

# 청소년 자살생각 예방에 있어서 여가활동의 중재적 역할\*

- 근거이론 및 구술사 방법론을 중심으로 -

The Moderated Role of Leisure Activities on Preventing Adolescents' Suicide Ideation: Focused on Grounded Theory & Oral History

박종구\*\*

Park, Joung-Koo

## ABSTRACT

*The study investigated the effect of leisure activities on preventing adolescents' suicide. The article explored why participation of leisure may be used to decrease suicide ideation for understanding the psychological effects such as human relation, vitality, emotion control, curiosity, and positiveness. Data were analyzed personal experiences of suicide ideation during their leisure activity participation by using the grounded theory and oral history method of 14 adolescents. As student felt more stress about schoolwork, they felt more suicidal compulsion and as their self-esteem, peer relation and teacher's support were higher, their suicidal compulsion was lower. The result revealed that adolescents who had participated in leisure activities were turned out to have higher self-esteem due to disappearing their suicide impulse. Also, the positive leisure activities seems to be neighborhood peer group and to be social organizations.*

**핵심용어(Key words) :** 여가활동(Leisure activity),

청소년 자살생각 예방(Preventing adolescents' suicide ideation),

근거이론(Grounded theory),

구술사방법(Oral history method)

www.kci.go.kr

\* 이 논문은 2010년도 정부(교육과학기술부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(NRF-2010-332-2010-1-B00615).

\*\* 동국대학교 호텔관광경영학부 부교수. e-mail: jkpark85@dongguk.ac.kr

## I. 서 론

한국 사회는 최근 하루 평균 42.2명이 스스로 목숨을 끊고 있어, OECD 자살률 1위를 차지하고 있으며, 이중 특히 청소년의 자살문제는 심각하여 전체 청소년들의 20.2%가 자살을 생각한 적이 있으며, 청소년의 6.7%가 자살을 시도한 적이 있다(통계청, 2010).

박경애·구본용·김원중·송종용(1993)에 따르면, 청소년들은 부모로부터 야단과 질책, 학업 및 진로의 불확실성 등으로 인해 높은 자살생각을 느끼게 된다. 특히 청소년들의 학업부진은 학교생활의 부적응, 친구 사귀기 실패, 열등감, 미래에 대한 과도한 스트레스 등으로 인한 낮은 자존감은 학교생활에 부적응은 물론, 심할 경우 자살행동의 동기가 되기도 한다. 그 외에도 중요한 인물상실, 경제적 문제, 질병 등의 환경적 스트레스와 부모, 이성, 선생님과과의 대인관계로 인한 스트레스 등이 청소년의 자살생각과 관련이 깊은 요인들이다(우선유, 1999; 정연우, 2001).

자살생각과 관련된 청소년을 조기에 발견하고 이를 예방하기 위하여 생명존중 문화의 조성 외에도 학교, 학부모, 지역교육청, 청소년쉼터 등 커뮤니티 전체 시스템 아래에서 여가활동을 통한 자살예방효과의 검증은 여가활동의 사회적 개입의 효과를 밝혀줄 것이다. 또한 여가/레크리에이션 분야의 사회적 문제해결 능력, 사회적 역할수행에 대한 긍정적 역할을 충족시킬 수 있다.

우리 사회에서 우울증과 스트레스가 높아 무력감 때문에 자살생각이 높은 청소년의 여가경험을 심층적으로 탐색하는 것은 중요하다(김기욱·김순옥·황선진·이수진·현은자·최인수·유현정, 2005; 홍영수(2006). 여가활동을 통해 스트레스해소, 자기효능감의 증진, 절망적인 상황에서 심리적 안녕감(Taylor & Stansfield, 1984) 등을 통해 청소년의 충동적이고, 모방적인 자살생각의 예방에 있어서 여가활동들이 효과가 있을 것이다란 논의만 있지, 이를 뒷받침할 만한 구체적인 연구들은 부족한 실정이다. 즉 자살예방효과에 관련된 논의는 체육활동 위주의 사회레크리에이션, 사회복지 차원에서만 주로 논의되고 있어, 관광학의 또 다른 영역인 여가활동을 통해 청소년의 자살예방 효과를 살펴보는 것은 의미가 있을 것이다.

본 연구는 자살생각을 지닌 청소년들의 일상생활에서 중요한 부분을 차지하고 있는 여가활동이 자살생각의 감소에 미치는 중재조건의 하나로 역할, 그리고 이에 따른 대처 형태를 탐색적으로 규명하고자 한다. 이를 위해 청소년의 일상적 삶을 여가활동시간대과 학업시간, 기초일상활동, 아르바이트(가정, 학습, 교제 등) 등으로 구분해 각 활동내에서 여가활동들이 청소년의 심리적 우울감을 줄이는 효과

를 탐색적으로 규명하고자 한다. 기존 계량적 연구에서 밝힐 수 없었던 청소년들의 자살생각에 대한 원인 유형화 및 여가활동을 통한 자살생각의 극복상황의 유형화를 통해 여가활동의 유형이 어떻게 자살생각을 감소시킬 수 있는지를 규명하기 위해서 자료수집은 구술사방법, 내용분석은 근거이론을 토대로 한다.

## II. 이론적 고찰

### 1. 청소년의 자살생각의 개념과 특성

세계보건기구(WHO)는 자살을 '치명적인 결과를 초래하는 자해행위'로서 자기 자신에게 가한 상해로 정의하였다. 자살은 기대하는 상황과 현실상황 사이의 괴리에서 발생하는 생활스트레스로부터 도피하려는 욕구가 합해져 나타난다(Baumeister, 1990). 자살생각(suicidal ideation)이란 죽음에 대한 생각과 자살을 하는 수단에 대한 생각까지 포함한다. 또한 자살시도(suicidal attempt)는 고의적이고 실제적인 자해 등을 포함하며, 실행(completion)은 실제적인 자살을 의미하는 것으로 구분된다. 즉 자살생각은 행동으로는 표출되지 않은 심리적 증상을 말하고, 자살계획은 자살에 관련된 행동의 표현은 있으나 자해에는 이르지 않은 것이며, 자살시도는 표출된 자해행동을 말한다.

본 연구에서 청소년의 연령적 구분을 사춘기가 시작되는 12세부터 신체적 성장이 거의 끝나는 20세까지로 정한다. 실질적 자살행위보다는 Sandin, Chorot, Santed, Valiente, & Joiner(1998)의 (1)자살생각 → (2)자살시도 → (3)자살실행이라는 단계에서 (1) 단계에 주목한다. 그 이유는 첫째, 청소년의 고우울증 자살 위험군은 실제로 연구단계에서 접할 기회가 거의 없다는 현실적 이유 때문이다. 이들은 청소년 쉼터나 자살예방센터에서 자살예방교육을 받기 보다는 인터넷 동반자살 사이트 등을 통해 익명으로 활동하며, 설문조사에도 응할 의사가 없을 것이다.

청소년 자살은 성인들과는 다른 특성이 있다. 첫째, 성인은 우울증과 정신분열증 등의 정신병적 원인으로 인해 자살을 시도한다. 반면 청소년은 정신질환의 표현이라고만 볼 수 없다. 평소에 잘 기능하던 정상 청소년들도 갑작스런 스트레스나 어려움을 회피하려는 충동적인 욕구 혹은 남을 조종하려는 의도, 자신에게 부당하게 대했다고 지각하는 가족이나 친구에 대한 보복 등이 자살의 중요한 요인이 될 수 있다(홍나미·정영순, 1999; Glaser, 1981). 둘째, 대부분이 사전 계획

없이 충동적으로 시도된다. 이것은 청소년기에 성취해야 할 과업은 많은데 비하여 충동성이 심화되는 청소년 시기는 한 순간의 우울한 기분에 의해 충동적으로 자살을 시도할 위험이 높다(신민섭·박광배·오경자·김중술, 1990). 셋째, 청소년들은 실제 자살하려는 의도를 가지고 자살하기보다는 자신의 괴로움을 표현하는 수단으로 자살을 선택하는 경우가 많다. 자살을 시도한 청소년 10%만이 1년 안에 자살을 재시도 하였고, 90%는 다시 자살을 시도하지 않았다(Hawton, Osborn, O'Grady, & Cole, 1982). 이는 청소년이 최종 목표로서 자살을 선택하는 것이 아니라 단지 괴로운 현실을 도피하기 위한 수단으로 선택하였음을 보여준다.

결론적으로 자살행동에 대한 측정에 있어서 고려해야 할 문제가 있다. 즉 일반 인구집단에서 조사일 이전 단기간 동안의 자살시도 사례 수는 매우 적다. 청소년들을 대상으로 한 자살행동의 연구는 자살생각과 자살계획으로 제한하는 것이 현실적이다. 본 연구는 일반인구집단에 속한 청소년들을 대상으로 하므로 자살행동을 자살생각과 자살계획으로 제한하여 연구하고자 한다.

## 2. 청소년의 생활 스트레스와 자살 생각

청소년들의 자살에 영향을 주는 것은 생활스트레스에 달려 있다. 자살에 미치는 요인들을 다루는 연구들에서 밝혀진 자살생각의 유발요인들은 <표 1>과 같다.

일반적으로 자살생각의 유발요인들은 (1)우울 및 절망감(홍영수·전선영, 2005), (2)생활스트레스(심미영·김교현, 2005), (3)부정적인 가족경험(박광배·신민섭, 1991), (4)알코올 등 물질남용(Rich, Fowler, & Fogarty, 1990), (5) 성격장애 혹은 행동장애(Baumeister, 1990), (6)낮은 사회적 지지 및 친구관계(Morano, Cisler, & Lemerond, 1993), (7)미디어 등을 통한 자살사건의 접촉(Shaffer, 1988) 등으로 요약된다.

이러한 요인들중 선행연구들은 생활스트레스(life stress)를 중심으로 자살발생 빈도와 자살률의 관계를 밝혀왔다(Lazarus & Folkman, 1984). 가까운 사람들의 죽음, 이혼, 자신의 갑작스런 질병 등 빈번하게 발생되지는 않으나 당사자의 일상생활에 큰 변화를 일으키는 중대한 생활사건이 청소년의 자살행동과 유의미한 관계가 있다(Kelly, Lynch, Donovan, & Clark, 2001). 중대한 생활사건 이외에도 외로움, 소중한 물건의 분실, 가족원간의 다툼, 떨어진 성적, 숙제, 친구와의 다툼 등 흔히 경험하는 일상적 생활사건에 의한 스트레스도 청소년 자살과 관련된다(Wilson, Stelzer, Bergman, Kral, Iany, & Elliot, 1995).

〈표 1〉 선행연구에서 자살생각의 유발요인

범주	하위범주	개념
생활스트레스 사건	가족간의 불화	부모의 싸움, 가족 전체의 싸움
	부모의 지나친 간섭	공부에 대한 강요, 사생활에 대한 간섭
	학대와 방임	신체적 학대, 정서적 학대, 방임
	친구와의 갈등	친구와의 단절, 친구와의 다툼
고통	정신적 고통	묶여 있는 기분, 답답함, 소외감
	신체적 고통	춥고 배고픔
생존자원의 이용가능성	자원이 없음	갈 곳이 없음, 돈이 없음
심리사회적 자원의 이용가능성	자기존중감의 저하	잘하는 것이 없음, 출생에 대한 비난
	문제해결능력의 부재	죽음을 문제해결방법으로 인식함
	사회적 지원의 결여	아버지, 어머니 등에 의한 지원의 결여,
회피	분노의 억압	죽이고 싶음, 폭력을 하고 싶음
	절망	앞길이 막막함, 미래에 대한 확신이 없음
	우울	수면장애와 식욕부진, 눈물 흘림
자살행동	자살생각	죽음을 바람, 사후세계에 대한 생각
	자살계획	자살사이트 방문, 자살도구 준비
	자살시도	자살도구 사용, 타인 앞에서의 자해 행동

주: 홍영수(2006)의 연구결과를 토대로 연구자 재구성

청소년집단을 대상으로 생활사건을 원인변인으로 투입하는 질적 연구는 자살행동 예방 프로그램의 근거를 마련하기 위한 중요한 출발점이다. 질적 연구를 통해 생활사건인 심각한 질병이나 사고, 이사, 전학, 가족이나 친구의 질병과 부상, 부모의 이혼과 같은 가족구조의 변화 등이 청소년의 자살행동과 유의미한 관계가 있음을 밝힐 수 있다(De Wilde, Kienhorst, Diekstra, & Wolters, 1992).

이밖에도 부적절한 친구관계, 학업에 대한 부담감과 학교생활에서 느끼는 불만족이 청소년 자살생각에 영향을 줄 수 있다(우선유, 1999). 학교 내에서 또래 집단이나 선생님과의 관계에서 문제를 지니게 되면 자존감이 저하되고 비행행동을 일으킬 수 있으며, 심하면 자살생각이나 자살행동으로 연결되기도 한다(전영주·이숙현, 2000). 심한 스트레스에 대해 적절한 대처방법을 찾지 못한 청소년들은 현실도피의 한 방법으로 자살을 시도하게 된다.

### 3. 여가활동이 청소년 자살예방에 미치는 효과

청소년의 여가활동은 이들의 불안감의 건전한 해소, 잠재능력의 개발, 자아실현의 수단으로서 성장기에 있는 청소년들에게 인지적, 정의적, 심동적 학습을 가능하게 한다(Brent, 1987). 사회적으로도 청소년의 건전한 여가활동은 청소년의

비행, 폭력, 범죄, 자살 등 사회의 부정적인 측면을 예방하고, 그들의 심리적 행복감, 즉 삶의 질을 향상시켜 줌으로써 건전한 성장에 있어 중요한 역할을 한다. 현재 청소년들의 여가활동은 인터넷, 전자오락, 게임, 잠자기, 간단한 집안일, 스포츠, 친구만나기, 친척방문, 이웃방문 등으로 나타났다(김의철·박영신, 2001).

청소년의 여가활동은 정신건강 증진행위와 관련하여 학교생활 만족도 간의 심리적인 변인의 역할이 중요하다(장경문, 2003). 이것은 여가활동에 따라 학교생활과 밀접한 관련이 되고 심리적 행복감에 미치는 무망감과 우울과도 관련이 있다. 청소년들의 지속적인 여가활동이 정신적 스트레스를 감소시켜 긍정적인 심리적 안녕과 정신건강에 효과적이라는 연구(배지연·김원형·윤경아, 2005)들이 다수 보고되어, 여가활동이 주는 긍정적 혜택에 대한 다양한 논의가 이루어지고 있다. 여가활동은 청소년들에게 심리적인 지원과 사회관계속에서 안정을 제공하는 것으로 설명된다.

청소년의 여가활동은 개인적 차원에서 자중자애의 정신을 함양시키고, 사회성 발달에 도움을 줄 뿐만 아니라 지도력 향상의 기회제공, 공동체 의식함양, 민주시민으로서 자질형성, 직업에 대한 탐색과 준비, 학습내용 확인 및 강화 등의 기회를 제공해 줄 수 있다. 그러므로 여가활동의 참여를 통해서 청소년들은 자신의 삶을 가치있게 느낄 수 있다. 여가활동은 또한 청소년들에게 공동생활의 태도와 기술, 자발적 활동, 사회적 적응력의 향상, 원만한 인간관계, 행동내성 등을 체험할 수 있는 기회 등도 함께 제공해 준다(Taylor & Stansfield, 1984).

여가프로그램들이 청소년을 대상으로 자살예방 효과가 높은 이유는 여가프로그램을 통해서 자아존중감의 향상을 도모할 수 있기 때문이다. 자아개념이 연속적으로 일어나는 자살 등에는 크게 영향을 미치지 않는다 하더라도 낮은 자아개념이 갈등을 증대시키고 개인의 자살의도 및 행동의 원인이 된다(Brent, 1987). 여가프로그램을 통해 자신에 대해 긍정적인 자아존중감 향상이 높은 청소년은 상대적으로 자살의 유혹이나 압력을 이겨낼 수 있을 것이다.

### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 근거이론의 이해

관광 분야 연구에서는 무리하게 실증주의 방법론으로 쓰는 경우가 적지 않았다. 이에 한범수·김사현(2001)은 표본수의 부적절성과 임의 표본 방식을 근간으로

한 설문조사가 학술지 대부분의 연구에서 나타난다고 하여 경험적 연구방법의 문제점을 지적하기도 하였다. 최근 관광 분야에서도 근거이론을 적용한 연구(김철원·오정학, 2011; 김철원·윤혜진, 2009)가 활발하게 이루어진다.

근거이론은 질적 연구방법의 한 형태로 개인이나 집단의 행동, 신념, 태도 등을 심층적으로 조사함으로써 사람들이 살아가는 진정한 삶을 탐구하는 데 이용된다(김사현, 2004). Strauss(1987)에 따르면 근거 이론은 실용주의와 상징적 상호작용 이론을 바탕으로 현장에 직접 행하는 연구이다. 개인이 살고 있는 환경 속에서 개인의 능동적인 역할을 중요시하며, 삶에 대한 가변성과 복잡성, 즉 변화(change)와 과정(process)을 강조한다.

Strauss & Corbin(1996)의 방법에 따른 근거이론 연구방법의 단계는 다음과 같다. 첫째, 연구문제의 설정으로 근거 이론 접근방법에서 문제는 “특정 상황이나 어떤 조건 하에서 상호작용을 설명하는 기본적인 사회 심리적 과정(basic psycho-sociological process :BPS)은 무엇인가?”에서 출발한다. 둘째는 자료수집 단계로 근거 이론 접근 방법의 특징은 연구 자료 수집은 현장 연구의 패턴을 따르게 된다(윤택림, 2005). 셋째, 표본의 설정으로 크기는 생성된 자료에 의해 자료 분석에 따라 결정된다. 연구자가 입증하고자 하는 개념들을 근거로 표본을 추출하는 이론적 표본추출(theoretical sampling)은 다음에 어디에서 어떠한 자료를 수집할 것인가에 대한 분석적 근거를 결정하게 한다(Strauss, 1987). 넷째 단계는 자료의 코딩단계이다. 연구자는 첫 인터뷰를 마침과 동시에 자료수집, 코딩, 분석을 시작하기 때문에 연구를 행하는 전 과정은 체계적이어야 한다(Strauss, 1987). 인터뷰, 현장노트, 참여관찰 등을 통해 자료가 수집되면 연구자는 즉시 자료를 코딩하기 시작한다. 마지막은 연구 평가의 단계이다. Glaser & Strauss(1990)는 근거이론 방법론의 평가 기준으로 첫째, 타당도와 신뢰도, 사실성을 들었고, 둘째, 이론을 정교화하고, 시험하는 연구과정의 적합성, 셋째, 연구의 경험적 근거에 대한 판정 등 세 부분을 제시하였다(정주영·정철·이훈, 2012). 본 연구의 자료수집은 개인 역사를 끄집어내서 이를 분석하는 구술사방법, 내용분석은 근거이론을 토대로 이루어졌다. 사전에 선행문헌을 검토하고, 자살문제를 상담하는 인터넷 사이트를 통하여 사례를 읽음으로써 자살생각과 여가활동간의 관계를 살펴보았다. 질적 연구는 2011년 5월 1일부터 7월 10일까지 면담을 진행하며, 조사대상자 1인당 약 1시간 정도가 소요되었다. 일시와 장소는 조사대상자의 의견을 존중하여 결정하였다.

청소년의 각종 자살생각의 원인(예: 우울증(정신질환 포함), 가정불화(꾸지람

등), 신변비관(생활고 등), 이성문제, 성적비관(진학실패)스트레스, 학교생활 부적응(교우관계 등), 학교폭력(괴롭힘, 왕따 등), 취업실패, 외모문제) 등이 어떻게 각종 여가활동들을 통해 감소될 수 있는지를 살펴보았다. 자료분석은 개방코딩, 축코딩, 선택코딩 등 근거이론(grounded theory) 방법의 절차대로 진행하였다. 원자료의 의미를 이해하고, 의미있는 진술에 대해서 줄단위 분석방법을 사용하여 개념을 명명하였다. 개념들의 공통적인 속성을 발견하여 범주화하며, 범주간의 관계를 분석하였다. 근거이론의 패러다임 모형에 의해 인과적 조건, 중심현상, 맥락적 조건, 그리고 중재적 조건, 작용/상호작용의 전략, 결과의 관계를 연결하며, 구조와 과정의 관련성을 보여주기 위한 과정분석을 실시하였다.

## 2. 구술사 방법론의 이해

구술사에 대한 정의는 생애사, 자기보고서, 개인적 서술, 개인의 삶이야기, 구술에 의존한 전기, 회상기, 심층면접 등을 포괄하는 연구 방법이다(김기옥, 2010). 질적 연구 방법의 하나인 구술사는 주관성 및 그에 따른 신뢰도와 타당도 등에 대해서 양적 연구와 다른, 인식론적 단절을 전제로 한다(White, 1996).

구술자료 중에서도 특히 기억은 중요한 위치를 차지한다. 문서 기록에 근거하지 않고 '기억된 과거의 경험'을 끄집어내어 구술하는 것이기 때문이다. 기억은 개인적 혹은 사적인 기억, 그리고 사회적 기억 혹은 집합적 기억(collective memory)으로 나눌 수 있다. 즉 개인에게는 사적인 회상이 존재하지만 사회집단의 한 구성원으로 공통적으로 기억하는 집합적 기억이 있으며, 이러한 집합적 기억은 세대간의 살아있는 연계를 통해서 지속된다.

구술사 연구 방법의 세부 절차는 연구자가 연구의 목적에 알맞게 섬세하게 기획해야 한다. 연구자는 자신의 연구에 알맞게 구술사 연구 시작, 인터뷰하기, 자료의 정리와 녹취, 사료검증, 자료의 해석, 자료의 텍스트화 순으로 연구를 진행하거나(함한희, 2010), 연구 목적에 알맞게 구술인물 선정, 구술주제, 생애사 방법, 예비 질문지 사전전달, 장소 및 시간, 라포 형성, 구술후기 작성 정례화, 자료의 관리, 채록원칙이라는 절차에 따라 연구를 진행할 수도 있다(백미숙, 2009). 본 연구에서는 함한희(2010)가 제시한 방법을 참고하여 다음과 같이 4단계에 걸쳐 구술사 연구를 진행했다.

제1단계에서는 사전 기획을 통해 관련 자료를 수집하였다. 이후 제2단계에서는 실제 면담을 실행하였다. 즉, 구술자와 예비 접촉하여 대략적인 구술주제 및 범위



를 협의하고 구술자들과 친밀감(rapport)을 형성하고, 질문지 목록을 작성하여 전달했으며, 카메라와 녹음기 같은 장비를 점검한 다음 면담을 진행했다. 제3단계에서는 면담자료를 정리하고 검증하고 그 내용을 해석하였다. 즉, 면담 직후 면담 일지를 작성했으며 녹화 자료 정리하고 녹취문을 작성했다. 또한, 문헌기록 및 다른 구술 자료들과 비교 분석했으며, 서술 형식 중심으로 해석해 보는 서사분석과 맥락 중심으로 해석해 보는 재구성적 교차분석을 시도했다. 제4단계에서는 구술사 자료의 텍스트화를 시도했다. 구술사 자료의 텍스트화는 단순히 녹취록을 작성하는 수준을 넘어서는 것으로서, 비교분석한 면담내용을 구술성 재현에 주의하면서 보고서 형태 등으로 만드는 것을 말한다.

본 연구에서 구술사 방법을 선택한 이유는 첫째, 구술사 방법이 문헌자료와 함께 기록되는 역사를 더욱 풍성하게 해준다는 것, 둘째, 구술자의 내면의 이야기를 구술을 통해 직접 들을 수 있다는 것, 셋째, 구술이 이루어지는 현장에서 다양한 검증이 함께 이루어지기 때문이다. 특히 둘째로 제시했던 “구술자의 내면의 이야기를 구술을 통해 직접 들을 수 있다”는 것은 문헌자료가 기록에서 나타내지 못하는 것을 드러낸다는 점에서 문헌자료와 가장 구별되는 것이며, 구술자와 직접 교감하고 소통할 수 있다는 점에서 구술사 방법의 가장 큰 매력이 될 수 있다(박기동·강중학, 2011).

### 3. 구술사 표본의 수집

심층인터뷰 자료 수집에는 서울, 경기, 충청 지역의 대학생을 대상으로 표본을 수집하였다. 연구참여자는 가족생활주기(family life cycle) 상에서 아동기, 청소년기에 대한 내용을 자유롭게 설명하는 구술사 방법론으로 인터뷰를 진행하였다. 이에 인터뷰의 취지를 설명하고 참여자가 편안하게 이야기를 할 수 있도록 관계 형성을 위해 노력하였다. 연구참여자는 총 36명으로 인터뷰는 녹취 또는 녹취를 부담스러워하는 참여자들은 메모로 인터뷰를 정리하여 녹음된 내용은 분석을 위해 문서화하였다. 인터뷰 장소는 연구참여자가 편하게 생각하는 장소를 선택하도록 하였다. 연구참여자 36명 중 자살생각을 느낀 적이 있거나, 시도를 해본 경험이 있는 참여자 14명을 본 연구의 분석 표본으로 확정하였다.

참여자의 출생시기가 1985년부터 1990년까지 청소년 시기를 지난 학생으로 구성하였다. 출생지 및 거주지는 대부분 서울, 경기권에 속해 있었으며, 참여자 14명 중 자살시도 경험 1명, 수시로 자살생각을 느끼는 참여자 2명, 그리고 자살생각을 느낀 경험이 있는 참여자는 11명으로 분석되었다.

〈표 2〉 참여자의 일반적 배경

참여자	출생연도	출생지	거주지	가족관계	자살 충동
A	1987년	서울	서울	아버지, 어머니, 누나	시도는 안 했으나, 생각을 많이 함
B	1991년	서울	충남	아버지, 어머니, 3자매	중학교 때 1차례 시도
C	1990년	경기	인천	아버지, 어머니, 오빠	자살생각 수시로 느낌
D	1989년	충남	경기	아버지, 어머니(이혼), 형, 형수, 조카	자살충동 수시로 느끼며, 행동으로 옮길 의지 있음
E	1990년	경기	인천	아버지, 어머니	자살생각/충동 느낌
F	1985년	경기	경기	아버지, 어머니, 언니, 동생	시도는 안 했으나, 생각을 많이 함
G	1990년	경기	경기	아버지, 어머니, 여동생2, 남동생1	자살생각 느낌
H	1988년	서울	경기	아버지, 어머니, 언니, 남동생	자살생각 느낌
I	1990년	경기	경기	할아버지, 할머니, 아버지, 어머니, 여동생	시도는 안 했으나, 생각해본 적이 있음
J	1990년	웨일즈	충남	아버지, 어머니	자살생각 느낌
K	1990년	경기	경기	아버지, 어머니, 여동생2	가출 때 자살생각 느낌
L	1990년	서울	경기	아버지, 어머니, 여동생	자살생각 느낌
M	1990년	경기	서울	아버지, 어머니, 동생	시도는 안 했으나, 생각을 많이 함
J	1987년	전북	서울	아버지, 어머니(이혼), 동생	중학교 때 자살생각

## IV. 분석 및 결과

### 1. 자료의 범주화

청소년들의 일상생활에서 중요한 부분을 차지하고 있는 여가경험이 자살생각 감소에 미치는 영향을 탐색적으로 규명하기 위해 본 연구에서는 구술사 방법수행을 위한 인터뷰 및 면담자료 등 수집과정에서 획득한 면담내용을 토대로 여가활동을 <표 3>처럼 범주화 하였다.

먼저 여가활동을 운동/스포츠, 취미 및 오락활동, 휴식활동, 기타 사회활동으로 분류한 후 상위범주를 '소극적 여가'와 '적극적 여가'로 구분하였다. 여가활동을 소극적이거나 적극적으로 구분하기는 쉽지 않으나, 전자는 주로 개인적이거나 수동적인 형태를 취하는 것으로, 후자는 개인뿐만 아니라 함께 여가활동을 해나가거나, 본인이 스스로 무엇인가를 해나간다 것으로 구분하였다. 소극적/적극적 여가활동을 학습, 미디어, 종교, 관람 및 문화행사, 스포츠/집밖 레저, 취미/그 외 여가, 물품구입, 기타로 하위범주로 구분되었다.

〈표 3〉 여가활동의 개념과 범주설정

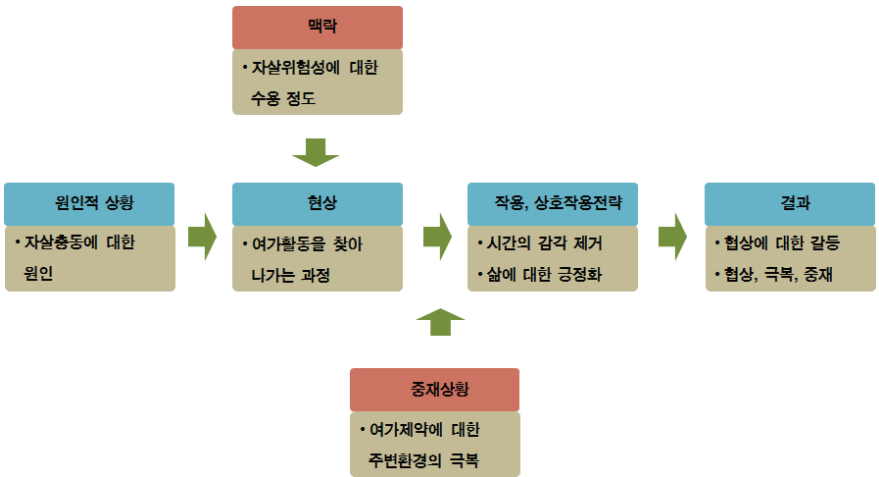
여가활동 상위범주	여가활동의 하위범주	개념정리
소극적 여가	관람 및 문화행사	뮤지컬, 공연, 연극 관람
	미디어(컴퓨터) 오락활동	웹서핑, 온라인쇼핑, 컴퓨터 게임
	취미/여가(쇼핑)/감상형 활동	애니메이션 감상, 음악듣기, 영화·동영상 감상, 물품구입
적극적 여가	학습 및 취미활동	독서, 피아노, 그림그리기 활동
	자기계발 및 단체 활동	종교활동, 동아리 활동
	스포츠/집밖 레저활동	가까운 나들이, 밖에서 놀기, 카페에서의 담화

이러한 범주화는 윤인진·김상운(2003)의 연구처럼 여가활동을 소극적 여가·적극적 여가, 소비적 여가·생산적 여가로 구분한 것과 유사하다. 이 분류에 따르면 생활시간조사 중분류에서 교제활동과 매체이용, 그 외 여가는 소극적·소비적 여가로 분류되었고, 학습, 관람 및 문화행사 참여, 취미활동은 적극적·생산적 여가활동으로, 스포츠 및 집밖의 레저활동은 적극적·소비적 활동으로 분류되었다.

이훈·정철·정란수(2003)의 연구 등에서도 여가의 범주를 분류하였던 것과 동일하며, 본 연구에서는 하위범주에 대해서는 소극적 여가는 다시 관람 및 문화행사, 컴퓨터를 활용한 미디어 오락활동, 개인의 취미에 대한 감상형 소극적 여가 등 3개를 하위범주화하였고, 적극적 여가는 개인의 취미생활 중 보다 적극적인 학습 및 취미활동, 자기계발 및 단체활동(종교활동 포함), 외부에서 이루어지는 스포츠·집밖 레저활동 등 3개를 다시 하위범주화하였다.

## 2. 범주와 과정에 대한 분석 결과

근거이론에서 패러다임 모형(paradigm model)이란 Strauss & Corbin(1990)이 제시한 축코딩(axial coding) 단계에서 범주 분석을 위한 조직적인 코딩 패러다임을 일컫는다(김사현, 2004). 연구 자료 분석과정에서 밝혀낸 범주를 참여자가 처한 상황과 전체적인 맥락, 중재상황, 대처전략과 결과에 따라 구분하고 도식화한 개념적 분석 장치로 연구에 활용된다(정주영·정철·이훈, 2012). 본 연구에서 밝혀진 근거이론 패러다임 모형은 다음과 같다(〈그림 1〉).



〈그림 1〉 근거이론 패러다임 모형의 본 연구 적용

각 모형의 단계별 내용을 살펴보면 첫째, 인과적 상황으로는 개인의 심리상태나 현재의 상황, 그리고 각 성격 등 다양한 원인 변수들이 존재하지만, 이들이 청소년기를 지내며 가족간의 관계나 학창시절에 있어서의 각각 개인의 역사에 의해 자살생각의 원인을 가져오게 되었다는 것은 동일한 공통점을 가지고 있다고 볼 수 있다. 둘째, 자살생각에 대한 각 과정에 대하여 여가활동 등의 자살에 대한 원인을 상쇄할 수 있는 여가활동에 대한 찾아나가기 과정을 현상의 중심 변인으로 설정하였다. 셋째, 이에 따른 맥락은 자살의 위험성에 대한 수용 정도로서, 자살에 대하여 본인이 얼마나 수용 가능하고, 자살에 대해 위험성을 인지하는 정도에 대한 내용이라 할 수 있다. 넷째, 중재상황은 여가제약에 대한 주변환경의 극복에 대한 부분이다. 여가활동에 대한 현상과 함께, 이에 대한 여가제약을 극복할 수 있도록 중재를 해주는 역할이 이에 해당한다. 정란수·이훈·이인재(2007)에 따르면, 여가제약에 대한 현상은 사회구조적 문제와 개인의 관계성에 해당하는 문제로 나뉠 수 있다. 중재상황이란, 개인의 관계성에 해당하는 대인적 여가제약이나 물리적 여가제약에 대한 도움이나 협상을 의미한다. 다섯째, 작용·상호작용 전략으로 연구 참여자는 다양한 형태로 자신의 상황을 벗어나거나 혹은 상황에 자신을 맞추는 등의 전략을 구사한다. 그들은 여가활동을 통해 자살이라는 생각이 떠오를 수 있는 시간에 대한 감각을 제거하기도 하고, 삶에 대한 긍정화를 통해 자살 충동 자체를 막기도 한다.

마지막 단계인 결과에서 연구 참여자들은 이러한 여가활동에 대한 참여를 통해

자살생각이라는 현상에 대해 협상 및 극복을 하기도 하는 것으로 나타났다. 다만, 일부에 대해서는 여가활동이 자살생각을 완화시키는 역할은 하고 있으나, 그 효과는 일시적이지, 자살생각, 그 자체를 예방하기에는 한계가 존재한다.

### 3. 자살생각에 대한 원인

#### 1) 가족 관계

많은 연구 참여자들은 자살생각을 일으키게 하는 주된 원인은 가족관계에 의해 나타나게 되었다고 진술하였다. 특히, 아버지와 어머니의 불화 및 이혼 등이 상당한 원인으로 작용하는 것으로 나타났다. 청소년기 가장 돌봐주고 많은 고통과 기쁨을 함께 해주어야 할 부모님의 갈등, 이외에도 아버지의 주사 등이 스트레스를 주어 이런 요인들로 인해 자살생각을 받는다고 진술하였다.

“엄마와 아빠가 사이가 많이 안 좋았어요. 그 때 둘이 싸우시는 모습을 보면 절망감이 큼니다. 나도 커서 저럴까봐, 저런 모습을 닮지 말아야지 할 때가 많았어요”(연구참여자 A)

“우울증 때문에 고2부터 고3까지 겨울방학 약물치료를 했었어요. 엄마랑 특히 사소한 것으로 싸우게 되는 때가 많은데, 엄마랑 같이 있을 늘 짜증이 났어요. 정말 그 때는 아빠도 못 참고 화를 많이 냈었거든요. 이때에는 동생들하고도 싸웠던 것 같아요. 그래서 가출도 하려고 짐을 싸기도 했고, 살기 싫다는 생각이 늘 들었어요”(연구참여자 C)

“부모님이 이혼한 다음, 현재 엄마랑 같이 살고 있지만 여전히 거의 대화는 하지 않아요. 형이랑도 거의 이야기하지 않구요. 정말 살고 싶지 않아요”(연구참여자 J)

“아빠가 너무 술을 많이 마셨어요. 또 들어오시면 언제나 주사 때문에 가족들이 모두 싫어 들었죠. 주사가 있는 집안이 아니라면 그 고통 몰라요. 너무나 많이 스트레스를 받았어요”(연구참여자 K)

“엄마 아빠가 사이가 늘 좋지 않았어요. 게다가 엄마는 늘 간섭이 심했었거든요. 어느 날 부터인가 그러다보니 엄마랑은 이야기도 잘 안 하고, 상담상대로는 적절치 못하다는 생각을 했어요. 그래서 혼자라는 생각이 들때마다 살고 싶지 않아서 자살 같은 극단적인 생각도 듭니다. 물론 얼마 후 그런 생각이 사라지기는 하지만”(연구참여자 L)

## 2) 친구 문제

청소년기에서 스트레스를 함께 해소하고, 도움을 주는 가장 중요한 군집이 바로 친구이다. 따라서 친구와의 문제는 생각보다 훨씬 큰 문제로 인식이 되고, 심지어는 자살생각으로 이어지는 경우가 많다. 특히 친구들간의 문제 중에 사회적으로 대두되고 있는 왕따 현상 등은 개인을 보다 외롭게 만들고 특히 중재상황을 상실하게 만드는 원인이 된다. 또 친구들과 잘 지내다가 갑자기 친구와의 관계가 안 좋아지거나, 친구와 단절이 되는 상황에 높게 되면 청소년의 자살생각이 생기게 되는 경우도 있다.

“중학교 때 왕따를 당한 적이 있어요. 왕따라는 생각에 우울해지고, 자살에 대한 생각이 많이 들었어요.”(연구참여자 B)

“친구랑 잘 지내다가 그 친구랑 관계가 안 좋아진 적이 있어요. 거기까지면 괜찮은데 그 친구가 다른 친구들한테까지 제 험담을 하는 거예요”(연구참여자 E)

“중학교 때 6명의 친구들과 3년 동안 정말 재미있는 학교생활을 했어요. 그런데 고등학교를 혼자 따로 가게 되었는데 대인관계로 인한 스트레스가 많았거든요. 새로운 사람들과 친해져야 하는 일이 힘들었구요. 이런 게 가치관 차이로도 나타나고.. 압탄 안 좋았어요. 그 때 높은 곳에 올라가면 고소공포증도 느끼게 되었지만 한편으로는 '뛰어내리면...'이라는 상상을 해본 적이 있어요”(연구참여자 F)

## 3) 성적 문제

학업과 성적은 청소년기에서는 가장 많은 생활을 하는 학교라는 공간에서 언제나 생각을 하게 되는 결과물이라 할 수 있다. 따라서 결과물인 학업과 성적이 좋지 않았을 때는 본인에 대한 능력 부족과 선생님과 부모님의 꾸중이 걱정되어 상당한 스트레스를 받게 되기도 하고, 때에 따라서는 자살 충동으로 이어지게 된다.

“다른 친구들과 함께 늦은 시간 같이 공부를 하고, 내가 더 많이 공부를 하기도 했어요. 그런데 점수는 항상 낮게만 나오는 거예요. 공부방식이 잘못된 것 같아 고쳐도 똑같았어요. 오히려 그 스트레스 때문에 공부를 더 멀리하게 되어버렸죠. 집에서 동생과 비교하고 이럴 때는 가출하던지 아니면 살아갈 희망이 거의 없긴 해요”(연구참여자 H)

“저희 학교 다닐 때 제일 스트레스는 역시 학업문제 아닐까 해요. 공부를 그리 잘하지 못한 저에게 성적표를 집으로 발송하는 것 자체가 큰 스트레스예요. 성적표가 집에 도착할 날

은 집에도 들어가기 싫거든요”(연구참여자 I)

#### 4) 가정 경제 악화

청소년기에 가정의 경제적 문제가 도래했을 때에는 사교육에 대한 부담감과 부모에게 미안한 마음, 그리고 향후 진로에 대한 문제가 함께 겹치게 되며 다양한 스트레스를 받게 되는 원인이 된다. 또 가정 경제 악화는 나아가서는 가족관계 문제에 까지 영향을 받을 수 있는 근원적인 이유가 되기도 한다.

“가세가 기울면서 이사를 여럿 다녔어요. 이사다니면서 함께 다니는 전학이 너무 힘들었어요. 집에 학생이 둘이라 부모님도 상당히 버거우셨을 거예요. 차라리 내가 없었다면 하는 생각이 들기도 했구요”(연구참여자 L)

#### 5) 팬덤 현상

팬덤이란 특정한 인물이나 분야를 열성적으로 좋아하는 사람들 또는 그러한 문화현상을 의미한다. 팬덤은 어떤 대중적인 특정 인물이나 분야에 지나치게 편향된 사람들을 하나의 큰 틀로 묶어 정의한 개념이다. 텔레비전의 보급과 함께 대중문화가 확산되면서 나타난 현상의 하나로, 팬덤이 문화적 영향력을 행사하면서 팬덤 문화라는 말이 탄생하였다. 또한 특정 연예인을 위한 팬클럽이 생기면서 팬클럽 사이에 집단충돌이 일어나고, 특정 연예인을 상대로 한 스토킹은 물론, 사이버테러와 같은 부정적 현상도 많아졌다. 일부에서는 이를 팬덤현상이라 하여 하위문화로 취급하기도 한다. 팬덤은 특히, 자신이 좋아하던 연예인이 자살을 하였을 때 이를 따라서 자살을 시도하는 청소년들에게서 발견이 되기도 한다.

“중학교 때 한참 연예인 자살이 극성이었던 때가 있었어요. 이때는 죽는게 어떤 거길래 하고 궁금증이 생기기도 하였어요”(연구참여자 G)

### 4. 자살생각 청소년의 여가 적응

대부분의 청소년들은 여가활동을 통하여 자살생각을 극복하게 된다. 하지만 때로는 여가활동으로 인한 치유가 근본적이지 않고 크게 도움이 되지 않는다는 생각을 지니기도 한다. 여가활동을 통한 자살생각 극복은 크게 2가지로 나누어질 수 있다. 첫째는 현재의 절망적인, 우울한 상황에 대해 잠시나마 벗어나 활력을 얻게 되는 절망의 시간감각을 회색화 하는 것이다. 자살생각을 느끼는 시간에 여가활동을 행함으

로써 자살에 대한 충동을 다소나마 잃어버릴 수 있게 하는 것이다. 다만, 자살생각을 잠깐 없애는 것이기 때문에 이러한 여가활동으로의 자살생각을 예방하고 적응하는데는 한계가 존재한다. 두 번째는 여가활동으로 인해 삶에 대해 보다 긍정적인 마음을 갖게 하여 자살생각 자체를 제거하는 것이다. 이는 보다 근원적인 치유가 가능하다.

### 1) 절망적 상황/존재의 망각

절망적 상황/존재의 망각이란 여가활동을 자살생각을 그나마 단기적/일시적으로 상쇄하는 역할을 수행한다고 볼 수 있다. 여가활동은 자살생각을 일시적으로 제거해주는 역할을 수행하며, 우울함과 스트레스를 저감해주는 효과를 분명히 갖고 있음을 의미한다. 즉 면담에서 소극적 여가, 즉 영화관람 또는 음악회에 가면 지루하지 않고, 또 재미있어서 그나마 심리적 위안을 얻고, 한편으로는 멋있는 주인공을 모방하거나 부러워 하면서 잠시나마 절망적 상황을 벗어날 수 있다는 의견이 많았다. 또한 컴퓨터 오락이나 미디어 시청 등의 여가활동은 다른 생각이 들지 않게 시간을 보내면서 자살에 대한 충동을 느낄 시간 자체를 여가활동 시간으로 치환하는 형태로 기능을 하고 있는 것으로 보인다.

*"일본 애니메이션 보거나, 게임하고 음악듣고 그러고 지내요. 그렇게 지내다보면 확실히 우울한 기분이 사라지기는 해요. 또 이런 같은 취미를 가진 사람들과 함께 관계를 가지며 좀 더 도움이 된 것도 같아요"(연구참여자 B)*

*"전 재미있는 영화나 동영상 보면 기분이 풀려요. 근데 사실 자살에 대해 생각하는 우울증에 큰 영향을 주는 것 같지는 않아요. 그냥 저감효과랄까?"(연구참여자 C)*

*"우울한 기분, 스트레스도 완화되는 것도 같구요. 그렇긴한데 사실 뭐 여가활동이 그렇다고 절 많이 바꿔주진 못하는 것도 같아요"(연구참여자 E)*

*"온라인 쇼핑하고 있으면 만족도 하게 되고, 그러면서 우울함을 잊게 되는 것 같아요. 물론 그 때뿐이란 거 알고, 또 이러한 취미 때문에 어쩌면 나중에 뒷감당이 안 되겠구나 생각이 들 때도 있지만요"(연구참여자 M)*

### 2) 삶에 대한 긍정화

여가활동으로 인한 자살생각 예방이 보다 효과적인 방법은 여가활동이 개인의 생활패턴 및 중재상황을 발전시켜 삶 자체를 보다 긍정적으로 만들고, 자살생각을 근원적으로 제거하는 역할을 하는 것이다. 여가활동이 자기존중 및 자아존감의



회복, 고립되고 폐쇄된 외톨이에서 여가활동이 지닌 따뜻한 또래의 격려와 자극, 놀이를 통한 갈등해결 능력의 향상, 또래와의 동질감 형성 등에 영향을 미쳐 삶에 대한 긍정적 변화를 유도하는 것으로 보인다.

그런데 연구참여자의 의견을 들어보면 여가활동은 그 자체로도 삶에 대한 긍정화를 이끌 수도 있지만 이 외에도 여가활동으로 인한 중재상황의 조정, 여가활동을 통한 매개로 인한 자살 근본원인의 치료 등이 삶을 보다 긍정적으로 바라보는데 중요한 역할을 수행한다.

결국 청소년의 여가활동은 청소년들은 자신의 삶을 가치있게 인식해 정신건강의 활력을 회복시키는 완충효과가 나타났다. 여가활동을 통해 자신에 대해 긍정적인 자아존중감 향상이 높은 청소년일수록 상대적으로 자살의 유혹이나 압력을 이겨낼 수 있을 것이다.

여가활동으로 인한 중재상황의 조정이란, 여가제약으로 인한 주변상황인 대인적인 여가제약이나 물리적인 여가제약에 대해 여가활동을 할 때 같이 할 사람과 친해지게 만들고, 물리적 여가문제에 대해 협상을 시행하게 된다. 또한, 여가활동을 통한 매개로 인한 자살 근본원인의 치료로는 자살의 근본적 문제라 할 수 있는 갈등요인인 가족, 친구, 가정 경제, 종교, 팬덤문제 등의 개선과 극복을 가져오게 되기도 한다.

삶에 대한 긍정화 활동을 하는 여가활동은 앞서 분류한 여가활동의 개념 중 적극적 여가로 상위범주화된 형태가 주를 이룬다. 종교활동을 통해 자기계발과 자기성찰을 하는 형태, 외부 활동 등을 통해 보다 자신을 가꾸고 다양한 경험을 체화하는 등의 적극적인 여가활동을 체험하는 것으로 자살에 대한 근본적인 생각을 제거하고, 삶을 보다 긍정화시키는 계기가 된다.

“전 시간이 날 때마다, 그리고 정기적으로도 종교생활을 하고 있어요. 종교적으로 의존하다보니 그곳에서 만난 사람들과 함께 하여 내게 좋은 변화가 생겼어요. 예전에 우울했던 저는 이제는 찾기 어렵다니깐요”(연구참여자 A)

“여러 활동을 하면서 많은 사람들을 만나게 되었어요. 전 그 사람들이 정말 많이 도움된 것 같아요. 이제는 산다는게 기쁘고 즐거워요. 다 그분들 덕분이죠”(연구참여자 D)

“가족관계 안에서 해결이 되었죠. 알바도 해서 일찍이 용돈도 벌어서 써버릇하고, 언니들 나이차가 있어서 이제는 괜찮아요. 노래 들으면 좀 괜찮아졌던 것 같기도 하고, 노래방 가서 스트레스도 많이 풀어요. 노래방 좋아했었죠. 스트레스 풀리니깐”(연구참여자 L)

### 3) 효과 없음

이렇게 직간접적으로 여가활동이 자살생각 예방에 기여함이 있음에도 불구하고, 여전히 여가활동만으로 자살생각에 대한 예방은 부족한 경우가 많다. 이는 자살생각에 대한 수준 및 정도에 따라 달리 나타날 수 있으며, 특히 다른 여러 요인이 복합적으로 원인이 되어 작용되는 자살생각이라는 특성 때문일 수 있다.

“글쎄요. 여가활동이 별 상관이 없는 것 같은데요? 오히려 청소년기에 가끔 읽었던 좋은 지침서들이 더 긍정적인 나를 만들고, 좋은 영향을 주었다고 생각해요”(연구참여자 F)

“(여가활동이 우울이나 스트레스에 도움이 되었어요? 라는 질문에)아니오. 그냥 전 혼자서 부질없구나 이런 생각은 했어요. 그런데 자살을 하는 것도 지옥가기 싫다는 생각에 생각을 접게 되었죠”(연구참여자 G)

“여가활동이 도움이 된다는 것은 좀 자살을 실제 고민해보지 않은 사람들인 것 같아요. 여가활동의 문제가 아니기 때문에 여가로 극복할 건 아닌 거 같아요”(연구참여자 M)

## V. 결론 및 제언

본 연구는 자살생각을 지닌 청소년들의 일상생활에서 중요한 부분을 차지하고 있는 여가경험이 자살생각 감소에 미치는 영향을 탐색적으로 규명하고자 하였다.

연구 결과 청소년들은 첫째, 인과적 상황으로는 개인의 심리상태나 현재의 상황, 그리고 각 성격 등 다양한 원인 변수들이 존재하지만, 이들이 청소년기를 지내며 가족간의 관계나 학창시절에 있어서의 각각 개인의 역사에 의해 자살생각의 원인을 가져오게 되었다는 것은 동일한 공통점을 가지고 있다고 볼 수 있다. 둘째, 자살생각에 대한 각 과정에 대하여 여가활동 등의 자살에 대한 원인을 상쇄할 수 있는 여가활동에 대한 찾아나가기 과정을 현상의 중심 변인으로 설정하였다. 셋째, 이에 따른 맥락은 자살의 위험성에 대한 수용 정도로서, 자살에 대하여 본인이 얼마나 수용 가능하고, 자살에 대해 위험성을 인지하는 정도에 대한 내용이라 할 수 있다. 넷째, 중재상황은 여가제약에 대한 주변 환경의 극복에 대한 부분이다. 여가활동에 대한 현상과 함께, 이에 대한 여가제약을 극복할 수 있도록 중재를 해주는 역할이 이에 해당한다. 마지막 단계인 결과에서 연구 참여자들은 이러한 여가활동에 대한 참여를 통해 자살생각이라는 현상에 대해 협상을 하기도 하고, 극

복을 하기도 하는 것으로 나타났다. 다만, 일부에 대해서는 여가활동이 자살생각을 완화시키는 역할은 하고 있으나, 여전히 협상에 대해 갈등 중이라는 현실을 분석할 수 있었다.

여가활동을 통한 자살생각 극복은 크게 2가지로 나누어질 수 있다. 첫 번째는 바로 절망적 상황/존재의 망각하는 것이다. 자살생각을 느끼는 시간에 여가활동을 행함으로써 자살에 대한 충동을 느낄 수 없게 하는 것이다. 다만, 자살생각을 느끼는 감정을 단기간에 잊게 하는 것이기 때문에 이러한 여가활동으로의 자살생각을 예방하고 적응하는데 한계가 존재한다. 두 번째는 여가활동으로 인해 삶에 대해 보다 긍정적인 마음을 갖게 하여 자살생각 자체를 제거하는 것이다. 이는 앞서 이야기한 전자보다 보다 후자는 근원적인 치유가 가능하다. 물론 효과가 없을 때도 있다.

여가활동에 대한 극복방식 상황/존재의 망각과 삶에 대한 긍정화 효과는 여가활동의 형태에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 탐색되었다. 대체로 상황/존재의 망각하는 여가활동 등은 관람 및 감상, 컴퓨터, 개인 취미로 시간을 보내는 소극적 여가형태였으며, 삶에 대한 긍정화를 나타내는 여가활동 등은 개인적인 활동, 자기계발 및 단체활동, 외부 활동 형태의 적극적 여가 형태였음을 알 수 있었다. 이에 따라 자살 충동을 느끼는 청소년에게는 적극적인 여가 활동을 권고하고 이를 지속적으로 할 수 있는 제도적 노력과 지원이 요구된다.

본 연구는 자살생각에 따른 여가활동으로 인한 적응 가능성에 대해 분석하며, 과거의 개인 역사를 분석하는 구술사방법론을 중심으로 인터뷰를 실시하였다. 이에 다양한 사례와 연구대상을 통한 검증이 필요하지만, 본 연구에서는 연구 참여자의 학력 수준이 다소 높은 군으로 한정되어 있었으며, 거주지 역시 서울 및 충청지역에 한정되어 있었기 때문에 보다 많은 문제점과 다양한 계층의 의견을 듣기에는 어려움이 있었다. 향후에는 보다 다양한 경제적 계층으로 대상을 확대하여 연구의 완성도를 제고하는 방안을 제안한다. 본 연구의 결과는 청소년기의 여가활동이 자살을 예방하는 데 따른 특성 이해를 증진시키고, 이들이 당면한 여가문제를 풀어나가는 데 효과적인 기초자료로 활용될 수 있다. 나아가 청소년과 여가에 대하여 변화하는 사회 분위기 속에서 자살에 대한 예방적 의미로서의 여가를 풀어나가는 기초 자료로, 청소년과 사회 전반에 대한 인식변화에 활용되기를 기대한다.

## 참고문헌

- 김귀옥(2010). 구술사 쓰기의 방법과 절차: 사례에 기초한 이론화의 시도. 『구술사연구』, 1(1), 77-115.
- 김기옥 · 김순옥 · 황선진 · 이수진 · 현은자 · 최인수 · 유현정(2005). ESM을 통해 본 대학생의 주관적 삶의 질: 정서, 인지적 효율성, 만족도의 측면에서. 『대한가정학회지』, 43(2), 203-229.
- 김사현(2007). 관광학 연구에 있어서 질적 연구방법론의 상황과 도전: 관광학회지 논문의 메타분석. 『관광학연구』, 31(1), 13-32.
- 김의철 · 박영신(2001). IMF 시대가 한국 학생과 성인의 스트레스와 대처 양식 및 생활만족도에 대한 연구: 사회적 지원과 자기효능감과의 관계를 중심으로. 『한국심리학회지』, 6(1), 77-105.
- 김철원 · 오정학(2011). 중국인들의 한국여행 제약요인에 대한 극복과정 탐색 연구: 근거이론 접근. 『한국관광학회 학술대회 발표논문집』, 241-255.
- 김철원 · 윤혜진(2009). 관광현상 규명을 위한 질적 연구방법의 고찰과 적용. 『관광학연구』, 33(1), 11-30.
- 박경애 · 구본용 · 김원중 · 송종용(1993). 『청소년 자살행동연구』. 서울: 청소년 대화의 광장.
- 박광배 · 신민섭(1991). 고등학생의 지각된 스트레스와 자살생각. 『한국심리학회지』, 10(1), 298-314.
- 박기동 · 강종학(2011). 중국 구술사의 연구동향: 체육구술사를 중심으로. 『체육사학회지』, 16(2), 83-92.
- 배지연 · 김원형 · 윤경아(2005). 노인의 우울 및 자살생각에 있어서 사회적 지지의 완충효과. 『한국노년학』, 25(3), 59-73.
- 백미숙(2009). 한국방송사 연구에서 구술사 방법론의 사용과 사료 활용에 관하여. 『한국언론학보』, 53(5), 102-128.
- 신민섭 · 박광배 · 오경자 · 김중술(1990). 고등학생의 자살 성향에 관한 연구. 『한국심리학회지』, 9(1), 1-19.
- 심미영 · 김교현(2005). 한국청소년의 자살생각에 대한 위험요인과 보호요인: 성과 발달 시기의 조절효과. 『한국심리학회지』, 10(3), 313-325.
- 우선유(1999). 청소년의 자살생각에 영향을 주는 변인에 관한 연구. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤인진 · 김상운(2005). 여가활동의 사회집단별 차이와 불평등. 『사회과학연구』, 13(2), 162-203.
- 윤택립(2005). 『문화와 역사연구를 위한 질적 연구방법론』. 서울: 아르케.
- 이훈 · 정철 · 정란수(2003). 인터넷 조사방법을 활용한 주5일 근무제가 직장인 여가에

미치는 영향. 『관광학연구』, 27(1), 63-83.

장경문(2003). 자아탄력성과 스트레스대처방식 및 심리적 성장환경의 관계. 『청소년학연구』, 10(4), 143-161.

정연우(2001). 초등학교 아동의 스트레스와 대처방법과 문제행동의 관계. 청주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.

정란수·이훈·이인재(2007). 여가제약모형의 비판적 재구성. 『관광학연구』, 31(1), 55-75.

정주영·정철·이훈(2012). 근거이론을 이용한 장애아 부모의 여가적응과정. 『관광학연구』, 36(2), 301-322.

전영주·이숙현(2000). 청소년의 자살 구상과 관련 변인 분석. 『청소년학연구』, 7(1), 221-246.

통계청(2010). 『사망원인통계』. 서울: 통계청.

한범수·김사현(2001). 관광학 연구논문의 조사설계방법에 관한 비판적 고찰: 한국관광학회 간행 『관광학연구』지를 중심으로. 『관광학연구』, 25(2), 13-33.

함한희(2010). 구술사 연구의 새로운 패러다임 모색. 『구술사연구』, 1(1), 7-47.

홍나미·정영순(1999). 청소년의 자살생각 영향 요인 분석. 『한국사회복지학회지』, 37(1), 449-473.

홍영수·전선영(2005). 청소년의 생활스트레스가 자살생각에 미치는 영향 및 그에 대한 문제해결능력의 완충효과. 『한국아동복지학』, 20, 8-33.

홍영수(2006). 『청소년의 생활스트레스가 자살행동에 미치는 영향과 심리사회적 자원의 보호효과』. 경기도 파주: 한국학술정보.

Baumeister, R. F.(1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review*, 97, 90-113. In A. Reifman, & M. Windle. (1995). Adolescent suicidal behaviors as a function of depression, hopelessness, alcohol use, and social support: A longitudinal investigation. *American Journal of community Psychology*, 23(3), 329-354.

Brent, D. A.(1987). Correlates of medical lethality of suicide attempts in children and adolescents. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 26, 87-89.

De Wilde, E. J., Kienhorst, I. C. W. M., Diekstra, R. F. W., & Wolters, W. H. G.(1992). The relationship between adolescent suicidal behavior and life events in childhood and adolescence. *American Journal of Psychiatry*, 149(1), 45-51.

Glaser, K.(1981). Psychopathologic patterns in depressed adolescents. *American Journal of Psychotherapy*, 35, 368-382.

Hawton, K., Osborn, M., O'Grady, J., & Cole. D.(1982). Classification of

- adolescents who take overdoses. *British Journal of Psychiatry*, 140, 124-131.
- Kelly, T. M., Lynch, K. G., Donovan, J. E., & Clark, D. B. (2001). Alcohol use disorders and risk factor interactions for adolescent suicidal ideation and attempts. *Suicide & Life Threatening Behavior*, 31(2), 181-193.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Morano, D., Cisler, R. A., & Lemerond, J. (1993). Risk factors for adolescent suicide behavior: Loss, insufficient family support, and hopelessness. *Adolescence*, 28, 851-865.
- Rich, C. L., Fowler, R. C., & Fogarty, R. C. (1990). San Diego suicide study: *The adolescents*. *Adolescence*, 25, 854-865.
- Sandin, B., Chorot, P., Santed, M. A., Valiente, R. M., & Joiner, T. E. (1998). Negative life events and adolescent suicidal behavior: A critical analysis from the stress process perspective. *Journal of Adolescence*, 21, 415-426.
- Shaffer, D. (1988). The epidemiology of teen suicide: An examination of risk factors. *Journal of Clinical Psychiatry*, 49, 36-41.
- Strauss, A. L. (1987). *Qualitative Analysis for Social Scientists*, Cambridge: Cambridge University Press.
- Taylor, E. A., & Stansfield, S. A. (1984). Children who poison themselves. *British Journal of Psychiatry*, 145, 127-135.
- White, N. R. (1996). Arking absences: Holocaust testimony and history. Cin Dunaway, David K. and Willa K. Baum. eds. *Oral History: An Interdisciplinary Anthology*. Walnut Creek: AltaMira Press.
- Wilson, K. G., Stelzer, J., Bergman, J. N., Kral, M. J., Iany, A. M. & Elliot, C.A. (1995). Problem solving, stress, and coping in adolescent suicide attempts. *Suicide and Life-Treatening Behavior*, 25, 241-252.