

낙인이 자살생각에 대한 도움요청의도에 미치는 영향 : 한국 군 병사를 대상으로

Effects of Stigma on Help-Seeking Intentions for Suicidal Ideation : Focused on Korean Soldiers

김지인, 권호인
전주대학교 상담심리학과

Ji-In Kim(wldls0623@naver.com), Ho-In Kwon(hikwon14@jj.ac.kr)

요약

자살 위험성이 있는 사람이 주변지지 체계에 도움요청을 하는 행위는 자살예방에 있어서 매우 중요한 요소이다. 본 연구에서는 한국 군 병사를 대상으로 자살생각에 대한 도움요청의도에 영향을 미치는 요인과 그 기제를 파악하는 목적으로 수행되었다. 이를 위하여 총 471명의 한국 군 병사가 이 연구에 참여하였으며, 이들을 대상으로 사회적 낙인과 자기 낙인이 자살생각과 도움요청의도의 관계를 매개하는지를 살펴보았다. 연구 결과, 사회적 낙인과 자기 낙인은 자살생각과 도움요청의도를 부분 매개 하는 것으로 나타나, 자살생각은 낙인을 통해 간접적으로 도움요청의도에 영향을 미칠 뿐 아니라 직접적으로도 영향을 주는 것으로 나타났다. 또한 사회적 낙인은 자기 낙인을 강화시킬 뿐 아니라 직접적으로 도움요청 의도를 약화시키는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 한국 군 병사의 자살에 대한 도움요청 행동을 증가시키기 위해서는 사회적 낙인과 자기 낙인 모두를 감소시키는 자살예방개입이 필요하다는 것을 시사한다.

■ 중심어 : 자살생각 | 도움요청의도 | 사회적 낙인 | 자기 낙인 |

Abstract

The purpose of this study is to find out factors affecting intentions to seek help for suicidal ideation in Korean Army and to provide a basis for approaches to facilitate formal or informal help seeking for suicidal ideation. A total of 471 Korean soldiers participated in the current study. First, the question of whether suicidal ideation have a significant influence on general help seeking, and whether public stigma and self stigma mediate the relationship between suicidal ideation and general help seeking were examined. According to the results, public stigma and self stigma partially mediated the relationship between suicidal ideation and general help seeking, indicating that suicidal ideation not only has an indirect effect on general help seeking through public stigma and self stigma, but also has a direct influence on general help seeking.

■ keyword : Suicidal Ideation | Help Seeking Intention | Public-stigma | Self-stigma |

I. 서론

2016년 보건복지부 발표[1]에 따르면 우리나라는 연간 14000명, 하루 평균 38명이 자살이란 극단적인 선택을 하고 있으며, 지난 2003년부터 12년째 OECD 국가 중 자살률 1위라는 오명을 벗지 못하고 있다. 자살은 자살 시도자의 개인적인 정서적 고통, 치료비, 노동력 손실로 인한 사회·경제적 비용을 유발하며 가족, 친구 등과 같은 주위 사람들의 정서적 고통으로까지 파급되는 심각한 문제를 일으킨다[2]. 자살은 더 이상 개인의 문제가 아니라 국가가 관심을 갖고 해결해야 할 문제이다[3].

대한민국 남성의 대부분은 의무 징집으로 군 입대를 하게 되는데, 입대 당일부터 자유롭지 않은 상황과 함께 급격한 사회·문화적 변화를 맞이하게 된다[4]. 사회 생활과 군 생활간의 차이에서 오는 스트레스는 압박감, 불안감, 무력감, 우울을 발생시키고, 군 조직상 피할 수 없는 문제, 군대 내의 제도·관행과 같은 환경적 요인이 악화되면 자살이 발생할 수 있다[5]. 2010년 육군본부[6]가 발표한 '안전관리 분석'에 따르면 2007년 군대 내에서 발생한 96건의 사망사고 중 자살은 71%, 2008년 106건 중 64%, 2009년 79건 중 76%, 2010년 87건 중 74%로 나타나, 전체 군내 사망자는 감소하고 있는데 반해 자살사망은 줄지 않고 있다. 국방부는 병영문화 혁신, 국방개혁, 자살예방 종합시스템 구축 등을 통해 군내 자살률을 감소시키기 위해 노력해왔으나 이렇듯 별 효과를 보지 못하고 있는 것은 여전히 체계적이고 실질적인 자살예방 대책이 이루어지고 있지 않다는 것을 보여준다[7]. 자살은 단일 위험 요인으로 설명될 수 없으며 다양한 요인의 복합적인 상호작용의 결과로 볼 수 있다[8]. 자살생각은 오랜 시간 동안 형성된 환경요인과 이와 관련하여 발생한 개인적·심리적 문제가 결합되어 나타나는데[9], 육군본부 또한 개인적, 사회·환경적, 부대적, 세 가지 요인이 군 자살에 영향을 미친다고 발표하였다[6]. 특히 위기에 봉착한 사람의 자살사망을 예방하기 위해서는 실질적인 행동 변수에 대한 관심이 필요하다. 왜냐하면 이러한 행동 변수들에 개입하는 것이 가장 효과적으로 자살을 예방할 수 있는 방법이기 때문이다. 이러한 점에서, 도움요청 행동은 자살예방에

있어서 매우 중요한 행동 변수라고 할 수 있다.

도움요청이란, 개인이 곤란한 상황이나 문제에 직면했을 때 문제해결을 위해 당사자가 직접적인 방법으로 타인에게 도움을 요청하는 것으로 정의된다[10]. 어떤 사람이 어려운 상황에서 도움요청 행동을 할 가능성을 예측하는 변인으로 도움요청의도[11-13]와 도움요청태도[14][15]로 나누어 볼 수 있다. 의도(intention)란, 개인이 특정 행동을 실행하기 위해 얼마나 시도, 노력을 할 것인지와 연관된 개념으로 특정한 행동에 대한 주관적인 가능성을 말하며, 태도(attitude)란, 어떤 대상과 행동, 사건에 대하여 한 개인의 평가적이거나 감성적인 차원의 성향을 나타내는 것이다. 많은 선행연구들에 따르면 태도가 실제 행동을 예측하는데 한계가 따른다는 점들이 보고되었다[16][17]. 도움요청 태도보다 의도가 강할수록 행동을 시도하려 하고, 실제로 행동이 일어날 가능성이 더 높아진다고 할 수 있으며[18], 한 개인의 행동에 대한 가장 정확한 예측 변인은 의도라고 할 수 있다[18-20].

최근 상담에 있어서 도움요청에 관한 연구가 늘어나고 있지만, 이는 도움요청태도와 행동에 국한된 면이 있으며 구체적인 도움요청행동을 보다 정교하게 예측할 수 있는 도움요청의도에 대한 연구는 제한되어 있다[11].

자살과 도움요청을 함께 탐색한 선행연구에 따르면 도움을 요청할 만한 사람이 한 사람만 있더라도 자살시도의 위험성을 낮추는 것으로 나타났다[21]. 또한 전문상담기관이나 가족, 친구와 같은 주변인에게 심리적 고통을 호소할 경우 자살시도 위험성이 감소하였다[22][23]. 그러나 자살 고위험군일수록 도움요청을 하지 않는 것으로 나타났다[24][25].

선행 연구에 따르면 자신의 심리적 문제에 대해 도움을 요청할지에 영향을 미치는 가장 중요한 요인으로 도움요청에 대한 낙인이 있다[13]. 심리적 건강 모형에 따르면 도움을 받는 행동에 대한 부정적 태도는 실제로 행동을 할 의도를 감소시키게 된다[26]. Corrigan[27]은 낙인을 사회적 낙인(Public stigma)과 자기 낙인(Self Stigma)으로 구분하였다. 사회적 낙인이란 사회가 지향하는 가치와 규범에서 벗어났을 때 한 개인이 다른

사람들에게 절하된 평가와 함께 부정적인 시각으로 비춰진다고 생각하는 것이며, 자기 낙인은 자신이 사회적으로 수용될 수 없다고 스스로 내면화함으로써 자기 가치감이나 존중감이 감소하는 것을 말한다[27].

도움 요청에 대해서 역시 두 가지 낙인이 작용할 수 있다. 사회적 낙인은 자신이 심리적 문제에 대해 도움을 받는 경우 다른 사람으로부터 차별을 받을 것이라고 지각하는 것인데 반해, 자기 낙인은 도움을 받는 자신에 대해 부정적으로 지각하는 것이라고 할 수 있다[28].

선행 연구에 따르면 도움 요청에 대한 자기 낙인은 사회적 낙인과 도움요청 태도를 매개하는 것으로 나타났다[29]. 이는 사회적 낙인이 자기 낙인으로 내면화 되는 과정을 거쳐야 도움요청에 영향을 미치게 됨을 의미한다. 즉 자신이 심리적 문제에 도움을 받게 되면 열등감이나 수치심을 느끼게 될 것이라는 자기 낙인이 보다 직접적으로 도움 요청을 회피하게 하는 작용을 한다는 것이다. 하지만 선행연구는 이러한 경로를 일반적 심리적 문제에 대하여 검증하고 있으며, 자살 생각에 있어서 낙인과 도움요청의 기제에 대해서는 밝혀진 바가 없다.

이렇듯 심리적 문제에 대해 도움을 요청하는 의도와 사회적 낙인 및 자기 낙인과의 관련성은 어느 정도 탐색된 바 있으나, 자살 위험군에서 어떤 양상인지는 분명하지 않다. 선행 연구에 따르면 과거에 자살생각이나 시도가 있었던 남성은 심리적인 도움을 받는데 대해 더 큰 자기 낙인을 보였으며, 이들은 미래의 도움 요청 의도를 더 낮게 평가했다[30]. 유사한 또 다른 연구에 따르면 정신장애를 경험한 사람들과 자살시도 과거력이 있는 사람들은 더 큰 낙인을 보였으며, 이는 결국 심리적 안녕감과 전문적 도움을 추구하는 능력에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다[31]. 보다 최근에 연구자들은 정신적 고통이 심해지면서 낙인이 더 심해진다는 역동적 모형을 제안하였다[32]. 그 이유는 정신장애가 심해지면, 정신장애에 대한 수치심이 낙인을 강화시킴으로써, 자신의 자살생각을 알리는 것을 방해하여 결국에는 반복된 자살 시도에 이르게 된다는 것이다. 또한 선행연구에 따르면 사회적 낙인은 자기 낙인으로 내면화되는 과정을 거쳐서 도움요청에 영향을 준다고 일관되게 보고된 바 있다[29]. 이상의 관계를 종합하면 자살

생각을 경험한 개인은 사회적 낙인과 자기낙인이 강화되어 도움요청의도가 약화된다는 다중매개 모형을 가정할 수 있다. 이는 자살생각이 낙인과의 관련성이 유의한 것으로 보고되었고[33], 사회적 낙인과 자기 낙인의 유의한 관련성[29], 낙인과 도움요청의도와와의 유의한 관련성이 밝혀진 바 있어[30], 도움요청에 미치는 영향력을 잘 설명할 수 있는 변인일 수 있다는 점에 기인하였다.

자살 위험성이 있는 사람이 도움요청 행동을 하지 않는 것은 자살 사망의 주요 위험요인으로 알려져 있으며, 주변지지 체계에 도움요청을 하는 것은 자살 예방의 매우 중요한 요소이다. 하지만 기존 연구들은 상담에 대한 도움요청 연구에 국한되어 있으며 최근에서야 자살생각과 도움요청과의 관계에 대한 연구들이 진행되고 있어 이에 대한 연구가 많이 부족한 실정이다. 따라서 본 연구를 통해 자살생각을 가지고 있는 한국 군 병사의 도움요청의도를 탐색함으로써 군 자살예방을 위한 기초 자료를 제공할 수 있을 것으로 보인다.

II. 연구방법

1. 윤리적 고려

본 연구는 시행 전 연구 자료는 연구자가 속한 기관의 생명윤리위원회의 승인을 받았고 (승인번호: JjjIRB-160513-HR-2016-0504), 자료 수집 시 해당기관의 허락과 대상자의 서면동의를 구한 후 실시하였다. 연구대상자는 동의서에 서명한 뒤 자기보고식 설문에 응하였다. 신변노출의 위험성을 최대한 배제할 수 있도록 연구책임자가 직접 설문지를 배포하였으며, 연구대상자가 설문을 마친 후 제공된 봉투에 동봉하여 연구책임자에게 직접 제출하였다. 설문을 마친 대상자에게는 소정의 간식을 제공하였다.

2. 연구대상자

본 연구는 2016년 5월~7월까지 서울, 경기도, 충청남도, 전라북도 소재 부대의 그린캠프 내 상담기관 게시판에 부착된 연구홍보 문건을 보고 참여의사를 밝힌 국

군 병사 483명이 연구에 참여했다. 이 중 불성실한 응답을 한 사람을 제외한 총 471부의 자료가 분석에 사용되었다. 연구 대상자의 평균 연령은 만 21세였으며 계급은 이병 127명(27%), 일병 172명(36.3%), 상병 116명(24.6%), 병장 56명(11.9%)이었다. 교육수준은 대학 재학 중이거나 대학 졸업인 경우가 가장 빈번하였고(88.3%), 대부분이 미혼이었다(99.4%).

3. 측정도구

3.1 일반적 도움요청의도 척도

본 연구에서는 자신에게 심리적 어려움이 있을 때, 누군가에게 도움을 요청할 생각이 있는지 묻기 위해 Wilson, Deane, Ciarroch, & Rickwood가 개발한 척도인 일반적 도움요청의도 척도(GHSQ: General Help Seeking Questionnaire)를 주오연[21]이 자살 상황에 맞추어 수정한 척도를 사용하였다. 공식적 도움요청의도, 비공식적 도움요청의도의 두 개 하위 요인에, 군관련 도움요청의도의 세 가지 범주가 포함되었다. 공식적 도움요청에는 정신과의사, 상담전문가, 사회복지사, 매체상담과 같은 전문가에게 도움을 요청하는 것을 말하며, 비공식적 도움요청은 부모님, 친척, 친구와 같은 주변인에 해당한다. 또한 본 연구에서는 기존 10문항에 한국 군 실정에 맞게 ‘후임, 동기, 선임, 간부, 군 상담전문가’의 5개 문항을 추가하여 총 15문항으로 구성하였다. 1점(전혀 그렇지 않다)에서 7점(매우 그렇다)로 평정하는 7점 척도이며 점수가 높을수록 도움요청의도가 높다는 것을 의미한다. 청소년의 자살생각 도움요청의도에 영향을 미치는 요인을 알아본 선행연구[21]에서의 내적 일관성 지수(Cronbach's alpha)는 .91이었으며, 본 연구에서 산출한 내적 일관성 지수는 .92이었다.

3.2 자살생각 척도

지난 한 달 동안의 자살생각에 대해 측정하는 척도로서 Reynolds가 개발하고 신민섭[34]이 번안한 총 30문항으로 구성된 자기보고척도이다. 7점 척도로 구성되어 있으며, 각 문항을 0~6점으로 평정한다. 총점이 높을수록 자살생각이 높다는 것을 의미한다. 자살기제에 대한 실증적인 연구를 한 선행연구[34]에서 내적 일관성 지

수는 .97이었으며, 본 연구에서의 내적 일관성 지수는 .89로 나타났다.

3.3 사회적 낙인 척도

심리적 문제에 대해 도움을 받는 것에 대해 어떤 사회적 낙인을 느끼게 되는지 묻기 위해 Komiya, Good, & Sherrod가 개발한 낙인 척도(SSRPH: Stigma Scale for Receiving Psychological Help)를 이민지와 손은정[13]이 번안한 척도를 사용했다. 척도는 1점(절대 아니다)에서부터 4점(매우 그렇다)로 평정하며, 총 5문항이다. 합산 점수가 높을수록 사회적 낙인이 더 높다는 것을 의미한다. Komiya, Good & Sherrod[35]의 연구에서 내적 일관성 지수(Cronbach's alpha)는 .73으로 나타났고 이민지와 손은정[13]의 연구에서는 .78로 나타났다. 본 연구에서의 내적 일관성 지수는 .90이었다.

3.4 자기 낙인 척도

본 연구에서는 전문가에게 도움을 구할지에 대한 고민에 직면했을 때 어떻게 반응할 것인지를 측정하는 도움추구에 대한 자기 낙인 척도(Self-Stigma of Seeking Help Scale; Vogel, Wester & Haake)를 이민지와 손은정[13]이 번안한 척도를 사용하였다. 총 10문항으로 구성되어 있으며 합산한 점수가 높을수록 자기 낙인이 더 크다는 것을 의미한다. 선행연구[13]에서 내적 일관성 지수(Cronbach's alpha)는 .83으로 나타났고, 본 연구에서의 내적일관성 지수는 .75이었다.

4. 자료분석

본 연구에서는 가설을 검증하기 위하여 SPSS 23.0과 AMOS 23.0을 사용하였다. 먼저 빈도분석과 기술통계 분석을 사용하여 연구대상자의 사회·인구통계학적 특성을 알아보았고, 각 변인별 척도의 신뢰도 계수를 산출하였다. 또한 자살생각과 주요 변인들 간의 관계를 파악하기 위해서 상관분석을 실시하였다. 다음으로 구조방정식 분석을 통해 자살생각과 일반적 도움요청의도와 관계에서 사회적 낙인과 자기 낙인의 매개효과를 검증하였고, 이중매개경로의 유의성을 검증하기 위해 Sobel(1982)의 공식을 사용하였다.

III. 연구결과

1. 상관분석

본 연구 모형에 포함된 측정변인들에 대한 상관, 평균, 표준편차는 [표 1]에 제시되어 있다.

표 1. 측정변인의 상관, 평균, 표준편차 (n=471)

	1	2	3	4	4.1	4.2	4.3
1	1						
2	.27**	1					
3	.15**	.30**	1				
4	-.17**	-.19**	-.26**	1			
4.1	-.13**	-.12**	-.27**	.90**	1		
4.2	-.16**	-.24**	-.17**	.79**	.53**	1	
4.3	.15**	-.17**	-.19**	.86**	.63**	.64**	1
M	4.02	9.19	23.86	60.12	25.64	19.25	15.23
SD	7.97	3.30	5.64	18.74	18.74	5.39	6.35
Range	0-67	5-20	10-46	15-105	7-49	4-28	4-28

p < .01
 1. 자살생각 2. 사회적 낙인 3. 자기 낙인 4. 도움요청의도
 4.1 공식 도움요청의도 4.2 비공식 도움요청의도
 4.3 군관련 도움요청의도

사회적 낙인($r=.27, p<.01$), 자기 낙인($r=.15, p<.01$)이 자살생각과 유의한 상관을 보였으며, 자살생각($r=-.17, p<.01$), 사회적 낙인($r=-.19, p<.01$), 자기 낙인($r=-.26, p<.01$)은 일반적 도움요청의도와 부적으로 유의한 상관을 보였다. 공식적, 비공식적, 군관련 도움요청의도는 자살생각과 유사한 정도의 부적 상관을 보였다.

2. 연구모형 설정

본 연구에서는 변인들 간의 관계를 다룬 선행연구를 토대로 자살생각과 도움요청 의도간의 관계에서 사회적 낙인과 자기 낙인이 부분매개 역할을 하는 모형을 연구모형으로 설정하였다.

연구모형의 경우 자살생각이 도움요청 의도 자체에 영향을 줄 뿐 아니라 사회적 낙인과 자기낙인의 매개경로를 통해 도움요청 의도에 유의미한 영향을 준다고 보고, 직접경로와 간접경로의 유의성을 동시에 가정하였다. 대안모형의 경우 자살생각 자체가 도움요청 의도를 약화시키기 보다는 사회적 낙인과 자기낙인의 매개경로를 통해서만 도움요청 의도를 약화시킨다고 보고 간

접경로만을 가정하여 설정하였다.

3. 측정모형의 일관성 평가

측정 모형을 구성하기 위해 본 연구에서는 문항묶음 방법(item Parceling method)을 이용하여 무선할당으로 각 변수마다 3개의 문항묶음을 만들었다[36]. 측정 모형의 적합도를 판단하는 모수 추정 방식은 가장 많이 사용되고 있는 최대우도법(MLE)을 사용하였고, 가정된 경로모형의 적절성을 평가하기 위해서는 표준적인 카이제곱값(χ^2), 터커-루이스 지수(TLI), 비교적합지수(CFI), 원소간 근접오차(RMSEA)를 사용하여 분석하였다. 모형의 적합도 지수들을 보면, $\chi^2(48) = 205.146$, RMSEA = .083, TLI = .93, CFI = .95이었으며, RMSEA에 대한 90% 신뢰구간은 .07~.09으로 산출되었다. RMSEA값의 경우 적합 정도에 대한 절대적 기준이 없지만, 대체로 .05이하는 매우 좋은 수준, .05~.08은 적절한 수준, .10이상은 좋지 않은 수준이라고 할 수 있다[37]. TLI와 CFI의 경우 그 값이 대략 .90 이상이면 모형 적합도가 양호하다고 할 수 있다[38]. 본 연구의 측정모형에 대한 적합도 지수들이 이러한 기준들을 만족하고 있으며, RMSEA 신뢰구간 역시 평가 기준인 .10을 포함하고 있지 않다. 따라서 본 연구에서 설정한 모형이 자료에 잘 부합한다고 판단할 수 있다. 측정모형의 일관성 수준을 확인하기 위해 최대우도 모수추정치들 [표 2]에 제시하였다.

표 2. 측정변수의 일관성

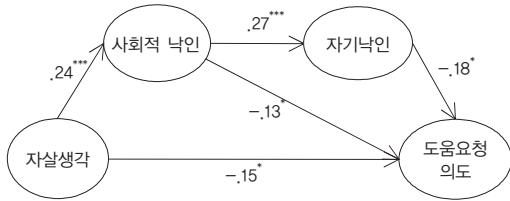
	B	β	S.E.	t
자살생각 → 자살생각 1	1.09	.62	.07	15.19***
자살생각 → 자살생각 2	1.25	.91	.05	24.11***
자살생각 → 자살생각 3	1.00	.94		
사회적 낙인 → 사회적 낙인 1	1.00	.81		
사회적 낙인 → 사회적 낙인 2	2.02	.96	.09	22.67***
사회적 낙인 → 사회적 낙인 3	2.06	.81	.10	20.21***
자기 낙인 → 자기 낙인 1	1.07	.69	.09	11.52***
자기 낙인 → 자기 낙인 2	1.64	.96	.15	10.06***
자기 낙인 → 자기 낙인 3	1.00	.56		

p < .001

[표 2]를 살펴보면, 모든 모수추정치에 대한 유의확률이 매우 작아(p<.001) 전반적인 측정의 타당도와 신뢰도는 양호한 편이라 할 수 있다.

4. 연구모형 검증

연구모형(부분매개)과 대안모형(완전매개)의 χ^2 의 차이 값은 7.728($df=1$)으로 이는 $\chi^2_{0.05}(1)$ 의 값 3.84보다 크며 이는 연구모형이 대안모형에 비해 우수하다는 것을 의미한다. 즉, 연구모형은 대안모형에 비해 자유도가 1만큼 작으나, χ^2 의 값의 감소폭이 자유도 감소를 상쇄시킬 만큼 충분히 감소했으므로 연구모형이 더 우수한 것이다. 따라서 자살생각이 도움요청의도 영향에 기여하는 경로, 이 두 변수가 사회적 낙인과 자기 낙인을 매개하여 일반적 도움요청의도에 기여하는 경로를 가정한 연구모형을 최종모형[그림 1]으로 선택하였다.



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

그림 1. 최종모형(부분매개)

다음으로 일반적 도움요청의도에 대한 자살생각의 직접효과를 검증하기 위하여 부분매개모형과 완전매개모형의 적합도 수치와 모수추정치를 살펴보았다. 부분매개모형의 각종 통계치는 [표 3]에 제시되어 있다.

[표 3]에 나타나 있듯이 모든 직접경로가 유의했으며, 본 연구에서 가정했던 것과 같이 자살생각은 일반적 도움요청의도에 직접적으로 부적 영향을 미치며, 사회적 낙인과 자기 낙인을 매개로 하여 일반적 도움요청의도로 가는 경로에서도 부적 영향을 미치는 것을 확인할 수 있었다. 즉, 본 연구에서 설정한 부분매개모형에서 자살생각은 일반적 도움요청의도에 직접 경로와 사회적 낙인과 자기 낙인을 통한 간접경로 각각을 통해 유의한 영향을 미쳤다.

다음으로 자살생각이 사회적 낙인과 자기 낙인을 통해 일반적 도움요청의도에 영향을 미치는 이중매개경로의 유의성을 직접 검증하기 위해 다변량 델타방법을 이용한 표준오차 공식을 추정하는 Sobel(1982)의 공식을 적용하여 [표 4]에 제시하였다.

표 3. 연구모형(부분매개)에서의 경로계수 모수추정치

직접효과	B	β	S.E	t
자살생각 → 사회적 낙인	.07	.24	.01	4.92***
자살생각 → 도움요청의도	-.49	-.15	.18	-2.77*
사회적 낙인 → 도움요청의도	-1.51	-.13	.65	-2.32*
사회적 낙인 → 자기 낙인	.60	.27	.12	4.98***
자기 낙인 → 도움요청의도	-.95	-.18	.29	-3.23*
간접효과	B	β	S.E	t
자살생각 → 사회적 낙인 → 자기 낙인 → 도움요청의도	-.04	-.01	.01	-3.23***
자살생각 → 사회적 낙인 → 도움요청의도	-.11	-.03	.05	-2.20*
자살생각 → 사회적 낙인 → 자기 낙인	0.04	.06	.01	4.07***
사회적 낙인 → 자기 낙인 → 도움요청의도	-.57	-.05	.21	-2.74**

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

표 4. 간접효과 유의성 검증 결과 Sobel Test

	간접효과	Sobel Test(Z)
자살생각 → 사회적 낙인 → 자기 낙인 → 도움요청의도	-.04	-3.23***
자살생각 → 사회적 낙인 → 도움요청의도	-.03	-2.20**
자살생각 → 사회적 낙인 → 자기 낙인	.06	4.07***
사회적 낙인 → 자기 낙인 → 도움요청의도	-.05	-2.74**

** $p < .01$, *** $p < .001$

그 결과, 자살생각과 일반적 도움요청의도 사이의 사회적 낙인($Z_{ab}=-2.10, p<.05$)의 매개효과가 유의했다. 또한 자살생각이 사회적 낙인과 자기 낙인을($Z_{ab}=-3.68, p<.001$) 이중매개로 하여 도움요청의도를 예측하는 이중매개효과도 유의하게 나타났다. 즉, 자살생각은 사회적 낙인이 자기 낙인을 높여 일반적 도움요청의도에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

IV. 논의

본 연구는 한국 군 병사 471명을 대상으로 자살생각이 사회적 낙인과 자기 낙인을 통해 도움요청의도에 미치는 이중매개효과를 검증하고자 하였다. 자살생각, 사회적 낙인, 자기 낙인이 도움요청의도에 미치는 영향이 어떠한지 각각의 경로를 검증한 결과, 자살생각이 높을

수록 도움 요청 의도는 낮은 반면, 사회적 낙인과 자기 낙인은 높은 것으로 나타났다. 또한 사회적 낙인이 높을수록 자기 낙인 역시 높은 것으로 나타났다. 이는 자살생각이 도움요청의도에 부정적인 영향이 있다고 나타난 Carlton과 Deane[39]의 연구 결과와 일치한다. 즉 자살 생각이 있는 군 병사일수록 도움요청을 꺼리며, 사회적 낙인과 자기 낙인이 높을수록 도움요청 가능성이 적어지는 것으로 보인다.

또한 본 연구에서는 자살생각과 도움요청의도간의 관계에서 사회적 낙인과 자기낙인이 부정적 영향을 준다는 선행 연구결과를 근거로, 자살생각과 도움요청의도 간의 관계에서 사회적 낙인과 자기낙인이 부분매개하는 모형을 연구모형으로 설정하고, 자살생각과 도움요청의도 간의 사회적 낙인과 자기낙인이 완전매개하는 모형을 대안모형으로 설정하여 비교 분석하였다. 그 결과, 연구모형이 대안모형에 비해 우수한 모형인 것으로 나타났다. 또한 자살생각과 도움요청의도간의 관계에서 사회적 낙인의 직접경로와 자기낙인을 통한 간접경로 모두 유의한 것으로 나타났다. 이는 자기 낙인이 사회적 낙인과 도움요청의도와 태도 사이를 완전 매개한다는 Vogel, Wade & Hakler[29]의 연구와 정진철, 양난미[40]의 연구와는 다른 결과이다. 반면, 김정수[41]에 따르면, 상담에 대한 도움요청태도를 사회적 낙인보다 자기 낙인이 훨씬 높은 설명력을 보여주고 있어 자기 낙인을 매개로 하여 도움요청의도에 부정적 영향을 미친다는 본 연구 결과와 일치한다. 본 연구에서는 한국 군 병사들은 사회적 낙인도 도움요청을 방해할 뿐 아니라, 자기 낙인을 매개로 하여서도 도움요청을 방해한다는 것이다. 이는 한국 군 조직의 획일적이고 수직적인 특수성으로 인한 심리적 어려움을 겪는 것에 대한 부정적 인식이 사회적 낙인을 강화시켜 내면화 단계인 자기 낙인 없이도 도움요청을 방해하는 것으로 보인다. 이러한 결과는 수직적인 경향이 높은 한국 군 병사들이 사회적 낙인이 강하여, 도움요청이 더 직접적으로 방해받는다는 이민지과 손은정[13]의 연구와 일치한다. 또한 자살생각이 사회적 낙인(예; 자살생각을 가진 나를 다른 사람이 덜 좋아할 것이다)을 높이고, 사회적 낙인은 자기 낙인(예; 자살생각을 가진 나 자신에 대해 수치

스럽고 열등감을 느낀다)을 높여 도움요청의도를 악화시키며 결과적으로 도움요청을 회피하는 결정을 하게 된다는 결론을 도출해낼 수 있다.

본 연구 결과의 제한점과 후속 연구에의 제언은 다음과 같다.

첫째, 군이라는 특정상황에 놓여있는 군 병사를 대상으로 자기보고식 질문을 사용하였기 때문에 개인정보 보호에 주의를 기울였음에도 불구하고 연구대상자가 혹시 모를 후에 당할 불이익을 염려해 진솔하게 응답했는지에 대한 의문점이 있다. 자살생각의 경우 과소 보고되는 경향과, 왜곡되거나 과장될 수 있음을 감안할 때, 자기보고식 검사에 의존한 본 연구에서 도출한 결과의 해석이 다소 제한적일 수 있을 것이다.

둘째, 본 연구는 서울, 경기, 충남, 전북 소재의 그린 캠프에 참여한 군 병사만을 대상으로 이루어졌기 때문에 전체 군 병사에 일반화하기에는 무리가 있다. 따라서 군복무 부적응으로 인해 그린캠프에 참여한 군 병사뿐만 아니라 일반 군 병사를 대상으로 연구 대상자의 범위를 넓혀 연구를 반복했을 때 동일한 결과가 나타나는지를 살펴볼 필요성이 있다.

셋째, 본 연구에서 측정된 낙인은 심리적 문제에 대해 도움을 받는 것에 대한 일반화된 낙인에 대한 것으로, 구체적으로 자살에 대해 갖고 있는 낙인을 측정하지 않았다. 따라서 자살에 대한 낙인의 영향을 평가하는 데는 한계가 있었다. 추후에는 자살에 대한 낙인을 포함한 연구가 필요할 것으로 보인다.

이런 제한점에도 불구하고, 본 연구는 자살생각에 대한 도움요청의도를 사회적 낙인과 자기 낙인이 직·간접적으로 한국 군 병사의 도움요청의도에 영향을 미치는 요인으로 밝혀졌다. 이는 군 병사의 자살생각에 대한 예방적 개입과 평가에 있어서 새로운 접근 방법을 마련할 수 있도록 실질적 자료가 될 것으로 보인다. 도움요청과 자살에 대한 낙인을 감소시키기 위해서 다양한 방법을 활용할 수 있다. 세계보건기구(WHO)는 ‘자살예방을 위한 공중 보건 행동(Public Health Action for the Prevention of Suicide)’의 서문에서 ‘자살은 예방할 수 있으며, 적절한 서비스에 접근하도록 도움을 주는 것은 건강한 삶을 위해 필수적인 것이다’라고 발표했다. 일찍

이 서구 국가들은 자살예방의 첫 단계로 자살에 대한 부정적인 낙인 감소를 위해 노력하고 있다[42]. 미국의 자살예방재단(American Foundation for Suicide Prevention)[43]에서는 Youtube를 통해 '자살은 비밀이 되어서는 안 된다(Suicide Shouldn't Be a Secret)'라는 공익광고를 진행했으며, 캐나다에서는 낙인 반대 캠페인(Anti-Stigma Campaign)을 통해서 자살이 개인이 아닌 우리의 문제라는 것을 강조하고 있다[44]. 일례로 미국은 Satow부부가 1998년에 막내아들 Jed를 자살로 잃고 난 후 청소년들의 자살위험성을 인식하고 2000년도에 세운 JED 재단(The Jed Foundation)과 미국 대학생을 위한 전문 대중매체인 mtvU가 함께 "Half of us"라는 자살관련 낙인감소 캠페인을 하고 있다[45]. 이 캠페인은 자살과 관련이 높은 정신장애에 대한 대중의 인식을 높이고, 자살에 대한 생각이 회복이 가능하다는 것을 강조함으로써 낙인을 감소시키고자 하는 것이다. 또한 미군의 경우, "The Real Warriors Campaign"을 통해 정신건강 문제가 신체건강 문제만큼 필요하며, 도움요청을 하는 것이 병사에게 불이익을 주지 않는다는 것을 강조하고 있다[46].

이처럼 자살 생각을 가진 군 병사의 도움 요청을 증가시키기 위해서는 한국 군에 맞는 낙인감소 캠페인이나 교육 프로그램의 활성화가 필요할 것으로 보인다. 자살생각을 가진 사람이 도움요청을 하지 않는 이유를 살펴보는 것은 중요한 연구 과제이며, 이는 차후에 낙인감소 프로그램을 실시하여 도움요청을 할 가능성을 높여 줄 수 있다는 점에서 본 연구가 유용하게 사용될 수 있을 것으로 기대한다.

* 본 연구는 김지인의 2017년도 석사학위논문 일부를 재구성한 것임.

참 고 문 헌

- [1] 보건복지부, *우리나라 자살 현황*, 2016.
- [2] 홍영수, "청소년의 자살행동에 대한 생활스트레스 및 자기 존중감의 영향," 한국청소년연구, 제13권, 제2호, pp.153-182, 2004.
- [3] 이상영, 노용환, 이기주, "우리나라의 자살급증원인과 자살예방을 위한 정책과제," 한국보건사회연구원, 제2012권, pp.1-116, 2012.
- [4] 이상록, *군 생활 스트레스가 자살생각에 미치는 영향: 자기 개념 명확성 매개효과*, 상지대학교 대학원, 석사학위논문, 2013.
- [5] 장성대, *군대 폭행사건 및 자살생각의 실태와 예방대책*, 연세대학교 대학원, 석사학위논문, 2003.
- [6] 육군본부, *안전관리분석*, 2010.
- [7] 박강돌, *육군병사 자살요인 분석 및 예방대책에 관한 연구: 입대전 청소년 자살요인과의 비교를 중심으로*, 국민대학교 대학원, 석사학위논문, 2013.
- [8] 전한가람, 전덕인, 홍현주, 홍나래, 박은희, 정명훈, "주요 우울 장애 환자에서 낮은 자아 존중감과 자살 시도의 관련성: 예비연구," 대한정신약물학회지, 제24권, 제4호, pp.180-185, 2013.
- [9] 정일영, "사회 참여가 노인 자살생각에 미치는 영향 - 사회적 지지와 자기효능감의 매개효과를 중심으로-" 한국콘텐츠학회논문지, 제13권, 제9호, pp.164-177, 2013.
- [10] B. DePaulo, "Perspectives on help-seeking. In B. DePaulo, A. Nadler and J. Fisher(Eds.)," *New directions in helping: New York: Academic Press, Vol.2, Help-seeking*, pp.3-12, 1983.
- [11] 김혜경, "대학생의 상담전문가에 대한 도움요청 연구: 도움요청태도가 도움요청의도에 미치는 영향," 청소년복지연구, 제14권, 제1호, pp.93-111, 2012.
- [12] 유영란, 이지연, "성인 애착과 전문적 도움 추구 의도: 심리적 불편감, 지각된 사회적지지, 자기 은폐의 매개효과검증," 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제18권, 제2호, pp.441-461, 2005.
- [13] 이민지, 손은정, "낙인과 전문적 도움추구 의도 간의 관계: 전문적 도움추구 태도의 매개효과," 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제19권, 제4호, pp.949-966, 2007.
- [14] 김선희, *기혼여성의 우울증상과 도움추구 태도에 관한 통합모형 검증*, 전남대학교 대학원, 박사

- 학위논문, 2004.
- [15] 유성경, 이동혁, “한국인의 상담에 대한 태도에 관한 분석적 연구,” 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제12권, 제1호, pp.19-32, 2000.
- [16] F. P. Deane and D. M. Todd, “Attitudes and intentions to seek professional psychological help for personal problems or suicidal thinking,” *Journal of College Student Psychotherapy*, Vol.20, No.4, pp.45-59, 1996.
- [17] 신연희, 안현의, “전문적도움 추구 태도 및 의도에서 접근요인과 회피요인의 상대적 중요성 고찰,” 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제17권, 제2호, pp.177-195, 2005.
- [18] I. Ajzen and J. Klobas, “Fertility intentions: An approach based on the theory of planned behavior,” *Demographic Research*, Vol.29, No.8, pp.203-232, 2013.
- [19] I. Ajzen and N. Dasgupta, “Explicit and implicit beliefs, attitudes, and intentions: The role of conscious and unconscious processes in human behavior. In P. Haggared & B. Eitam (Eds.),” New York: Oxford University Press, *The sense of agency*, pp.115-144, 2015.
- [20] P. Sheeran, “Intention-behavior relations: a conceptual and empirical review,” *European Review of Social Psychology*, Vol.12, No.1, pp.1-36, 2002.
- [21] 주오연, *청소년 자살생각 도움요청의도에 영향을 미치는 요인*, 대전대학교 대학원, 석사학위논문, 2013.
- [22] L. O'Donnell, A. Stueve, D. Wardlaw, and C. O'Donnle, “Adolescent Suicidality and adult support: The reach for health study of urban youth,” *American journal of Health Behavior*, Vol.27, No.6, pp.633-644, 2003.
- [23] K. R. Scheel, L. R. Prieto, and J. Biermann, “American Indian college student suicide: Risk, beliefs, and help-seeking preferences,” *Counseling Psychology Quarterly*, Vol.24, No.4, pp.277-289, 2011.
- [24] 노명선, 전홍진, 이해우, 이효정, 한성구, 함봉진, “대학생들의 자살관련행동에 관한 연구,” *Journal of Korean Neuropsychiatry Association*, 제46권, 제1호, pp.35-40, 2007.
- [25] 최명식, “대학 내 자살에 관한 연구,” *인간이해*, 제28권, pp.1-49, 2007.
- [26] I. Ajzen and M. Fishbein, “Attitudes and the Attitude-Behavior Relation: Reasoned and Automatic Processes,” *European Review of Social Psychology*, Vol.11, pp.1-33, 2000.
- [27] P. W. Corrigan, “How stigma interferes with mental health care,” *American Psychologist*, Vol.59, No.7, pp.614-625, 2004.
- [28] T. Kageyama, “Views on suicide among middle-aged and elderly populations in Japan: their associations with demographic variables and feeling shame in seeking help,” *Psychiatry Clinic Neuroscience*, Vol.66, pp.105-112, 2012.
- [29] D. L. Vogel, N. G. Wade, and A. H. Hackler, “Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: the mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling,” *Journal of Counseling Psychology*, Vol.54, No.1, pp.40-50, 2007.
- [30] A. Reynders, A. J. Kerkhof, G. Molenberghs, and A. C. Van, “Help seeking, stigma and attitudes of people with and without a suicidal past. A comparison between a low and a high suicide rate country,” *Journal of Affective Disorders*, Vol.178, No.2, pp.5-11, 2015.
- [31] M. C. Angermeyer and H. Matschinger, “The stigma of mental illness: Effects of labeling on public attitudes towards people with mental disorder,” *Acta Psychiatrica Scandinavica*, Vol.108, pp.304-309, 2003.
- [32] P. Scocco, E. Toffd, and A. Preti, “Psychological

distress increases perceived stigma toward attempted suicide among those with history of past attempted suicide,” *The Journal of Nervous and Mental Disease*, Vol.204, pp.94-202, 2016.

[33] 이하나, 안순태, “자살에 대한 한국 사회의 인식: 다큐멘터리에 재현된 ‘우리’와 ‘그들,’” *보건사회연구*, 제35권, 제4호, pp.309-343, 2015.

[34] 신민섭, *자살기제에 대한 실증적인 연구: 자기도피 척도의 타당화*, 연세대학교 대학원, 박사학위논문, 1993.

[35] N, Komiya, G. E. Good, and N. B. Sherrod, “Emotional openness as a predictor of college students’ attitudes toward seeking psychological help,” *Journal of Counseling Psychology*, Vol.47, No.1, pp.138-143, 2000.

[36] 문수백, *구조방정식모델링의 이해와 적용*, 서울: 학지사, 2009.

[37] M. W. Borowne and R. Cudeck, “Alternative ways of assessing model fit. In: K. A. Bollen and J. S. Long. (Eds.),” *Testing Structural Equation Models*, pp.136-162, Beverly Hills, CA: Sage, 1993.

[38] I. R. Tucker and C. Lewis, “A reliability coefficient for maximum likelihood factor analysis,” *Psychometrika*, Vol.38, No.1, pp.1-20, 1973.

[39] P. A. Carlton and F. P. Deane, “Impact of and suicidal ideation on adolescents’ intentions to seek professional psychological help,” *Journal of Adolescence*, Vol.23, No.1, pp.35-45, 2000.

[40] 정친절, 양난미, “낙인과 자존감, 전문적 도움추구 태도 간의 관계,” *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 제22권, 제13호, pp.631-652, 2010.

[41] 김정수, “대학생의 낙인, 상담에 대한 기대와 상담 추구태도 간의 관계,” *한국콘텐츠학회논문지*, 제16권, 제3호, pp.391-402, 2016.

[42] A. Beautrais, D. Fergusson, C. Coggan, D. Collings, C. Doughty, and P. Ellis, “Effective strategies for suicide prevention in New

Zealand: a review of the evidence,” *New Zealand Medical Journal*, Vol.120, No.1251:U2459, 2007.

[43] https://www.youtube.com/watch?v=_zfhHnig5EY

[44] <https://www.mendthemind.ca/#campaign>

[45] <http://halfofusrx.com/>

[46] <https://www.realwarriors.net/active/treatment/gettinghelp.php>

저 자 소 개

김 지 인(Ji-In Kim)

정회원



- 2017년 2월 : 전주대학교 상담심리학과(상담심리학석사)
- 2017년 3월 ~ 현재 : 전주대학교 카운슬링센터

<관심분야> : 정신건강 임상심리 상담

권 호 인(Ho-In Kwon)

정회원



- 1999년 2월 : 고려대학교 심리학과(임상심리학석사)
- 2009년 2월 : 고려대학교 심리학과(임상심리학박사)
- 2011년 : University of Miami, Postdoctoral fellow

▪ 2014년 ~ 현재 : 전주대학교 상담심리학과 조교수
<관심분야> : 정신건강 임상심리 상담