

대학생의 자살생각 영향요인

변은경, 김미영*, 강은희
경남정보대학교 간호학과

Factors Influencing Suicide ideation in College Students

Eun-Kyung Byun, Mi-Young Kim*, Eun-Hee Kang
Department of Nursing, Kyungnam College of Information & Technology

요약 본 연구는 대학생을 대상으로 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안이 자살생각에 미치는 영향요인을 확인하고자 시도되었다. 자료수집은 B시에 소재한 4개 대학의 보건계열 대학생을 대상으로 설문지를 이용하여 최종 289부를 분석에 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS/WIN 프로그램을 이용하여 빈도와 백분율, 평균과 표준편차, t-test와 ANOVA, multiple regression analysis로 분석하였다. 연구결과 연구대상자의 일반적 특성에 따른 정서적 외상은 성별에서 유의한 차이가 있었으며($p=.005$), 스트레스는 학년에서 유의한 차이를 보였다($p=.029$). 우울은 성별($p=.020$)과 종교($p=.022$)에 대해서, 불안은 성별($p=.047$)에 대해 유의한 차이를 보였다. 자살생각은 일반적 특성과 유의한 차이가 없었다. 대상자의 자살생각은 정서적 외상($p<.001$), 스트레스($p<.001$), 우울($p<.001$), 불안($p<.001$)과 유의한 상관관계를 나타내었다. 대상자의 자살생각에 영향을 미치는 요인은 정서적 외상($t=4.117, p<.001$), 스트레스($t=2.909, p=.004$), 우울($t=3.421, p=.001$), 불안($t=2.875, p=.004$)으로 나타났고, 설명력은 34.1%였다. 본 연구는 대학생의 자살생각과 관련성이 높은 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안과의 상관관계를 규명하고 자살생각에 미치는 요인을 확인함으로써 자살 예방 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용할 수 있을 것이며, 대학생 자살률을 감소시키기 위한 프로그램의 개발이 필요하다.

Abstract The purpose of this study was to examine the relationship between emotional traumatic experience, stress, depression, and anxiety and to identify factors influencing suicide ideation. Data collection was carried out using a questionnaire survey administered to students from four health colleges in B city and a total of 289 questionnaires. Collected data were analyzed by frequency and percentage, mean, standard deviation, t-test, ANOVA, and multiple regression analysis using the SPSS/WIN program. The results show that there were significant differences in emotional trauma according to the general characteristics of the study subjects ($p=.005$) and stress related to grades ($p=.029$). Depression showed significant differences for gender ($p=.020$), religion ($p=.022$), and anxiety related to gender ($p=.047$). Suicidal thinking was not significantly different from the general characteristics. The suicidal ideation of the subjects was significantly correlated with emotional trauma ($p<.001$), stress ($p<.001$), depression ($p<.001$) and anxiety ($p<.001$). Factors affecting the suicidal ideation of the subjects were emotional trauma ($t=4.117, p<.001$), stress ($t=2.909, p=.004$), depression ($t=3.421, p=.001$), and anxiety ($t=2.875, p=.004$), and the explanatory power was 34.1%. This study can be used as basic data for the development of a suicide prevention program by identifying correlations between emotional traumatic experience, stress, depression, and anxiety related to suicide ideation and identifying factors affecting suicide ideation. Based on these results, the development of programs to reduce the college student suicide rate is necessary.

Keywords : Suicidal ideation, Emotional trauma, Depression, Anxiety, Stress

*Corresponding Author : Mi-Young Kim(Kyungnam College of Information & Technology)
email: miyoungk@eagle.kit.ac.kr.

Received May 19, 2020
Accepted August 7, 2020

Revised July 17, 2020
Published August 31, 2020

1. 서론

1.1 연구의 필요성

우리나라의 자살 사망률은 2018년 기준 인구 10만 명당 24.7명으로 OECD 국가 평균 11.5명에 비해 2배나 높은 수준으로 OECD 국가 자살률 1위를 보이고 있다[1]. 특히, 우리나라 20~29세의 사망원인 1위가 자살로 보고 되고 있어 매우 심각한 수준이다[1]. 대학생의 자살은 개인과 가족뿐 아니라 국가적으로도 매우 큰 손실로 인식하고 중요하게 다루어야 할 건강문제이다[2].

대학생 시기는 청소년기에서 성인기로 이행되는 시기로 청소년기의 특징인 급격한 신체변화가 이루어지지만 인지적 성숙과 심리적 안정이 이루어지지 않아 새로운 인간관계, 학업, 취업 등 많은 심리 사회적인 어려움을 경험하게 될 위험성이 높으며, 이러한 심리 사회적 갈등은 스트레스 유발, 불안과 우울, 자살 등으로 이루어질 수 있어 관리가 요구된다[3]. 특히, 학업과 진로에 대한 압박감 혹은 실패와 좌절의 경험은 우울과 불안을 겪게 되고 이는 자살로 이어질 수 있다[4].

자살은 자살생각에서 시작되어 자살시도, 완벽한 자살로 이어지는 일련의 과정으로[5], 자살과 관련된 연구들은 자살생각을 측정하여 자살의 위험성을 예측하려 하고 있다[6]. 자살생각에 대한 이해는 실제 자살시도의 위험을 이해하고 자살을 예방하는데 도움이 됨을 보고하고 있다[4].

자살의 유발 요인은 여러 문제적 요인들이 상호작용하면서 자살에 이르게 되는 연속적이고 총체적인 심리적 과정으로 볼 수 있으며[7], 자살과 관련한 요인으로는 우울[6, 8, 9], 스트레스[8], 충동성과 대처방식[9], 정서적 외상과 가족관계[10] 등의 다양한 요인들이 원인이 되고 있다.

이중 아동기에 경험하는 정서적 외상경험은 대학생 시기의 우울에 직접적인 영향을 미친다고 보고하고 있으며[10], 자살행동의 강력한 위험요인으로 작용하고 있다[11]. 외상사건에 대한 노출 경험은 자살생각, 자살계획, 자살시도 등의 자살행동과 유의미한 관계를 보이며, 외상 후 스트레스를 경험한 사람의 40%는 자살생각을 가지며[12], 아동기의 정서적 외상경험이 높을수록 대학생의 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[13].

스트레스는 자살생각에 많은 영향을 주는 변수로 다루어지며[14] 스트레스 생활사건이 발생되면 우울을 유발하며, 스트레스에 대한 반응으로 우울을 경험하기도 하며[15], 한편으로는 스트레스는 우울을 매개하지 않고도 쉽게 자살을 생각하는 경향이 높은 것으로 보고되고 있다[16].

개인에게 주어지는 심리적 좌절과 스트레스는 우울을

촉발하며[17], 대학생의 우울은 중고생과 같은 청소년에 비해 훨씬 심각한 부정적 상태를 경험하며[18], 이로 인해 우울은 주요한 자살 위험 요소로 확인되고 있다[19]. 자살생각을 가지고 있는 사람들에게서 발견되는 가장 일반적인 심리적 문제가 우울감이라는 연구와 자살 충동의 가장 강력한 변인 중 하나가 우울 증상이라는 연구결과들이 보고되고 있다[16]. 자살의 원인이 모두 우울과 관련이 있는 것은 아니지만, 매년 자살을 시도하는 청소년의 상당수가 우울 증상을 가지고 있으므로 자살에 대한 접근을 위해서는 우울에 대한 면밀한 관찰이 필요하다[20].

대학생 시기는 불안정한 시기로 외부의 자극과 변화에 민감하며 그에 대한 반응이 성인보다 거칠고 충동적으로 나타나 이러한 불안은 자살로 이어질 가능성이 높아, 이 시기 불안을 경험하는 경우 자살생각을 하게 될 위험이 높으며[4], 불안은 스트레스나 우울과 동반하여 자살 위험성이 높음을 보고하고 있다[21].

생의 발달주기에서 다양한 변화를 경험하게 되는 대학생 시기는 자살시도와 자살생각, 자살위험이 높은 시기로 이 시기의 자살문제를 해결하기 위해서는 다양한 연구가 필요하지만 대학생을 대상으로 한 자살연구는 노인 대상의 연구에 비해 상대적으로 부족한 실정이다[16, 22-24].

선행연구를 살펴보면, 대학생의 자살과 관련한 주요 변수로 대인관계와 삶의 욕구[25], 가족스트레스와 부정적 정서[26], 취업스트레스[27], 아버지-자녀 의사소통[28]에 국한되고 있어, 자살과 관련성이 있는 보다 다양한 변수에 대한 연구가 필요하다.

이에, 본 연구는 대학생을 대상으로 자살생각과 관련성이 높은 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안이 자살생각에 미치는 영향요인을 확인함으로써 추후 대학생의 자살예방 프로그램 개발을 위한 기초자료를 마련하기 위하여 시도되었다.

1.2 연구목적

본 연구는 대학생의 자살생각과 관련성이 높은 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안이 자살생각에 미치는 영향요인을 확인하기 위한 것으로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안과 자살생각 정도를 파악한다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안, 자살생각의 차이를 파악한다.
- 3) 대상자의 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안과 자살생각 간의 상관관계를 파악한다.
- 4) 대상자의 자살생각에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 대학생의 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안이 자살생각에 미치는 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상 및 자료수집

본 연구의 대상자는 B시에 소재한 4개 대학 보건계열 학과의 학과장에게 연구의 목적을 설명하고 동의를 얻었다. 동의를 얻은 해당 학과의 만 19세 이상의 재학생을 대상으로 본 연구자가 연구의 목적을 설명하였다. 연구목적 설명시 연구참여의 강제성이 없으며 연구에 참여하지 않더라도 어떤 불이익도 받지 않음에 대해 설명하였다. 이후 연구목적에 동의한 대상자에게 설문지를 배부하였으며 연구대상자에게 설문지 응답에 대한 비밀보장과 연구의 목적 외에는 사용하지 않을 것과 설문 작성 중에 중도 탈락하더라도 어떤 불이익도 받지 않을 것을 설명하고 동의서에 서명한 사람만 설문지 응답하도록 하였다. 각자가 설문지를 작성한 후에는 지정된 우편함에 지정 기간까지 제출하도록 하였다.

최소 표본의 크기는 G*Power 3.1 프로그램을 이용하여 유의수준 .05, 중간 효과크기 .25, 통계적 검정력 .95로 지정하였을 때 필요한 표본 수는 280명이었다. 응답률을 고려하여 300명의 대상자를 임의표집 하였고, 총 300명 중 설문지 작성이 불충분한 14부를 제외한 총 289부를 최종 분석에 사용하였다.

2.3 연구도구

2.3.1 정서적 외상경험

정서적 외상경험은 정서적 학대 또는 방임의 경험으로 공포, 두려움, 무력감 등의 감정을 경험한 것을 의미한다 [29]. 본 연구에서는 Bernstein과 Fink[30]가 개발하고 Lee[29]가 번안한 CTY도구 중 정서적 학대와 정서적 방임의 각 5문항씩 10문항을 사용하였다. 4점 Likert 척도로 측정하였으며, 최저 10점에서 최고 40점까지로 점수가 높을수록 학대나 방임을 당한 경험이 많음을 나타낸다. Lee[29]의 연구에서 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha = .884$ 였으며 본 연구에서 신뢰도 계수 Cronbach's $\alpha = .87$ 로 나타났다.

2.3.2 지각된 스트레스

지각된 스트레스는 개인의 주관적 경험에 초점을 둔 스트레스 경험으로[31], 본 연구에서는 Cohen, Kamarck, Mermelstein[32]이 개발한 지각된 스트레스 척도를 Park, Seo[31]가 번안한 한국판 지각된 스트레스 척도를 사용하였다. 총 10문항으로 긍정적 지각(4,5,6,7,8문항)과 부정적 지각(1,2,3,9,10문항)으로 구성되어 있으며, 긍정적 지각 5문항은 역환산하였다. 5점 Likert 척도로, 최저 10점에서 최고 50점까지로 점수가 높을수록 지각된 스트레스 정도가 높음을 의미한다. Park, Seo[31]의 연구에서 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha = .85$ 이고, 본 연구에서 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha = .76$ 로 나타났다.

2.3.3 우울

우울은 개인의 심리적 사회적 환경적 요인에 의한 침울함, 근심, 무가치함을 의미한다[33]. 본 연구에서는 Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D)를 Cho[34]가 번안한 총 20문항, 4점 Likert 척도로 측정하였다. 긍정적인 4문항(4,8,12,16)은 역환산하였으며, 최저 20점에서 최고 80점까지로 점수가 높을수록 우울의 정도가 높은 것을 의미한다. Cho[34]의 연구에서 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha = .83$ 이고, 본 연구에서 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha = .81$ 로 나타났다.

2.3.4 불안

불안은 명확하지 않은 대상이나 상황에 대한 부적절한 대응으로 인한 심리상태를 의미한다[35]. 본 연구에서는 BAI(Beck Anxiety Inventory)의 우울척도를 Yook과 Kim[36]이 수정한 불안의 인지적, 정서적, 신체적 영역을 포함한 21문항, 4점 Likert 척도로 측정하였다. 최저 21점에서 최고 84점까지로 점수가 높을수록 불안 정도가 높음을 의미하며, Yook과 Kim[36]의 연구에서 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha = .902$ 이고, 본 연구에서 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha = .92$ 로 나타났다.

2.3.5 자살생각

자살생각은 자살 행동이 동반되지 않는 자살에 대한 생각이나 사고를 의미하며[37], 본 연구에서는 Harlow, Newcomb과 Bentler[38]가 개발하고 Cho[34]가 번안한 5문항의 5점 Likert 척도로 측정하였다. 최저 5점에서 최고 25점까지로 점수가 높을수록 자살생각의 정도가 높음을 의미하며, Cho[34]의 연구에서 신뢰도 계수는

Cronbach's $\alpha = .83$ 이고, 본 연구에서 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha = .88$ 으로 나타났다.

2.4 분석방법

수집된 자료의 분석은 연구대상자의 일반적인 사항에 대해서는 SPSS Win을 이용하여 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율, 정서적 외상경험, 스트레스, 불안, 우울, 자살생각의 정도는 평균과 표준편차로, 일반적 특성에 따른 정서적 외상경험, 스트레스, 불안, 우울, 자살생각의 차이는 t-검증, 일원분산분석으로 분석하였고, 사후검정은 scheffe's test를 사용하였다. 정서적 외상경험, 스트레스, 불안, 우울, 자살생각의 상관관계를 알아보기 위하여 피어슨 상관계수를, 자살생각의 영향요인을 파악하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성

연구대상자의 일반적 특성은 다음과 같다(Table 1). 대상자의 성별은 여성이 255명(88.2%)을 차지하였고, 연령은 21~22세가 107명(37.0%), 학년은 학년별로 유사하게 분포하였다. 종교는 있는 경우가 151명(52.2%)이었으며 동거가족 수는 2~3명이 185명(64.0%)으로 가장 많았다.

Table 1. General Characteristics of Subjects (N=289)

Characteristics	Categories	n	%
Gender	Female	255	88.2
	Male	34	11.8
Age	19-20	75	26.0
	21-22	107	37.0
	23-24	69	23.9
	≥25	38	13.1
Grade	1st	68	23.5
	2nd	71	24.6
	3rd	66	22.8
	4th	84	29.1
Religion	Had	151	52.2
	Had not	138	47.8
Number of living together family	Alone	34	11.8
	1	37	12.8
	2-3	185	64.0
	≥4	33	11.4

3.2 주요 변수의 수준

주요 변수의 수준은 다음과 같다(Table 2). 대상자의 자살생각 평균점수는 6.90 ± 3.27 점, 정서적 외상경험 평균점수는 15.19 ± 5.31 점, 스트레스 평균점수는 19.98 ± 4.40 점이었으며, 우울 평균점수는 37.78 ± 7.07 점, 불안 평균점수는 31.93 ± 8.80 점이었으며.

Table 2. Level of Suicidal Ideation, Emotional Trauma, Stress, Depression, Anxiety (N=289)

Variable	M±SD	Min	Max
Suicidal ideation	6.90±3.27	5.0	25.0
Emotional trauma	15.19±5.31	10.0	33.0
Stress	19.98±4.40	10.0	33.0
Depression	37.78±7.07	20.0	60.0
Anxiety	31.93±8.80	21.0	71.0

3.3 대상자의 일반적 특성에 따른 아동기 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안, 자살생각의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 정서적 외상경험은 성별($t=8.013, p=.005$)에서 유의한 차이를 보였으며, 스트레스는 학년($F=3.051, p=.029$)에서 유의한 차이를 보였으며, 우울은 성별($t=5.440, p=.020$), 종교($t=5.270, p=.022$)와 불안은 성별($t=3.997, p=.047$)이 유의한 차이를 보였다. 자살생각은 일반적 특성에 따른 차이가 없었다(Table 3).

3.4 주요 변수들간의 상관관계 분석

대상자의 자살생각, 정서적 외상경험, 스트레스, 우울과 불안의 상관관계는 다음과 같다(Table 4). 연구대상자의 자살생각은 정서적 외상경험($r=.430, p<.001$), 스트레스($r=.429, p<.001$), 우울($r=.452, p<.001$), 불안($r=.475, p<.001$)과 정적 상관관계를 나타냈다. 정서적 외상경험은 스트레스($r=.432, p<.001$), 우울($r=.291, p<.001$), 불안($r=.390, p<.001$)과 정적 상관관계를 나타내었으며, 스트레스는 우울($r=.393, p<.001$), 불안($r=.452, p<.001$)과 우울은 불안($r=.609, p<.001$)과 정적 상관관계를 나타냈다.

Table 3. Difference of Emotional Trauma, Stress, Depression, Anxiety, Suicidal Ideation according to General Characteristics

(N=289)

Characteristics	Categories	Emotional trauma		Stress		Depression		Anxiety		Suicidal ideation	
		M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)
Gender	Female	15.51±5.31	8.013 (.005)	20.13±4.40	2.553 (.111)	38.13±7.04	5.440 (.020)	32.04±8.78	3.997 (.047)	7.02±3.37	3.131 (.078)
	Male	12.79±3.30		18.85±4.64		18.85±4.64		29.12±8.61		5.97±2.28	
Age	19-20	16.05±5.70	1.566 (.198)	20.99±5.04	2.898 (.038)	37.60±6.64	.769 (.512)	30.83±7.03	.945 (.419)	6.83±2.82	.231 (.875)
	21-22	15.22±4.93		20.16±3.97		38.01±6.80		32.98±9.62		7.08±3.37	
	23-24	14.14±4.48		18.97±3.89		36.94±6.89		31.55±7.96		6.86±3.88	
	≥25	15.29±6.65		19.34±4.75		39.03±8.81		31.93±8.80		6.61±2.64	
Grade	1st	15.84±5.82	.546 (.651)	20.72±4.80	3.051 (.029)	38.24±6.46	.689 (.559)	31.13±7.76	2.608 (.052)	6.72±2.83	.332 (.803)
	2nd	14.80±4.88		19.94±4.31		36.77±7.46		30.52±8.39		7.06±3.46	
	3rd	14.86±4.97		20.68±4.03		37.82±6.98		34.42±9.77		6.67±2.80	
	4th	15.19±5.31		18.87±4.26		38.24±7.30		31.81±8.80		7.10±3.78	
Religion	Had	15.04±5.34	.032 (.857)	20.11±4.60	.592 (.442)	38.62±6.76	5.270 (.022)	32.62±8.88	2.547 (.112)	7.19±3.68	2.768 (.097)
	Had not	15.15±5.25		19.70±4.14		36.74±6.97		30.95±8.58		6.54±2.75	
Number of living together family	Alone	14.75±5.46	.275 (.843)	20.62±4.29	.407 (.748)	39.15±7.87	.626 (.599)	34.03±11.75	1.018 (.385)	6.97±3.43	.016 (.997)
	1	14.73±5.57		19.51±5.47		38.30±6.83		32.89±10.20		6.97±4.21	
	2-3	15.29±5.25		37.51±6.74		37.51±7.03		31.45±8.21		6.88±2.97	
	≥4	15.60±5.36		37.30±6.74		37.30±7.07		31.39±8.80		6.85±3.66	

Table 4. The correlation of Level of Emotional Trauma, Stress, Depression, Anxiety, Suicidal Ideation (N=289)

Variable	Suicidal ideation	Emotional trauma	Stress	Depression	Anxiety
	r(p)				
Suicidal ideation	1	.430(<.001)	.429(<.001)	.452(<.001)	.475(<.001)
Emotional trauma		1	.432(<.001)	.291(<.001)	.390(<.001)
Stress			1	.393(<.001)	.452(<.001)
Depression				1	.609(<.001)
Anxiety					1

Table 5. Affected Factors of Suicidal Ideation

(N=289)

Variable	B	SE	β	t	p
Emotional trauma	.139	.034	.225	4.117	<.001
Stress	.123	.042	.166	2.909	.004
Depression	.097	.028	.209	3.421	.001
Anxiety	.069	.024	.185	2.875	.004

Adj. R²=.341, F=22.489(p<.001)

3.5 아동기 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안이 자살생각에 미치는 영향

연구대상자의 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안이 자살생각에 미치는 영향요인은 다음과 같다(Table 5). 연구대상자의 자살생각에 미치는 영향요인을 확인하기 위하여 유의한 상관관계를 보인 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안을 설명변수로 하였다. 회귀분석의 기본가정을 확인한 결과 잔차의 분포는 정규성을 만족하였고, 독립변수 간의 다중 공선성을 검정하였을 때, 공차한계가 .736 - .828로 0.1 이상이었고, 분산팽창인자(VIF)는 1.208 - 1.359로 나타나 모두 10보다 낮았으므로 다중공선성의 문제가 없음을 확인하였다. 또한 잔차의 독립성 검정인 Durbin-Watson의 통계량이 1.992로 2에 가까워 잔차의 자기상관성에 문제가 없음을 확인하였다. 다중회귀 분석 결과 회귀모형은 유의한 것으로 나타났고 ($F=47.095$, $p<.001$), 수정된 결정계수(R^2)는 .341로 설명력은 34.1%로 나타났다. 연구대상자의 자살생각에 영향을 미치는 요인은 정서적 외상경험($t=4.117$, $p<.001$), 스트레스($t=2.909$, $p=.004$), 우울($t=3.421$, $p=.001$), 불안($t=2.875$, $p=.004$)으로 나타났다.

4. 논의

본 연구는 대학생의 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안이 자살생각에 미치는 영향요인을 파악하기 위해 실시되었다.

본 연구는 대학생을 대상으로 정서적 외상, 스트레스, 우울, 불안, 자살생각의 정도를 조사하고 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안이 자살생각에 미치는 영향을 파악하여 자살예방을 위한 중재 프로그램을 개발하기 위한 근거를 제시하고자 실시되었다. 연구결과 대상자의 자살생각은 정서적 외상경험, 스트레스, 우울, 불안과 높은 상관관계를 보였다. 또한, 대상자에게 정서적 외상, 스트레스, 우울, 불안이 자살생각에 미치는 영향을 파악하기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과 유의한 변수로 나타났으며, 설명력은 34.1%였다. 본 연구의 주요 변인들인 정서적 외상, 스트레스, 우울, 불안, 자살생각에 대해 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

본 연구에서 대학생을 대상으로 정서적 외상, 스트레스, 우울, 불안, 자살생각 정도를 선행 연구결과와 비교하기 위해서, 본 연구에서 사용한 도구와 다른 도구가거나,

비록 같은 도구라 할지라도 각 문항의 척도가 다른 경우에는, 도구 만점이 각기 다르므로 도구 전체 만점에 대해 평균 값이 차지하는 비율(%)로 비교하였다.

첫째, 본 연구에서 대학생의 정서적 외상점수를 조사한 결과, 40점 만점(1-4점 척도)에서 평균값이 38%를 차지하였으며 Ko[39]의 연구에서 정서적 외상점수의 평균값은 61.5%를 나타내었으며, Jung, Park[40]은 간호대학생을 대상으로 정서적 외상에서 학대와 방임으로 구분하여 보았으며, 학대의 평균값은 77.3%, 방임의 평균값은 73.7%를 보여 차이가 있었다. 반면 Lim[41]의 청소년을 대상으로 한 정서적 외상점수 평균값은 48.5%로 유사하였다. 아동기 정서적 외상경험의 경우 아동기 부정적 경험을 유추하여 자기보고식 질문에 응답하는 방식으로 조사하고 있어 과거 경험에 대한 회상과정에서 차이가 있을 수 있음을 보고하고 있어[42], 추후 이에 대한 반복연구가 필요하다.

본 연구에서 대학생의 스트레스 점수의 평균값은 48.5%를 나타내었으며, Yoo[43]의 연구에서 대학생 스트레스 평균값은 51%였으며, Park, Yang, Choi[44]의 청소년을 대상으로 한 스트레스는 성별에 따라 구분하였으며 스트레스 평균에서 남학생은 48.6%, 여학생은 50.5%로 대학생이 청년 후기에서 성인 초기인 것을 감안할 때, 스트레스 평균은 유사한 결과를 보였다.

본 연구에서 우울은 CES-D 도구를 사용하였으며 우울의 평균값은 47.2%를 나타내었으며, Park[6]의 간호대학생을 대상으로 한 우울은 41.9%를 나타내었다. BDI 우울 도구를 사용한 Ko[39]의 연구에서 우울 평균은 38.3%를 보였다. 대학생 및 청소년을 대상으로 한 자살생각 관련 요인으로서 불안은 타 연구의 주요 변수로 다루어지지 않아 비교에 어려움이 있었으며 불안은 본 연구에서 평균값 38.0%를 나타내었다. 본 연구에서 불안은 BAI 척도를 수정·보완하여 측정하였으며, 불안의 평균값은 37.9%로 나타났다. 대학생의 주를 이루는 청소년 후기는 외부의 자극과 변화에 민감한 시기로 충동적인데 이러한 불안은 스트레스, 우울과 동반하여 자살생각에 영향을 미치는 것으로 보고 있다[4].

본 연구에서 대학생의 자살생각 점수를 조사한 결과, 25점 만점(1~5점 척도)에서 평균값은 6.90 ± 3.27 점이었으며, 도구 전체 만점에 대해 평균값이 차지하는 비율(%)로 산출한 결과 자살생각의 평균값은 24.4%를 나타내었다. 자살생각과 관련한 대학생을 대상으로 한 연구가 전무하여 다양한 대상 및 질병을 가진 대상자와의 비교를 통하여 대학생의 자살생각의 수준을 살펴보았다. Lim[37]

의 고등학교 2학년 학생을 대상으로 한 연구에서 자살생각의 평균값은 37.6%였으며, Kim[45]의 중년기 성인을 대상으로 한 연구에서 자살생각의 평균값은 남성은 10.5%, 여성은 9.5%를 나타내었다. Lee[46]의 노인을 대상으로 한 연구에서 자살생각의 평균값은 40.0%였으며, Choi[47]의 혈액투석 환자를 대상으로 한 연구에서 자살생각의 평균값은 41.1%를 나타내었다.

자살생각의 정도를 비교해 본 결과, 대학생의 자살생각 정도는 자살생각 고위험 그룹인 노인과 혈액투석 환자에 비해 낮지만 중년 대상자에 비해서는 높은 것을 고려할 때, 대학생의 자살생각에 대한 관리적 접근이 필요할 것으로 사료된다.

둘째, 본 연구에서 변수 간의 상관관계를 조사한 결과, 자살생각은 정서적 외상, 스트레스, 우울, 불안과 양의 상관관계를, 정서적 외상은 스트레스, 우울, 불안과 양의 상관관계를, 스트레스는 우울, 불안과 양의 상관관계를 나타내었으며, 우울은 불안과 양의 상관관계를 보였다. 본 연구에서 대학생의 정서적 외상, 스트레스, 우울, 불안 정도가 심할수록 자살생각과 관련성이 높았다. 이는 대학생의 정서적 학대와 정서적 방임이 우울과 정적 상관관계가 있으며[40], Kim, Chung[8], Lee[40]의 연구에서 우울과 생활스트레스가 자살생각과 정적인 상관관계를 보인 것과 유사하다. Ahn, Kim과 Choi[9]의 연구에서 대학생을 대상으로 한 자살생각 관련 변인 분석에서 효과크기를 분석한 결과 우울은 큰 효과크기를, 부정적 정서와 생활스트레스 등은 중간 효과크기를 보여 자살생각에 영향을 미치는 것으로 나타났다. Kim[26]의 연구에서는 부정적 정서와 가족스트레스가 자살생각에 유의한 영향을 주고 있으며, 이중 가족스트레스는 가족학대와 관련성이 높아 가족학대의 경험이 높을수록 추후 자살생각의 성향이 높을 수 있다는 결과와 유사하다.

셋째로 본 연구에서 대학생의 자살생각에 영향을 미치는 요인으로 정서적 외상, 스트레스, 우울, 불안이 확인되었다. 이는 청소년을 대상으로 한 Kim, Sohn과 Kim[49]의 연구에서 남, 여 학생 모두에서 폭력피해 경험이 없는 학생에 비해 폭력피해 경험이 많을수록 자살생각이 높은 결과와 여학생에게 양친 부모보다 편부, 편모, 재혼부모에서 자살생각이 더 높은 결과와 유사하다. 이 중 정서적 외상과 유사한 외상경험은 자살생각에 직접적인 영향을 미치는 것[50]으로 나타나 본 연구의 결과가 지지되었다. 정서적 외상 및 외상경험과 관련하여 아동과 청소년을 대상으로는 정신건강 사업이 시행되는 것에 반하여 대학생을 대상으로 한 정신건강사업이 없어 대학생은 자

칫 정신보건의 사각지대에 놓일 수 있다. 이를 고려하여 자살문제 해결을 위한 정서적 외상에 대한 다각적인 접근이 필요하다. 다음으로 본 연구에서 스트레스는 자살생각에 영향을 미치는 변수로 유의한 결과를 보여 Kim과 An[51]의 연구에서 전문계와 인문계 여고생을 대상으로 자살생각과 관련한 스트레스 생활사건을 분석할 결과 가정의 경제적 어려움을 심하게 경험한 경우와 부모와의 심한 마찰이 자살생각에 예측요인으로 확인되었으나, 일부 연구에서 스트레스는 자살생각에 미치는 직접효과는 유의하지 않으며, 우울을 매개로 한 간접효과에서 자살생각에 영향을 주는 것으로 나타나[44], 본 연구결과와 차이가 있었다. 본 연구에서는 스트레스가 자살생각에 미치는 영향에 대한 분석에만 그치고 있어 추후 스트레스가 자살생각에 미치는 효과에 대한 반복 연구가 필요하다. 다음으로 우울은 청소년을 대상으로 한 Kim[52]의 연구에서 우울이 한 단계씩 높아질수록 자살생각은 45.741배로 증가한다는 결과와 청소년, 대학생을 대상으로 한 연구에서 자살생각에 영향을 미치는 변수로 가장 강력한 변인 중의 하나로 지지 되었으며[6, 8], 본 연구의 결과와 일치한다. 우울은 다수의 연구에서 대학생의 자살생각의 강력한 예측 지표임을 반영하고 있다[6, 8, 53]. 자살생각은 자살시도의 연속선상에 있는 점을 감안할 때, 자살생각의 여러 변수 중 자살위험을 사정하는 일차 지표로서 위험요소 규명에 매우 중요하다[6]. 또한, 불안은 심리적 고통을 피하려는 충동의 결과로 자살생각으로 이어지며, 본 연구에서는 불안도 자살생각에 영향을 미치는 것으로 나타났다. Park et al[54]의 연구에서도 불안이 자살생각에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 불안을 인지적 불안과 신체적 불안으로 구분하여 분석한 결과, 인지적 불안이 신체적 불안보다 자살사고와 더욱 연관성이 높음을 보고하고 있다. 따라서 대상자에게 자살생각 감소를 위한 불안 완화를 위한 접근 시 인지적 불안 감소가 원활한 자살예방 전략이 될 수 있을 것이다. 본 연구의 결과를 토대로 추후 대학생의 자살예방 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용할 수 있을 것으로 기대한다.

5. 결론

본 연구는 대학생의 정서적 외상, 스트레스, 우울과 불안이 자살생각에 미치는 영향요인을 파악하여 자살 예방을 위한 기초자료를 제공하기 위해 시도되었다. 연구결과 대상자의 자살생각에 영향을 미치는 요인은 정서적 외상,

스트레스, 우울, 불안으로 나타났고, 설명력은 34.1%로 나타났다.

본 연구는 자살생각에 미치는 영향요인을 확인하여 대학생 자살예방 프로그램 개발의 기초자료로 활용할 수 있는 것에 그 의미가 있다. 하지만 본 연구의 제한점으로 일부 대학생을 대상으로 하여 연구결과를 일반화하는데 한계가 있다. 또한 대학생의 자살생각과 관련하여 정서적 외상, 스트레스, 우울, 불안에 초점을 맞추고 있어 그 외의 다양한 요인들에 대한 연구가 이루어지지 않아 연구의 제한점이 있다.

따라서 본 연구를 바탕으로 자살생각에 영향을 미치는 다양한 영향요인과 직간접 효과에 대한 반복 연구가 필요하다. 또한 대학생의 자살생각을 예방하는 효과적인 교육 및 프로그램의 개발이 필요하다.

References

- [1] Statistics Korea. <http://kostat.go.kr> 2018 Cause of death on the statistical results on the statistical results. (accessed Sep. 20, 2019)
- [2] W. T. Jeon, Y. Y. Nam, J. Y. Park, Y. K. Eoh, H. S. Lee, "Study on development of suicide prevention policy : foreign national suicide prevention strategy and analysis of domestic activities", *Seoul: Ministry of Health Welfare*. p. 439, 2014.
- [3] J. N. Sohn, "Discriminating power of suicidal ideation by life stress, coping strategy, and depression in college students", *Journal of Korean Academy Psychology Mental Health Nursing*, Vol. 16 No. 3, pp. 267-275, 2007.
- [4] G. S. Kim, Y. S. Jeon, "The effects of depression, anxiety, and impulsiveness on suicidal thoughts among adolescents", *Korean Journal of Human Ecology*, Vol. 21, No. 5, pp. 903-913, 2012. DOI : <http://dx.doi.org/10.5934/KJHE.2012.21.5.903>
- [5] D. E. Cole, H. O. Protinsky, L. H. Cross, "An empirical investigation of adolescent suicidal ideation", *Adolescence*, Vol. 27, No. 108, pp. 813-818, 1992.
- [6] Y. H. Park, "Effects of depression, self-esteem, and social support on suicidal ideation in college students", *Child Health Nursing Research*, Vol. 23, No. 1, pp. 111-116, 2017. DOI : <https://doi.org/10.4094/chnr.2017.23.1.111>
- [7] Y. S. Chong, Y. J. Jeong, "A review on variables related to suicide of the korean youth and elderly : An application of vulnerability stress model to suicide", *The Korean Journal of Developmental Psychology*, Vol. 28, No. 3, pp. 227-254, 2015.
- [8] G. J. Kim, N. W. Jung, "Relationship among life stress, depression, and suicidal ideation of university students : moderated mediating effect of self-compassion", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol. 24, No. 1, pp. 249-271, 2019.
- [9] S. Y. Ahn, J. H. Kim, B. Y. Choi, "Meta-analysis on variables related to suicidal ideation among college students", *Korean Journal of School Psychology*, Vol. 12, No. 3, pp. 385-405, 2015.
- [10] M. S. Yoon, S. H. Kim, "Mediating Effect of Relationship Satisfaction on the Relationship between Traumatic Experiences and Suicidal Ideation among College Students", *Mental Health & Social Work*, Vol. 40, No. 2, pp. 5-31, 2016.
- [11] J. S. Lee, H. S. Park, "An analysis of research trends of the resilience focusing on journal of home economics department and psychology in Korea(2000~2013)", *Korean Journal of Children Psychotherapy*, Vol. 8, No. 2, pp. 23-41, 2013.
- [12] M. K. Nock, G. Borges, E. J. Bromet, C. B. Cha, R. C. Kesslerand, S. Lee, "Suicide and suicidal behavior", *Epidemiologic Reviews*, Vol. 30, pp. 133-154, 2008.
- [13] K. Krysinska, D. Lester, "Post-traumatic stress disorder and suicide risk: a systematic review", *Archives of Suicide Research*, Vol. 14, pp. 1-23, 2010. DOI : <https://doi.org/10.1080/13811110903478997>
- [14] J. Y. Heo, Y. D. Yoo, "Influences of childhood emotional trauma on mental health and life satisfaction of university students : mediated by self-esteem", *Family and culture*, Vol. 24, No. 1, pp. 178-212, 2012.
- [15] H. W. Yoon, *The association between health risk behavior and suicidal ideation in korean youth*, master's thesis. Korea University Graduate School of public health, pp. 1-58, 2011.
- [16] H. C. Choi, O. J. Kim, "Exposure to stress, stress generation, and reciprocal effects in adolescent stress and depression", *Studies on Korean Youth*, Vol. 20, No. 3, pp. 401-429, 2009.
- [17] J. S. Kim, "A converged study on the influence on the suicide of idea the elderly living alone", *Journal of Convergence for Information Technology*, Vol. 8, No. 5, pp. 11-17, 2018. DOI : <https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2018.8.5.011>
- [18] Y. H. Yu, S. H. Lee, Y. G. Cho, "The relationships between self-compassion, life stress, social support, and psychological symptoms", *Cognitive Behavior Therapy in Korea*, Vol. 10, No. 2, pp. 43-59, 2010.
- [19] E. H. Lee, "Life stress and depressive symptoms among college students: testing for moderating effects of coping style with structural equation", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol. 9, No. 1, pp. 25-48, 2004.
- [20] Y. J. Kim, H. J. Kang, "The Buffering Effect of Family Cohesion in the Relationship between Depression and Suicidal Risk", *The Journal of the Korea Contents*

- Association Vol. 14 No. 3, pp.241 - 249, 2014.
DOI : <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.03.241>
- [21] E. J. Oh, *The effects of a depression prevention program on the reduction of depression, suicidal ideation, dysfunctional attitude and negative automatic thought of adolescents*, Doctoral dissertation, Chonnam National University, pp. 1-2, 2010.
- [22] J. H. Kim, B. J. Kim, D. W. Jang, "A Study about suicidal attitude and self-image in adolescent school girls : focused on industrial and cultural women's high school faction", *Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, Vol. 10, No. 2, pp. 220-235, 1999.
- [23] Y. J. Choi, M. K. Lee, E. A. Kim, E. H. Seo. "Effectiveness evaluation of depression and suicide prevention program based on community for home elderly", *Journal of community welfare*, Vol. 65, pp. 1-29, 2018.
DOI : <http://dx.doi.org/10.15300/icw.2018.65.2.1>
- [24] S. Y. Bang, "Loneliness and suicidal ideation according to character type in elderly", *Journal of the Korea Contents Association*, Vol. 14, No. 5, pp. 319-327, 2014.
DOI : <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.06.319>
- [25] G. S. Yoo, H. G. Son, "Effects of risk & protective factors on suicidal ideation in undergraduate students : focusing on the interpersonal needs & reasons for living" *Journal of family relations*, Vol. 20, No. 2, pp. 75-100, 2015.
- [26] M. K. Kim, "Relationship between university students' family stress, negative emotion and suicide ideation - the mediating effect of ego resilience", *Forum For Youth Culture*, Vol. 29, pp. 34-57, 2012.
- [27] H. S. Kim, K. M. Chae, "The study of the mediating effects of the early maladaptive schemas on the relationships between job-seeking stress and suicidal ideation" *Korean journal of Youth Studies*, Vol. 21 No. 2, pp. 1-26, 2014
- [28] S. Y. Moon, *The relationship between the perceptive of college students's father-adolescent communication and suicidal risk : by the mediation of ego-resilience*. master's thesis. Soongsil University, pp. 1-77, 2014.
- [29] Y. K. Lee, *The relationship between childhood trauma and psychological symptom, interpersonal problems-focusing on the mediating effect of attachment*. master's thesis, Ewha Womans University, pp. 78-79, 2006.
- [30] D. P. Bernstein, L. Fink, *Childhood trauma questionnaire : a retrospective self-report manual*, San Antonio, TX: HarcourtBrace, 1998.
- [31] J. O. Park, Y. S. Seo, "Validation of the Perceived Stress Scale(PSS) on samples of Korean university students", *The Korean Journal of psychology:General*, Vol. 29, No. 3, pp. 611-629, 2010.
- [32] S. Cohen, T. Kamarck, R. Mermelstein, "A global measure of perceived stress", *Journal of health and Social Behavior*, Vol. 24, pp. 385-396, 1983.
- [33] H. S. Kang, K. J. Kim " The Correlation between Depression and Physical Health among the Aged". *Korean Public Health Research*, Vol. 26, No. 14, pp. 451-459, 2000.
- [34] H. J. Cho, *The effect of depression, self-depression and meaning of life on suicidal ideas*, master's thesis, Seoul University, pp. 1-77, 1990.
- [35] M. S. Lee, *The relation between attachment classification of Anxiety disorder children and their mother's experiences during their childhood*. master's thesis, Hanshin University, pp. 17. 2008.
- [36] S. P. Yook, Z. S. Kim, "A clinical study on the Korean version of Beck Anxiety Inventory : comparative study of patient and non-patient", *The Korean Journal of Clinical Psychology*, Vol. 16, No. 1, pp. 185-197, 1997.
- [37] S. S. Lim, *The Analysis of Relationship between Adolescents' Alienation Depression Purpose in life and Suicide Ideation*. master's thesis, Hankuk University, pp. 21-22, 2006.
- [38] L. L. Harlow, M. D. Newcomb, P. M. Bentler, "Depression, self-derogation, substance use and suicide ideation : Lack of Purpose in Life as a Meditational Factor", *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 42, pp. 5-21, 1986.
- [39] Y. N. Ko, "The effects of emotional trauma in childhood on the depression and anxiety level for college students : Focusing on the moderating effects of ego-resilience", *Journal of Youth Welfare*, Vol. 18, No. 1, pp. 105-132, 2016.
DOI : <http://dx.doi.org/10.19034/KAYW.2016.18.1.05>
- [40] G. H. Jung, M. H. Park, "The moderating effect of interpersonal skills on the relationship between childhood emotional trauma and depression in nursing students", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 25, No. 2, pp. 263-272, 2019.
DOI : <https://doi.org/10.5977/jkasne.2019.25.2.263>
- [41] K. R. Lim, "The effect of childhood emotional trauma experience and ego-resilience on the adolescent aggression - the moderated mediation effect of peer attachment-", *Korean Journal of Youth Studies*, Vol. 26, No. 5, pp. 251-276, 2019.
DOI : <https://doi.org/10.21509/KJYS.2019.05.26.5.251>
- [42] M. H. Bae, Y. A. Cho, "The relationship between undergraduates' childhood trauma and interpersonal problems : the mediating effects of optimism", *Korean Journal of Counseling*, Vol. 15, No. 5, pp. 1849-1870, 2014.
DOI : <https://doi.org/10.15703/kjc.15.5.201410.1849>
- [43] K. H. Yoo, "A study on the stress and adjustment to college life among nursing students", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.

- 24, No. 3, pp. 269-278, 2018.
DOI : <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2018.24.3.269>
- [44] S. H. Park, J. N. Yang, E. J. Choi, "The relationship among stress, depression, and suicidal ideation in adolescents residing in low-income areas-focused on the mediating effect of depression-", *Korean Journal of Youth Studies*, Vol. 22, No. 5, pp. 301-323, 2015.
- [45] J. R. Kim, The effect factors on suicidal ideation of middle aged adults. master's thesis, Korea University, pp. 42-44, 2020.
- [46] E. A. Lee, The Study of influences of experiences of discrimination, sense of loss and depression. master's thesis, Sungkyul University, pp. 73-75, 2015.
- [47] K. E. Choi, Relationship of stress, social support, hope and suicidal ideation in hemodialysis patients. master's thesis, Kwangju University, pp. 20, 2020.
- [48] E. M. Lee, "Association between body shape perception and stress, depression, suicidal ideation", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol. 19, No. 6, pp. 3331-3343, 2017.
DOI : <https://doi.org/10.37727/jkdas.2017.19.6.3331>
- [49] S. J. Kim, H. S. Sohn, Y. H. Kim, "Association suicidal ideation and suicidal attempt with parent configuration, violent victimization, and residence area in adolescents : based on the data from 2013 Korea youth risk behavior web-based survey", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol. 18, No. 5, pp. 2787-2800, 2016.
- [50] M. S. Yoon, S. H. Kim, "Mediating Effect of Relationship Satisfaction on the Relationship between Traumatic Experiences and Suicidal Ideation among College Students", *Mental Health & Social Work*, Vol. 40, No. 2, pp. 5-31, 2016.
- [51] Y. S. Kim, H. G. An, "Analysis of stressful life event factors related to suicidal ideation in specialized and academic high school female students", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol. 13, No. 2, pp. 1293-1309, 2011.
- [52] Y. S. Kim, "The effects of stress, coping, depression, hopelessness on suicide ideation in the adolescents", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol. 11, No. 4, pp. 1907-1921, 2009.
- [53] D. S. 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.
DOI : <https://doi.org/10.5762/KAIS.2013.14.2.728>
- [54] J. Y. Park, S. W. Jeon, E. J. Kim, D. W. Shin, K. S. Oh, Y. C. Shin, S. W. Lim, "The characteristics of symptoms of depression and anxiety associated with suicidal ideation in Korean employees", *Anxiety and Mood*, Vol. 13, No. 2, pp. 148-155, 2017.

변 은 경(Eun-Kyung Byun)

[정회원]



- 2002년 2월 : 부산대학교 간호대학 (간호학석사)
- 2006년 2월 : 부산대학교 간호대학 (간호학박사)
- 2013년 3월 ~ 현재 : 경남정보대학교 간호학과 교수

<관심분야>

정신건강, 정신장애인, 직업재활

김 미 영(Mi-Young Kim)

[정회원]



- 2000년 2월 : 고신대학교 간호대학 (간호학석사)
- 2007년 2월 : 부산대학교 간호대학(간호학박사)
- 2010년 3월 ~ 현재 : 경남정보대학교 간호학과 교수

<관심분야>

노인간호, 재활간호, 문제해결능력

강 은 희(Eun-Hee Kang)

[정회원]



- 2007년 2월 : 부산대학교 간호대학 (간호학석사)
- 2011년 8월 : 부산대학교 간호대학(간호학박사)
- 2011년 9월 ~ 현재 : 경남정보대학교 간호학과 교수

<관심분야>

성인간호학, 기초간호학, 연명치료중단