생각 정도는 평균과 표준편차를 산출하였다. 대상자의 특성에 따른 자살생각의 차이를 비교하기 위해 평균과 표준편차, t-test, One-way ANOVA를 분석하였으며, 사후검정은 Scheffé test로 분석하였다. 생활스트레스, 분노표현 및 자살생각 간의 상관관계를 분석하기 위해 Pearson's Correlation coefficient로 산출하였다. 대학생의 자살생각에 영향을 주는 상대적 요인을 파악하기 위

해서 3단계 위계적 다중회귀분석(Hierarchical multiple regression)을 실시하였다. 1단계회귀모형에서는 일반적 특성 중 자살생각에 유의한 차이가 있었던 전공만족(불만족=0)을 더미변수 처리하여 분석하였다. 2단계회귀모형에서는 생활스트레스 하부요인 중 자살생각과 상관성이 있었던 친구관계, 가족관계, 학업문제, 경제문제, 장래문제, 가치관문제를 포함시켜 분노억제와 분노표현을 통제 한 상태에서 자살생각에 미치는 영향을 파악하였다. 3단계회귀모형 추가적으로 분노억제와 분노표현을 추가시켜 전공만족과 친구관계, 가족관계, 학업문제, 경제문제, 장래문제, 가치관문제를 통제 한 후 자살생각에 미치는 영향을 파악하였다.

3. 연구결과

3.1 연구 대상자의 특성

본 연구에 참여한 대상자는 총 219명이었으며, 남자 54명(24.7%), 여자 165명(75.3%)로 여학생이 훨씬 많았다. 평균연령은 21.13(±4.32)세였으며, 종교는 131명(59.8%)이 가지고 있었다. 경제 상태는 중간 156명(71.2%)로 가장 많았으며 145명(66.2%)이 자가에서 거주 하였다. 전공만족도는 만족 118명(53.9%), 보통 82명(37.4%), 불만족 19명(8.7%) 순으로 나타났다. 학교성적은 중간이 134명(61.2%)로 가장 많았다<Table 1>.

<Table 1> Suicidal Ideation by Gneral Characteristics (N=219)

Characteristics	Categories	n(%)	Suicidal Ideation		
			M±SD	t or F	ρ (Scheffé)
Gender	Male	54(24.7)	6.06±7.20	0.41	.683
	Female	165(75.3)	5.64±6.11		
Age (17~51 years) (21.13±4.32)	≤20	136(62.1)	5.78±6.31	0.09	.925
	≥21	83(37.9)	5.69±6.54		
Religion	Yes	131(59.8)	5.54±6.42	-0.57	.572
	No	88(40.2)	6.05±6.35		
Economic status	Affluent	10(4.6)	4.56±5.25	1.92	.149
	Average	156(71.2)	5.31±5.96		
	Poor	53(4.2)	7.1±7.54		
Living	Family	145(66.2)	5.64±6.21	-0.33	.745
	Etc	74(33.8)	5.94±6.76		

Major satisfaction	Dissatisfied ^a	19(8.7)	5.74±8.45	9.64	<.001 (b>c)
	Moderate ^b	82(37.4)	8.09±7.07		
	Satisfied ^c	118(53.9)	4.16±4.93		
Academic score	High	14(6.4)	3.50±6.07	1.58	.208
	Middle	134(61.2)	5.53±5.89		
	Low	71(32.4)	6.61±7.24		

3.2 일반적 특성에 따른 자살생각 차이

대상자의 특성에 따른 자살생각의 차이는 <Table 1>과 같다. 자살생각의 정도는 전공만족이 '보통'(8.09±7.07), '불만족'(5.74±6.76), '만족'(4.16±4.93) 순으로 높았으며, 이들 간에는 통계적으로 유의한 차이를 나타내었고 (F=9.64, p<.001), 사후 검증결과 전공만족 정도가 '보통'인 경우가 '불만족'인 경우보다 자살생각이 높게 나타났다. 반면 대상자의 성별, 연령, 종교, 경제 상태, 거주지, 학교성적은 유의한 차이가 없었다.

3.3 생활스트레스, 분노표현, 자살생각 정도

대상자가 일반적으로 느끼는 생활스트레스는 전체 1.73±0.38로 나타났다. 하위영역에서는 학업문제(2.31±0.6), 장래문제(2.07±0.62), 가치관문제(1.85±0.67), 경제문제(1.80±0.70) 순으로 스트레스를 많이 받고 있는 것으로 나타났다(Table 2). 분노표현은 전체 25.61±7.01로 나타났으며 하위영역에서는 분노조절(19.57±4.42), 분노억제(15.47±3.31), 분노표출(13.70±3.30) 순으로 나타났다. 자살생각은 5.74±6.38로 나타났다<Table 2>.

<Table 2> The Degree of Variables (N=219)

Variables	Range	Min	Max	Mean±SD
Stress	1~4	1	4	1.73±0.38
Opposite sex friend	1~4	1	4	1.31±0.45
Same sex friend	1~4	1	4	1.25±0.45
Family relationship	1~4	1	4	1.43±0.50
Professor relationship	1~4	1	4	1.52±0.55
Academic problem	1~4	1	4	2.31±0.64
Economic problem	1~4	1	4	1.80±0.70
Future problem	1~4	1	4	2.07±0.62
Value problem	1~4	1	4	1.85±0.67
Anger expression ¹⁾	0~72	9	51	25.61±7.01
Anger-control	8~32	8	31	19.57±4.42
Anger-out	8~32	8	29	13.70±3.30
Anger-in	8~32	8	26	15.47±3.31
Suicidal ideation	0~38	0	31	5.74±6.38

1) (a+b-c)+1

<Table 3> Correlation of Variables

(N=219)

Variables	Stress r(p)								Anger r(p)		
	Same sex friend	Opposite sex friend	Family relation-ship	Professor relation-ship	Academic problem	Economic problem	Future problem	Value problem	Anger-control	Anger-out	Anger-in
Anger-control	-.05 (.450)	-.12 (.076)	-.06 (.372)	-.02 (.806)	-.06 (.398)	-.01 (.880)	-.01 (.842)	.05 (.468)	1	-.246** .000	.175** .010
Anger-out	.30 (<.001)	.34 (<.001)	.27 (<.001)	.24 (<.001)	.13 (.063)	.21 (.002)	.16 (.022)	.26 (<.001)	-.246** .000	1	.260** .000
Anger-in	.19 (.005)	.38 (<.001)	.28 (<.001)	.19 (.005)	.20 (.004)	.39 (<.001)	.30 (<.001)	.36 (<.001)	.18 .010	.26 .000	1
Suicidal ideation	.13 (.056)	.25 (<.001)	.34 (<.001)	.13 (.066)	.16 (.023)	.19 (.004)	.27 (<.001)	.29 (<.001)	-.08 (.215)	.33 (<.001)	.26 (<.001)

<Table 4> Influencing Factors on Suicidal Ideation

(N=219)

Variables	Model 1				Model 2				Model 3				Tolerance	VIF ³⁾	
	SE ²⁾	β	t	ρ	SE	β	t	ρ	SE	β	t	ρ			
Major satisfaction (moderate)	1.57	.18	1.50	.135	1.54	.19	1.59	.113	1.50	.25	2.22	.028	.278	3.591	
Major satisfaction (satisfied)	1.52	-.12	-1.04	.301	1.50	-.02	-0.18	.857	1.45	.01	0.10	.920	.278	3.602	
Same sex friend					1.11	.03	0.37	.712	1.13	-.07	-0.95	.342	.611	1.636	
Family problem					0.99	.21	2.77	.005	0.96	.19	2.55	.012	.649	1.540	
Academic problem					0.82	-.12	-1.50	.134	0.79	-.12	-1.51	.133	.568	1.762	
Economic problem					0.69	.00	0.00	.998	0.68	-.04	-0.56	.578	.649	1.540	
Future problem					0.87	.16	1.83	.069	0.85	.15	1.80	.074	.521	1.919	
Value problem					0.74	.17	2.16	.032	0.73	.11	1.44	.150	.607	1.646	
Anger-out									0.13	.23	3.44	.001	.830	1.204	
Anger-in									0.14	.15	2.07	.040	.712	1.405	
R ²		.08				.21				.27					
Adjusted R ²		.08				.17				.24					
R ² change		.83				.21				.27					
				F=9.64					F=6.76					F=7.56	ρ<.001
				ρ<.001					ρ<.001					Durbin-Watson=1.91	

3.4 생활스트레스, 분노표현, 자살생각 간 상관관계

대상자의 자살생각은 친구관계(r=.25, ρ<.001), 가족관계(r=.34, ρ<.001), 학업문제(r=.16, ρ=.023), 경제문제(r=.19, ρ=.004), 장애문제(r=.27, ρ<.001), 가치관문제(r=.29, ρ<.001), 분노표출(r=.33, ρ<.001), 분노억제(r=.26, ρ<.001)과 모두 유의한 양적 상관관계를 나타내었다 <Table 3>.

3.5 자살생각에 영향을 미치는 요인

대상자의 자살생각에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위하여 자살생각과 관련이 있었던 생활스트레스 중 친구관계, 가족관계, 학업문제, 경제문제, 장애문제, 가치관문제, 분노표출, 분노억제와 대상자 특성 중 전공만족을 독립변수로 하고, 자살생각을 종속변수로 하여 위계적 다중회귀분석을 실시하였다. 독립변수 중 전공만족(불만족=0)을 더미변수로 처리하여 분석하였다. 이들 변수들의 상관성을 파악하기 위하여 다중공선성 분석 결과, 공차

2) SE=Standard Error

3) VIF=Variance Inflation Factor

한계(Tolerance)는 .278에서 .830으로 .1이상으로 나타났으며, 분산팽창인자(VIF) 범위는 1.204에서 3.602로 기준치 10이하로 나타나 다중공선성(multi-collinearity) 문제를 배제할 수 있었다. 또한 잔차의 독립성 검증을 위해 Durbin-Watson 값을 구한 결과 1.91로 2에 가까워 자기상관(auto-correlation)이 없는 것으로 확인되었다.

1단계로 회귀모형에 자살생각에 유의한 차이가 있었던 일반적 특성 중 전공만족을 포함시켰을 때 자살생각의 8%를 설명하였으나 유의한 영향을 미치는 통제변수는 없었다. 2단계 회귀모형에 추가적으로 생활스트레스 중 친구관계, 가족관계, 학업문제, 경제문제, 장애문제, 가치관문제를 투입하였을 때 가족관계($\beta=.29, p<.001$)와 가치관문제($\beta=.17, p<.001$)가 자살생각에 유의한 영향을 미치는 변수로 확인되었다. 2단계 모형의 adjusted R^2 .17로 자살생각에 17%의 설명력을 나타내었다. 3단계 회귀모형에 분노표출과 분노억제를 추가적으로 투입하였을 때, 전공만족, 가족관계, 분노표출과 분노억제가 자살생각에 유의한 영향을 미치는 변수로 확인되었다. 즉, 전공만족이 보통인 경우($\beta=.25, p=.028$) 생활스트레스 중 가족관계 스트레스가 높을수록($\beta=.23, p=.001$), 분노표출($\beta=.23, p=.001$), 분노억제($\beta=.15, p=.040$)가 높을수록 자살생각이 높아지는 것으로 나타났다. 3단계 모형의 adjusted R^2 .24 통계적으로 유의하였으며($F=7.56, p<.001$) 대학생의 자살생각에 24%의 설명력을 나타내었고, 이는 자살생각에 추가적으로 7%를 더 설명하는 것으로 나타났다<Table 4>.

4. 논의

본 연구는 대학생 219명을 대상으로 이들의 생활스트레스와 분노표현의 정도 및 자살생각에 미치는 상대적 영향을 파악하기 위하여 시도되었으며 본 연구를 통해 나타난 결과는 다음과 같다.

일반적 특성에 따른 자살생각은 전공만족도에서 유의한 차이가 있었다. 전공에 대한 만족도에서 '보통'이라고 응답한 대상자의 자살생각이 '만족'이라고 응답한 대상자보다 높았다. 이는 김효정[16]의 연구결과와도 비슷한 결과로 전공만족 여부는 대학생의 정신건강에 영향을 미치는 중요한 요인이므로[18] 우리나라는 현실적으로 자신

의 적성과 흥미에 맞는 대학의 학과를 선택하는 경우는 드물기 때문에 대학교 입학 초부터 지도교수의 관심 있는 학생 상담 뿐만 아니라 대학 내에서도 전문상담가가 상주하여 효율적인 상담 시스템을 구축할 필요가 있을 것으로 생각된다.

본 연구대상자의 생활스트레스 정도는 대인관계에서 겪는 스트레스보다 당면과제로 인한 스트레스 즉, 학업문제, 장애문제, 가치관문제, 경제문제 순으로 스트레스를 많이 받고 있는 것으로 나타났다. 등록금과 생활비 마련을 위한 경제난, 대학졸업 후에도 취업의 어려움과 이상과 현실 사이에서의 갈등으로 인한 가치관 문제에 더 많은 스트레스를 경험한다[18]는 연구결과와 비슷하다. 이는 취업과 관련된 스트레스로 대학을 졸업하여도 청년실업난이 가중되기 때문에 자신의 미래에 대한 꿈을 이루기 위해 도약의 시기로 삼아야 할 대학시절을 불행하다고 느끼기 때문이라고 생각한다[6]. 대학생은 대학생활의 적응문제, 즉 학업문제와 같은 스트레스를 받으면 자살을 생각하는 경우가 높기 때문에[22] 스트레스 해소를 하기 위하여 체력향상과 긍정적 마음가짐을 유지하기 위하여 스포츠 참여를 격려하는 중재 방안을 모색하거나[6] 스트레스를 효과적으로 관리하기 위해 교과과정 내에 스트레스 관리 과목들을 개설하는 것과 같은 체계적인 방법을 제공할 필요가 있다고 생각한다. 분노표현방식에서는 분노조절이 평균 19.57점, 분노표출이 평균 13.70점, 분노억제가 평균 15.47점으로 나타났다. 본 연구와 동일한 분노척도를 사용한 박영주 등[23]의 연구에서 분노조절이 평균 18.7점, 분노표출 14.2점, 분노억제 15.4점으로 우리나라 청소년이 분노억제 또는 분노표출과 같은 바람직하지 못한 분노표현 방식을 많이 사용한다고 하였다. 청소년기의 분노억제, 분노표출과 같은 역기능적인 분노표현 방식을 사용할 경우 인생초기의 분별없는 생활양식과 관련이 있을 수 있고, 정신신체증상이 바람직하지 않고 문제행동을 더 많이 일으킬 수 있으므로[24] 순기능적인 분노표현 방식을 할 수 있도록 대학생의 특성을 고려한 분노표현 교육 프로그램을 개발하고 대학 내에 체계적으로 프로그램을 운영해야 할 필요가 있을 것으로 생각한다. 대학생의 자살생각 평균 점수는 5.74으로 본 연구와 같은 도구를 사용한 선행연구의 결과와 비교해보면 손정남[25]의 연구에서 5.09점보다는 높고 백선숙, 하은호, 류연나, & 송미승[6]의 연구에서 5.90점보다는 낮게

나타났다. 대학생 시기는 후기 청소년기에서 성인기로의 전환기라는 발달 주기적 특성을 가지고 있기 때문에 정체감형성, 가족, 친구 및 주변사람들과 분리 등을 포함하는 여러 가지 심리사회적 위기를 경험하고 사회적 단절과 괴리감을 쉽게 느껴 자살생각을 행동으로 쉽게 실행하는 것으로 생각된다[6]. 그러므로 자살생각을 가지고 있는 위험군을 조기에 찾아내어 그들을 관리할 수 있는 프로그램을 개발하여 지도 관리하는 것이 필요하다고 생각된다.

본 연구결과와 생활스트레스와 자살생각, 분노표현과 자살생각은 순상관관계를 보였다. 특히 생활스트레스 하부요인 중 대인관계에서 겪는 스트레스는 가족관계에서 당면과제에서 겪는 스트레스는 가치관문제에서 자살생각과 높은 관계를 나타내었다. 스트레스 상황에 직면한 청소년의 스트레스 원인을 살펴본 엄경순[26]의 연구결과에서도 가족관계에서 스트레스를 받으면 자살생각이나 자살계획과 같은 극단적 사고의 행동으로 이루어질 수 있다는 결과와 유사하다. 청소년의 스트레스는 분노와 연관이 있고[27] 분노가 자살시도와 연관성이 있으므로[28] 가치관이 확립되지 않은 후기 청소년기인 대학생에게 가치관을 확립시켜주기 위해서 가족의 지지는 중요하다고 생각된다. 후기 청소년기인 대학생은 심리 사회적 독립하려는 시기이지만, 청소년의 정신건강에 부모의 지지가 중요하다는 문동규, 김영희[29]에서 알 수 있듯이 가족관계의 회복을 위해 부모교육을 통하여 가족관계를 유지하는 것도 필요하다고 생각된다. 한국 청소년들은 분노표현에서 분노표출이나 분노억제와 같은 바람직하지 않은 역기능적인 분노표현을 더 많이 사용하고[23] 본 연구와 연구도구가 달라 직접적인 비교는 어렵지만 분노표현과 자살생각은 양의 상관관계가 있다는 연구[8]결과와 유사하다. 순기능적인 분노표출과 분노억제의 중재방안을 고려하여 간호중재를 제공함으로써 스스로 분노표현을 잘 할 수 있도록 할 필요가 있겠다.

본 연구의 1단계 회귀모형에서 대학생의 특성 중 전공만족을 포함 시켰을 때 자살생각에 유의한 차이는 없었다. 대학생의 전공에 대한 만족은 대학생활 만족과도 연관되는데[30] 대학생활에 만족하지 못할수록 자살생각에 유의미한 영향이 있다는 박대성[31]연구와는 차이가 있었다. 우리나라 대학은 능력위주가 아닌 입시위주의 진학 특성으로 대학교에 입학한 후에도 전공만족을 하지

못해 학과 및 학교적응을 못하여 대학생의 중도 이탈률이 증가하고 있고 전공만족도가 낮을수록 정신건강 즉, 대인불안, 정신증, 우울증, 편집증 등이 좋지 않다고[18] 하였으므로, 광범위한 범위의 대학생을 대상으로 전공만족이 자살생각에 영향을 주는지의 후속 연구와 전공만족을 하지 못한 학생들을 선별하여 적성에 맞는 진로지도나 학과 적응을 잘 해나갈 수 있는 체계적인 시스템 개발이 필요하겠다. 2단계 회귀모형에서 대학생의 자살생각과 관련된 변수 중에서 대상자 특성 중 전공만족을 통제 한 상태에서 가족관계와 가치관문제에서 받는 스트레스는 자살생각에 유의한 영향을 미치는 변수로 확인되었다. 보건계열 대학생을 대상으로 한 박대성[31]의 연구와 대학생을 대상으로 한 강석화[32]의 연구에서도 스트레스가 자살생각에 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구 결과를 지지하고 있다. 특히, 스트레스를 해소하지 못하면 극단적인 방법으로 자살을 선택할 수 있으므로[31] 취업, 진학, 결혼 등의 다양한 스트레스를 경험하게 되는 후기 청소년기 시절에 스트레스에 효율적으로 대처할 수 있도록 스트레스 관리 방법 등에 중재를 제공할 필요가 있을 것으로 사료된다.

3단계 회귀모형에서 대학생의 자살생각과 관련된 변수 중 전공만족이 보통, 가족관계 스트레스, 분노표현과 분노억제는 일반적 특성 중 전공만족, 생활스트레스 중 가족관계, 학업문제, 경제문제, 장애문제, 가치관문제를 통제 한 상태에서 자살생각에 유의한 영향을 미치는 변수로 확인되었다. 우리나라의 청소년을 대상으로 한 Park[33]의 연구에서도 분노는 자살생각과 밀접하게 관련되었다고 보고하였다. 분노억제와 분노표출은 역기능적인 분노 표현 행동으로 다양한 심리장애나 신체 질환에 영향을 미치게 된다[34]. 청소년의 분노표현과 자살생각은 상관관계가 있으므로[8] 분노관리프로그램은 분노표현점수를 낮추어 정신건강을 건강하게 유지하므로[34] 역기능적인 분노억제와 분노표출을 조절하기 위하여 대학생을 대상으로 분노관리프로그램을 체계적인 운영과 가족의 친밀감 형성을 위한 중재 방안 마련이 필요하다고 생각한다.

이상의 연구결과를 볼 때 자살생각에 영향을 주는 요인은 전공만족, 생활스트레스 요인 중 가족관계에서 받는 스트레스와 역기능적인 분노표현이 중요한 요인으로 확인되었다. 자신의 적성과는 무관하게 입시위주의 교육

환경에서 성장해 온 청소년들은 가장 보호받아야 할 가족에서 스트레스를 경험하는 경우가 많으므로 개인이 아닌 가족과 함께 하는 스트레스 관리 프로그램을 개발하여 고등학교 때부터 스트레스를 긍정적으로 관리하도록 도와줄 수 있는 간호중재가 제공되어야 한다고 생각된다. 대학생의 전공만족을 향상시키고 역기능적인 분노표현을 감소시키기 위해서는 기초학습능력 부진자를 파악하여 수준에 맞는 맞춤형 교육을 제공하고 전공동아리활동, 멘토링 제도, 선후배의 만남 등과 같은 프로그램을 활용하여 전공에 대해 깊게 알아갈 수 있는 기회를 제공하면 전공에 대한 만족도가 향상될 것으로 생각된다. 학생의 스트레스나 분노 정도를 모니터링 확인하기 위하여 교원의 주기적인 상담이 필요하며 대학 내 학생생활상담 연구소를 만들어 대상에 따라서 예방적, 치료 관리적 프로그램을 체계적으로 구성하여 운영할 필요가 있겠다. 추후 연구에서는 대학생의 분노에 대한 원인이 무엇인지를 확인하여 분노의 원인에 맞는 분노조절 프로그램 개발하여 역기능적인 분노표현을 긍정적으로 관리하도록 도와주는 간호중재가 제공되어야 한다고 생각된다. 대학 내 자살예방 교육 프로그램을 의무적으로 시행하고 자살 위험군을 조기에 발견하여 그들에게 관심을 가지고 모니터링 할 수 있어야 하며 학교와 지역사회의 정신건강증진센터와의 네트워크 구축 또한 마련되어야 한다고 생각된다.

본 연구의 일개 대학교에 재학 중인 학생을 임의표출하여 하였으므로 본 연구 결과를 일반화하기에는 어려움이 있을 것이다. 본 연구의 제한점을 근거로 광범위한 지역의 대학생을 대상으로 자살생각에 영향을 주는 요인을 파악하는 연구가 필요할 것이며, 후기 청소년기인 대학생의 분노표현을 감소시키는 분노조절프로그램이 무엇인지를 규명하는 연구와 가족관계의 어떠한 문제가 자살생각을 가중시키는지 확인할 필요가 있겠다.

5. 결론

본 연구는 대학생 219명을 대상으로 생활스트레스와 분노표현 및 자살생각의 정도를 파악하고 자살생각에 영향을 주는 요인을 파악하고자 시도된 서술적 조사연구이다.

본 연구 결과 대상자의 생활스트레스 중 친구관계, 가족관계, 교수관계와 같은 대인관계 스트레스와 학업문제, 경제문제, 장래문제, 가치관문제와 같은 당면과제들이 자살생각과 정 상관관계가 있었으며, 역기능적인 분노표현인 분노억제와 분노표출도 자살생각과 정상관관계가 있었다. 또한 생활스트레스 중 가족관계와 가치관문제는 자살생각을 17%로 설명하였으나, 분노표출과 분노억제를 추가하였을 때는 대학생의 자살생각에 24%의 설명력을 나타내었다.

이상의 결과로 대학생의 생활스트레스, 분노표현과 자살생각 간에는 유의미한 관계가 있으며, 전공에 대한 만족도 자살생각에 중요한 요인임을 확인할 수 있었다. 따라서 본 연구는 후기 청소년기인 대학생의 자살예방 교육 및 상담을 위한 프로그램 개발에 기초자료로 활용될 수 있다.

ACKNOWLEDGMENTS

This paper was supported by Wonkwang Health Science University in 2014

REFERENCES

- [1] KOSIS, "Korea National Statistical Office homepage", <http://index.go.kr>(July 05, 2014).
- [2] YJ Choi, "Stress, suicidal ideation, and protective factors in college students. Studies on Korean Youth", Vol. 23, No 3, pp. 77-104, 2012.
- [3] TM Song, DL Jin, JY Song, JY An, YH Cho, "A Comparative Analysis of Suicide Characteristics by Age Group in Korea. Journal of The Korea Society of Health Informatics and Statistics", Vol. 38, No 1, pp.122-142, 2013.
- [4] SY Kim, KM Chae, "The Effects of University Student's Life Stress on Suicidal Ideation: The Moderating Effects of Perceived Social Support and the Meaning of Life. Journal of Human Understanding and Counseling", Vol. 31, No 1, pp. 1-13, 2013.

- [5] YS Ju, "The Mediating Effect of Self-Esteem and the Moderating Effect of Parental Rearing Attitude on the Relationships between in the College Student Stress and Suicide Ideation. Ph D. dissertation", Dankook University, 2014.
- [6] SS Baek, EH Ha, EN Ryo, MS Song, "Effects of Life Stress and Depression in Undergraduates on Suicidal Ideation. *Child Health Nursing Research*", Vol. 18, No 4, pp. 157-163, 2012.
- [7] DH Jeong, MH Jeong, "Path Analysis in a Study on Youth' Stress, Delinquency and Suicide Ideals. *Korean Journal of Family Welfare*", Vol. 16, No 3, pp. 171-187, 2011.
- [8] EY Chin, YM Seo, "The Study on the Relations among Anger, Suicidal ideation and Internet Addiction in Male High School Students. *Korea Contents Association Review*", Vol. 12, No 1, pp.430-437, 2012.
- [9] KK Kim, KH Kim, JS Yi, "Development of the Revised Life Stress Scale for College Students. *Korean Journal of Health Psychology*", Vol. 5, No 2, pp. 316-335, 2000.
- [10] JS Lee, H Lee, YY Ahn, JS Yoo, SJ Kwon, "The Effect of Anger Management Program for University Students. *Korean Journal of Youth Studies*", Vol. 18, No 1, pp. 105-126, 2011.
- [11] MK Kim, "Relationship between Negative Emotions, Family Resilience, Self-Esteem and Suicide Ideation in University Students. *Korean Journal of Family Welfare*", Vol. 17, No 1, pp.61-83, 2012.
- [12] LY Kang, "Suicide Case Study of College Students. *Studies on Life and Culture*", Vol. 10, pp. 2-11, 2008.
- [13] SY Kim, KM Chae, "The Effects of University Student's Life Stress on Suicidal Ideation: The Moderating Effects of Perceived Social Support and the Meaning of Life. *Journal of Human Understanding and Counseling*", Vol. 34, No 1, pp1-13, 2013.
- [14] SK Cha, EM Lee, "Comparison of Stress, Depression and Suicidal Ideation between Nursing Students and Students of Other Majors. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*", Vol. 20, No 4, pp. 650-658, 2014.
- [15] SH Lee, HO Jung, KR Park, JO You, "Factors Influencing Suicidal Ideation of College Students. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*", Vol. 21, No 2, pp. 190-201, 2015.
- [16] HJ Kim, "Relations among Suicidal Ideation, Parental Attachment, and Self-Identity of College Students. *Journal of East-West Nursing Research*", Vol. 17, No 2, pp. 132-138, 2011.
- [17] KK Chon, KH Kim. "Development of the Life Stress Scale for College Students : A control theory approach. *Korean Journal of Clinical Psychology*", Vol. 10, No 1, pp. 137-158, 1991.
- [18] M Kong, YJ Kang, "A Study on the Influence of College Life Stresses on the Mental Health of College Students-Focus on the college of Pyongtaek City. *Journal of Rehabilitation Psychology*", Vol. 19, No 1, pp. 1-22, 2012.
- [19] KK Chon, DW Hahn, CH Lee, Spielberger. Charles, D. "Korean Adaptation of the State-Trait Anger Expression Inventory. *The Korean Journal of Health Psychology*", Vol. 2, No 1, pp. 60-78, 1997.
- [20] Beck, A. T., Kovacs, M., Weissman, "A. Assessment of suicidal intention: The Scale for Suicide Ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*", Vol. 47, No 2, pp. 343-352, 1979.
- [21] MS Shin, KB Park, KJ Oh, ZS Kim, "A Study of Suicidal Ideation among High School Students : The Structural Relation among Depression, Hopelessness, and Suicidal Ideation. *Korean Journal of Clinical Psychology*", Vol. 9, No 1, pp.1-19, 1999.
- [22] Konick, L. C., & Gutierrez, P. M, "Testing a Model of Suicide Ideation in College Students. *Suicide and Life Threatening Behavior*", Vol. 35, No 2, pp. 181-192, 2005.
- [23] YJ Park, KS Han, NM Shin, HC Kang, SH Chun, JY Yoon, HJ Shin, "Anger, anger expression, and biopsychosocial health in Korean Adolescents. *Journal of Korean Academy of Psychiatric Mental*

Health Nursing”, Vol. 19, No 1, pp. 106-116, 2010.

[24] YJ Park, KS Han, HJ Shin, HC Kang, SH Moon, SH Chun, HS Kim, “Prediction on the Negative Outcomes of Anger in Female Adolescents. Journal of Korean Academy of Nursing”, Vol. 34, No 1, pp. 172-181, 2004.

[25] JN Sohn, “Discriminating Power of Suicidal Ideation by Life Stress, Coping Strategy, and Depression in College Students, Journal of Korean Academic Psychiatric Mental Health Nursing”, Vol. 16, No 3, pp. 267-275, 2007.

[26] EK Soon, “The Effect of Individual, Family and Social Resources on Stress in Rural and Urban Juveniles. Ph D. dissertation”, Yeungnam University, 2004.

[27] DH Ha Jeong, MH Jeong, “Path Analysis in a Study on Youth’ Stress, Delinquency and Suicide Ideals. Korean Journal of Family Welfare”, Vol. 16, No 3, pp. 171-187, 2011.

[28] Giegling, I., Olgiati, P., Hartmann, A. M., Calati, R., Moller, H. J., Rujescu, D., & Serretti, “A, Personality and attempted suicide. Analysis of anger, aggression and impulsivity. Journal of psychiatric research”, Vol. 43, No 16, pp. 1262-1271, 2009.

[29] MK Moon, YH Kim, “A Meta-Regression Analysis on Related triggering Variables of Adolescents’ Suicidal Ideation. Korea Journal of Counseling”, Vol. 12, No 3, pp. 945-964, 2011.

[30] YH Kim, “An Analysis of Differences in the Recognition of Career Choice, Satisfaction, and Major Adjustment among University Students –Focused on the Comparison between Health-Care Majors and Social Science Majors-. Korean Review of Crisis & Emergency Management”, Vol. 9, No 10, pp. 165-181, 2013.

[31] DS Park, “Effects of Life Stress and Depression of Health College Students on Their Suicidal Ideation : Control Effects of Social Support. Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society”, Vol. 14, No 2, pp. 728-736, 2013.

[32] SH Kang, “A Study on the Factors influencing the

Suicide Ideation of University Students –Moderating Effects of Social Support and Mediating Effects of Depression-. Ph D. dissertation”, Cheongju University, 2012.

[33] YJ Park, H Ryu, KS Han, JH Kwon, HK Kim, HC Kang, JW Yoon, SH Cheon, HJ Shin, “Anger, anger expression, and suicidal ideation in Korean adolescents. Archives of Psychiatric Nursing”, Vol. 23, No 3, pp. 168-177, 2010.

[34] EY Kwak, DJ Choi, SJ Kim, EJ Choi, EK Yeom, JY Kim, JW Shin, SJ Jang, “The Effects of Anger Management Programs on Anger Expression in Psychiatric Inpatients. Korean Journal of Stress Research”, Vol. 22, No 3, pp. 159-167, 2014.

진 은 영(Chin, Eung Young)



- 2014년 2월 : 전북대학교(간호학박사)
- 2014년 9월 ~ 현재 : 원광보건대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 여성건강간호, 노인간호, 시뮬레이션
- E-Mail : eychin@wu.ac.kr

소 성 섭(So, Sung Sup)



- 2015년 2월 : 전북대학교(간호학박사)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 한일장신대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 정신간호, 지역간호
- E-Mail : so@hanil.ac.kr

이 명 인(Lee, Myung In)



- 2014년 8월 : 전북대학교(간호학박사)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 전주비전대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 정신간호, 성인간호 시뮬레이션
- E-Mail : milee@jvision.ac.kr