

채 규 만 교수지도  
석사학위 청구논문

기혼여성의 생활사건 스트레스와  
자살생각간의 관련성

2006

성신여자대학교 대학원  
심 리 학 과  
류 현 미

기혼여성의 생활사건 스트레스와  
자살생각간의 관련성

채 규 만 교수지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2006년 5월

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

류 현 미

# 인 준 서

류현미의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 \_\_\_\_\_인

심사위원 \_\_\_\_\_인

심사위원 \_\_\_\_\_인

]

성신여자대학교 대학원

## 논문개요

자살은 생명의 존엄성에 대한 자해행위이고, 한 번의 시도가 성공하면 돌이킬 수 없다는 점에서 치명적인 행위이다. 그리고 이후 남겨진 사람들에게 주어질 정서적 고통도 심각하다. 특히 한 가정에서 중요한 역할을 하는 기혼여성의 자살행위는 사회문제의 출발점이 될 정도로 심각할 것이다. 하지만 현재 기혼여성에 대한 자살연구는 거의 없는 실정이다. 앞으로 자살을 예방하기 위한 연구의 출발로서 본 연구는 기혼여성의 생활사건 스트레스와 자살생각과의 관련성을 살펴보고자 한다.

이 연구에서는 기혼여성을 대상으로 그들이 겪는 생활사건 스트레스와 자살생각과의 관계를 알아보고 자살생각에 영향을 미치는 요인을 확인하고, 개인이 가진 자원으로서 문제해결능력과 사회적 지지가 어떤 역할을 하고 있는가를 살펴보았다.

이를 위한 구체적인 연구목적은 다음과 같다.

1. 기혼여성의 인구통계학적 특징에 따른 자살생각과 생활사건 스트레스의 차이를 확인한다.
2. 생활사건 스트레스와 자살생각, 문제해결능력, 사회적 지지의 상관관계를 확인한다.
3. 자살생각에 영향을 미치는 생활사건 스트레스 요인을 확인한다.
4. 자살생각과 생활사건 스트레스의 관계에서 문제해결능력과 사회적 지지가 중재효과를 하는지 확인한다.

이 연구는 2006년 4월 1일부터 5월 1일까지 서울, 경기도의 20~50대

의 기혼여성을 대상으로 생활사건 스트레스, 자살생각, 문제해결능력, 사회적 지지를 묻는 설문지를 배포하여 수거하였다. 총 수거된 250개의 설문지 중 연구에 부적합한 23개의 설문지를 제외한 227명의 자료를 분석하였다. 자료의 분석은 SPSS/WIN 12.0으로 처리하였고, 기술 통계 ANOVA, 상관관계분석, 위계적 회귀분석을 실시하였다.

연구의 결과는 다음과 같다.

1. 인구통계학적 특징에 따른 자살생각의 차이에서는 결혼지속 년 수와 가정의 부채정도에 따라 유의미한 차이를 보였다.
2. 자살생각과 생활사건 스트레스와 사회적 지지는 모두 유의미한 상관관계를 나타내었고 하위요인별로는 자살생각과 생활사건 스트레스 하위요인에서는 '경제 및 취업', '생활환경의 변화' '불화 및 갈등' '결혼'이 유의미한 상관관계를 보였다.
3. 자살생각에 영향을 미치는 생활사건 스트레스 요인을 알아보기 위한 회귀분석 결과, '경제 및 취업'요인이 설명력 25.8%로 유의미하게 나왔고, 유의미한 결과를 나타낸 구체적인 생활 사건은 '본인 또는 남편의 정년퇴직'이 가장 높은 영향력을 보이고 있고, '형제 또는 자매의 죽음' '자녀가 집을 떠남' '자녀의 학교 성적이 떨어짐' '불화로 인한 부부간의 별거'의 순서로 영향을 미치는 것으로 나타났다.
4. 자살생각과 생활사건 스트레스 사이에 문제해결과 사회적 지지의 중재효과는 없는 것으로 나타났다.

이 연구를 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

1. 기혼여성을 대상으로 구체적인 생활사건 스트레스 요인과 더불어 자살생각에 영향을 미치는 더 폭넓은 심리적, 사회적 요인을 찾아볼 연

구가 필요할 것이다.7

2. 변화되어가는 기혼여성의 정체성이나 역할에 맞는 스트레스 요인과 위험요인을 측정하고 자살생각과의 관련성이 연구되어야 할 것이다.

4. 자살의 예방적 차원에서 자살위험군을 대상으로 하거나 자살사망자의 후속 심리부검을 통한 자살연구가 이뤄져야 할 것이다.

5. 임상적으로 기혼여성의 자살생각에 대해 다뤄주고 스트레스 요인을 대처해나갈 수 있는 가족, 부부, 부모 프로그램이 활성화되어야 할 것이다.

6. 사회적으로 기혼여성의 스트레스가 야기되는 환경을 파악하고, 개선할 수 있는 사회적 노력이 필요할 것이다.

# 목 차

## 논문개요

I. 서론 .....	1
1. 연구의 필요성 .....	1
II. 이론적 배경 .....	5
1. 자살에 대한 이해 .....	5
1) 자살행동의 정의 .....	5
2) 우리나라의 자살실태 .....	7
3) 자살에 대한 이론 .....	10
4) 자살생각 .....	13
2. 생활사건 스트레스에 대한 이해 .....	16
1) 스트레스의 개념 .....	16
2) 생활사건의 개념 .....	18
3) 기혼여성의 스트레스에 대한 선행연구 .....	19
4) 스트레스와 자살생각의 선행연구 .....	21
3. 문제해결능력 .....	22
1) 문제해결능력의 개념 .....	22
2) 문제해결능력과 자살생각의 선행연구 .....	23
4. 사회적지지 .....	25
1) 사회적 지지의 개념 .....	25
2) 사회적 지지와 자살생각의 선행연구 .....	27
III. 연구의 목적 및 연구가설 .....	29
1. 연구의 목적 및 가설 .....	29
IV. 연구방법 .....	31
1. 연구대상 .....	31
2. 측정도구 .....	31

1) 사회 인구학적 특성 .....	31
2) 생활사건 스트레스 척도 .....	31
3) 문제해결능력 척도 .....	32
4) 사회적 지지 척도 .....	34
5) 자살생각 척도 .....	35
3. 자료분석 .....	35
V. 연구결과 .....	37
1. 연구 대상자의 사회 인구학적 특성에 따른 자살생각과 생활사건 스트레스의 정도의 차이 .....	37
2. 자살생각, 생활사건 스트레스, 사회적 지지, 문제해결능력의 상관관계 .....	39
3. 자살생각의 영향을 미치는 생활사건 스트레스 요인 검증 .....	42
4. 사회적 지지와 문제해결 능력의 중재효과 .....	45
VI. 결론 및 논의 .....	47
1) 결론에 대한 논의 .....	47
2) 연구의 의의 .....	51
3) 연구의 제한점 및 제언 .....	52

참고문헌

영문초록

부    록

## 표 목 차

<표 1> 연구대상자의 인구학적 특징에 따른 자살생각 정도의 차이 .....	37
<표 2 > 자살생각과 생활사건 스트레스, 문제해결능력, 사회적 지지의 상관관계.....	39
<표 3> 자살생각에 영향을 미치는 생활사건 스트레스 요인 .....	43
<표 4> 자살생각에 대한 생활사건 스트레스, 문제해결, 사회적 지지 의 중재효과.....	46

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성

최근 신문이나 방송에서 거의 매일 자살에 대한 보도를 접하고 있을 정도로 자살은 우리 주변에서 흔히 발생하는 사건이 되고 있다. 자살 대상자도 남녀노소 구별 없이 모든 연령에서 발생하고 있으며, 자살 이유와 수단도 다양해지면서 이제 더 이상 자살은 금기시되어야 할 사안이 아니라, 사회가 적극적으로 나서서 예방책을 세워야 할 심각한 사회문제가 되어가고 있는 현실이다.

통계청 발표에 따르면 우리나라의 자살은 10대 사망 원인 중 1993년 9위에서 2002년 7위, 2003년에는 5위로 계속 상승했으며, 통계조사에선 이미 교통사고의 사망률보다 높아져 심각한 국가적 차원의 문제가 되고 있다. 특히 여자는 10세에서 19세까지는 사망원인 2위, 20세에서 39세까지는 자살이 사망 원인 1위를 차지하고 있으며, 40세에서 49세까지도 사망원인의 4위를 차지하는 등 성인 남녀 모두 자살이 사망의 중요한 원인이 되고 있다. 더욱이 자살과 관련된 사회의 부정적 시각에 의해 자살이 실제보다 적게 총계에 잡히고 있다는 것은 많은 나라에서 보고되고 있는 사실이다. 즉, 우발적인 중독이나 교통사고 등 자살의 의도를 갖고 수행된 사고사의 상당부분이 자살 이외의 사망으로 분류되고 있기 때문에 특히, 자살에 대한 사회적 부정적 시각이 강한 우리나라의 경우엔 자살에 의한 사망은 실제보다 훨씬 더 많을 것으로 추정된다.(국민일보 2006.2.9일자)

자살문제가 개인과 사회에 미치는 영향이 심각함에도 불구하고 자살문제를 개인적인 문제가 아니라 사회전체가 다루어야 할 중요한

문제로 인식하기 시작한 것은 최근의 일이고, 이렇게 급격하게 증가한 자살률에 비해 현재 자살에 대한 연구는 너무나 부족한 실정이다. 지금까지 자살에 관한 연구는 주로 임상적 장면에서 자살 기도자를 대상으로 그것도 주로 정신 의학적 측면에서 연구가 이루어져 왔기 때문에 일반 집단에서 자살 생각이나 행동에 대한 연구는 거의 없다. 최근에 들어서 주로 청소년의 자살충동 및 자살행동과 관계되는 몇몇 심리, 사회적 변인이 보고되고 있고(오은경, 2003), 노인인구의 증가와 더불어 지난 10년간 노인자살자의 수가 지속적으로 증가하고 있기 때문에 사회복지개발의 측면에서 노인 자살의 심리, 사회적 변인에 대한 고찰이 간간히 이루어지고 있는 것이 현실이다. 이렇듯 치솟는 자살률에 비해 자살에 관한 연구가 미비한 실정인데 반해, 높은 자살률을 보이는 20, 30, 40대의 성인들에 대한 연구는 매우 부족한 실정이고, 그 중에서도 기혼 여성에 대한 자살생각이나 자살행동에 영향을 주는 변인이나 위험요인에 관한 연구는 거의 없는 현실이다.

현대 우리 사회의 기혼 여성은 자녀교육, 가사 및 가정관리, 나아가서는 직업을 가지고 가족의 생계를 위한 역할을 담당하고 있다. 따라서 우리 사회의 여성은 사회 경제활동에서 여성으로서의 역할뿐만 아니라 가정과 직장의 이중 역할을 수행하면서 가정 안에서 일어나는 가사일과 내적 갈등, 긴장감, 자신의 심리적 불안정으로 인한 스트레스가 가족 내에서 병리적인 형태로 나타나고 있다.(이기주, 1999).

스트레스는 인간에게 항상 존재하지만 개인이 대처해야 할 변화로 위협이 있을 때 더욱 강화되는데, 어느 정도의 스트레스는 생존과 안녕에 필요한 역동적인 힘으로 작용하지만 스트레스가 감당하기 어려운 정도이거나, 그 상태가 옳지 못하면 개인의 안녕을 위협하게 되고

질병을 유발하게 된다. 따라서 스트레스를 효과적으로 대처하지 못했을 때, 우울증이나 정서장애, 자존감 저하에 빠지며 무기력한 상태에 이르게 되며, 심지어 자살에 이르는 결과를 초래할 수도 있다(정원길, 2001). 그러므로 한 가정에서 중요한 역할을 맡고 있는 기혼여성들의 스트레스가 심각해지고 있는 현실이지만, 그에 따른 대처능력이나 사회적인 지원의 부족으로 자살률이 높아진다면 가족의 구성원뿐만 아니라 우리 사회의 곳곳의 많은 영역에서 큰 손실을 보게 될 것이다.

이에 본 연구는 현대 기혼 여성들의 자살생각의 정도와 자살생각을 설명해주는 위험요인을 고찰해보는 출발점으로서 기혼 여성들이 결혼하고 겪는 생활사건 스트레스를 측정하고, 이런 스트레스와 자살생각의 관계를 알아보고자 한다. 여기서 생활사건 스트레스란 개인의 생활에서 누구나 겪게 되는 사건들이 생활의 변화를 일으킴에 따라 이에 따른 적응과정에서 발생하는 스트레스라고 할 수 있는데, 이런 스트레스들은 신체적 기능의 혼란을 야기시키며 충격적인 사건들을 적절히 처리되지 않으면 심각한 질병이나 심리적 손상을 유발할 수 있다고 본다 (박미석,1998).

생활사건이 스트레스를 유발한다는 가설은 이미 많은 연구들을 통해 입증된 바 있고, 또한 이런 스트레스는 우울증이나 자살과 같은 정신적인 문제를 일으키거나 건강에 심각한 영향을 끼치는 것으로 보고되고 있다. 특히 현대의 기혼여성은 가정이나 사회에서 다양한 역할을 맡으면서 많은 사건들을 접하고 스트레스를 느끼고 있기 때문에 이런 생활 사건들로 인한 스트레스가 직, 간접적으로 병리나 자살행동으로 이어질 가능성이 있다. 따라서 본 연구에서는 도시의 기혼 여성들의 자살생각의 수준을 살펴보고, 생활사건 중 자살생각에

미치는 요인들을 확인해보고자 한다. 또한 기혼여성들이 발생하는 스트레스를 해결하는 과정에서 개인의 문제해결능력과 사회적 지지가 중재를 했을 때 자살생각에 어떤 영향을 미치는지도 알아볼 것이다. 본 연구가 기혼 여성의 자살의 원인을 추정해보고 자살을 예방하는데 도움을 줄 수 있는 의미 있는 자료가 될 수 있길 바란다.

## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. 자살에 대한 이해

#### 1) 자살 행동의 정의

세계보건기구(W.H.O.1968)에서는 자살은 "치명적인 결과를 초래하는 자해행위라고 하며, 자해행위란 '어느 정도의 자살의도를 갖고 그 동기를 인지하면서 자기 자신에게 가한 상해'라고 했다. 19세기의 사회학자 에밀 뒤르켐(1897)의 '희생자 자신이 일어나게 될 결과를 알고 행하는 적극적 혹은 소극적 행위에서 비롯되는 직접적 혹은 간접적 결과로 일어나는 모든 죽음의 사례들에게 적용된다'라고 정의했다.

일반적으로 자살 또는 자살행동이란 한 개인이 스스로 죽기의해 행하는 자발행동이라고 할 수 있다. 그러나 모든 자살행동은 목적이 반드시 자신의 생명을 끊는 것에 있는 것이 아니다. 어떤 경우에는 자살행동을 통해 자신의 절망이나 희망의 상실, 그리고 분노등의 감정을 표현하려는 목적을 갖기도 한다는 것이다(청소년 대화의 광장,1996. 임영식, 오세진 1999 재인용) 따라서 죽음은 자살에 대한 생각이나 신념 그리고 행동을 나타낼 수 있는 여러 결과들 중 하나이며, 자살행동은 자살에 대한 생각, 동기 그리고 행동의 연속선상에서 이해될 수 있다(cohen, Spirito & Brown,1999).

이러한 측면에서 볼 때, 자살행동은 크게 자살생각(suicide ideation), 자살시도(attempted suicide), 완결된 자살(completed suicide)로 구분해볼 수 있다. 우선 자살생각은 우리가 살아가면서 구구나 한번쯤 일

시적으로 갖게 되는 ‘인생이 가치 없다’ 또는 ‘죽고 싶다’는 생각과 같은 보편적인 현상에서부터 자신이 정오라 죽으려고 구체적인 계획을 세우는 것까지 포함된다. 자살시도는 구체적인 행동으로 표현되어진 경우이다. 자살시도는 정말 죽으려는 의도를 가지지 않고 자살 행동을 통해 다른 목적을 달성하려는 것에서부터 죽으려고 하였으나 다른 사람의 개입으로 인해 결과적으로 그 목적을 달성하지 못한 경우를 말한다. 자살시도는 특히 남자보다 여자에게서 높은 비율로 나타나는데, 여자의 자살시도율은 남자의 3배나 된다고 한다( Berman & Jobes, 1993).

그리고 완전한 자살이란 자살행동의 결과가 죽음으로 나타나며 자신이 죽으려는 의도를 가지고 있어야 한다. 자살시도는 여자가 남자에 비해 많이 하는 반면, 자살행동을 통해 죽음으로까지 이어지는 비율은 남자가 여자에 비해 약 4배정도 높다고 한다(Berman & Jobes,1991 임영식, 오세진 1999, 재인용). 결국 자살은 자살자 스스로가 자신의 행동에 대한 ‘인지부여’와 ‘죽음에 대한 선택’을 강조하고 있다. 이런 의미에서 자살은 ‘행위자 스스로 죽이려는 의도를 가지고 행한 죽음’이라고 정의할 수 있다 (오은경, 2003 재인용)

슈나이드만(1993)은 자살을 자기위해(自己危害), 자기의도(自己意圖)된 죽음의 인간행동이라고 하였다. 그리고 자살자의 마음을 알기 위해 자살에 실패한 사람들을 연구하였는데 이들은 자살미수자의 범주에 들어갈 수 없는, 정말 죽기로 결심했으나 실패한 사람들이었다. 슈나이드만은 그 연구 결과를 토대로 자살자들의 심리상태를 분석해보았는데, 자살은 참을 수 없는 심리적 고통을 피하기 위하기 위한 방법이었으며, 자신에게 필요한 심리적 욕구가 충족되지 않았기 때문에 참을 수 없는 상황, 즉 위기로부터 벗어나는 하나의 방법으로 자

살을 택한다는 것이다. 또한 자살은 고통으로부터 벗어나려는 행동일 뿐 아니라 끊임없이 자신을 괴롭히는 의식을 단절하려는 행동이며 이들은 절망과 무능력감, 자기 존중감 상실로 인한 무가치한 존재로 전락한 것을 상심하고 있는 상태였다. 또한 이들은 문제를 해결하기 위한 방법이 두 가지밖에 없다고 생각한다. 즉, 문제의 완결한 해결 아니면 자살, 이 두 가지의 선택 이외에는 모든 가능성은 생각에서 배제된다. 그러면서도 자살은 죽고 싶은 마음과 살고 싶은 마음이 공존하는 양가상태에서 발생하는데 즉, 자살하는 순간에도 도와달라고 부르짖는 상태에 있다는 것이다. 그리고 자살자들은 80%이상이 자살을 실행하기 전에 다른 사람들에게 힌트를 준다. 절망감을 표현하기도 하고 상황을 반전시킬 수 있는 가능성을 찾는다는 것이다. 이들은 영원한 평안을 구하며 현재의 고통으로부터 탈출하고자 한다. 이들이 과거에 비슷한 종류의 문제에 부딪혔을 때 어떤 식으로 해결했는지를 파악해보면 제한된 심리적 대처기제를 가지고 있다고 밝히고 있다.(조용범, 박상철 1998)

## 2) 우리나라의 자살실태

2005년 통계청의 '2004년 사망원인 통계결과' 자료에 따라 자살에 대한 실태를 살펴보고자 한다.

먼저 2004년 사망자중 주요 사망 원인 별로 보면 우리나라의 5대 사망원인은 암, 뇌혈관질환, 심장질환, 고의적 자해(자살), 당뇨병으로 자살은 우리나라 사망 원인 중 4위로서 자살로 인한 전체 사망자수는 2004년 10만 명 당 25명이었고 하루에 32명이 자살로 사망했다고 밝히고 있다. (표 1.1 참조)

(표 1.1 사망원인 별 사망자 수)

(단위: 천명, 인구 10만 명 당)

	사망자수	사망률	구성비	1일 평균 사망자수
전 체	246	506.9	100.0	672
암(악성 신생물)	65	133.5	26.3	177
뇌혈관질환	34	70.3	13.9	93
심장질환	18	36.9	7.3	49
<b>고의적 자해(자살)</b>	<b>12</b>	<b>25.2</b>	<b>4.7</b>	<b>32</b>
당뇨병	12	24.3	4.8	32

남녀별 사인순위를 보면 남자가 여자에 비해 자살이 전체 사인 순위 4위로 5위인 여자보다 순위가 높다. (표 1.2 참조)

(표 1.2) 성별 사망 순위

(단위: 천명, 인구 10만 당)

성별	순위	전체	1위	2위	3위	4위	5위
남자		-	암	뇌혈관질환	심장질환	<b>고의적 자해(자살)</b>	간질환
사망자	사망률	136 560.3	42 169.9	16 66.7	9 38.8	8 34.5	8 31.0
여자		-	암	뇌혈관질환	심장질환	간질환	<b>고의적 자해(자살)</b>
사망자	사망률	110 453.2	23 96.9	18 73.9	9 35.0	6 24.5	4 15.8

연령대별로 보면 20대 미만은 운수사고, 20-30대는 자살, 40대 이상에서는 암으로 인한 사망률이 가장 높다.(표 1.3 참조)

(표 1.3) 연령대별 사인 순위

(단위: 천명, 인구 10만당)

	1-9세	10대	20대	30대	40대	50대	60대	70세 이상
1위	운수사고	운수사고	<b>자살</b>	<b>자살</b>	암	암	암	암
2위	암	<b>자살</b>	운수사고	암	간질환	뇌혈관질환	뇌혈관질환	뇌혈관질환

3위	익수사 고	암	암	운수사고	<b>자살</b>	간질환	심장질환	질환 심장질환 만성하 기도질환
4위	선청성 기형	익수사고	심장질환	간질환	뇌혈관질환	자살	당뇨병	당뇨병
5위	추락사 고	심장질환	익수사고	심장질환	운수사고	심장질환	간질환	당뇨병

그리고 지난 10년간 사고사에 의한 사망률을 살펴보면 운수사고, 익수 사고, 중독사고는 감소하였지만 자살은 2배로 증가한 것을 알 수 있다. (표 1.4 참조)

(표 1.4) 사망의 외인(사고사)별 사망률 (단위: 천명, 인구 10만당)

	사망의 외인	<b>고의적 자해(자살)</b>	운수 사고	추락 사고	익수 사고	타살	화재 사고	중독 사고	기타 외인
<b>1994</b>	73.6	<b>10.5</b>	35.3	5.1	5.4	1.6	1.8	3.4	11.2
<b>2004</b>	63.0	<b>25.2</b>	17.2	6.9	2.0	1.8	0.8	0.5	10.1
<b>증감</b>	<b>-10.6</b>	14.7	-18.1	1.8	-3.4	0.2	-1.0	-2.9	-1.1

마지막으로 세계의 자살로 인한 사망률을 살펴보면 OECD 가입 국가 중 우리나라는 2004년 1위(24.2)이다. 미국(10.0), 독일(11.0), 영국(6.3), 일본(18.7)로 우리나라는 자살율은 가히 세계에서 독보적으로 높다고 볼 수 있다. 헝가리가 22.6으로 상당히 높은 편이고, 그 다음은 대부분 우리나라의 절반 정도의 수준을 나타내고 있는 실정이다. (자료: OECD Health Data 2005, 통계청)

### 3) 자살에 대한 이론

#### (1) 심리학적 관점

자살자들에 대한 정신분석학적 이해를 살펴보면 Freud(1917)는 '애도와 우울증'에서 자살을 우울증과 연관시켰는데 정상적 애도 과정을 경험하지 못했을 때 우울증으로 발전되고 우울증 환자들이 자살에 집착하게 되는 과정을 보면 자아를 대상과 동일시하고 대상에 대한 양가적 감정을 갖게 됨으로써 이런 양가적 감정이 자신에 대한 가학적 처벌로 이어진다고 했다.

Menninger(1933)는 자살심리의 배경에는 세 가지의 의식적 혹은 무의식적 동기가 작용하고 있다고 주장했는데 1.죽기 2.죽이기 3.죽임을 당하기이다. 죽기는 절망, 공포, 피곤, 낙망, 고통 등이며 죽이기는 공격성, 비난, 규탄, 제가, 파멸, 복수 등이며 죽임을 당하기는 복종, 피가학성, 자기비난, 자기규탄 등으로 기술된다. 그는 이런 동기는 죽음의 본능과 관련되어 있다고 보았다. 죽음의 본능은 생의 본능과 함께 선천적인 것이다. 외적 대상이 너무나 위협적인 경우에는 제거해 버려야겠다는 생각을 하게 되는데 이런 외적인 대상을 파괴하는 것이 불가능할 경우에는 그것과 동일시한 자아의 일부분을 죽임으로써 그 위협을 제거하고자 한다고 했다.(조용범, 박상철, 1998, 재인용)

자살에 대한 인지적 관점에서 연구를 해온 Baumeister(1990)는 자살을 '자기로부터의 도피'라는 책과 논문에서 인간이 자살에 이르는 심리적 과정을 자기로부터의 도피로서의 자살이라는 가설로 설명하였다. 즉, 인간은 자신의 고통으로부터 도피하는 수단으로 자살행동을 한다는 것이다. 그는 자살에 이르는 도피 과정을 1. 개인이 이루

고자 하는 기대수준은 높은데 비해 현실적인 상태는 그에 미치지 못할 때 기대와 현실 간에 괴리가 생기게 되고 2. 기대와 현실 간에 괴리가 생긴 이유를 자신의 탓으로 돌려서 자기비난과 부정적인 자기평가를 하게 되며 3. 주의의 초점이 자기에게 돌려져서 고통스런 자기지각이 더욱 침체화되고 자신에 대해 더욱 부정적으로 평가하게 되며, 4. 그러한 결과로 자신에 대한 부정적인 정서상태가 초래된다. 5. 개인은 이런 고통스런 생각과 감정을 없애줄 수 있는 강력한 수단을 찾게 되는데 이 과정에서 인지적 몰락(Cognitive Deconstruction) 상태가 유발된다. 인지적 몰락이란 정신기능의 협소화(Mental narrowing)로서 모든 사상에 대해 의미를 부여하기를 거부하고 모든 것을 피상적, 무가치적으로 지각하고 해석하는 정신 상태를 말한다. 이러한 상태는 자살을 저지하는 여러 가지 내적 억제력을 약화시키는 기제가 되어, 결국은 부정적으로 인식된 자신과 부정적인 감정으로부터 탈출하려는 수단으로서 자살과 같은 극단적이고 자기 파괴적인 선택을 하게 된다. (육성필, 2002 재인용)

## (2) 사회학적 관점

19세기 말의 사회학자 Durkheim(1897)은 사회학적 자살현상에 대한 연구범위를 분명하게 정했는데 그는 자살현상을 하나의 사회병리로 보았고 따라서 자살현상의 연구대상은 개인이 아니라 사회였다. 그는 자살이 개인적 행위로 보이지만 사실은 사회의 특정한 형태를 반영하는 것이라고 말했다. 그리고 자살율에 대한 통계 분석을 통해 이러한 경향을 증명했다. 그는 자살현상을 크게 이기적, 이타적, 아노미적 자살로 구분하였다.

이기적 자살은 개인이 그가 속한 사회에 충합되는 정도가 약하며,

개인적 자아가 사회적 자아보다 강력하므로, 지나친 개인주의에 의한 자살을 말한다. 즉, 사회가 지나친 개인주의로 인해 개인을 통제할 수 있는 힘이 약하기 때문에 자살이 증가한다는 것이다. 개인간의 응집력이 강하고 상호 유대관계가 형성된 사회는 정서적으로 안정감을 주고 치료적인 효과를 발휘하나, 개인주의적인 사람은 이러한 사회적 지지를 받지 못하고 소외된다는 것이다.

이타적 자살은 개인이 그가 속한 사회에 지나치게 통합된 나머지 그 사회를 위해 자신을 희생하는 마음으로 자살하는 경우이다, 즉, 이 사회에서는 집단적 가치가 개인적 가치보다 강하게 작용하기 때문에 개인의 의미는 언제나 집단을 위한 단편적인 구성원에 불과하다는 생각이 일반화되어 있어 자살의 경우에도 집단을 위하는 것으로 되어 있다. 예를 들면, 고대 그리스인이나 로마인들의 영웅적 자살, 일본인들의 할복, 전쟁 시 국가나 전우를 위한 희생이 이러한 범주에 들어간다.

아노미성 자살은 사회와 개인 간의 통합 상태의 평형이 깨어짐으로써 개인이 그의 통상적인 규준의 행동을 할 수 없을 때 일어난다. Durkheim은 '인간은 번영할수록 욕망도 따라서 증가하며, 전통적인 권위가 그 권위를 잃는 순간에 보상이 크면 클수록 욕망은 통제되지 못하고 견디기 어렵게 된다. 그러므로 가장 규제가 필요한 상황에서 욕망이 규제를 받지 못하므로 무규율 상태인 아노미 현상이 고조된다'고 하였다. 예를 들면, 전쟁이나 혁명과 같이 기존의 규범체제가 무너져 있는 극도의 혼란상황으로부터 탈출하기 위하여 자살을 선택하게 되는 경우이다. 또한 종교의 권위 같은 강한 권위의 상실이 아노미 현상을 촉진하며, 이와 같은 현상은 자살의 증가로 이어진다는 것이다.

Henry와 Short(1954)는 사회경제적 지위변화는 자살의 사회학적 이유라고 하였다. 한 인구의 자살율은 구성원의 관계체계의 강도와 반비례한다고 주장하였다. 즉, 인구 구성원의 관계체계의 강도는 그들의 행위에 주어지는 외적 구속과 직접적인 관계가 있으며, 구성원에게 주어지는 외적 구속은 그들의 지위(위광, 위계상의 위치)와 반비례한다고 하였다. 인간의 행동이란 개인적이면서도 사회적 산물로서 인간은 사회적 환경과의 상호작용 속에서 여러 가지 복잡한 심리적 작용을 일으키고, 이를 행동으로 나타내게 된다. 그러므로 자살 행동을 잘 이해하기 위해서는 이러한 사회 환경과 개인적 특성의 두 가지 측면을 모두 고려해야 할 것이다. 그러므로 자살충동과 행동은 사회적, 대인 관계적, 환경적 변인들의 계속된 교류를 통해 일어나는 다차원적인 과정으로서 가장 잘 개념화된다고 할 수 있다.(Beck, Kovacs & Weissman,1979: Beck, Steer, Kovacs,& Garrison, 1985: Braucht, 1979: Schotto & Clum, 1982 ).이러한 상호작용 접근의 대표적인 이론적 틀이 스트레스 대처모형이다. 이 모형은 자살을 포함한 부적응 행동은 스트레스 자극이 개인의 대처능력을 넘어설 만큼 클 때 일어난다는 것이다.(오은경, 2003. 재인용)

#### 4) 자살생각

자살생각(suicide ideation)은 타인에게 자살에 대한 이야기를 하거나 행동으로 보여주는 행위를 포함하여 자살에 대해 생각해보았거나 자살을 계획했지만, 실제로 행동에 옮기지 않은 것을 말한다.

자살생각은 기본적으로 다른 자살(Suicidality)형태와 다르다. 하지만 다른 자살 행동의 예측요인이 된다고 간주되어 왔다. 자살 기도자가 가장 먼저 하는 것이 죽는다는 것에 대한 생각이라는 것이다.

Ponizovsky(1999)는 자살생각은 "자살이라는 것이 근본적으로 그 심각성이 단계적이고 위계적인 특징을 갖는다고 할 때, 자살생각은 그 과정에 필수 단계"라고 했다. 비록 자살생각이 실제의 자살행동과 같은 의미를 가지는 것은 아니지만 자살생각이 발전되어, 결국 자살행동이라는 극단적인 결과가 초래되는 것이므로 자살생각은 완결된 자살행동의 강력한 예측요인이 될 수 있다(Maris,1992: Leenaars,1992: Weishaar & Beck, 1992, 조용범, 2002 재인용)

그러나 자살생각이 완결된 자살이나 다른 극단적인 자살행동으로 가는가에 대한 논쟁은 남아있다. Berman(1991)은 자살생각의 정신병리적 수준으로 보면 '생각(Ideation)'이라기 보다는 '편향, 편견(Preoccupation)'이라고 주장했고, Berman과 Schwartz의 청소년 자살 연구에서 실제 자살을 시도한 많은 청소년이 죽음에 대한 소망을 오래 전부터 가지고 있었고, 심지어 아동기부터 시작된 경우도 있다는 것을 보여주고 있다.

White(1989)는 자살생각을 "자살을 행하는 것에 대한 생각이나 사고"로 정의하였다. 자살행동은 자살생각으로부터 자살기도에 이르는 연속범위로 개념화 될 수 있으며 자살생각을 자살기도의 위험이 있는 개인에게 있는 것으로 가정하였다. 자살생각이란 일반적으로 '자살의 계획과 생각을 가지고 있으나 실행으로 옮기지 않은 경우"를 지칭하는데 경우에 따라서는 자살위험을 이 정의에 포함시키고 있다.

Brent와 Kolko(1990)는 자살에 대한 생각을 비특정적인것, 특정적인것, 의도가 있는 생각, 계획이 있는 생각으로 구분하기도 했다. 자살에 대한 생각은 별로 해롭지 않을 수 있고 일시적인 생각, 다양한 해결책의 하나, 낭만적인 환상, 간헐적인 악몽일 수 있다고 했다. Linehan(1982)은 일생 동안 임상집단에서는 31%, 일반집단에서는

24%가 자살을 생각하는 것으로 추정했고, Pieffer(1986)는 아동과 청소년의 7-12%가 사는 동안 자살을 심각하게 생각한다고 했으며, 어려움에 처했을 때 자살을 생각해본 적이 있느냐는 질문에 청소년의 20%가 그렇다고 대답했는데, 이러한 결과는 사람들이 어려움에 처했을 때 자살을 가능한 대안의 하나로 생각하고 있음을 보여주는 것이다(육성필, 2002 재인용). 이러한 개념의 정의로 볼 때, 자살생각이 곧 자살행동으로 나타나는 것을 의미하는 것은 아니다.

그러나 자살의 인지적 특성을 주장하는 Beck(1976)에 의하면 자살생각 수준이 높을수록 자살을 기도하는 비율이 높아지므로, 자살생각을 감소시킴으로써 자살을 예방할 수 있다는 것이다. 즉, 자살생각은 자살기도, 자살행동을 유발시킬 수 있는 중요한 단서가 된다고 볼 수 있는 것이다.

#### **(1) 자살생각에 대한 선행연구**

많은 연구자들은 자살생각을 자살기도의 위험이 있는 개인에게 있다고 가정하였고 일부 경험적 연구들은 심각한 자살생각을 경험한 대상이 그렇지 않은 대상보다 자살기도를 하기 쉬운 것으로 보고하고 있다. 예를 들어, Carlson과 Canntewell(1982)은 일반인들이 가진 자살생각을 조사하고 후속연구로서 이들의 자살기도율을 조사했는데 자살생각이 심각했던 사람들의 43%와 경미했던 사람들의 34%가 자살을 기도한 것으로 나타났다(윤성림.1990 재인용). 또한 Rudd(1990)는 737명의 대학생을 조사한 결과 45%가 지난해에 자살생각을 가졌는데, 그 중 15%가 자살기도를 계획하였고 6%가 실제로 자살을 기도했다고 밝혔다. Hodges와 Siegel(1985)의 자살기도자의 3/4 이상이 자살생각을 가졌음을 지적하였다.

사이버 상담을 한 자살 생각 경험자의 심리사회적 특성 연구에서 보면, 자살생각을 가진 내담자가 경험하는 생활 스트레스 중 가장 큰 것은 가족갈등, 가정폭력, 주용 대인관계의 문제로 나타났으며, 자살 생각 경험자의 정신건강 상태를 보면 우울증이 가장 많으며 정신건강의 문제가 없는 사람도 30%가 되었다.(2003, 오은경)

청소년의 자살사고 및 행동에 관한 연구들은 개인이 겪고 있는 심리사회적인 스트레스가 자살생각에 부정적인 영향을 미친다는 점에서 영향을 검토한 바가 있고(2003. 이경진 : Pilly & wasenaar, 1997), 부정적인 생활 스트레스가 자살 사고와 자살 사고가 다른 변인들에 의해 조절되거나 악화될 가능성이 있다는 관점에서 이러한 변인들을 밝히려는 시도가 이루어졌다(Yang& Clum,1994: Chang, 2002). 이들의 연구에 의하면 부정적인 스트레스는 자살사고에 직접 영향을 미칠 뿐 아니라 무망감, 낮은 자존감, 문제해결 등의 조절변인을 통해 영향을 미치는 것으로 확인되었다(2005, 박 경).

노인의 자살생각 연구를 살펴보면 청소년의 자살생각 혹은 자살행위가 충동적으로 단일요인에 의해 발생하는 경우가 종종 있는데 반하여 노인의 자살생각은 주로 여러 요인들의 복합적인 과정을 통해 발생한다(Mosciski. 1996, 김형수 2000, 재인용).

또 다른 연구에서는 노인의 자살생각에 영향을 미치는 가장 중요한 예측 요인은 우울이며 그 다음은 스트레스와 학력이 포함되어 있다고 했다(장미희, 김윤희, 2005).

## **2. 생활사건 스트레스에 대한 이해**

### **1) 스트레스의 개념**

현대 과학적 영역에서 최초로 스트레스의 개념을 제시한 사람은 Hans Selye인데, 그는 1959년 "The Stress Life"에서 스트레스를 일으키는 생활사건과 같은 외부적인 자극 또는 원인을 '스트레스 요인 (stressor)'이라고 명명하고, 이러한 스트레스 요인에 의한 유기체의 소모적인 비특이 반응(non specific reaction)을 스트레스라고 하였다. 그는 이러한 반응은 부신 피질 호르몬의 분비와 같은 신체적 불균형 상태 때문에 생긴다고 보았으며, 긍정적 또는 부정적 생활사건 모두가 스트레스를 일으키며 긍정적 스트레스는 'eustress', 부정적 스트레스는 'distress'라고 명명하였다. 외부자극에 대한 신체의 비특이적 반응을 스트레스라고 본 초기의 이러한 '반응으로서의 스트레스 모델(response based model of stress)' 이외에 다른 모델로서는 스트레스를 하나의 자극으로 보는 '자극으로서의 스트레스 모델(stimulus based model of stress)'이 있는데 스트레스를 환경적 자극으로 파악하려는 것으로 이 모델에 입각한 대표적인 입장이 일상생활에서의 생활사건(life event) 스트레스 요인 연구이다.

관계론적 개념에서의 지각된 스트레스를 중요시하는 '역동적 상호작용으로서의 스트레스 모델(transactional model of stress)'이 있는데 이것은 외부적 환경뿐만이 아니라 개인의 지각, 인지, 스트레스 대처 능력 역시 환경의 일부가 되고 이들간의 상호작용을 중요시하는 입장이다(최혜림, 1986, 유완상, 1992, 재인용)

스트레스 모델이 어떤 것이든, 생활사건 스트레스는 여러 신체, 정신 질환 발생의 중요한 원인적 요인의 하나로 작용한다는 사실이 강조됨에 따라 근래에 이르러 생활사건 스트레스 측정을 위한 새로운 방법이 시도되고 있다. 즉, 과거에는 심리적 경험의 크기나 스트레스를 정량화 한다는 것이 불가능하다고 생각되어져 왔으나 Stevens 및

Thurston등에 의해 정신 물리학적 측정방법이 이론화되어 발전될 수 있는 토대가 되었다(유완상, 1992 재인용).

### 3) 생활사건의 개념

생활사건 연구를 처음 시도한 사람은 Cannon(1932)으로 그는 강력한 대응행동을 필요로 하는 자극들은 신체적 기능의 혼란을 야기시키며, 충격적인 사건은 적절히 처리되지 않으면 질병을 유발시킬 수도 있는 심리적인 반응을 일으킨다고 주장하였다. 이 주장은 후에 Meyer(1961)에 의해 지지되었는데, 그는 출생, 죽음, 직업적 변화와 같은 일상적인 삶의 생활 사건은 심리적 질병의 인과관계를 규명하는데 중요한 요소로 작용한다고 하면서, 이를 진단한 장치로 라이프 차트(life chart)를 고안해냈다.

Holmes와 Rahe(1967)는 Meyer의 라이프 차트를 발전시켜 43개의 생활사건 항목으로 구성된 ‘최근 생활 경험표(Schedule of Recent Life Experience)’를 이용하여 ‘사회 재적응 평가 척도(The Social Readjustment Rating Scale)’를 고안해냈다. 이들은 일상생활에서 많은 변화를 겪으면 겪을수록 더 많은 심리적 적응이 필요하고, 더 많은 심리적 적응이 필요하면 할수록 더 많은 스트레스를 겪게 된다고 하여, 생활사건과 스트레스와 관계를 이론화했다.

Brown과 Birley(1968)은 생활사건을 개인에게 감정적인 장애를 일으키는 사건들이라고 하였고, Dohrenwend(1974)는 생활사건을 ‘개인의 일상생활을 방해 또는 위협하는 객관적인 사건’으로 정의하고, 생활변화로 인한 적응 요구에 의해 스트레스는 유발된다고 하였다. 이 평숙(1984)은 생활사건은 ‘개인의 생활에 변화와 적응이 요구됨으로 인한 스트레스를 주는 사건’이라고 정의했다. 고성희(1984)는 ‘개인의

현 생활양식에 변화를 나타내거나 변화를 요구하는 모든 상황으로, 사회적 스트레스 원'이라고 하였다. 즉, 생활사건 스트레스란 개인의 생활에서 누구나 겪게 되는 사건들이 생활의 변화를 일으킴에 따라 이에 따른 적응과정에서 발생하는 스트레스라고 정의내릴 수 있다 (박미석, 1998, 재인용).

## 2) 기혼여성의 스트레스에 대한 선행연구

기혼여성의 스트레스 연구는 사회적 관심과 흥미를 끌게 된 사건과 어려움 등에 초점을 두고 사회적 문제들의 영향을 검토하는 과정을 밟아왔다. 그러한 사회적 관심분야 중의 하나가 기혼여성이 직장생활을 병행함으로써 야기되는 변화에 관한 것이다(전영자, 1992).

취업주부의 스트레스에 대해 Skinner(1980)가 구체적이고도 특수한 상황으로 설명하고 있다. 먼저 일과 역할의 과다한 임무로 인한 문제가 발생하며, 전통적인 성역할의 사회화와 고정관념으로부터 생겨나는 주체성의 문제가 있으며, 그리고 가족의 특성에 따른 문제와 자녀양육의 문제에서 현대 핵가족의 고립은 친척이나 다른 원조자 없이 자녀를 양육하는데 어려움을 주고 있다. 또한 사회의 규범이 변화함에도 불구하고 맞벌이 가정의 생활 형태는 아직도 전통적인 가족의 규범에 역행되는 것으로 여겨지고 있는 규범의 문제이다. 그리고 지역적인 이동, 전일제 근무, 계속되는 일에 대한 압력, 지위의 불일치 등과 같은 직업적인 구조가 맞벌이 부부의 긴장의 원천이 되고 있다고 했다. 마지막으로 일반적으로 취업여성이 친척이나 친구 등 가족외부와의 관계를 유지하기 위한 시간이 부족하기 때문에 관계의 상호작용을 유지하는데 생기는 사회적 관계의 문제라고 했다. 따라서 이와 같은 스트레스 원이 맞벌이 가정에 작용하기 때문에 일반부부

보다 맞벌이 부부가 높은 수준의 스트레스를 경험하게 될 것이라는 추측을 할 수 있다. 그러나 실제로 아내의 취업여부에 따른 스트레스 정도에 대해서는 취업 여성의 스트레스 수준이 비취업주부에 비해 낮다는 견해와 취업주부의 스트레스 수준은 비취업주부에 비해 높거나 차이가 없다는 견해로 차이를 보이고 있다.

박선희의 연구에서는 취업주부의 성격 및 가족의 지지도가 스트레스에 미치는 영향을 성격변인과 가족의 지지도는 스트레스와 유의미한 관계를 가졌으나 직무 만족도는 유의미한 결과를 나타내지 않았다. 가족의 지지도와 스트레스의 관계를 살펴본 결과, 정서적 지지요인이 기혼여성의 스트레스 수준을 경감시키는데 효과가 있는 것으로 나타났다(박선희, 1991).

한편 전업주부의 스트레스를 살펴보면 가정생활 스트레스와 심리적 손상에 관한 연구조사는 전업주부의 가정생활상의 스트레스는 중간 정도의 수준을 나타냈다. 결혼지속연수가 많을수록, 학력이 낮을수록, 남편의 직업이 생산직이나 판매/서비스직일 때 수입이 적을수록 여성의 가정 생활상의 스트레스 수준이 높아졌다. 여성의 심리적 손상에 독립적으로 영향을 미치는 변인은 건강 문제, 가사노동문제, 사회 경제적 지위 순으로 나타났다. 또한 여성의 스트레스는 부부관계에서 만족도가 높을수록 자녀관계에서의 고민이나 충돌이 적을수록 낮아지는 것으로 나타났다.(정원길, 2001 재인용)

도시 중산층 여성의 스트레스에 관한 연구는 조사대상을 대학의 평생교육원에 다니고 있는 여성은 그렇지 않은 여성의 두 집단으로 구분하여 스트레스 정도의 차이를 검증하였는데, 두 집단 간의 유의미한 차이가 발견되지 않았다. 또한 여성의 스트레스는 부부관계에서 만족도가 높을수록 자녀관계에서 고민이나 충돌이 적을수록 낮아

지는 것으로 나타났다(제갈정, 1993).

한편 중년기 여성의 스트레스 생활사건 및 자아개념과 우울관의 관계의 연구에서는 스트레스 수준이 낮을수록 자아개념은 높고 우울 성향은 낮은 것으로 나타났다. 가족환경 변인에 따른 스트레스 생활 사건, 자아개념, 우울의 차이를 알아본 결과 스트레스 생활사건은 확대가족인 경우, 아내가 직업을 가진 경우 스트레스 수준이 높게 나타났다(석지혜, 1998). 즉, 선행연구에서는 전업주부와 취업주부의 스트레스를 받는 자극요인의 순위가 서로 판이하게 다른 것으로 나타났다. 전업주부의 경우 자녀문제>남편과의 갈등> 가족관계> 경제문제>가족건강> 인간관계>인생의 내면문제 순으로 스트레스를 경험하고 있으며, 취업주부의 경우에는 스트레스 자극요인이 직장문제>남편과의 갈등>자녀교육>경제문제>가족관계>인생의 내면문제>가족의 건강 등의 순으로 차이를 보이고 있다(정원길, 2001).

### 3) 생활 스트레스와 자살생각의 관계에 대한 선행연구

생활 사건은(life event)은 "바람직한 것이던 바람직한 것이 아니던 간에 재적응을 요구하는 생활의 변화"를 의미하며, 어떤 생활 사건의 변화이건 간에 환경적 요구의 관점에서 볼 때 최소한 어느 정도의 요구는 있게 마련이고 심한 경우는 이에 대한 대응을 어렵게 만들 뿐만 아니라 결과적으로 심한 생활의 변화는 실제로 스트레스를 야기하게 된다.(Vinokur & Selzer, 1975). 많은 학자들이 임상적 장면에서 생활 스트레스와 자살행동과의 관계를 연구하고 있다 (오은경, 2003). Paykel(1971)은 생활의 변화는 자살과 밀접하고도 직접적인 연관관계에 있다고 하였다.

초기 아동기 때의 스트레스와 성인기 때의 자살기도에 관한 연구

(Cohen-Sandler, Berman & King,1982) 등을 통해 스트레스와 자살과의 관계가 연구되었다(오은경, 2003 재인용).

정서장애를 악화시키는 생활 스트레스로는 사망이나 이혼에 의한 사랑하는 사람의 상실, 주요 대인관계의 문제, 역할의 변화, 혹은 신체적인 심한 병 등이 있다. 자살기도자는 일반사람들과 비교할 때 지난 6개월간에 더 많은 상황적 위기를 경험했고 자살행동을 하는 바로 그 앞 달에 위기적 사건이 더욱 많았다고 한다.(Paykel, Prusoff & Myers, 1975 오은경 재인용)

### 3. 문제해결능력

#### 1)문제해결능력의 개념

개인은 매일의 생활에서 여러 가지 문제에 마주치게 되고 그 상황에서 가장 효율적으로 대처할 수 있는 방법을 찾게 되는데 이것을 문제해결과정이라고 한다. 여기서 문제해결이란 사회적, 실제적 문제 해결을 말하는 것으로, 각 개인이 일상생활에서 부딪히는 문제 상황에 대처하는 효과적인 방법들을 확인하거나 발견하여 수단을 형성하는 과정을 말한다(D'Zurilla & Nezu 1982: 이선호 1998 재인용). 즉, 문제 상황에서 그것을 해결할 수 있는 잠정적, 효율적 대안을 만드는 행동과정이며, 다양한 대안들 중 가장 효율적인 반응을 선택할 가능성을 증가시키는 것이다. 개념적으로 볼 때 문제(problem)란 적응적 기능이 요구되지만 여러 가지 장애들로 인해 효과적인 대처를 방해하는 구체적인 일상 상황으로 정의되며 '해결(solution)'이란 문제시되는 상황의 본질과 그에 대해 생기는 개인의 부정적 정서반응 모두를 변화시킬 수 있는 대처방안으로 정의하고 있다.

사회적 문제해결은(social problem solving)은 ‘대인적 문제해결 (interpersonal problem solving : shure 1981)’, ‘개인적 문제해결 (personal problem solving: Heppner & Peterson. 1982)’등의 표현과 혼용되고 있으나, 실제 생활에서 일어난다는, 즉, 사회적 맥락의 중요성을 강조하기 위해 상담과 임상심리학에서는 ‘사회적 문제해결’이라는 용어를 많이 쓰고 있다.

사회적 문제해결에 대한 시각은 문제해결의 기본요소를 강조하는 흐름(Spivack et al,1976)과 과정적 접근을 강조하는 흐름(Dixon, Heppner, Peterson & Ronning, 1979: D’Zurilla & Goldfried, 1971;D’Zurilla & Nezu,1982)으로 크게 나누어진다. 두 모형은 서로 중복되는 부분도 있지만 근본적으로는 문제해결에 대한 인식이 서로 다른 차원에서 출발하므로 상호보완적인 역할을 하고 있다.

과정적 접근에서 제안된 것이 문제를 효율적으로 해결하기 위한 가능성을 최대화시킬 수 있는 5단계의 이상적 문제해결 과정(D’Zurilla & Goldfried, 1971)이고, 이것을 근거로 D’Zurilla & Nezu (1990)는 문제해결에 대한 개인의 태도와 기대, 문제해결능력에 대해 측정하는 SPSI(Social Problem Solving Inventory)를 개발했다.

## **2)문제해결능력과 자살생각의 관계에 대한 선행연구**

부정적인 생활스트레스와 자살 사고가 다른 변인들에 의해 조절되거나 악화될 가능성이 있다는 관점에서 이러한 변인들을 밝히려는 시도가 이루어졌다(Yang & Clum, 1994, Chang 2002). 이들의 연구에 의하면 부정적인 스트레스는 자살사고에 직접 영향을 미칠 뿐 아니라 무망감, 낮은 자존감, 문제해결 등의 조절변인을 통해 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이와 같은 인지적 변인 가운데서 특히 문

제 해결은 우울(Chang, 2001. Scheffield & Donovan, 2002)이나 자살 행동(Chang, 1998; Reinencke, Dubois & Suchltz 2001)과 관련이 높은 것으로 보고된 바 있다(2005, 박 경). Yang과 Chang은 자살사고가 부정적인 생활사건에 의해 유발될 뿐만 아니라 문제 해결을 포함한 인지적인 변인들에 의해 매개된다는 이론적인 모델을 제시하였다.

우리나라에서는 최명숙(1998)이 대학생들을 대상으로 문제해결능력과 스트레스가 절망감과 자살사고에 미치는 영향을 살펴본 결과, 문제해결 능력과 스트레스가 절망감에 대한 예언변인으로 밝혀졌으나, 자살사고를 예언해주지는 못했다. 이에 대해 연구자는 대학생의 경우 청소년기에 비해 인지적, 정서적으로 보다 성숙하였기 때문이라고 설명한 바 있다. 보다 최근의 연구인 Chang(2002)의 연구에서도 자살의 위험이나 자살사고를 소질 스트레스 모델을 적용하여 청소년의 생활 스트레스와 자살 사고 간에서 사회적 문제해결의 역할을 검토하였는데 노인을 대상으로 한 연구(Dixon et al,1992; Schotte & Clum,1987)와 일관되게 사회적 문제해결은 생활스트레스와 자살사고 간에 매개효과가 있는 것으로 보고된 바 있다.

또한 소질 스트레스 모델을 근거로 하여 부정적인 생활 스트레스와 청소년의 자살사고의 관계에서 문제 해결의 역할을 살펴본 결과, 박 경(2004)의 연구에서 부정적인 생활스트레스를 경험하고 있다 하더라도 자신의 문제 해결이 비효율적이라고 지각하는 청소년들이 더 많은 자살사고를 하는 것으로 확인되었다. 동시에 생활스트레스와 자살생각간에 사회적 문제해결 및 자존감 간의 중재효과가 확인되었고, 사회적 문제해결과 무망감이 스트레스와 자살사고간의 관계를 부분적으로 매개하였다(2005,박경 재인용).

이와 같이 선행연구들은 청소년 자살사고나 자살시도, 나아가 자살

로 인한 사망을 예측하는데 있어서 인지적 변인 중 문제 해결이 중요한 역할을 하고 있음을 확인해주었으며, 특히 문제해결 신념의 중요함이 강조되었다.

#### 4. 사회적 지지

##### 1) 사회적 지지에 대한 개념

일반적인 사회적 지지의 정의는 '인간의 행복한 삶이나 평안을 의미하는 추상적인 이념이면서도 동시에 이러한 이념을 실현하기 위한 사회적인 제도나 노력'이라고 볼 수 있다(Hoffman & Sallee, 1994, 2005 송복희 재인용). 또한 Cobb(1976)은 사회적 지지란 '사람들에게 사랑 받고 존중되며, 가치 있는 의사소통과 상호책임을 갖는 사회적 관계망이 가치 있는 성원이라는 믿음을 갖게 하는 정보'를 의미한다고 했다(송복희, 2005, 재인용). 또한 사회적 지지는 '개인, 집단, 지역 사회와의 결속을 통하여 개인이 얻을 수 있는 지지'(Lin et al. 1979)이며, 인간의 기본적인 사회적 욕구를 충족시켜주고 환경에 대한 통제감을 제공하여 인간의 적응에 중요한 기능을 하는 것을 의미한다. 그러므로 사회적 지지란 한 개인이 그가 가진 대인관계로부터 얻는 긍정적 자원으로서 개인의 심리적 적응을 돕고 좌절을 극복하고 문제해결의 도전을 받아들이는 능력을 강화시켜준다고 할 수 있다(오은경, 2003 재인용).

Cohen과 Wills(1985)는 사회적 지지가 스트레스 문제에 대한 해결책을 제공하고 스트레스에 덜 민감하게 반응하도록 하여 개인의 안녕에 도움이 되는 긍정적인 역할을 한다고 하였다. 사회적 지지와 스트레스에 관한 연구를 보면(House, 1981) 첫째, 사회적 지지는 스트

레스 발생을 예방 혹은 경감하고 둘째, 사회적 지지는 인간의 기본욕구인 사회적 욕구를 충족시켜줌으로써 건강상태를 증진시키며 셋째, 사회적 지지는 스트레스 강도를 완화시키는 작용을 함으로써 적응에 긍정적인 영향을 미친다는 것이다(최애선, 2001 재인용). 특히 사회적 지지는 삶의 모든 단계에서 필요하지만 신체적으로 한계를 느끼는 노인이나 질병이 있는 사람에게 중요한 역할을 한다. 또한 사회적 지지는 건강에 미치는 스트레스의 부정적 영향을 완화해주며, 심각한 질병의 결과로부터 보호해주는 역할을 한다.

사회적 지지는 개인의 적응을 매개하는 대처자원으로 작용하지만 이것 역시 개인마다 차이가 있기 때문에 개인차와 연관지어 고려해야 한다. Heller와Swindle(1983)은 사회적 지지의 연구가 적응에 도움이 되는 대인관계의 특성을 밝힐 수 있다고 주장했으며, Sandler(1982)는 여러 연구에서 사회적 지지가 심리적, 신체적 적응에 도움이 된다는 것이 밝혀졌지만, 그 효과는 보편적이지 않은데, 즉, 가용한 사회적 지지 활용능력에서 개인차가 있다고 언급했다.

또한 Kessler와 Mcload(1985)는 사회적 지지의 주관적 측면을 다를 필요에 대해 주장했는데, 지지의 지각은 개인의 성격특성에 의해 중재되거나 설명될 수 있는 가능성이 있는 것이다(이선호, 1988).

사회적 지지는 개인이 필요할 때 도움이나 감정이입을 제공받을 수 있다는 믿음과 유용한 지지에 대한 만족감으로 표현되며, 또는 가족, 친구, 이웃 기타 사람들에 의해 제공된 여러 형태의 도움과 원조를 의미하기도 한다. 사회적 지지는 주로 스트레스 상황에서 적응적 대처행위를 증진시킬 수 있는 보호적 완충효과로서 설명되고 있다(배지연 등, 2003 재인용).

## 2) 사회적 지지와 자살생각에 대한 선행연구

사회적 지지는 생활 스트레스가 자살행동에 미치는 영향을 매개하는 것으로 알려져 왔다(Bonner & Rich, 1987,1988 Braucht, 1979: Dubow et al, 1989 : Rudd,1990: Trout,1980). 즉, 사회적 지지는 자살충동을 예측할 때 생활 스트레스와 상호작용하는 것으로 보고되지만 자살충동을 직접 예측하는 것으로 나타나지 않았다. 이것은 사회적 지지가 생활 스트레스와 자살충동 사이를 매개한다는 것이다(Rudd, 1990). 즉, 높은 생활 스트레스 상황 하에서 사회적 지지가 약한 사람들은 더 많이 자살충동을 경험하기 쉽다는 것이다.

생활 스트레스와 자살행동의 관계에 대한 사회적 지지의 매개적 역할에 대한 몇 가지 설명을 하면, 지각된 사회적 지지 그 자체는 개인의 삶의 여러 문제들을 향해서 더 긍정적인 태도를 유지할 수 있게 하며, 그 문제들을 다룰 수 있다는 신뢰감을 증진시켜 준다는 것이다(2003, 오은경). 또한, Rudd(1990)가 제시하고 있지만 스트레스적인 삶의 상황은 개인들에게 그들의 사회적 지지를 갖고 있는 그들의 약한 사회적 지지에 더 많은 주의를 기울여 자살충동을 더욱 증진시키도록 한다. 그리고 빈약한 사회적 지지를 가진 개인들은 생활 스트레스에 더욱 민감해질 수 있게 하고, 결국 더 큰 분노를 경험할 수 있게 한다. 이러한 연구를 토대로 Yang 과 Clum(1994)은 우울, 무망감, 자살사고에 영향을 미치는 스트레스 사회적 지지 모델을 제시하였고 동양인 대학생들을 대상으로 이 모델을 검증한 바 있다. 그들에 의하면 사회적 지지는 스트레스와 자살사고 간에서 직접적인 영향을 나타나지 않았으나 스트레스와 사회적 지지가 상호작용하는 것으로 확인되었다. 이는 사회적 지지가 자살사고와 우울, 무망감, 자살사고 사이에서 완충 역할을 한다는 점을 시사한다.(2005, 박경). 임수영

(1995)은 중학생을 대상으로 한 연구에서 지각된 사회적 지지가 자살 충동의 완충역할을 한다고 하였다.

자살과 관련하여 사회적 지지는 중요한 예방요인 중의 하나로 떠오르고 있다. 스트레스, 우울, 상실 등을 경험할 때 사회적 지지체계가 충분히 유지되어 있다면 자살발생률은 다소 감소할 수 있음이 시사되었다.(DeLeo 등 1991: 권유일 등 ,1997 배지연 2005 재인용). Schutt(1994)의 홀리스 대상으로 한 연구에서는 실제로 우울과 자살생각에 있어 사회적 지지의 완충효과가 입증되기도 하였다(배지연, 2005).

### Ⅲ. 연구의 목적 및 가설

#### 1. 연구목적 및 연구 가설

본 연구의 목적은 기혼여성들의 생활사건 스트레스와 자살생각 간의 관련성을 검증 하고자 하는 것이다. 생활사건 스트레스와 자살생각간의 상관관계를 살펴보고, 자살 생각에 영향을 미치는 생활사건 스트레스를 확인해보고자 한다. 그리고 개인의 자원으로 문제해결 능력과 사회적 지지와 생활사건 스트레스와 자살생각간의 관련성을 살펴보고자 한다. 마지막으로 문제해결능력과 사회적 지지가 스트레스와 자살생각사이에서 중재효과를 하는지 알아볼 것이다.

연구의 목적에 맞는 구체적인 연구문제와 연구가설은 아래와 같다.

**연구문제1. 연구대상자의 사회 인구학적 특징에 따른 자살생각의 차이를 확인한다.**

**연구문제2. 생활사건 스트레스와 자살생각, 문제해결능력, 사회적 지지의 상관관계를 검증한다.**

가설 1. 생활사건 스트레스와 자살생각간에는 정적 상관관계가 있을 것이다.

가설 2. 문제해결능력과 자살생각간에는 부적 상관관계가 있을 것이다.

가설 3. 사회적 지지와 자살생각간에는 부적 상관관계가 있을 것이다.

**연구문제3. 자살생각에 영향을 미치는 생활사건 스트레스 요인을 확인한다.**

**연구문제4. 자살생각과 생활사건 스트레스의 관계에서의 문제해결능력과 사회적 지지의 중재효과를 확인한다.**

가설 4. 자살생각과 생활사건 스트레스의 관계에서 문제해결능력과 사회적 지지는 중재효과를 할 것이다.

## IV. 연구 방법

### 1. 연구대상

본 연구의 대상자는 서울과 경기도에 거주하는 20, 30, 40, 50대의 기혼 여성으로서 4월 첫째 주부터 5월 첫째 주까지 한 달 동안 설문지를 배포, 250개를 수거하였으며 이 중 중복응답이나 무응답이 많아서 자료에 적합하지 않은 23개를 제외한 227개의 설문지로 분석하였다.

### 2. 측정도구

#### 1) 인구사회학적 특성 측정

스트레스와 자살관념의 정도를 인구 사회학적인 특성으로 분석하기 위해 연구 대상자의 연령, 결혼지속 년 수, 학력, 취업 여부, 가족 형태, 자녀 수, 경제적 수준, 가정의 부채, 건강 상태, 종교를 알아볼 수 있는 문항을 사용하였다.

#### 2) 생활사건 스트레스 척도

본 연구에서 스트레스 사건을 측정하기 위해서 Homes & Rahe의 사회 재적응 평가 척도와 이평숙(1984)의 생활사건 측정도구를 기반으로 유완상(1994)이 제작한 생활사건 스트레스 척도를 사용하였다. 본 연구에 사용된 설문지의 신뢰도는 Cronbach의 Alpha= .937이다. 7개의 요인 별 생활사건 문항은 다음이 같이 구분된다.

- 1) 제1요인: <경제 및 취업(직장, 학교)> 요인

'가장의 사업실패' '금전상의 큰 손실을 봄' 등의 사건으로  
구성

2) 제2요인: <이별> 요인

'친부모의 죽음' '자녀의 죽음'

3) 제3요인: <생활환경 변화>요인

'주거 및 이웃 환경의 큰 변화' '신앙생활의 변화' 등

4) 제4요인: <불화 및 갈등>

'이웃과의 불화' '부부간의 의견 및 성격차이로 불화' 등

5) 제 5요인: <예기치 않은 사건 사고> 요인

'도둑, 강도 등의 재앙' '본인 및 가족의 질환이나 상처 받  
생' 등

6) 제 6요인: < 새로운 환경 도전> 요인

'가족과 떨어져 생활을 함' 등

7) 제 7요인: <생식>요인

'출산' '남편 또는 본인의 불임

### 3) 문제해결양식 척도

문제해결에 대한 동기와 기술을 측정하기 위해 D'Zurilla 와 Nezu(1990)가 개발하고 김영미(1992)가 변안한 SPSI(Social Problem Solving Inventory) 질문지를 사용했다. SPSI는 2개의 주요척도와 7개의 하위척도로 구성되어 있으며 각 하위 척도당 10문항씩, 총 70문항으로 이루어져있고 문제해결과정에 대한 일반화된 태도와 양식을 측정하고 있다. 5점 척도로 구성되어 있으며 전체점수가 높을수록 문제해결능력이 우수함을 의미한다. 본 연구에 사용된 설문지의 신뢰도

는 Cronbach의 Alpha=.841이다. 두 개의 주요척도와 7개의 하위척도는 다음과 같다.

(1)문제해결지향척도(Problem Orientation Scale: POS)

개인이 문제 상황에 처음 직면했을 때 보이는 즉각적인 인지적, 정서적, 행동적 반응들로 이루어지며 신념, 가정, 및 문제 상황과 연합된 특별한 평가들을 포함한 전반적인 동기 요소를 측정한다.

1. 인지척도(Cognitive Subscale: CS)

문제가 발생했을 때 문제를 인식하려는 주의 깊은 자세를 포함하여 일반화되고 안정화된 귀인, 평가, 기대 등을 포함한다.

2. 정서척도(Emotion Subscale: ES)

문제 상황에 대한 즉각적인 정서 상태를 측정하는 것으로 긍정적 상태(기분이 들뜸, 열망)와 부정적 상태(불안, 우울)를 포함한다.

3. 행동척도(Behavior Subscale:BS)

문제 상황에 직면했을 때 문제를 해결하려고 접근하거나 회피하는 행동경향성 초점을 맞추고 있다.

(2) 문제해결 기술척도(Problem Solving Skill Scale: PSSS)

문제를 효율적으로 해결할 수 있게 해주는 일련의 기술과 목표지향적 과제들로 구성되어 있다.

1. 문제 규정과 구성화 척도(Problem Definition & Formulation Subscale: PDFS) 문제와 관련된 실제적인 정보를 얻어서 문

제를 상세화하고, 상황을 재평가하고, 해결목표를 명확히 하는 것이 포함된다.

2. 대안적 해결책의 산출척도(Generation of Alternative Social Subscale: GASS ) 대안적 해결책을 얼마나 많이 생각해내고 구체화 시키는가를 측정한다.
3. 의사결정척도(Decision Making Subscale: DMS) 여러 가지 대안들을 비교해서 가장 좋은 해결책을 선택하는 과정을 측정한다.
4. 해결책 실행과 확인 척도 (Solution Implementation & Verification Subscal :SIVS) 해결책을 수행하고 난 뒤에 실제적인 결과를 나름대로 평가하는 과정을 측정한다.

#### 4) 사회적 지지 척도

본 연구의 사회적 지지 측정 도구는 Zimet et al (1988, 신준섭, 이영분 재인용, 1999)이 개발한 MSPSS(Multidimensional Scale of Perceieved Social Support)척도를 이용하여 응답자들이 지각하는 사회적 지지수준을 측정하였다. MSPSS 척도는 가족으로부터의 지지를 묻는 4개의 문항, 그리고 주요 타인으로 지지 4문항과 친구로부터의 지지 4문항으로 총 12문항으로 구성되어 있다. 여기에 추가로 연구대상자들이 기혼여성인 만큼 기혼여성의 인간관계에 있어서 중요한 부분을 차지하는 배우자로부터의 지지를 알아보기 위해 Snyder(1979)가 개발한 Marital Satisfaction Inventory를 권정혜, 채규만(1998)이 한국 실정에 맞게 수정, 보완하여 표준화한 결혼만족도 척도에서 본 연구에 적합한 정서적 의사소통 불만족 척도(Affective Communication: AFC)를 사용하여 배우자의 정서적 지지를 알아볼

수 있도록 했다. 이 척도는 배우자에게 느끼는 애정이나 정서적인 친밀성의 결여정도를 측정하는 척도로서, 13개의 문항으로 구성되어 있다. 사회적 지지의 점수는 대상자들이 느끼는 주관적인 인식을 1(전혀 그렇지 않다) - 5(완전히 그렇다)로 답할 수 있도록 했고 점수가 높을수록 사회적 지지가 높다는 것을 의미한다. 본 연구에 사용된 설문지의 신뢰도는 Cronbach의 Alpha=.939이다.

### 5) 자살생각 척도

자살생각을 측정하기 위해, 본 연구에서는 신민섭 등 (1990)이 번안한 SSI 척도를 최태산(1997)이 요인분석을 통해 선정한 14문항을 사용하였다. SSI (Scale for Suicidal Ideation) 척도는 Beck, Kovacs, 및 Weissman(1979)가 만든 것으로 원래 임상 면접을 통해 임상가가 평가하도록 되어 있으나, 많은 피험자들을 일일이 면담하는 것이 불가능하여 신민섭 등(1990)이 자기보고식 질문지로 변형시켰다. SSI는 본래 총 18문항, 3점 척도로 구성되어 있었으나, 최태산 (1997)이 요인분석을 통해 18문항에서 14문항을 선정하고 각 문항을 5점 척도로 구성하였다. 즉, 최태산(1997)이 사용한 자살생각 척도는 각 문항에 대해 '전혀 없다(1)'에서 많이 있다 (5)' 까지 응답하도록 되어 있으며 점수 범위는 14점에서 70점까지이다. 본 연구에 사용된 설문지의 신뢰도는 Cronbach의 Alpha=.725이다.

### 3. 자료 분석

첫째, 각 문항에 대한 신뢰도 검사를 실시하여 문항간의 신뢰도를 측정하여 예측 가능성, 정확성 등을 살펴보았다.

둘째, 조사대상자의 일반적인 특성을 알아보기 위하여 빈도분석을 실

시하였다.

셋째, 조사대상자의 일반적인 특성에 따른 생활사건 스트레스와 자살생각의 차이를 알아보기 위하여 일원변량분석(One-way Anova)을 실시하고 사후검증 Duncon방법을 실시하였다.

넷째, 생활사건 스트레스와 자살생각, 문제해결 능력, 사회적 지지의 관계를 알아보기 위하여 상관관계 분석을 실시하였다.

다섯째, 생활사건 스트레스와 문제해결, 사회적 지지가 자살생각을 얼마나 유의하게 설명해주는지 알아보고 생활사건 스트레스 자살생각간의 관계에서 문제해결능력 사회적 지지의 중재효과를 살펴보기 위하여 위계적 중다회귀분석을 (Stepwise Multiple Regression)실시하였다. 통계프로그램은 SPSS 12.0을 사용하였다.

## V. 연구 결과

### 1. 연구대상자의 사회인구학적 특성에 따른 스트레스와 자살생각 차이의 검증

#### 1) 결혼 년 수에 따른 스트레스와 자살생각의 차이

결혼 년 수에 따른 스트레스와 자살생각 정도의 차이를 검증한 결과 스트레스와 자살생각 모두에서 유의미한 차이를 보였다( $p < .001$ ). 결혼 년 수 16-20년이 스트레스와 자살생각에서 가장 높게 나타났다. 즉, 결혼한 지 오래될수록 스트레스와 자살생각이 높아진다는 것을 알 수 있다.

<표 1-1> 결혼 지속 년 수에 따른 스트레스와 자살생각의 차이

		N	평균	표준편차	F	p	Duncon
스트레스	1-5년	57	1.8444	.48601	5.081***	.001	d>e>c>b >a
	6-10년	67	1.8682	.56496			
	11-15년	45	1.8568	.60232			
	16-20년	31	2.2066	.61649			
	20년 이상	23	2.1442	.57562			
자살생각	1-5년	57	1.7781	.32744	2.883*	.023	d>c>e>a >b
	6-10년	67	1.7276	.32201			
	11-15년	45	1.9391	.47273			
	16-20년	31	1.9415	.53487			
	20년 이상	23	1.9037	.46121			

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

## 2) 가정의 부채에 따른 스트레스와 자살생각의 차이

가정의 부채에 따른 스트레스와 자살생각의 정도를 확인해본 결과, 스트레스의 정도의 차이에 있어서는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 하지만 자살생각의 경우 유의미한 차이를 나타내었다( $p < .01$ ). 부채가 5000만원에서 1억 사이 일 때 자살생각이 가장 높게 나타내고 있다. 즉, 부채가 없을 때 보다 5000만원에서 1억 사이일 때가 훨씬 자살생각이 높아짐을 알 수 있다.

<표 1-2 > 가정의 부채에 따른 스트레스와 자살생각의 차이

		N	평균	표준편차	F	p	Duncon
스트레스	없다	86	1.9304	.62261	1.038	.397	
	1000만원미만	27	1.8097	.51104			
	1000-3000만원	50	1.8872	.44319			
	3000-5000만원	21	2.1512	.70336			
	5000-1억	25	2.0345	.65343			
	1억 이상	15	1.9648	.45693			
자살생각	없다	86	1.7375	.32199	3.277**	.007	e>d>f>c >b>a
	1000만원미만	27	1.7821	.40856			
	1000-3000만원	50	1.8451	.38817			
	3000-5000만원	21	1.9694	.53954			
	5000-1억	25	2.0738	.56430			
	1억 이상	15	1.8857	.42154			

$p < .01$  \*\*

## 2. 기혼여성의 생활사건 스트레스, 문제해결능력, 사회적 지지, 자살생각간의 상관관계

본 연구에서는 기혼여성의 생활사건 스트레스와 자살생각의 상관관계와 문제해결능력과 사회적 지지와 자살생각간의 관계를 확인해 보고자 상관관계 분석을 하였다.

먼저 생활사건 스트레스와 자살생각간의 상관관계를 살펴보면  $r=.147(p<.05)$ 로 정적인 관계를 보여 연구 가설 1을 지지하고 있다. 즉, 기혼여성이 겪는 생활사건 스트레스의 정도가 높을수록 자살생각도 높아진다는 볼 수 있다.

<표 2-1> 생활사건 스트레스와 자살생각의 상관관계

	스트레스	자살생각
스트레스	-	
자살생각	.147*	-

$p<.05$  \*

그 다음 단계로 생활사건의 각 하위요인들과 자살생각간의 상관관계를 살펴보았다. 생활사건 스트레스와 자살생각과의 관계를 보면 ‘경제 및 취업’과 ‘생활환경 변화’, ‘불화 및 갈등’, ‘결혼’은 자살생각과 정적인 상관관계를 나타내고 있다 ( $r=.318(p<.01)$ ,  $r=.186(p<.01)$ ,  $r=.213(p<.01)$ ,  $r=.133(p<.05)$ ). 즉, 경제 및 취업 상황이 안 좋아지고, 생활환경이 변화되고, 불화 및 갈등은 커지면 자살생각도 높아짐을 알 수 있다.

< 표 2-2 > 생활사건 스트레스와 자살생각과의 상관관계

	경제 및 취업	이별	생활환경 경변화	불화 및 갈등	예기치 않은 사건 사고	새로운 환경 도전	생식	결혼	자살생각
경제 및 취업	-								
이별	.653**	-							
생활환경 변화	.629**	.666**	-						
불화 및 갈등	.611**	.500**	.624**	-					
예기치 않은 사건 사고	.591**	.727**	.663**	.587**	-				
새로운 환경 도전	.507**	.473**	.504**	.453**	.460**	-			
생식	.393**	.416**	.456**	.411**	.450**	.457**	-		
결혼	.329**	.170*	.286**	.347**	.264**	.341**	.229**	-	
자살생각	.318**	.093	.186**	.213**	.058	.108	.069	.133*	-

p<.05 \* , p<.01\*\*

다음으로는 문제해결능력과 자살생각간의 상관관계를 살펴본 결과이다. 두 개의 큰 하위요인 중에서는 첫 번째 요인인 문제해결 지향요인은 자살생각과 부적상관관계 ( $r=-.231$  ( $p<.01$ ))를 나타내고 있고, 세 개의 하위 요인인 인지척도, 정서척도, 행동척도 모두 자살생각과 부적의 관계( $r=-.245$  ( $p<.01$ ),  $r=-.180$  ( $p<.01$ ),  $r=-.211$  ( $p<.01$ ))를 보이고 있다, 두 번째 문제해결 기술 요인은 자살생각과 유의미한 상관없지만, 그 하위 요인 중 하나인 의사결정 척도(DMS)는 자살생각은 부적의 상관관계( $r=-.147$  ( $p<.05$ ))를 나타내고 있다. 이러한 결과는 연구 가설2의 일부를 지지하고 있다. 즉, 문제 상황에 처음 직면했을

때 보이는 즉각적인 인지적, 정서적, 행동적 반응이나 신념, 가정과 같은 평가와 동기를 나타내는 문제해결 지향이 낮을수록 자살생각이 높아짐을 시사하고 있다. 또한 문제해결기술에서는 여러 가지 대안들을 비교해서 가장 좋은 해결책을 선택하는 과정인 의사결정 척도의 점수가 낮을수록 자살생각이 높아진다는 것을 보여주고 있다.

< 표 2-3> 문제해결능력과 자살생각의 상관관계

	인지 척도	정서 척도	행동 척도	PDES	GASS	DMS	SIVS	문제해 결지향	문제해 결기술	자살 생각
인지척 도	-									
정서척 도	.698**	-								
행동척 도	.615**	.730**	-							
PDES	.373**	.150*	.264**	-						
GASS	.380**	.257**	.385**	.752**	-					
DMS	.419**	.374**	.467**	.660**	.813**	-				
SIVS	.405**	.342**	.502**	.696**	.725**	.728**	-			
문제 해결기 술	.852**	.913**	.893**	.296**	.401**	.476**	.470**	-		
문제해 결지향	.448**	.305**	.452**	.882**	.921**	.900**	.873**	.452**	-	
자살생 각	-.245*	-.180*	-.211**	-.087	-.103	-.147*	-.120	-.231**	-.112	-

p<.05\* , p<.01

다음으로는 사회적 지지와 자살생각간의 상관관계를 살펴보았는데 자살생각과 사회적 지지는 모든 하위 요인인 가족지지, 타인지지, 친구지지, 배우자 지지에서 자살생각과 부적인 상관관계를 나타내고 있

다( $r=-.307(p<.01)$ ,  $r=-.400(p<.01)$   $r=-.349(p<.01)$   $r=-.275(p<.01)$ ). 이 결과는 연구가설 3을 지지하고 있다. 즉, 가족과 타인지지, 친구의 지지와, 배우자의 지지가 낮을수록 자살생각은 높아짐을 알 수 있다.

<표 2-4> 사회적 지지와 자살생각간의 상관관계

	가족지지	타인지지	친구지지	배우자 지지	자살생각
가족지지	-				
타인지지	.685**	-			
친구지지	.538**	.634**	-		
배우자 지지	.518**	.467**	.336**	-	
자살생각	-.307**	-.400**	-.349**	-.275**	

$p<.05^*$  ,  $p<.01^{**}$

### 3. 기혼여성의 자살생각에 미치는 생활사건 스트레스 요인 검증

생활사건 스트레스의 요인과 문제해결능력, 사회적 지지의 각 요인들이 자살생각에 미치는 영향을 확인하기 위해 회귀분석 결과는 <표 3-1>과 같다. 분석결과를 보면, 자살생각에 미치는 영향은 25.8%로 설명되고 있으며, 생활사건 스트레스의 7개의 요인 중에서 ‘경제 및 취업’요인이( $B=.017$ ,  $p<.001$ )이, 사회적 지지의 하위 요인 중 ‘가족지지’ 요인이 ( $B=-.145$ ,  $p<.05$ ) 유의미하게 자살생각에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, ‘경제 및 취업’요인에서의 생활사건 스트레스가 높아질수록 자살생각이 높아지며, 가족의 지지가 낮아질수록 자살생각은 높아질 것으로 예측할 수 있다.

<표 3-1 > 생활사건 스트레스, 문제해결 능력, 사회적 지지가 자살생각에 미치는 영향

	B	표준오차	베타	t	p	F(p)	R제곱
(상수)	2.279	.338		6.735	.000		
경제 및 취업	.017	.005	.345	3.254***	.001		
이별	-.010	.007	-.158	-1.442	.151		
생활 환경 변화	-.001	.014	-.005	-.047	.963		
불화 및 갈등	.009	.011	.088	.888	.376		
예기치 않은 사건사고	-.015	.011	-.160	-1.373	.172		
새로운 환경	.002	.022	.009	.109	.913		
생식	-.021	.039	-.043	-.524	.601		
결혼	.042	.039	.085	1.085	.279		
가족지지	-.145	.069	-.278	-2.100*	.037		
타인지지	.008	.068	.016	.121	.904	3.078***	.258
친구지지	-.023	.051	-.042	-.451	.653	(.000)	
배우자 지지	-.048	.089	-.043	-.541	.590		
인지척도	-.014	.008	-.171	-1.681	.095		
정서척도	.005	.009	.061	.503	.616		
행동척도	.001	.007	.020	.184	.854		
PDES	.024	.013	.371	1.805	.073		
GASS	.023	.017	.330	1.335	.184		
SIVS	.015	.015	.197	1.018	.310		
DMS	.018	.016	.202	1.006	.305		
문제해결 지향	-.015	.011	-.685	-1.351	.239		
문제해결 기술	-.012	.010	-.616	-1.226	.222		

p<.001 \*\*\*

다음으로는 생활사건 스트레스의 52개의 사건 중에서 자살생각에 영향을 주는 생활사건을 알아보기 위해 각 문항을 독립변인으로 해서 회귀분석을 했다. 결과는 아래 <표 3-2>와 같다.

회귀분석결과 생활사건 스트레스가 자살생각에 미치는 영향력은 설명력 42,5%로 유의미한 영향을 미치고 있으며, 52개의 다양한 생활사건 스트레스 사건들 중 5개의 생활사건이 자살생각에 영향을 주는 것으로 나타났다. 각각의 사건은 ‘불화로 인한 부부간의 별거’(B=-3.944 p<.05) ‘자녀가 집을 떠남’(r=-2.365 p<.05) ‘본인 또는 남편의 정년퇴직’(r=5.633 p<.01) ‘형제 또는 자매의 죽음’(r=-3.691 p<.01) ‘자녀의 학교성적이 떨어짐’(r=1.467 p<.05)으로 나타났다.

< 표 3-2> 자살생각에 영향을 미치는 생활사건 스트레스 사건

	B	표준오차	베타	t	p	F(p)	R제곱
불화로 인한 부부간의 별거	-3.944	1.364	-.420	-2.892*	.004	2.049 (.000)**	.425
자녀가 집을 떠남	-2.365	1.047	-.260	-2.259*	.025		
본인, 남편의 정년퇴직	5.633	1.555	.475	3.622**	.000		
형제 또는 자매의 죽음	-3.691	1.032	-.442	-3.577**	.000		
자녀의 학교 성적이 떨어짐	1.467	.652	.204	2.249*	.026		

p<.05 \* , p<.01 \*\*

#### 4. 자살생각과 생활사건 스트레스의 관계에서 문제해결능력과 사회적 지지의 중재효과 검증

생활사건 스트레스와 자살생각의 관계에서 문제해결능력과 사회적 지지가 중재효과를 하는가를 알아보기 위해 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 결과는 <표 5. 1> 과 같다.. 즉, 아래의 표에서 살펴보면 자살생각에 설명력을 가지는 요인은 생활사건 스트레스 요인 중 경제 및 취업 요인이며 문제해결능력과 사회적 지지도 자살생각에 유의미한 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 하지만 스트레스 생활사건의 각 요인과 자살생각간의 관계에서 문제해결과 사회적 지지의 중재효과는 없는 것으로 나타났다. 다시 말해 자살생각에 영향을 미치는 요인이 발생했을 때 개인이 가진 문제해결능력이나 사회적 지지 체계가 자살생각을 조절하는 역할을 하지 못한다는 것을 말한다. 따라서 연구가설 4는 기각되었다.

<표 4-1> 자살생각에 대한 생활사건 스트레스, 문제해결, 사회적 지지의 중재효과

독립변인	B	$\beta$	t	R
경제 및 취업	.017	.345	3.254***	
이별	-.010	-.158	-1.442	
생활환경변화	-.001	-.005	-.047	
불화 및 갈등	.009	.088	.888	.258
예기치 않은 사건 사고	-.015	-.160	-1.373	
새로운 환경 도전	.002	.009	.109	
생식	-.021	-.043	-.524	
결혼	.042	.085	1.085	
문제해결능력	-.036	-.185	-2.644	.034
사회적 지지	-.166	-.393	-6.173	.154
경제 및 취업* 문제해결능력	-4.635E-05	-.404	-1.541	.005
이별*문제해결능력	-4.484E-05	-.361	-1.407	.006
생활환경변화*문제해결능력	.000	-.418	-1.465	.006
불화 및 갈등*문제해결능력	.000	-.444	-1.751	.005
사건 사고*문제해결능력	-7.714E-05	-.373	-1.319	.004
새로운 환경*문제해결능력	-2.173E-06	-.004	-.014	.006
생식*문제해결능력	.000	-.380	-1.543	.006
결혼*문제해결능력	.000	-.363	-1.269	.004
경제 및 취업 * 사회적 지지	-.001	-.446	-1.575	.087
이별 * 사회적 지지	-.001	-.239	-.960	.095
생활환경 변화* 사회적 지지	-.003	-.444	-1.475	.090
불화 및 갈등* 사회적 지지	-.001	-.262	-.807	.087
사건 사고* 사회적 지지	.001	.288	.857	.078
새로운 환경* 사회적 지지	-.002	-.199	-.654	.091
생식 * 사회적 지지	-.005	-.253	-1.038	.069
결혼 * 사회적 지지	-.008	-.355	-.974	.083

## VI. 결론 및 논의

해마다 자살률이 증가하고 있지만 실제의 자살연구에 있어서는 자살사망자를 대상으로 한 연구가 거의 불가능하다는 제한점을 가지고 연구가 이뤄지고 실정이다. 따라서 현재까지 이루어진 자살에 대한 연구도 자살시도 행동이나 자살생각에 국한되어 있다. 본 연구도 이런 한계점을 안고 있다. 따라서 자살생각에 대한 연구결과가 자살시도 행동이나 자살완결 행동에 일반화시키지 못함을 주지하고자 한다.

그럼에도 불구하고 자살시도의 연구의 경우 자살로 이어지는 원인론적인 접근의 대안적 연구로서 의미가 있으며, 자살생각에 대한 연구는 자살시도나 자살행동으로 이어질 수 있는 것을 예방한다는 차원에서 의미가 있음을 언급하고자 한다(박경, 2005).

### 1) 결과에 대한 논의

본 연구에서는 현대 기혼여성이 겪고 있는 생활사건들 중에서 자살생각에 영향을 미치는 요인을 확인해보고, 생활사건의 스트레스와 자살생각의 상관관계, 개인적 자원으로 문제해결능력과 사회적 지지와 자살생각과의 상관관계를 검증해보고, 이 두 가지 변인이 자살생각을 중재하는지를 알아보았다.

연구결과를 살펴보면 첫째, 사회 인구학적 특징에 따른 자살생각의 정도의 차이에서 결혼지속 년 수와 가정의 부채에 따라서 자살생각의 정도가 유의미하게 나타났다. 즉, 부채의 정도가 5000만원에서 1억 사이의 대상자가 부채가 없는 대상자보다 유의미하게 자살생각이 높게 나왔는데, 이는 이후에 논의하게 될 자살생각에 영향을 미치는 요인이 '경제 및 취업'과 관련이 있다는 것을 나타내고, 경제 및 취업

요인 중 자녀에 대한 스트레스로 인한 자살생각이 높은 것으로 보아 결혼지속 년 수가 오래된 사람 일수록 자녀의 교육문제가 높은 스트레스로 작용해서 자살생각을 높일 수 있음을 시사한다.

두 번째, 생활사건 스트레스와 자살생각은 정적 상관관계를 보이고 있다. 즉, 생활사건 스트레스가 높을수록 자살생각이 높아짐을 알 수 있다. 이러한 연구결과는 생활사건 스트레스가 많은 고통을 주고, 정신 건강에 문제를 일으키며, 자살에까지 이르게 할 수 있다는 많은 연구 결과들과 일치한다. 자살과 관련된 행위와 연관된 생활사건으로는 친밀한 대인관계의 상실이나, 이별, 부모, 배우자 혹은 친구와의 갈등, 학교 혹은 직장에서의 어려움, 법률이나 규율 문제 등이 있으며, 부정적인 생활사건이 많을수록 자살생각이 높아진다는 다양한 연구와 일치한다(Shaffer, 1974; Brent 등, 1993 a; Gould 등, 1996; Beautrais 등, 1997; Mckeown 등, 1998; Rubenowitz 등, 2001 육성필 2002 재인용).

세 번째, 자살생각은 문제해결능력 중 그 하위요인인 문제해결지향과 부적 상관관계를 나타내고 있고, 문제해결기술 중 의사결정척도와도 부적 상관관계를 나타내고 있다. 여기서 문제해결 지향은 개인이 문제 상황에 처음 직면했을 때 보이는 즉각적인 인지적, 정서적, 행동적 반응을 말하는 것으로 연구결과를 해석하면 문제가 발생했을 때 문제를 인식하려는 주의 깊은 자세가 부족하거나 안정된 귀인이거나 평가, 기대가 낮을 때 자살생각이 높아짐을 의미하고 있다. 또한 문제 상황에서 정서상태가 부정적일 때 자살생각이 높아짐을 의미하고, 행동에 있어서는 문제를 해결하려고 하는 대신 회피하려는 행동 경향성이 높아질수록 자살생각이 높아진다는 것을 의미한다고 볼 수 있다. 그리고 또한 의사결정척도(DMS) 점수가 낮을수록 자살생각이

높아진다는 것은 슈나이더만의 자살시도자를 대상으로 한 연구결과(1993)에서도 보여지듯이 자살자들은 제한적 사고를 하고 감정이 함몰되어 있으며, 대처방식에 있어서 의식을 단절시키고 도망가는 형태라는 것과 유사한 결과를 보이고 있다. Clum(1994)의 연구에서 자살 사고에 영향을 미치는 인지적인 변인들 가운데 문제해결의 부족이 자살생각을 포함한 자살의 위험성을 높인다는 연구결과와 일치한다.

네 번째, 자살생각과 사회적 지지는 부적 상관관계를 나타내고 있다. 사회적 지지의 하위요인인 가족지지, 타인지지, 친구의 지지, 배우자의 지지 모두 자살생각과 부적 상관관계를 보이고 있는데, 이러한 결과는 사회적 지지가 낮을수록 자살생각이 높아짐을 의미한다. 사회적 관계가 없는 상황은 자살의 위험성을 높인다는 많은 연구결과와 일치하고 있음을 보여준다. Sainsbury(1955)의 연구에서는 런던에서 많은 자살자들이 혼자 독방에 기거하거나 호텔에 기거하였다고 보고하였고, Maris(2000)의 연구에서는 자살자들 중에서는 사회적 조직에 가입한 경우가 절반도 되지 않았고, 절친한 친구가 없는 사람이 49%라는 보고를 했다. De Wilde 등(1994)은 자살을 시도할 위험이 높은 청소년은 사회적 지지, 형제로부터의 이해, 가족 이외의 인간관계가 적으며, 아동기 때 보호자가 자주 변하는 등 생활의 변화가 많고 물질남용과 성적인 비행이 많다고 보고하고 있다. 이런 결과에서 보듯이 사회적 관계나 지지는 자살생각에 많은 영향을 미치고 있음을 본 연구에서도 확인할 수 있었다.

다섯 번째, 자살에 영향을 미치는 요인으로 ‘경제 및 취업’요인으로 나타났다. 이러한 결과는 자살과 관련된 위험요인이 사회-경제적인 불행, 빈곤과 실업과 관련이 있다는 많은 연구들과 일치되는 결과이다(Dubow 등, 1989; Andrew & Lewinsohn, 1992; Bucca 등, 1994;

Lesage등,1994; Fergusson & Lynskey, 1995 b; Piacentini 등; 1995; Gould 등, 1996; Beautrais 등, 1998a, 육성필 2002 재인용). 또한 오은경(2003)의 연구에서 자살생각에 영향을 주는 생활스트레스로 '직장, 돈, 명예와 지위의 사실'이 나온 결과와 일치하고, 노인의 자살변인 연구에서(김형수, 2002)에서 자살변인으로 심리적인 성향인 우울 다음으로 사회적 영향으로 경제 상태로 확인된 것과 일치한다.

Brenner(1979)는 경제적 상황, 실업과 총생산의 증감은 국민의 사망률과 자살률에 부정적인 영향을 준다는 가설을 세웠는데, 이후 Laporte(2003)의 연구에서 경제성장과 실업률 증가와 전체 사망률 하락과의 관계를 연구해서 가설을 증명했다. 우리나라의 경우에도 통계청의 자료에 의하면 1998년 IMF사태를 기점으로 자살률이 급등한 것은 경제적 상황이 자살률과 밀접한 상관성이 있음을 보여준다. 따라서 기혼여성의 자살생각에 있어서도 경제 및 취업 요인이 자살생각을 설명하는데 가장 높은 예측요인이 된다는 것은 현대 사회의 자살이 개인적인 소양이나 정신 병리의 문제에 국한된 것이 아니라 사회적 문제가 되고 있음을 증명하는 결과이다.

다섯 번째, 자살생각에 영향을 미치는 구체적인 생활사건 스트레스로 요인은 '본인 또는 남편의 퇴직' '형제, 자매의 죽음' '자녀가 집을 떠남' '자녀의 학교 성적이 떨어짐' '불화로 인한 부부의 별거' 로 나타났다. '본인 또는 남편의 퇴직'이나 자녀의 학교 성적이 떨어짐'은 경제 및 취업 관련 요인으로서 퇴직은 경제적 요인과 직접적으로 관련이 있으며 자녀의 성적이 떨어지는 것은 학교 성적이 미래의 경제 및 취업과 관련이 있는 한국 사회의 현실을 직접적으로 반영하고 있음을 알 수 있다.

그리고 Cheng(2000)의 연구에서는 상실한 사건이 자살에 많은 영

향을 미친다는 결과를 보여주고 있는데 ‘형제, 자매의 죽음’이 자살생각에 많은 설명을 하고 있는 것은 Cheng의 결과와 일치한다.

여섯 번째, 자살생각과 생활사건 스트레스의 관계에서 문제해결능력과 사회적 지지는 중재효과를 하지 못함을 이 연구의 결과는 보여주고 있다. 문제해결능력과 사회적 지지는 스트레스 연구에서 오랫동안 완충기제로 설명되어져 왔던 요인이나 자살생각의 효과에 관해서는 아직까지 국내에서 많은 연구가 이뤄지지 않았던 실정이었다. 배지연 등(2003)의 노인의 우울과 자살생각의 연구에서는 사회적 지지의 변인 중에서 친구의 지지가 완충효과가 있음이 밝혀진 것과 다르게 본 연구에서는 사회적 지지의 완충효과가 없었다. 또한 임수영(1995)의 중학생을 대상으로 한 사회적 지지의 완충효과와도 다른 결과이다. 이는 본 연구에서는 자살생각에 영향을 미치는 요인이 ‘경제 및 취업’요인이므로 사회적 지지나 문제해결의 수준으로는 스트레스를 해결하는데 중요한 역할을 하지 못하고 있음을 시사한다고 볼 수 있다. 특히 노인이나 청소년들과 다르게 기혼여성은 한 가정의 경제를 책임지고 운영하는 역할이 커지면서 스트레스의 양상이 다르다는 것을 보여주고 있다. 따라서 기혼여성의 자살생각에 대해서는 청소년과 노인과는 다른 방식으로 접근해야 할 필요성이 있을 것으로 보인다.

## 2) 연구의 의의

본 연구의 의의는 현재 우리나라의 자살률이 급격하게 증가하고 있는데 반해 자살에 대한 연구가 미비한 실정에서 자살에 대한 연구가 이뤄졌다는 것에 의미가 있다. 이런 연구 현실 속에서 노인과 청소년들을 중심으로 이루어진 연구가 대부분인데 반해 본 연구는 성

인 집단, 특히 그 중에서 실제로 자살률이 높고, 자살로 인한 부정적 영향력이 다른 집단보다 높을 수 있는 기혼여성을 대상으로 선택한 점에 의미가 있다.

현재 기혼여성의 자살에 대한 연구는 거의 없으며, 기혼여성의 스트레스와 관련한 연구는 많이 이뤄지고 있는 실정인데, 주로 우울증과 관련한 연구들이 대부분을 차지하고 있다. 이런 현실에서 본 연구는 자살에 대한 원인을 정신건강에서 찾는 것에서 출발하지 않고, 기혼 여성들이 일상에서 접하는 다양한 사건들에서 위험요인을 찾아보고자 했다. 이러한 시도는 자살예방이나 자살원인에 있어서 더욱 다각적인 모색을 할 수 있게 만들어 줄 수 있을 것이다.

또한 연구결과를 보면 자살생각에 영향을 미치는 요인이 경제 및 취업 요인이며 개인의 자원인 문제해결능력과 사회적 지지가 자살생각을 완화해주는 역할을 하지 못하고 있다는 것은 자살이 사회, 경제적 문제로 확대되었다는 것을 말해주고 있다. 이러한 결과를 참고로 기혼여성의 자살문제를 접근하고 예방하는데 더 많은 연구가 필요할 것이며 사회의 모든 구성원이 나서서 자살에 대한 문제의식을 높이고 자살률을 줄여나가는데 기여할 것이다.

### 3) 연구의 제한점과 제언

본 연구의 제한점은 살펴보고자 한다.

첫째, 표본의 크기가 작고 도시의 기혼여성으로 표본이 20,30대에 편중되어 있기 때문에 모든 기혼여성에게 일반화시키기엔 제한점이 있다.

두 번째, 생활사건 스트레스가 일시적이고 최근의 일을 중심으로 했기 때문에 만성적이거나 지속적으로 가지고 있는 문제에 대해서는

더 깊은 연구가 필요할 것이다.

셋째, 생활사건에서 위험요인을 찾아보고자 하는 연구 목적에도 불구하고 개인의 성향이나 다른 요소들에 대한 통제가 이루어지지 않아 직접적인 생활의 위험요인으로 보기엔 한계가 있다.

넷째, 일반적인 집단에서 느끼는 자살생각과 위험요인에 국한되었기 때문에 심각한 자살시도자나 자살위험군에 있는 대상자에게 적용하는데 한계가 있다.

이 연구를 토대로 후속 연구에 대해 제언하고자 한다.

첫째, 기혼여성을 대상으로 더욱 구체적인 생활사건 스트레스 요인과 함께 자살생각에 미치는 심리, 사회적 요인을 고찰하는 연구가 필요할 것이다.

둘째, 변화되어가는 기혼여성의 정체성이나 역할에 맞는 스트레스 요인과 위험요인을 측정하고 자살생각과의 관련성이 연구되어야 할 것이다.

셋째, 기혼여성 중 자살위험군을 대상으로 연구가 이뤄지거나 자살사망자의 후속 심리부검을 통한 연구가 이루어져 자살행동과 직접 관련된 연구들이 실행되어야 할 것이다.

넷째, 자살의 예방적 차원에서 자살생각을 증폭시키거나 완충하는 요인들에 대한 폭넓은 후속연구가 필요할 것이다.

다섯째, 임상적으로는 기혼여성의 자살생각을 줄여나가고 스트레스 요인에 대처해나갈 수 있도록 가족, 부부, 부모 프로그램이 사회적 지원으로 활성화되어야 할 것이다.

여섯째, 사회적으로 기혼여성의 스트레스가 야기되는 환경적, 제도적 개선이 이루어져야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 김충선 역, Durkheim, E. 저 (1994) 자살론. 청아출판사
- 조용범, 박상철(1998), 자살, 예방할 수 있다. 학지사
- 고성희 (1984) 생활사건 연구에 대한 비평적 분석  
*대한간호*, 23(2).49-68
- 고병학 (1980) 한국인의 생활사건에 관한 예비적 연구  
*충남의대 잡지*, 7(2).17-31
- 김형수(2002) 한국노인의 자살생각과 관련요인 연구  
*Journal of the Korea Gerontological Society*, 2002,  
Vol 22, No 1
- 김미현(1993) 주부의 가정생활상의 스트레스와 심리적 손상에 관한  
연구, 전남대학교 교육대학원 석사학위논문
- 민윤기(2005) 대학생의 자살위험요인 지각과 자살생각 평가  
*Journal of Student Guidance* 2005, Vol, 31
- 박 경 (2005) 청소년의 아동기 학대경험과 자살사고간의 관계에서 문  
제해결과 사회적 지지의 중재효과, *한국심리학회지: 학교*  
2005, Vol2, No,2
- 박미석(1998) 생활사건 스트레스와 삶의 질에 관한 연구  
*생활과학연구지* : 제13권 1998
- 배지연(2005) 노인의 우울 및 자살생각에 있어서 사회적지지의 완충  
효과, *Journal of the Korea Gerontological Society*, 2005,  
Vol 25, No 3
- 백기청 (1991) 스트레스와 생활사건  
*정신건강연구* Vol 10. 10-35

- 사승언(1994) 도시 가정주부가 초기상실 경험과 생활사건 스트레스가 우울에 미치는 영향, 한양대학교 대학원 석사학위논문
- 신민섭, 박광배, 오경자, 김종술(1990) 고등학생의 자살 성향에 관한 연구 *한국임상심리학회지*, Vol 9, 1990.
- 손수지(1994) 인지적 몰락과 자살생각이 대처양식에 미치는 영향  
중앙대학교 대학원 석사학위 논문
- 송복희(2005) 당뇨병환자의 스트레스, 사회적 지지 및 심리적 안녕감에 관한 연구(사회적 지지 주효과 분석을 중심으로). 건국대학교 사회복지학과 대학원 석사학위논문
- 오은경(2003) 자살생각 경험자의 심리 사회적 특성 연구 (사이버 자살 위기 상담을 중심으로), 가톨릭대학교사회복지 대학원 석사학위논문
- 우선유(1999) 청소년의 자살생각에 영향을 주는 변인에 관한 연구  
서울여자대학교 석사학위논문
- 유완상(1992) 서울시 가정주부의 생활사건 스트레스에 관한 연구  
한양대학교 대학원 의학박사 학위 논문
- 유외숙(2000) 스트레스, 정동성, 사회적 문제해결능력과 성욕구 및 충동의 관계 카톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문
- 육성필 (2002) 자살관련 변인의 탐색과 치료 프로그램 개발  
고려대학교 대학원 박사학위논문
- 윤성림(1990) 자살생각 경험을 지닌 청소년의 심리적 특성  
연세대학교 석사학위논문
- 이평숙 (1984) 생활사건과 관련된 스트레스량 측정에 관한 방법론적 연구, 연세대 박사학위논문
- 이선호(1998) 자존감과 사회적 지지 지각이 문제해결능력에 미치는

- 영향, 가톨릭 대학교 대학원 석사학위논문
- 임수영(1995) 중학생의 자살생각에 영향을 미치는 요인과 사회적 지지의 완충효과, 중앙대학교 석사학위 논문
- 임영식, 오세진(1999) 청소년 자살과 예방  
*사회과학연구* 제 12권, 제 1호
- 임영희(2004) 중년 기혼여성의 스트레스와 대처방안에 관한 연구  
 경희대학교 행정대학원 석사학위논문
- 장미희, 김윤희 (2005) 노인의 스트레스, 우울 및 자살생각간의 관  
*정신간호학회지* 제 14권 제 1호
- 전영자(1992) 전문직 취업주부의 역할갈등, 대처방안, 자아존중감,  
 심적 디스트레 간의 관계, 경희대학교 대학원 박사학위문
- 정원길(2001) 기혼여성의 스트레스 대처방안에 관한 연구  
 목원대학교 산업정보대학원 석사학위 논문
- 정유미(2004) 해결중심 집단상담 프로그램이 대학생의 사회적 문제해  
 결능력과 스트레스 대처능력에 미치는 효과, 한국교육대  
 학교 대학원 석사학위 논문
- 정영주(2006) 청소년의 자살생각에 영향을 미치는 요인의 구조적 분  
 석, 부산대학교 대학원 석사학위논문
- 제갈정(1993) 도시 중산층 주부의 스트레스에 관한 일 연구  
 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문
- 조용범(2002) Suicidal ideation, Acculturative Stress and Perceived  
 Social Support among Korean Adolescents, New school  
 university 박사학위논문
- 조현진(1990) 우울, 자기비하, 및 삶의 의미가 자살관념에 미치는 영  
 향, 서울대학교 석사학위논문

- 차운정(2001) 중년여성의 생활사건과 피로도와의 관계  
경희대학교 교육대학원 석사학위논문
- 최명숙(1998) 문제해결능력과 스트레스가 절망감 및 자살의도에 미치는 영향, 중앙대학교 석사학위논문
- 최애선(2002) 중년여성의 스트레스와 사회적 지지의 관계연구  
이화여자대학교 대학원 석사학위논문
- 최태산(1997) 청소년 비행과 자살생각에 미치는 가족행동의 심리적 변인간의 인과적 분석, 전남대학교 대학원 박사학위논문
- 하상훈(2001) 청소년의 자살행동과 심리사회적 변인과의 사회적 관계  
인하대학교 학생생활연구 Vol,21, 135-163
- 허정은(2004) 동성애자의 동성애 관련 스트레스 및 우울과 자살사고 간의 관계, 서울여자대학교 특수치료전문대학원 석사학위논문
- 홍영수(2004) 청소년 자살행동에 대한 생활스트레스와 심리사회적 자원의 영향, 연세대학교 사회복지대학원 박사학위논문
- 통계청(2005) 2004 사망원인통계
- Asarnow J., Carlson, G., & Guthrie, D(1987). Coping strategies, self perceptions, hopeless, and Perceived family environments in depressed and suicidal children Journal of Consulting and Clinical Psychology, 55,361-366
- Beck A,T, Kovacs M,& Weissman A (1979) Assessment of suicide intention: The scale for suicide ideation, Journal of Consulting and Clinical Psychology 47, 343-352
- Baumeister, R.F (1990) Suicide as escape from self. Psychological Review, 97.90-113

- Beck, A.T(1967) Depression : Clinical, experimental, and theoretical aspects. New York: Hoebner Medical Devison,
- Berman.A L Jobes D. A Adolescent suicide Assessment and intervention, Washington DC: American Psychological Association 1991
- Brown, G.W., & Birley ,J.L(1968).Crisis and Life change and the onset of schizophrenia, Journal of Health and Social Behavior, vol,9.203-219
- Chang E,C (1998) Cultural difference perfectionism and suicidal risk in a college Population : dose social problem solving still matter? Cognitive Therapy and Research. 22(3). 237-254
- Chang E,C (2002) Predicting suicide ideation in and adolescent population : examining the role of social problem solving as a moderator and amediator. Personality and Individual Difference 32, 1279-1291
- Clum, G, A Febbrato, A, R, (1994) Stress, social support and problem-solving appraisal/skill:prediction of suicide serverity within a college ample.Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment,16,69-83
- Cole, D.A (1989) Psychopathology of adolescent suicide: Hopelessness, coping beliefs, and depression, Journal of Abnormal Psychology, 98.248-255.
- Clark. D.C (1992) Rational Suicide and People with Terminal Conditions orDisabilities, Issues Law Med 8. 147

- Cobb S. (1976) Social support as a mediator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38. 300-314
- Cohen S., Kamarck T., Mermelstein(1983) R, A Global Measure of Perceived Stress *Health and Social Behavior*, 24, 385-396
- D'zurilla, T. J (1986). *Problem-solving Theory: A social competence approach to clinical intervention*. New York : Springer Publishing company
- D'zurilla, T. J and Goldfried, M,R (1971) Problem-solving and Behavior modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78. 107-126
- D'zurilla, T. J and Nezu, A,M(1982), *Problem-solving in adults*. New York:Academic Process
- Heppner P.P and Peterson C.H (1982) The development and implications of a personal -solving inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29, 66-75
- Henry, A F Short, J.F (1954) *Suicide and Homicide*. Glencoe, IL Free Press
- House J.,S *Work Stress and Social support*, Massachusetts: Addison\_Wesley, 1981: 27
- Holmes, T,H., & Rache, R.H (1967). The social readjustment scale, *Journal of Psychosomatic Research*, 11.213-218
- Hunter E,J., McCubbin, H.I., & Metres, P.(1974).*Family Separation and reunion* Washington D.C. : U.S Government Printing Office

- Lazarus, R.S., & Folkman .S (1984).Stress, appraisal and coping. N,Y: McGraw-Hill Book Co.
- Lester, D & Lin, Y(1999), External versus Internal Attributions in suicide and their implification for crisis intervention and suicide prevention.Psychological Reports, 85 393-396
- Linehan, M, M, Goldstein, J., Nielsen, & Chiles, J(1983) Reasons for staying alive when you are thinking of killing yourself: the reasons for living interventory. Journal of consulting and Clinical Psychology, 51,276-286.
- Linehan, M, M, Paul Camper, Chiles, J. A., Strosahl, M., & Lee, E. S(1998). A Comparison of incidence of suicidal thought in injured adolescents and noninjured adolescents in and emergency department. Univ of Alaska Anchorage. Bergster 4ed.
- Maris, R.W (2002) Suicide, The Lancet, 360, 319-326.
- Maris, R.W., Berman, A,L & Silvermman, M. M(2000), Comprehensive Textbookof suicidology. New York,London .The Guilford Press.
- Miller, J, S., Segal, D. L., & Coolidge, F L(2001). A Comparison of suicidal thinking and reasons for living among younger and older adults. DEath Studies, 25(4), 357-365.
- McCubbin, H.I & Patterson, J.M(1983).The Family Stress Process: The Double ABCX Model of Adjustment and Adaption, Marriage and Family Review, 7-37
- Myers J,K., et al. (1975, Life events, social integration and

- psychiatric symptomatology. *Journal of Health and Social Behavior*. vol 16. 421-427
- Rudd, M.D (1990) An integrative model of suicidal ideation. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 20, 16-30.
- Rudd, M. D & Joiner T (1996). Relationships Among Suicide Ideators, Attempters, and Multiple Attempters in a Young-Adult Sample. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(4), 541-550
- Shneidman, E. S(1987) Adolescents suicide . *Journal of Clinical Psychiatry*. 48, 56-63
- Shneidman, E. S (1993) *Suicide as Psychache : A Clinical Approach to Self-Destructive Behavior*, Northvale, New Jersey, London, Jason Aronson Inc.
- Strosahl, K D., Linehan, M.M., & Chiles, J. A (1984) Will the real social desirability please stand up? Hopelessness, depression, social desirability, and the prediction of suicidal behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52. 449-457.
- Selye, H(1956). *The stress of life*, Revised edition. McGraw-Hill Inc
- Yang, B & Clum, G. A (1994). Life stress, social support, problem-solving skills predictive of depressive symptoms, hopelessness, and suicide ideation in a Asian student population : A test of a model. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 24(1),127-139.

# ABSTRACT

## **A study on the Relationship between the Life Event Stress and Suicidal Ideation of the married women**

Hyun-mi Ryu

The department of Psychology

Graduate School of

Sungshin Woman's University

The research showed the strong relationship between Life Event Stress and Suicidal Ideation and therefore, this study attempted to find out the factors influencing on the Suicidal Ideation, and examined what kind of roles Social Problem Solving Ability and Perceived Social Support function as personal resources.

Specific purposes of this study are as follows.

1. to find out the differences between the Suicidal Ideation and the Life Event Stress based on the demographical characteristics of married women.
2. to find out the correlations among the Life Event Stress, the Social Problem Solving Ability, and the Perceived Social Support.
3. to study the factors of the Life Event Stress influencing on the Suicidal Ideation.
4. to examine whether the Social Problem Solving Ability and the

Perceived Social Support display the Moderating effect in the relations between the Suicidal Ideation and the Life Event Stress.

The subjects of the study were the married women in their 20s to 50s living in metropolitan areas of Seoul and Kyung-gi province. The social survey questionnaires consisting of their Life Event Stress, Suicidal Ideation, Problem-Solving ability, and Social Support. were administered to 250 subjects. Only 227 cases were analysed leaving out 23 incomplete cases. The analysis of the data was processed by using SPSS / WIN 12.0 with descriptive statistics, ANOVA, and Pearson Correlation Coefficient. Stepwise multiple Regression analysis were also conducted.

The results of the study are as follows.

1. The differences in the Suicidal Ideation based on the demographical characteristics showed statistically meaningful differences in term of the years of marriage and the amount of family debt.
2. The statistically meaningful correlations were demonstrated among the Suicidal Ideation, Life Event Stress, and Perceived Social Support. Also the same results were shown among the sub-factors of Suicidal Ideation and Life Event Stress such as 'economy and employment', 'change of life environment', and 'dissension and confliction', and 'marriage'.
3. Multiple regression analysis was performed to find out which

factors of Life Event Stress would affect the Suicidal Ideation. The result indicated that economy and employment variables accounted 25.8% of Suicidal Ideation variable. Specifically, husband's retirement, death of siblings, separation from adult children, academic under achievement of children, and separation from a spouse due to marital discord significantly influenced on Suicidal Ideation.

4 There was no moderating effect of the Social Problem Solving and Perceived Social Support on Suicidal Ideation and Life Event Stress.

Based on this research, further suggestions were made as follows:

1. Future study for married women may try to find out broader psychological and social factors influencing on the Suicidal Ideation as well as factors of more specific Life Event Stress.
2. Stress and risk factors for continuously altering married women's identities or roles should be measured, and correlations of Suicidal Ideation with them should be examined.
3. In terms of the prevention of suicide, suicide study with risky groups for suicidability, or study the life of suicide people should be conducted.
4. Suicide Ideation of married women should be dealt with carefully and clinically. Also, stress management program for the married couple should be revitalized to cope with life stress and for suicide prevention.

## 부 록 목 차

부록 1 : 생활사건 스트레스 척도 질문지

부록 2 : 문제해결능력 척도 질문지

부록 3 : 사회적 지지 척도 질문지

부록 4 : 자살생각 척도 질문지

# 설 문 지

No. \_\_\_\_\_

귀하의 소중한 시간을 내어 주셔서 감사합니다.  
본 질문지는 기혼여성의 스트레스를 알아보기 위한 것입니다.

귀하의 응답내용은 확실히 비밀이 보장되며,  
익명으로 통계 처리되어 오직 연구 목적으로만 사용됩니다.

한 문항도 빠짐없이 응답해 주시고,  
정답은 없으므로 자신이 느낀 바를 솔직하게 답해주시면 됩니다.

귀하의 솔직한 응답은 기혼여성의 스트레스와 대처방안 연구에 중  
요한 자료로 사용될 것입니다.  
본 연구에 도움을 주셔서 진심으로 감사드립니다.



성신여자대학교 대학원 심리학과  
임상심리학/ 인지행동 연구실

지도교수 채규만  
석사과정 연구원 류현미

■ 본 조사의 결과는 통계법 제 8조에 의거하여 비밀이 보장되며  
통계목적 이외에는 사용되지 않습니다.

1. 다음에는 우리가 일상생활에서 겪을 수 있는 여러 가지 사건들이 적혀있습니다. 각 항목들을 자세히 읽어보신 후, 최근 2년 동안 경험하신 사건에 대해 현재 느끼고 있거나 과거에 느꼈던 부담감과 긴장의 정도를 기록하여 주십시오. 해당되는 답에 빠짐없이 모두 표시해주시고 만약에 경험한 사건이 없는 경우에는 ‘관계된 경험이 없다’에 표시해 주십시오.

**0.관계된 경험이 없다**    1.괴롭지 않다    2.약간 괴롭다    3.상당히 괴롭다  
4.극도로 괴롭다.

1	결혼(본인)	0	1	2	3	4
2	남편의 죽음	0	1	2	3	4
3	친부모의 죽음	0	1	2	3	4
4	시부모의 죽음	0	1	2	3	4
5	이혼	0	1	2	3	4
6	불화로 인한 부부간의 별거	0	1	2	3	4
7	본인 또는 남편의 불임 발견	0	1	2	3	4
8	자녀의 허락할 수 없는 이성교제 및 동거	0	1	2	3	4
9	자녀의 죽음	0	1	2	3	4
10	가까운 친척의 죽음(조부모, 형제, 삼촌 등)	0	1	2	3	4
11	자녀의 중요한 시험의 실패	0	1	2	3	4
12	도둑, 강도, 침범, 화재 및 기타 재앙	0	1	2	3	4
13	유산 및 사산	0	1	2	3	4
14	폐경기	0	1	2	3	4
15	담보나 용자를 안고 새집을 삼	0	1	2	3	4
16	원하지 않던 임신	0	1	2	3	4
17	원하던 임신	0	1	2	3	4
18	시력, 청력, 치아 상태의 갑작스런 변화	0	1	2	3	4

0. 관계된 경험이 없다 1.괴롭지 않다. 2.약간 괴롭다 3.상당히 괴롭다 4.극도로 괴롭다

19	자녀가 집을 떠남	0	1	2	3	4
20	가족과 떨어져 생활을 함(본인 또는 가족의 해외 취업, 전근, 장기출장, 학교 진학, 유학 등)	0	1	2	3	4
21	본인 또는 남편의 재취업 또는 직장의 변화	0	1	2	3	4
22	본인 또는 남편의 사업실패 또는 실직	0	1	2	3	4
23	본인 또는 남편의 해고	0	1	2	3	4
24	본인 또는 남편의 승진 누락 및 인사 불만(좌천, 강등 기타)	0	1	2	3	4
25	본인 또는 남편의 정년퇴직	0	1	2	3	4
26	본인 또는 남편의 불임수술	0	1	2	3	4
27	이웃의 위기사건(화재, 범죄, 강도 등)	0	1	2	3	4
28	계획했던 휴가를 못 가게 됨	0	1	2	3	4
29	본인 또는 가족의 입원을 요할 정도의 질환이나 상처 발생	0	1	2	3	4
30	값을 능력이 없을 정도의 큰 빚을 짐	0	1	2	3	4
31	가정의 경제 상태가 어려워짐 (25% 이상의 실수입 감소)	0	1	2	3	4
32	자녀의 결혼	0	1	2	3	4
33	따로 살던 부모, 시부모 또는 자녀와 생활을 합침	0	1	2	3	4
34	애기를 낳음	0	1	2	3	4
35	금전상의 큰 손실을 봄(돈을 떼임, 사기 등 포함)	0	1	2	3	4
36	신앙생활의 변화(신앙생활 시작 또는 중단 또는 전환)	0	1	2	3	4
37	주거 및 이웃환경의 큰 변화(가옥 신축 및 개조 등을 말함) 이어나 새집을 구하는 경우는 제외	0	1	2	3	4
38	취미나 클럽활동상의 변화 (새로운 것을 시작, 중단 또는 전환)	0	1	2	3	4
39	형제 또는 자매의 죽음	0	1	2	3	4

0. 관계된 경험이 없다 1. 괴롭지 않다. 2. 약간 괴롭다 3. 상당히 괴롭다 4. 극도로 괴롭다.

40	가족의 자살기도	0	1	2	3	4
41	주변의 증상모략을 받음	0	1	2	3	4
42	가사결정권이나 실권이 줄어들 (남편, 시부모 또는 자녀에게 넘겨주는 등의 경우를 말함)	0	1	2	3	4
43	남편의 외도 또는 부정	0	1	2	3	4
44	본인 또는 남편의 직장 상사나 동료와의 불화	0	1	2	3	4
45	부부간의 의견 및 성격차이로 불화	0	1	2	3	4
46	장래의 진로 설정 문제의 고민	0	1	2	3	4
47	시댁 식구와의 불화, 또는 남편의 처가식구와의 불화	0	1	2	3	4
48	가족의 술 및 약물사용 또는 노름과 관계된 방탕한 생활	0	1	2	3	4
49	이웃과의 불화	0	1	2	3	4
50	같이 사는 가족의 노망기	0	1	2	3	4
51	본인의 끊을 수 과음, 약물사용 또는 노름	0	1	2	3	4
52	자녀의 학교성적이 떨어짐	0	1	2	3	4

2. 아래의 질문들은 귀하의 가족, 친구, 그리고 귀하와 관련을 맺고 있는 사람들과의 배우자와의 관계에 대한 내용들입니다. 해당되는 칸에 표시 해주십시오.

1. 전혀 그렇지 않다    2. 그렇지 않다    3. 그저 그렇다    4. 매우 그렇다  
5. 완전히 그렇다

1	내 주위에는 내가 어려울 때 나를 도와 줄 특별한 사람이 있다.	1	2	3	4	5
2	나에게는 나의 슬픔과 기쁨을 함께 나눌 특별한 사람이 있다.	1	2	3	4	5
3	나의 가족들은 나에게 도움을 주고자 진정으로 노력한다.	1	2	3	4	5
4	나는 내가 필요로 하는 정서적 도움과 지지를 가족들로부터 얻는다.	1	2	3	4	5
5	나에게는 나를 진정으로 위로해 줄 특별한 사람이 있다.	1	2	3	4	5
6	나의 친구들은 나에게 도움을 주고자 진정으로 노력한다	1	2	3	4	5
7	어떤 일들이 잘못되었을 때 나는 나의 친구들에게 의지할 수 있다.	1	2	3	4	5
8	나는 나의 문제들에 대해 가족들과 이야기를 나눌 수 있다.	1	2	3	4	5
9	나는 나의 슬픔과 기쁨을 함께 나눌 친구들이 있다.	1	2	3	4	5
10	내 인생에는 나의 감정을 보살펴 주는 특별한 사람이 있다.	1	2	3	4	5
11	나의 가족들은 내가 어떤 일을 결정할 때 기꺼이 도움을 주려고 한다.	1	2	3	4	5
12	나는 나의 문제에 대하여 친구들과 이야기를 나눌 수 있다.	1	2	3	4	5
13	내 배우자는 그때그때 내 기분을 대부분 이해하고 있다.	1	2	3	4	5
14	때때로 나는 배우자에게 속마음을 털어놓지 못해서 친구에게 대신 얘기 한다.	1	2	3	4	5

15	내 배우자는 때때로 내가 어떻게 느끼는지 이해하지 못한다.	1	2	3	4	5
16	내가 슬퍼할 때마다 내 배우자는 나에게 사랑과 행복을 느끼게 해준다.	1	2	3	4	5
17	내 배우자는 나에게 자신의 감정을 잘 표현하지 않는다.	1	2	3	4	5
18	내 배우자는 나에게 사랑을 표현하기 위해 여러 가지 일들을 한다.	1	2	3	4	5
19	내 배우자는 때때로 나를 정말 필요로 하는 것 같지 않다.	1	2	3	4	5
20	때때로 나는 배우자가 나를 정말로 사랑하고 있는지 궁금하다.	1	2	3	4	5
21	나는 매우 슬픈 감정도 배우자에게 거리낌 없이 표현할 수 있다.	1	2	3	4	5
22	내 배우자는 내가 힘들 때 내가 중요한 존재임을 느끼게 해준다.	1	2	3	4	5
23	내 배우자는 기분이 우울할 때마다 나에게 도움을 구한다.	1	2	3	4	5
24	내 배우자는 때때로 나에게 충분한 배려를 하지 않는다.	1	2	3	4	5
25	우리는 결혼생활에서 사랑과 애정을 많이 표현한다.	1	2	3	4	5

3. 다음은 우리가 일상생활에서 당면하게 되는 문제들에 대하여 사람들이 어떻게 느끼고, 생각하고 행동하는지에 대한 문항들입니다. 당신이 어떤 문제에 부딪혔을 때 대개의 경우 어떻게 생각하고 느끼고 행동하는지를 해당번호에 O 표 해주시기 바랍니다.

1. 전혀 그렇지 않다 2. 조금 그렇다 3. 보통이다 4. 매우 그렇다 5. 상당히 그렇다

1	문제를 빨리 해결하지 못하고 힘과 노력이 많이 들 때면 나 자신이 무능하고 바보같이 생각된다.	1	2	3	4	5
2	문제를 해결해야 할 때는 그 문제에 가능한 모든 정보를 검토해 보고 가장 중요한 것이 무엇인지 결정하려 한다.	1	2	3	4	5
3	문제를 해결하려고 하기 보다는 걱정하느라 너무 많은 시간을 보낸다.	1	2	3	4	5
4	중요한 문제를 해결해야 할 때는 급해지고 두려워진다.	1	2	3	4	5
5	결정을 내릴 때 다른 가능성들을 충분히 생각해서 비교하고 평가하는 편은 아니다.	1	2	3	4	5
6	문제가 생겼을 때 해결책이 있을지 의심이 된다.	1	2	3	4	5
7	가장 좋은 해결책을 택하려 할 때, 각각의 해결책이 다른 사람들에게 어떤 영향을 미칠지는 충분히 고려하지 못하는 때가 종종 있다.	1	2	3	4	5
8	문제를 해결하려 할 때 여러 가지 가능한 해결책들을 생각해 본 후 그것들을 종합해서 더 나은 해결책을 찾으려고 한다.	1	2	3	4	5
9	중요한 결정을 내릴 때는 신경이 예민해지고 자신감이 없어진다.	1	2	3	4	5
10	문제 해결에 한번 실패를 하더라도 쉽게 포기하지 않고 계속해 나간다면 결국에는 잘 해결할 수 있을 것이라고 생각한다.	1	2	3	4	5
11	문제를 해결하려 할 때 머릿속에 제일 먼저 떠오른 생각대로 행동한다.	1	2	3	4	5
12	문제가 생겼을 때 문제 속에 해결책이 있다고 믿는다.	1	2	3	4	5
13	복잡한 문제가 생겼을 때 한 번에 하나씩 해결할 수 있는 작은 문제들로 나누어 보려 한다.	1	2	3	4	5
14	해결책을 쓴 후에 그 해결책을 쓰기로 했을 당시에 예상했던 결과와 실제 결과를 비교해 보지는 않는다.	1	2	3	4	5

1. 전혀 그렇지 않다 2. 조금 그렇다 3. 보통이다 4. 매우 그렇다 5. 상당히 그렇다

15	문제가 생기면 내가 해결하기 전에 먼저 저절로 해결되는지를 보려고 기다린다.	1	2	3	4	5
16	문제가 생기면 그 상황을 분석하고 내가 마음먹은 대로 못하도록 가로막는 것이 무엇인지를 확인한다.	1	2	3	4	5
17	문제 해결에 한번 실패하면 매우 화가 나고 좌절감을 느낀다.	1	2	3	4	5
18	어려운 문제가 생길 때는 내가 아무리 노력한다 해도 해결할 수 있을지 걱정스럽다.	1	2	3	4	5
19	해결책을 쓴 후에는 대개 그 결과에 만족스러워 한다.	1	2	3	4	5
20	문제를 해결하려고 하기 전에 우선 그 문제가 먼저 해결되어야 할 다른 중요한 문제 때문에 생겨난 것이 아닌지 알아본다.	1	2	3	4	5
21	문제가 발생하면 바로 해결하지 않고 가능한 미뤄둔다.	1	2	3	4	5
22	해결책을 쓴 후에는 그 결과들을 모두 찬찬히 평가해보는 시간을 갖지는 않는다.	1	2	3	4	5
23	내 인생의 문제들이 생기면 애써 피하려고 한다.	1	2	3	4	5
24	가장 어려운 문제들이 생기면 매우 당황한다.	1	2	3	4	5
25	가장 좋은 해결책을 결정하려 할 때 각각의 해결책에 따라 행동했을 때 오는 종합적인 결과를 예측해 보려 한다.	1	2	3	4	5
26	문제를 피하지 않고 정면으로 부딪힌다.	1	2	3	4	5
27	문제를 해결하려 할 때 판에 박히지 않고 독창적인 해결책을 생각하려 한다.	1	2	3	4	5
28	문제를 해결하려 할 때 머릿속에 떠오른 첫 번째 생각에 따른다.	1	2	3	4	5
29	해결책을 찾으려 할 때 여러 가지 가능한 해결책을 생각해 보고 나온 해결책을 만들어 내기 위해 어떻게 수정해 나갈지를 생각한다.	1	2	3	4	5
30	해결책을 생각할 때 여러 가지 해결 방법들이 잘 떠오르지 않는다.	1	2	3	4	

1. 전혀 그렇지 않다 2. 조금 그렇다 3. 보통이다 4. 매우 그렇다 5. 상당히 그렇다

31	문제에 직접 부딪혀서 어떻게든 해결하려고 하기 보다는 피한다.	1	2	3	4	5
32	결정을 내릴 때 각각의 해결책들이 가져오게 될 눈앞의 결과뿐만 아니라 장기적인 결과들도 고려한다.	1	2	3	4	5
33	해결책을 쓴 후 무엇이 잘 되었고 무엇이 잘못되었는지 생각한다.	1	2	3	4	5
34	해결책을 생각해 볼 때 가능한 여러 가지를 생각해보려 한다.	1	2	3	4	5
35	해결책을 쓴 후에는 내 기분을 돌아보고 얼마나 기분이 더 나아졌는지를 생각해 본다.	1	2	3	4	5
36	실제로 문제가 발생한 상황에서 해결책을 쓰기 전에 성공 가능성을 높이기 위해 그 해결 방법을 연습해본다.	1	2	3	4	5
37	어려운 문제가 생길 때 내가 열심히 노력만 한다면 문제를 해결할 수 있다고 믿는다.	1	2	3	4	5
38	문제가 생기면 우선 가능한 한 그 문제에 대한 여러 가지 정보들을 알아보려고 한다.	1	2	3	4	5
39	문제를 해결하기 전에 그것이 내가 반드시 해결해야 할 더 큰 문제의 일부분에 불과한 것이 아닌지를 알아보려 한다.	1	2	3	4	5
40	어떤 해결책을 쓰기에 는 늦을 때까지 문제 해결을 늦추곤 한다.	1	2	3	4	5
41	문제를 해결하기 전에, 그 문제의 상황을 평가해서 그 문제가 나에게 소중한 사람들에게 얼마나 중요한 것인지를 살펴본다.	1	2	3	4	5
42	문제를 해결하기보다는 그 문제를 피하느라 더 많은 시간을 보내는 것 같다.	1	2	3	4	5
43	문제를 해결하려고 하면 너무 당황스러워 제대로 생각할 수가 없다.	1	2	3	4	5
44	해결책을 생각하기 전에 하고자 하는 것이 무엇인지를 명확히 해주는 구체적인 목적을 정한다.	1	2	3	4	5
45	가장 좋은 해결책을 정하려 할 때, 각 해결책이 갖는 이득실에 대해 시간을 갖고 생각해 보지는 않는다.	1	2	3	4	5
46	내가 쓴 해결책의 결과가 만족스럽지 않을 때는 무엇이 잘못되었는지를 알아내어 다시 시도한다.	1	2	3	4	5

1. 전혀 그렇지 않다 2. 조금 그렇다 3. 보통이다 4. 매우 그렇다 5. 상당히 그렇다

47	어려운 문제를 해결하려고 할 때 너무 당황스러워서 혼란되고 어리둥절해진다.	1	2	3	4	5
48	나에게 일어나는 문제들을 해결하기가 싫다.	1	2	3	4	5
49	해결책을 쓴 후에 그 문제 상황이 얼마나 나아졌는지 가능한 면밀히 살펴보려 한다.	1	2	3	4	5
50	문제를 해결할 때 침착하고 냉정한 태도를 유지한다.	1	2	3	4	5
51	문제가 생기면 그것을 하나의 도전의 기회로 보거나 긍정적인 면에서 어떤 이득을 얻을 수 있는 기회라고 생각한다.	1	2	3	4	5
52	문제를 해결하려 할 때는 더 이상 다른 생각이 떠오르지 않을 때까지 가능한 여러 가지 해결책을 생각한다.	1	2	3	4	5
53	가장 좋은 해결책이 무엇인지 결정하려 할 때는 각각의 해결책이 가져올 결과를 신중히 생각해보고 각각을 서로 비교해 본다.	1	2	3	4	5
54	중요한 문제를 해결해야 할 때면 기분이 우울해지고 움직이기가 싫어진다.	1	2	3	4	5
55	나의 문제 해결책은 대개 성공적이다.	1	2	3	4	5
56	어려운 문제가 생기면 그 문제를 피하거나 도와줄 사람을 찾게 된다.	1	2	3	4	5
57	가장 좋은 해결책이 무엇인지 결정하려 할 때는 각각의 해결책을 써봤을 때 내 기분이 어떨지는 생각해본다.	1	2	3	4	5
58	문제를 해결할 때는 그 문제에 영향을 끼쳤을만한 내 주변 상황들을 검토해 본다.	1	2	3	4	5
59	문제가 생기게 되면 나 자신을 탓하게 된다.	1	2	3	4	5
60	결정을 내릴 때 해결책들이 가져올 결과에 대해 깊이 생각해 보지않고 내 기분에 따라 결정한다.	1	2	3	4	5
61	결정을 내릴 때 해결책을 체계적으로 평가하고 비교한다.	1	2	3	4	5
62	문제 해결책을 찾으려 할 때 목적이 무엇인지 항상 염려해 둔다.	1	2	3	4	5
63	문제 해결에 한 번 실패하게 되면 포기하고 도움을 구해야한다는 생각이 든다.	1	2	3	4	5
64	기분이 좋지 않을 때 왜 그런지 문제점을 찾아보려 하기 보다는 그 기분대로 그냥 지낸다.	1	2	3	4	5

1. 전혀 그렇지 않다 2. 조금 그렇다 3. 보통이다 4. 매우 그렇다 5. 상당히 그렇다

65	문제 해결책을 찾으려 할 때는 가능하면 여러 가지 각도에서 그 문제를 보려고 한다.	1	2	3	4	5
66	문제를 이해하기 힘들 때는 그 문제가 명확해지도록 더 구체적이고 상세한 정보를 구하려 한다.	1	2	3	4	5
67	문제가 생기면 그것을 잘 해결하지 못했을 때 생길 수 있는 피해나 손해를 자꾸 생각하게 된다.	1	2	3	4	5
68	문제 해결에 한번 실패하게 되면 용기를 잃고 우울해진다.	1	2	3	4	5
69	내가 쓴 해결책으로 문제가 만족스럽게 해결되지 않았을 때, 왜 그렇게 되었는지 시간을 갖고 면밀히 검토해보지는 않는다.	1	2	3	4	5
70	결정을 내리게 될 때는 내가 충동적인 것 같다.	1	2	3	4	5

4. 다음은 여러분의 **삶에 대한 의견**을 알아보고자 하는 문항입니다.  
 자신의 생각과 일치한다고 생각되는 점에 ○표 해주십시오.

1. 전혀 없다      2. 거의 없다      3. 약간 있다      4. 상당히 있다      5. 많이 있다

1	살고 싶은 소망은	1	2	3	4	5
2	죽고 싶은 소망은	1	2	3	4	5
3	실제로 자살 시도를 하려는 욕구가 있다.	1	2	3	4	5
4	자주 자살하고 싶은 생각이 든다.	1	2	3	4	5
5	실제로 자살 할 수 있는 능력이 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5
6	자살에 대한 생각을 실행하기 위해 실제로 준비한 적이 있다.	1	2	3	4	5
7	자살하려는 글(유서)을 쓴 적이 있다.	1	2	3	4	5
8	자살에 대한 생각을 다른 사람에게 이야기 한 적이 있다.	1	2	3	4	5
9	죽음을 예상하고 한 일(예, 보험, 유언)등이 있다.	1	2	3	4	5
10	자살하고 싶은 충동을 통제할 수 있다.	1	2	3	4	5
11	자살에 대해 깊게 생각했을 때 구체적인 방법까지 계획한 적이 있다.	1	2	3	4	5
12	정말 자살시도를 할 것이라는 확신이 있다.	1	2	3	4	5
13	실제로 자살시도를 방해하는 것이 있다.	1	2	3	4	5
14	자살하고 싶은 생각이나 소망이 오랫동안 지속된 적이 있다.	1	2	3	4	5

5. 아래부터는 귀하의 일반적인 사항에 대해 묻고자 합니다.  
해당되는 곳에 답해 주시기 바랍니다.

1. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까?

만\_\_\_\_\_세

2. 귀하의 결혼 상태는 어떠하십니까?

1)동거 2)별거 4)사별 5)이혼 4)재혼

3. 귀하의 최종학력은 어떻게 되십니까?

1)국졸 2) 중졸 3)고졸 4)전문대졸 5)대졸 6)대학원졸

4. 결혼한지는 얼마나 되었습니까?

1) 1~5년 2) 6~10년 3) 11~15년 4) 16~20년 5) 20년 이상

5. 귀하는 현재 직장을 다니고 있습니까?

- 1) 전업주부
- 2) 부업을 하고 있다
- 3) 직장에 다니고 있다
- 4) 남편과 함께 일을 하고 있다.

6. 현재의 가족 형태는 어떻게 되십니까?

- 1) 핵가족
- 2) 확대가족(시부모)
- 3) 확대가족(친정부모)
- 4) 친정이나 시댁의 형제자매와 동거

7. 자녀의 수는 어떻게 되십니까?

- 1) 없다
- 2) 1명
- 3) 2명
- 4) 3명 이상

8. 귀하의 경제적 수준은 어떻게 되십니까?

- 1) 월 100만원 미만
- 2) 월 100 ~ 200만원
- 3) 월 200 ~ 300만원
- 4) 월 300 ~ 400만원
- 5) 월 400만원 이상

9. 귀하의 가정에 부채는 어느 정도입니까?

- 1) 없다
- 2) 1000만원 미만
- 3) 1000만원~ 3000만원
- 4) 3000만원~ 5000만원
- 5) 5000만원~ 1억
- 6) 1억 이상

10. 현재 귀하의 신체적인 건강상태는 어떻습니까?

- 1) 건강한 편이다.
- 2) 보통이다.
- 3) 잔병치레를 많이 한다.(예, 감기몸살, 잦은 피로감, 가벼운 위장계통 질환 및 두통)
- 4) 병을 앓고 있다(예, 심장질환, 자궁질환, 당뇨, 등)
- 5) 불치병을 앓고 있다(예, 암, 희귀병, 에이즈 등)

11. 귀하는 어떤 종교를 가지고 있습니까?

- 1) 없다    2)기독교    3)천주교    4)불교    6)기타\_\_\_\_\_

--- 설문에 참여해주셔서 감사합니다 ---

## 감사의 글

이 논문이 나오기까지 도와주고, 함께 고민해주고, 신경써주고, 옆에서 힘을 준 모든 분들에게 감사의 마음을 전합니다.

부족한 실력 나무라지 않고 지도해주시고 배려해주신 채규만 선생님께 감사의 마음 전합니다.

그리고 논문 쓰는데 길동무가 되어주었던 회연이, 함께 오는 동안 수고스러웠지만 즐거웠다. 서로 힘내자고 격려하면서 앞으로도 그렇게 살자^^

그리고 정훈이 은선이, 이쁜 두 사람, 정말 너무 고맙다.

그리고 바쁜데도 설문지 열심히 돌려준 선배, 후배, 동기들한테 고맙다는 말 전합니다.

그리고 절 항상 걱정하시고, 사랑해주시는 조건 없는 내 마음의 지지자이자, 제가 건장한 마음을 가질 수 있도록 길러주신 부모님, 정말 감사합니다. 늘 자랑스러운 딸이 되도록 열심히 살아가리라 약속드립니다. 건강하세요.

설문지 돌리는데 기꺼이 동참해준 우리 가족들, 언니, 새언니들에게도 고맙다는 말 전합니다.

내 삶의 에너지인 회사 식구들 모두 고마웠습니다.

그리고 내 인생의 동반자이자, 여기까지 오도록 이끌어 준 나의 든든한 후원자인 남편에게도 고마운 마음 전합니다.

마지막으로 내 인생의 보석, 내 딸...윤서에게 고마움과 미안함과 사랑을 전합니다.

너무나 부족한 논문을 세상에 내놓게 되어 아쉬움과 허탈감으로 마음이 어지럽습니다.

그래도 늘 부족한 엄마이고, 아내이고, 학생이지만 최선을 다하려고 애쓴 나한테도 수고했다는 말 전하고 싶습니다.