



대학생의 외적 속박감, 무망감, 자살사고의 관계: 현재향유 향유신념과 미래기대 향유신념의 조절된-조절된 매개효과*

Received: April 15, 2024
Revised: May 27, 2024
Accepted: June 01, 2024

이지연¹, 이승연²
이화여자대학 심리학과/ 학생¹, 이화여자대학 심리학과/ 교수²

교신저자: 이승연
이화여자대학교 심리학과,
서울시 서대문구 이화여대길 52

The Relationship among External Entrapment, Hopelessness,
and Suicidal Ideation of Korean Undergraduate Students:
The Moderated Moderated Mediating Effect of Savoring the Moment-
Savoring Belief and Savoring through Anticipation Savoring Belief

E-MAIL:
slee1@ewha.ac.kr

Jiyeon Lee¹, Seung-yeon Lee²
Department of Psychology, Ewha Womans University/ Student¹
Department of Psychology, Ewha Womans University/ Professor²

* 이 논문은 2021년
한국심리학회 연차학술대회에서
포스터 발표됨.

ABSTRACT

본 연구는 외부적 사건이나 상황적 요인들에 갇힌 느낌인 외적 속박감이 무망감을 통해 자살사고로 이어지는 경로에서, 현재의 경험 혹은 미래 상상을 통한 향유하기에 기반한 현재향유 향유신념과 미래기대 향유신념의 조절효과를 검증하고자, 대학생 406명의 설문자료를 분석하였다. 그 결과 외적 속박감, 무망감, 자살사고의 관계에서 두 향유신념 각각의 조절효과 및 두 조절 변인의 조절된-조절된 매개효과가 유의하였다. 우선 외적 속박감과 무망감의 관계에서 현재향유 향유신념 수준이 높을수록 외적 속박감이 무망감을 증가시키는 효과는 감소하였다. 그리고 무망감과 자살사고의 관계에서, 미래기대 향유신념 수준이 높을수록 무망감이 자살사고를 증가시키는 효과가 감소하였는데 미래기대 향유신념이 높은 수준인 경우 무망감은 자살사고로 이어지지 않았다. 한편, 외적 속박감이 무망감을 통해 자살사고로 이어질 때 현재향유 향유신념의 수준에 따른 조절된 매개효과는 미래기대 향유신념 수준이 중간이거나 낮을 때만 유의했다. 미래기대 향유신념 수준이 높은 경우 현재향유 향유신념 수준과 무관하게 외적 속박감이 무망감을 매개하여 자살사고로 이어지는 간접효과는 유의하지 않았다. 본 연구는 대학생의 외적 속박감이 자살사고로 이어지는 과정에서 향유신념 하위 요인들의 개별적인 역할을 밝혔다 는 의의가 있다.

주요어 : 자살사고, 외적 속박감, 무망감, 향유신념



© Copyright 2024. The Korean Journal of
Developmental Psychology.
All Rights Reserved.
This is an Open Access article distributed
under the terms of the Creative Commons
Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)
which permits unrestricted
non-commercial use, distribution, and
reproduction in any medium, provided the
original work is properly cited.

자살은 국내에서 심각한 사회문제 중 하나로, 한국은 2003년부터 경제협력개발기구(OECD) 국가들 중 자살률 1위를 기록해 왔다(OECD, 2024). 전체 인구의 자살 사망률이 2011년부터 감소하는 추세이긴 하지만, 20-35세 자살률은 2017년 이후 지속적으로 증가하여 자살이 20-30대 사망원인 1위로 기록되고 있으며(이코리아, 2023), 특히 대학생 시기에 속하는 20대는 모든 연령층의 자살 중 가장 큰 비율을 차지하고 있다(통계청, 2022). 대학생 시기는 청소년기에서 벗어나 자율성과 정체성을 확립해 나가는 시기(Arnett, 2000) 이전 발달단계와는 질적으로 다른 경험과 변화를 맞이하게 되는데, 이때 자아 정체감, 대인관계, 학업, 취업 및 진로 등의 다양한 스트레스 요인이 심리적 부적응 및 자살에 대한 생각으로 이어질 수 있다(안세영 등, 2015).

이에 본 연구에서는 한국 대학생의 자살 문제, 특히 자살사고(suicidal ideation)에 주목하였다. 자살사고는 '죽고 싶다'는 일시적 생각부터 자살에 대한 구체적 계획까지 아우르는 자살에 대한 생각을 의미한다(Harwood & Jacoby, 2000). 자살사고가 반드시 자살 시도 및 행동으로 이어지지 않지만, 자살사고를 하는 사람들이 이후 자살 시도나 자살 행동을 보일 위험성이 높기 때문에 자살사고는 중요하게 다루어질 필요가 있다(Kuo et al., 2001). 이에 본 연구는 대학생의 자살사고에 초점을 맞추어 이의 기제를 살펴보고, 효과적 개입을 위한 시사점을 얻고자 한다.

우리나라 대학생들은 중·고등학교에서부터 대입을 위해 과중한 학업 스트레스와 치열한 경쟁을 겪을 뿐만 아니라 대학교 입학 이후에도 여전히 앞으로의 진로와 취업문제로 인해 상당한 압박과 부담감을 경험한다. 이들은 이러한 끊임없는 상황적 요

인들을 벗어나기 힘든 굴레로 지각하여 그에 갇혀 있다는 느낌을 경험할 수 있다(천속희, 2012).

위와 같이 현재의 고통스러운 상황이나 내면으로부터 벗어나고 싶지만 벗어날 수 없다는 주관적 지각을 속박감(entrapment)이라 한다(Gilbert & Allan, 1998). 속박감은 원치 않는 내적인 감정이나 사고로 인해 발생하는 내적 속박감과, 자신이 변화시키기 힘들다고 생각하는 상황이나 외부 요인으로 인해 발생하는 외적 속박감의 두 요인으로 구분된다(Gilbert & Allan, 1998). 고통 호소 모델(cry of pain model)에 따르면 속박감은 자살의 위험 요인으로서, 속박감을 느끼는 개인은 유일한 해결책으로 자살을 생각할 수 있다(Williams, 1997). 대학생은 앞서 언급하였듯 대입 전후로 학업적 압박감뿐 아니라, 취업, 대인관계 등 상당한 상황적 압박을 반복적으로 경험하며 외적 속박감을 느낄 수 있다. 더불어, 기존 대학생 대상 연구에서 자살사고는 내적 속박감이 아닌 외적 속박감과 일관된 정적 관련성을 보였다(강민철 등, 2013; 이종선, 조현주, 2012). 따라서 본 연구에서는 대학생의 자살사고 위험요인으로 외적 속박감에 초점을 맞추었다.

한편 이러한 외적 속박감과 자살사고 관계를 매개하는 기제를 살펴볼 필요가 있는데, 본 연구에서는 무망감(hopelessness)을 다루고자 한다. 무망감은 미래에 대해 부정적 기대를 하면서 그러한 미래의 변화에 자신이 영향을 미칠 수 없다고 느끼는 것이다(Abramson et al., 1989). 고통 호소 모델에 따르면 부정적인 현재에서 벗어날 수 없다는 속박감의 지각이 부정적인 미래에서도 벗어나지 못할 것이라는 지각으로 확장될 때 무망감이 나타날 수 있으며, 이로 인해 자살사고 및 행동이 발생할 수 있다(Williams, 1997). 따라서 본 연구에서는 외적

속박감과 자살사고의 관계를 무망감이 매개하는지 알아보려 한다.

한편 고통 호소 모델은 속박감을 느끼더라도 자살사고 및 행동으로 이어지지 않도록 하는 보호 요인을 가정한다(Williams, 1997). 그중 하나로 정서 조절이 빈번히 연구되어왔는데, 기존 연구들의 특징은 부정 정서의 감소에 대한 연구가 주로 이루어졌다는 것이며 상대적으로 긍정 정서의 증가에 대한 연구는 미비한 편이다(Kahrilas et al., 2020). 그러나 긍정 정서와 부정 정서는 단순히 한 차원 내의 반대 개념이 아니므로, 부정 정서의 감소가 곧 긍정 정서의 증가로 이어지지 않으며 각각의 효과 또한 다르게 나타날 수 있다(Diener & Lucas, 1999). 따라서 부정 정서의 감소와 긍정 정서의 증가는 개별적으로 연구될 필요가 있다(Bryant, 2003). 최근 긍정 정서가 사고와 행동을 확장하고 신체적, 심리적, 사회적 자원을 구축한다는 긍정 정서의 확장-구축 이론(broaden-and-build theory of positive emotions; Fredrickson, 2001)에 따라 긍정 정서의 적응적 기능이 강조되고 있으므로, 본 연구에서는 외적 속박감, 무망감, 자살사고의 관계에서 긍정 정서의 증가와 관련된 변인의 역할을 확인해 보고자 한다.

속박감이나 무망감을 느끼는 힘든 상황에서도 긍정적인 요인들은 존재할 수 있지만, 실제로 얼마나 긍정 정서를 느끼게 될지는 긍정적 요인의 객관적 빈도뿐 아니라 긍정 정서에 관여하는 개인의 능력에 따라 달라진다(Bryant & Veroff, 2007). 향유하기(savoring)는 부정적 상황 속에서도 상황의 긍정적인 측면에 주의를 기울여(Bryant & Veroff, 2007; Hurley & Kwon, 2013) 의도적으로 긍정 정서를 생성, 강화, 지속시키는 행위이다(Bryant, 2003). 경험적 연구에서는 행위 그 자체가 아니라,

향유하기 능력에 대한 주관적 지각인 향유신념(savoring beliefs)을 간접적 측정치로 사용하며, 이는 실제 향유하기 수준을 타당하게 반영하는 것으로 알려져 있다(Bryant, 2003). 실제로 향유신념이 강한 개인은 긍정 정서 수준 또한 높게 나타나며(Bryant, 2003; Kahrilas et al., 2020), 이러한 긍정 정서는 어려운 상황에서도 대안을 고려하고 적응적으로 대처하도록 기능할 수 있다(Fredrickson, 2001). 따라서 향유신념은 외적 속박감이 무망감을 거쳐 자살사고로 이어지는 경로에서 보호 요인의 역할을 할 수 있을 것이다.

한편 향유하기는 즐거웠던 과거를 떠올리거나, 현재의 즐거운 사건을 음미하여, 또는 미래의 즐거운 사건을 상상하여 이루어질 수 있다. 그에 따라 향유신념 또한 과거회상, 현재향유, 미래기대의 세 하위 요인으로 구분되며(Bryant, 2003) 이들은 차별적 요인으로서 서로 다른 역할을 할 수 있으므로 각각의 기능을 개별적으로 연구할 것이 권고되었다(조현석 등, 2010; Bryant, 2003). 따라서 본 연구에서는 외적 속박감, 무망감, 자살사고의 관계에서 향유신념 하위 요인들의 역할을 각각 살펴보고자 하였다.

속박감과 무망감은 각각 현재와 미래에 대한 부정적 지각을 의미하므로, 이들의 영향을 완화시키는 보호 요인의 특성 또한 다를 수 있다. 우선 현재에 대한 부정적 지각인 속박감의 영향을 완화하기 위해서는 현재 상황에서 긍정적인 요인을 찾아내고 그에 집중하는 능력이 요구된다(Williams, 1997). 특히 현재향유 향유신념은 현재 상황이 긍정적으로 지각될 때보다 부정적으로 지각될 때 뚜렷한 긍정적 효과를 보이므로(Hurley & Kwon, 2013) 외적 속박감을 느끼는 상황에서 현재향유 향유신념이 보호 요인으로 작용할 수 있을 것이다.

즉, 외적 속박감이 무망감 및 자살사고를 증가시키는 관계는 현재향유 향유신념이 강할 때 약화될 것으로 가정하였다.

한편 현재의 외적 속박감이 부정적인 미래에서도 벗어나지 못할 것이라는 지각으로 확장될 때 무망감이 나타나는데(Williams, 1997), 무망감이 높은 사람은 자신이 행복해지기 위해서는 특정 미래 목표가 달성되어야 하지만 그러한 목표가 결국 이루어지지 않을 것이라 생각하는 경향이 있다(Hadley & MacLeod, 2010). 그에 따라 현재 느끼는 불행감이 영속될 것이라 생각하여 자살만이 해결 방안이라 생각할 수 있다(Baumeister, 1990). 따라서 무망감의 영향을 완화하기 위해서는 특히 미래의 긍정적인 가능성을 상상하고 그에 집중하는 능력이 요구된다. 마찬가지로 기존 연구들에서는 무망감이 자살사고로 이어지는 경로는 낙관성과 같은 미래에 대한 긍정적인 기대가 높을 때는 유의하지 않다는 결과들이 보고된 바 있다(Bryan et al., 2013; Hirsch & Conner, 2006). 게다가 미래기대 향유신념은 즐거운 미래를 상상하는 것을 넘어 이를 통해 현재의 긍정 정서를 증가시키는데, 이러한 긍정 정서 또한 자살사고를 감소시킬 수 있다(Husky et al., 2017). 따라서 미래기대 향유신념이 강한 것은 개인이 무망감을 느껴 자살사고를 하게 되는 과정을 약화시키게 될 것이다. 결론적으로 본 연구에서는 국내 대학생 집단을 대상으로 외적 속박감이 무망감의 증가를 통해 자살사고에 기여하게 될 때, 현재향유 향유신념과 미래기대 향유신념이 보호 요인으로 작용할 수 있는지 알아보고자 한다. 즉, 본 연구에서는 대학생의 외적 속박감과 무망감, 자살사고의 관계를 현재향유 향유신념과 미래기대 향유신념이 조절하는지 살펴볼 것이다.

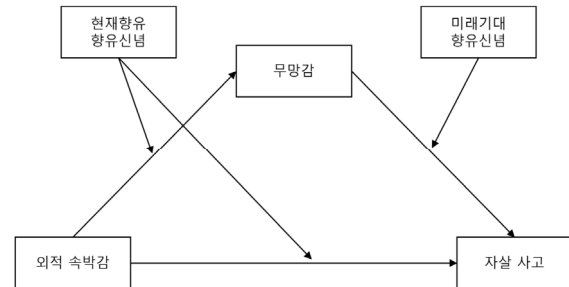


그림 1. 연구모형

방 법

연구대상

본 연구는 국내 대학생을 대상으로 온라인 설문 조사를 진행하였다. 총 422부의 설문지가 회수되었으나, 표준화 점수(z-score) 절댓값이 3을 초과하거나 Mahalanobis distance 값이 .001 미만인 16명의 자료를 제외하여 총 406명의 자료가 분석에 사용되었다. 남자는 198명(49.2%), 여자는 208명(50.8%)이었으며, 평균 연령은 만 21.6세($SD=2.00$, 만 19-28세)였다. 지각된 경제적 수준은 296명(73.0%)이 '중간' 이상(즉, 중, 중상, 상)인 것으로 보고되었다.

연구도구

자살사고

신민섭(1992)이 번안하고 서미순(2005)이 수정한 Reynolds(1988)의 자살사고 척도(Suicidal Ideation Questionnaire: SIQ)를 사용하였다. 총 19문항으로 5점 리커트 척도(1: 전혀 그렇지 않다 ~ 5: 매우 그렇다)를 사용한다. 총점이 높을수록 자살사고의 수준이 높음을 의미한다. 성소영

과 박기환(2018)의 대학생 연구에서 내적 합치도 (Cronbach's α)는 .95, 본 연구는 .96이었다.

외적 속박감

이종선과 조현주(2012)가 번안하여 국내 대학생을 대상으로 타당화한 Gilbert와 Allan(1998)의 속박감 척도(Entrapment Scale; ES)를 사용하였다. 본래 외적 및 내적 속박감, 두 개 하위척도로 이루어져 있으나, 본 연구에서는 외적 속박감 하위척도(10문항)만 이용하였다. 5점 리커트 척도(1: 전혀 그렇지 않다 ~ 5: 매우 그렇다)로 측정하며, 총점이 높을수록 외적 속박감 수준이 높음을 의미한다. 이종선 등(2012)의 대학생 연구에서 외적 속박감의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .92였으며 본 연구에서는 .93으로 나타났다.

무망감

신민섭 등(1990)이 번안하여 타당화한, Beck 등(1974)의 무망감 척도(Beck Hopelessness Scale; BHS)를 사용하였다. 총 20개 문항으로, 각 문항은 예(1점)/아니오(0점)로 평정되고 홀수 번호 문항들은 역채점 한다. 총점이 높을수록 무망감이 높음을 의미한다. 김은영과 김병석(2020)의 대학생 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .92, 본 연구에서는 .91로 확인되었다.

향유신념

조현석 등(2010)에 의해 번안되고 국내 대학생 및 대학원생을 대상으로 타당화된 Braynt 등(2003)의 향유신념 척도(The Savoring Beliefs Inventory; SBI)를 사용하였다. 본 연구에서는 다른 척도와의 일관성을 유지하기 위해 이혜선(2018)의 연구를 참고하여 7점 리커트 척도를 5점 리커

트 척도(1: 전혀 그렇지 않다 ~ 5: 매우 그렇다)로 변환하여 사용하였다. 총점이 높을수록 향유신념 수준이 높은 것을 의미한다. 과거회상, 현재향유, 미래기대 세 개 하위척도(각 8문항) 중, 본 연구에서는 현재향유와 미래기대 하위척도만 사용하였다. 한편, 본 연구 자료에 대한 확인적 요인분석 결과 미래기대 하위척도에 해당하는 문항4('나는 좋은 일이 있을 것으로 예상되더라도, 실제로 그 일이 일어나기 전까지는 너무 기대하지 않는다.')의 요인 적재량이 .4보다 낮아 문항 타당도를 높이고자 이 문항은 분석에서 제외하였다. 이혜선(2018)의 대학생 연구에서 향유신념의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .92, 본 연구에서는 전체 문항 .93, 현재향유 .86, 미래기대 .82로 나타났다.

연구절차

2021년 4월 전국 대학생을 대상으로 리서치 업체를 통해 온라인 설문조사를 실시하였다. 연구 참여 전 연구 내용 및 절차에 대해 설명하였으며, 참여에 동의한 대학생들에 한해 설문을 진행하였다.

자료분석

본 연구는 SPSS 22.0 프로그램을 통해 기술 통계 및 상관분석을 실시하였다. 다음으로, 외적 속박감, 무망감, 자살사고의 관계에서 두 향유신념의 조절효과를 검증하기 위해 Hayes(2013)의 PROCESS macro model 22를 적용하여 조건부 과정 분석을 실시하였다.

결 과

외적 속박감, 무망감, 향유신념, 자살사고간의 관계

먼저, 기술통계 분석 결과(표 1), 본 연구에 사용된 모든 변수는 왜도와 첨도의 절댓값이 각각 3과 10 미만으로 정규성 가정을 만족하였다(Kline, 2015). 상관분석 결과, 자살사고는 외적 속박감($r=.65, p<0.01$) 및 무망감($r=.58, p<0.01$)과 정적 상관이 있었으며, 현재향유 향유신념($r=-.54, p<0.01$) 및 미래기대 향유신념($r=-.46, p<0.01$)과는 부적 상관을 보였다. 외적 속박감은 무망감($r=.63, p<0.01$)과는 정적 상관을, 향유신념($r=-.60, p<0.01$) 및 미래기대 향유신념($r=-.48, p<0.01$)과는 부적 상관을 나타냈다. 무망감은 현재향유 향유신념($r=-.61, p<0.01$) 및 미래기대 향유신념($r=-.54, p<0.01$)과 부적 상관을 나타냈다.

외적 속박감, 무망감, 자살사고의 관계에서 현재향유 향유신념과 미래기대 향유신념의 조절효과 검증

외적 속박감이 무망감 및 자살사고에 미치는 영

향과 무망감이 자살사고에 미치는 영향이 각각 현재향유 향유신념과 미래기대 향유신념 수준에 따라 달라지는지 알아보기 위해 PROCESS macro의 model 22을 이용하여 분석을 실시하였다(표 2 참조).

우선 현재향유 향유신념의 조절 효과를 분석한 결과, 무망감을 종속 변인으로 할 때 외적 속박감×현재향유 향유신념의 이중 상호항이 통계적으로 유의하여($B=-.009, t=-2.695, p<.01$) 외적 속박감이 무망감에 미치는 영향을 현재향유 향유신념이 조절하는 것으로 나타났다. 현재향유 향유신념의 조절 효과를 구체적으로 살펴보기 위해 현재향유 향유신념의 평균 및 $\pm 1SD$ 에 해당하는 세 지점에서 외적 속박감의 무망감에 대한 조건부 효과를 검정하였다(표 3, 그림 2 참조). 이에 따르면 현재향유 향유신념 수준이 낮을 때($B=.267, t=9.225, p<.001$), 중간 수준일 때($B=.216, t=8.888, p<.001$), 높은 수준일 때($B=.165, t=5.079, p<.001$) 회귀선은 모두 유의하였다. 그러나 현재향유 향유신념 수준이 높을수록 외적 속박감이 무망감을 증가시키는 효과는 감소하였다. 마지막으로 외적 속박감과 자살사고의

표 1. 변인 기술통계 및 변인 간 상관

변인	1	2	3	4	5
1. 외적 속박감	-				
2. 무망감	.63**	-			
3. 현재향유 향유신념	-.60**	-.61**	-		
4. 미래기대 향유신념	-.48**	-.54**	.78**	-	
5. 자살사고	.65**	.58**	-.54**	-.46**	-
<i>M(SD)</i>	2.39(.93)	.28(.25)	3.67(.69)	3.78(.64)	1.89(.84)
왜도	.28	.88	-.08	-.22	.81
첨도	-.82	-.02	-.67	-.45	-.44

** $p<.01$

표 2. 조건부 과정분석의 회귀계수

	종속변인: 무망감				
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% CI	
				<i>LL</i>	<i>UL</i>
외적 속박감	.488	.101	4.833***	.289	.686
현재향유 향유신념	-.113	.093	-1.218	-.295	.069
외적 속박감 × 현재향유 향유신념	-.009	.003	-2.695**	-.016	-.003
$R^2=.494, F(3,402)=130.635^{***}$					
	종속변인: 자살사고				
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% CI	
				<i>LL</i>	<i>UL</i>
외적 속박감	.673	.362	1.860	-.039	1.385
무망감	2.400	.700	3.427***	1.023	3.775
현재향유 향유신념	-.468	.375	-1.248	-1.206	.269
외적 속박감 × 현재향유 향유신념	.002	.012	.175	-.022	.026
미래기대 향유신념	.295	.291	1.011	-.278	.867
무망감 × 미래기대 향유신념	-.072	.028	-2.577*	-.127	-.017
$R^2=.488, F(6,399)=63.422^{***}$					

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

표 3. 현재향유 향유신념 수준에 따른 외적 속박감의 무망감에 대한 조건부 효과

현재향유 향유신념	Effect	<i>SE</i>	<i>t</i>	Boot <i>LLCI</i>	Boot <i>ULCI</i>
23.858 (-1 <i>SD</i>)	.267	.029	9.225***	.210	.324
29.342 (<i>M</i>)	.216	.024	8.888***	.168	.264
34.827 (+1 <i>SD</i>)	.165	.033	5.079***	.101	.229

*** $p<.001$

관계에서 현재향유 향유신념의 조절 효과는 유의하지 않았다($B=.002, t=.175, ns$).

다음으로 미래기대 향유신념의 조절 효과를 분석한 결과, 자살사고를 종속 변인으로 할 때 무망감×미래기대 향유신념의 이중 상호항이 통계적으로 유

의하여($B=-.072, t=-2.577, p<.05$) 무망감이 자살사고에 미치는 영향을 미래기대 향유신념이 조절하는 것으로 나타났다. 미래기대 향유신념의 조절 효과를 구체적으로 살펴보기 위해 미래기대 향유신념의 평균 및 $\pm 1SD$ 에 해당하는 세 지점에서 무망감

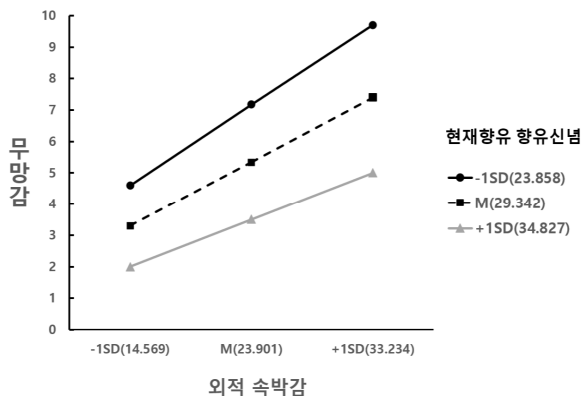


그림 2. 무망감에 대한 외적 속박감과 현재향유 향유신념의 상호작용

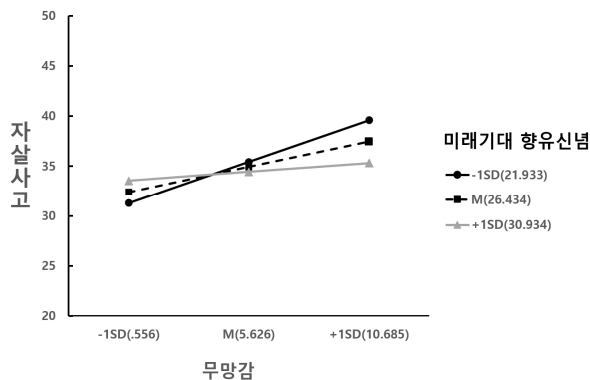


그림 3. 자살사고에 대한 무망감과 미래기대 향유신념의 상호작용

의 자살사고에 대한 조건부 효과를 검정하여 표 4와 그림 3에 제시하였다. 이에 따르면 미래기대 향유신념 수준이 낮을 때($B=.823, t=4.718, p<.001$)와 중간 수준일 때($B=.500, t=2.950, p<.01$) 모두 회귀선은 유의하였다. 그러나 미래기대 향유신념 수준이 높을수록 무망감이 자살사고를 증가시키는 효과는 감소하였고, 미래기대 향유신념이 높은 수준일 때($B=.176, t=.728, ns$)는 무망감이 자살사고에 영향을 미치지 못했다.

이어서 조절된-조절된 매개효과 확인 결과, 조절된-조절된 매개지수(.0007)는 신뢰구간에 0이 포함되지 않아(95% CI [.0001, .0015]) 현재향유 향유신념과 미래기대 향유신념에 의한 조절된-조절된 매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 즉, 외적 속

박감이 무망감을 거쳐 자살사고로 이어지는 경로는 현재향유 향유신념 수준에 따라 달라지며, 이러한 조절된 매개효과는 또다시 미래기대 향유신념의 수준에 따라 달라지는 것으로 확인되었다.

조절된-조절된 매개지수가 유의했으므로, 현재향유 향유신념의 수준에 따라 외적 속박감이 무망감을 통해 자살사고에 영향을 미치는 조절된 매개효과가 미래기대 향유신념의 어느 수준에서 유의한지를 살펴보았다. 이를 위해 미래기대 향유신념의 평균 및 $\pm 1SD$ 에 해당하는 세 지점에서 조건부 조절된 매개지수를 분석하여 표 5에 제시하였다. 그 결과를 살펴보면, 미래기대 향유신념 수준이 평균이거나 낮은 집단에서는 95% 신뢰구간 내에 0을 포함하지 않아 현재향유 향유신념이 간접효과를 조절

표 4. 미래기대 향유신념 수준에 따른 무망감의 자살사고에 대한 조건부 효과

미래기대 향유신념	SE	t	t	BootLLCI	BootULCI
21.933 (-1SD)	.823	.174	4.718***	.480	1.166
26.434 (M)	.500	.170	2.950**	.167	.832
30.934 (+1SD)	.176	.242	.728	-.300	.651

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

표 5 미래기대 향유신념 수준에 따른 조건부 조절된 매개효과의 유의성 검정 결과

미래기대 향유신념	조절변인에 의한 조건부 조절된 매개지수	Boot SE	95% CI	
			LL	UL
21.933(-1SD)	-.008	.003	-.015	-.002
26.434(M)	-.005	.002	-.010	-.001
30.934(+1SD)	-.002	.002	-.007	.003

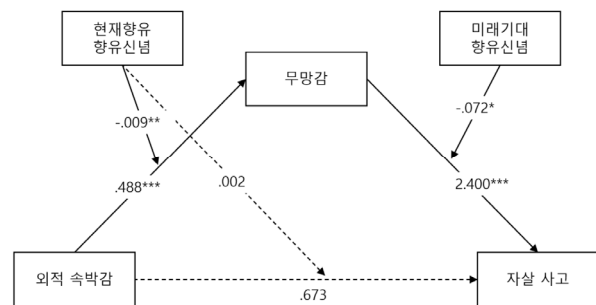
표 6 두 조절 변인의 수준에 따른 조건부 간접효과의 유의성 검정 결과

조절 변인		B	SE	95% CI	
현재향유 향유신념	미래기대 향유신념			LL	UL
23.858	21.933	.219	.057	.120	.342
23.858	26.434	.133	.048	.046	.237
23.858	30.934	.047	.061	-.072	.166
29.342	21.933	.178	.044	.098	.274
29.342	26.434	.108	.038	.038	.187
29.342	30.934	.038	.049	-.058	.134
34.827	21.933	.136	.036	.072	.214
34.827	26.434	.082	.030	.028	.147
34.827	30.934	.029	.038	-.045	.104

하는 것으로 나타났으나, 미래기대 향유신념 수준이 높은 집단에서는 95% 신뢰구간 내에 0을 포함하여 현재향유 향유신념이 간접효과를 조절하지 않는 것으로 나타났다. 즉, 외적 속박감이 무망감을 매개로 하여 자살사고로 이어질 때 현재향유 향유신념의 수준에 따른 조절된 매개효과는 미래기대 향유신념 수준이 평균이거나 낮은 경우에만 유의했다.

현재향유 향유신념과 미래기대 향유신념의 세 수준에서 외적 속박감이 무망감을 통해 자살사고에 미치는 조건부 간접효과는 표 6에 제시되어 있다. 미래기대 향유신념이 낮거나 평균 수준인 경우, 현

재향유 향유신념 수준이 증가할수록 외적 속박감이 자살사고에 미치는 조건부 간접효과가 감소하는 것



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

그림 4. 통계 모형

으로 나타났다. 그러나 미래기대 향유신념이 높은 경우 현재향유 향유신념의 수준과는 상관없이 외적 속박감이 자살사고에 미치는 간접효과는 유의하지 않았다.

논 의

본 연구는 국내 대학생들을 대상으로 이들이 느끼는 외적 속박감이 어떤 과정을 통해 자살사고로 이어지는지를 살펴보고자 하였다. 이때 고통 호소 모델에 근거하여(Williams, 1997) 현재의 속박감이 미래로 확장되었을 때 경험하게 되는 무망감을 매개변인으로 설정하였다. 동시에, 서로 구분된 요인인 현재향유 및 미래기대 향유신념이, 현재에 대한 부정적 지각인 외적 속박감과 미래에 대한 부정적 지각인 무망감의 영향을 각각 약화시킬 수 있는지 살펴보았다.

분석 결과, 먼저, 외적 속박감과 무망감의 정적 관계를 현재향유 향유신념이 약화시키는 것으로 나타났다. 향유신념은 어려운 상황에서도 긍정적 측면에 의도적으로 주의를 기울여 긍정 정서를 늘리는 전략인 향유하기의 간접적 측정치로, 현재의 긍정적 측면에 주의를 기울이는 현재향유 향유신념이 강한 것은 현재의 고통을 줄이고 이 상황에서 벗어날 수 없다는 지각을 완화시키는 것으로 알려져 있다(Teismann & Brailovskaia, 2020). 이러한 외적 속박감의 약화는 자신의 노력으로 부정적인 미래에서 벗어날 수 없을 것이라고 느끼는 무망감의 감소를 가져오는 것으로 보인다. 한편, 현재향유 향유신념은 외적 속박감과 자살사고의 직접 경로를 조절하지는 않는 것으로 나타났다.

다음으로, 무망감이 자살사고의 증가를 예측하는

관계는 긍정적 미래를 상상하여 긍정 정서를 끌어 올리는 것과 관련된 미래기대 향유신념 수준이 강해질수록 약화되었으나, 이는 미래기대 향유신념 수준이 평균보다 높은 수준일 때에는 해당되지 않았다. 무망감은 미래에 대해 전반적으로 비관적인 태도로서, 긍정적 미래 사고가 부족한 것과 부정적 미래 사고가 많은 것 모두와 관련될 수 있지만, 그 중에서도 특히 긍정적 미래 사고가 적은 것과 관련되며 이것이 자살사고를 증가시키는 것과 밀접하게 관련되고 밝혀져 왔다(MacLeod et al., 1997; O'Connor et al., 2008). 즉, 무망감이 자살사고를 설명할 때, 부정적 미래에 대한 생각이 많은 것보다 긍정적 미래에 대한 생각이 적은 특성이 큰 설명력을 가진다는 것이다(O'Connor et al., 2008). 실제로 무망감이 높은 이들은 행복한 미래란 불가능하므로 살아갈 이유가 없다고 지각하여 자살을 생각할 수 있는데(Williams et al., 2008), 이때 긍정적인 미래에 대한 생각은 미래의 즐겁고 의미 있는 요인들을 증가시켜 살아갈 이유를 만들고 자살사고를 약화시킬 수 있다(O'Connor et al., 2008). 본 연구에서도 구체적인 긍정적 미래를 상상하고 긍정정서를 증진시키는 미래기대 향유신념은 무망감이 자살사고를 증가시키는 경향성을 낮추었지만, 이러한 관계는 미래기대 향유신념이 평균 이하인 상태에서만 유의했다. 이는 미래기대 향유신념이 평균보다 강한 사람들이 긍정적인 미래에 대한 확신이 비교적 강한 특성을 지니므로(Bryant, 2003; Bryant & Veroff, 2007). 애초에 무망감을 덜 지각하게 되고, 자살사고의 개인차를 충분히 설명하지 못하게 되는 것으로 설명해 볼 수 있을 것이다.

한편 외적 속박감이 무망감을 거쳐 자살사고로 이어지는 관계는 현재향유 향유신념의 수준이 상승함에 따라 약화되었는데, 이러한 조절된 매개효과

는 다시 미래기대 향유신념 수준이 평균이거나 그보다 낮을 경우에만 유의한 것으로 나타났다. 현재향유 향유신념은 어려운 상황일 때 적응적 효과가 두드러지는 특성이 있는데, 즉, 현 상황을 긍정적으로 지각할 때보다 부정적으로 지각할 때 이후의 긍정 정서 및 삶의 만족감을 유의하게 증가시키며 (Hurley & Kwon, 2013), 스트레스 경험 이후 현재향유 향유하기 개입이 다른 시점의 향유하기 개입들에 비해 긍정 정서를 더 많이 발생시켰다 (Klibert et al., 2022).

그러나 현재향유 향유신념의 이러한 보호효과는 미래기대 향유신념이 평균보다 높은 수준일 때는 사라졌다. 긍정적 미래를 구체적으로 떠올려 긍정 정서를 증진시키는 미래기대 향유하기는 현재향유 향유하기와 달리 긍정 정서를 끌어낼 직접적인 단서가 없어 상대적으로 하기 어려우며 (Bryant & Veroff, 2022), 긍정 정서 증진 효과가 현재향유 향유하기 개입에 비해 상대적으로 약한 것으로 드러난 바 있다 (Klibert et al., 2022).

그럼에도 불구하고, 보이지 않는 미래의 긍정적 측면을 상상하여 긍정 정서를 증진시키는 능력이 뛰어난 사람들은 긍정적 미래에 대한 확신이 강하며 (Bryant, 2003; Bryant & Veroff, 2007), 이러한 특성은 역경을 마주할 때 이를 회피하기보다는 이것을 미래를 위해 해결해야 할 도전 과제로 받아들여 적극적으로 대처하도록 만든다 (Huen et al., 2015). 따라서 미래기대 향유신념이 강한 사람들은 속박감과 같은 현재의 어려움을 죽음까지 고려해야 할 절망적인 상황보다는 밝은 미래를 위해 헤쳐나가야 할 도전으로 인식할 수 있다. 따라서 미래기대 향유신념 수준이 평균보다 높은 경우에는 굳이 의식적으로 현재의 긍정적인 측면을 찾아내어 이를 음미하지 않더라도, 어려운 현재 상황조차 의미 있

는 과정으로 해석하게 되므로 (Huen et al., 2015), 현재향유 향유신념의 영향력은 줄어들게 된다. 게다가 미래기대 향유신념이 강한 사람들의 이러한 특성으로 인해 외적 속박감이 무망감을 늘려 자살 사고에 기여하는 관계 자체가 성립하지 않게 된다. 물론, 미래기대 향유신념이 평균이거나 평균보다 낮은 수준일 경우에는 현재향유 향유신념의 수준이 높아짐에 따라 외적 속박감과 무망감, 자살사고 간의 관계는 약화되는 것으로 나타나, 현재향유 향유신념의 보호 효과가 의미 있게 작동함을 알 수 있었다.

본 연구의 결과는 자살사고에 대한 예방 및 개입에서 부정적 요인을 감소시키는 것뿐만 아니라, 긍정 정서를 증가시키는 것 또한 강조되어야 함을 시사한다. 특히 본 연구는 주 호소 문제가 외적 속박감인지, 무망감인지에 따라 향유하기 하위 요인을 적절히 선정하여 개입하게 될 경우, 자살사고를 줄이는데 더 효과적일 수 있음을 보여주었다는 큰 의의가 있다. 행복한 사건을 타인과 나누기, 스스로 축하하기, 긍정 정서를 웃으며 표현하기 등 현재의 긍정 사건을 통한 향유하기 개입은 긍정 정서를 효과적으로 증진시키는 것으로 알려져 있다 (Klibert et al., 2022; Seligman et al., 2006). 긍정 정서는 사고를 확장시켜 다양하고 창의적인 문제해결 방식이나 대처방식을 떠올릴 수 있게 하므로 (Frederikson, 2001) 외적 속박감이 미래의 무망감으로 확장되는 것을 줄일 수 있을 것이다. 한편, 미래 목표가 이루어질 수 있다고 생각하면서 그것을 이룬 자신의 모습을 떠올리고 서술하도록 하는 '최고로 가능한 자기 (best-possible-self)'로도 현재의 긍정 정서가 증진될 수 있다 (Bryant & Veroff, 2007). 미래기대 향유하기는 평균보다 더 높은 수준이 아니라면, 자신의 노력으로 미래의 부

정적 상황을 바꿀 수 없다는 무망감과 자살사고의 정적 관계를 의미 있게 약화시키므로 무망감을 주 호소로 하는 경우 적용해 볼 가치가 있다.

미래기대 향유신념이 평균보다 강한 경우 무망감과 자살사고의 정적 관계가 아예 성립하지 않을 뿐 아니라, 외적 속박감, 무망감, 자살사고 의 간접효과 역시 현재향유 향유신념과 무관하게 성립하지 않게 된다는 사실은 자살사고의 효과적 예방을 위해 보이지 않는 미래에 대해 의도적으로 긍정적 상상을 할 수 있게 돕는 것이 무엇보다도 중요함을 시사한다고 할 것이다.

본 연구의 의의를 정리하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 고통 호소 모델을 기반으로 외적 속박감과 자살사고의 구체적 기제를 확인하였다. 둘째, 본 연구는 자살사고의 위험을 증가시킬 수 있는 요인뿐만 아니라 보호 요인으로 기능할 수 있는 향유신념을 연구 모형에 포함하여 연구를 진행하였다. 특히 본 연구는 향유신념 하위 요인들의 개별적인 기능을 알아보고자 현재향유 향유신념과 미래기대 향유신념을 분리하여 살펴보고, 각 향유신념이 자살사고의 발달 경로에서 다른 역할을 할 수 있음을 보였다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 대학생 집단을 대상으로 이루어졌으므로, 다양한 집단을 대상으로 본 연구 결과가 일반화될 수 있는지 살펴볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 횡단 연구로서 변인들 간의 인과관계를 명확히 할 수 없으므로 추후 종단 연구로 관계를 확인할 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서 사용된 대학생 표본의 자살사고 평균은 5점 만점 중 1.94로, 같은 자살사고 척도를 사용한 이전 대학생 연구들의 평균 점수(1.43~1.60)보다 높은 수준이기는 하지만(김정호, 홍혜영, 2016; 성소영, 박

기환, 2018; 유남희, 2014; 최현정, 2011) 여전히 자살사고의 기제를 명확히 밝히는 데 제약이 있을 수 있다. 따라서 본 연구는 자살 위험성이 더 분명한 임상 집단을 대상으로 반복 검증될 필요가 있음을 밝히는 바이다. 마지막으로, 본 연구에서 현재향유 향유신념과 미래기대 향유신념의 조절 효과는 각각 -.009, -.072로 비교적 작은 수치로 도출되었다. 따라서 본 연구의 결과는 후속 연구를 통해 반복 검증될 필요가 있을 것이다.

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

참고문헌

- 김은영, 김병석 (2020). 대학생의 짐된 느낌, 좌절된 소속감과 자살생각 간의 관계에서 무망감의 매개효과와 자기자비, 성별의 조절효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 32(1), 287-313.
<http://dx.doi.org/10.23844/kjcp.2020.02.32.1.287>
- 김정호, 홍혜영 (2016). 대학생의 생활스트레스와 자살생각과의 관계: 내적속박감과 외적속박감의 매개효과. **상담학연구**, 17(1), 391-413.
<http://dx.doi.org/10.15703/kjc.17.1.201602.391>
- 서미순 (2005). **청소년의 자살사고에 영향을 미치는 심리사회적 요인들에 관한 연구**. 경남대학교 대학원 석사학위 청구논문.

- 성소영, 박기환 (2018). 대학생의 내면화된 수치심과 자살사고의 관계: 분노억제와 우울의 이중매개 효과. **한국심리학회지: 건강**, **23**(1), 209-230.
<http://dx.doi.org/10.17315/kjhp.2018.23.1.011>
- 신민섭 (1992). **자살 기제에 대한 실증적 연구: 자기 도피 척도의 타당화**. 연세대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 신민섭, 박광배, 오경자, 김종술 (1990). 고등학생의 자살 성향에 관한 연구: 우울감-절망감-자살간의 구조적 관계에 대한 분석. **한국심리학회지: 임상**, **9**(1), 1-19.
- 안세영, 김종학, 최보영. (2015). 대학생 자살생각 관련변인에 대한 메타분석. **한국심리학회지: 학교**, **12**(3), 385-405.
<http://dx.doi.org/10.16983/kjsp.2015.12.3.385>
- 유남희 (2014). **대학생의 지각된 스트레스와 자살사고와의 관계: 영성과 자아탄력성의 매개효과**. 경성대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이종선, 조현주 (2012). 한국판 내적 속박감 및 외적 속박감 척도의 신뢰도와 타당도 연구. **한국심리학회지: 일반**, **31**(1), 239-259.
- 이코리아(2023. 05. 25.). **자살 위기의 청년 구하기, 가장 효율적인 예방책은?**. Retrieved from <https://www.ekoreanews.co.kr/news/articleView.html?idxno=67162>
- 이혜선 (2018). **향유하기로 유도된 긍정정서가 주의 확장과 친사회적 행동 의도에 미치는 영향**. 이화여자대학교 일반대학원 심리학과 석사학위 청구논문.
- 조현석, 권석만, 임영진 (2010). 한국판 향유신념 척도의 타당화 연구. **한국심리학회: 임상**, **29**(2), 349-365.
<http://dx.doi.org/10.15842/kjcp.2010.29.2.001>
- 천숙희 (2012). 성별에 따른 대학생의 일상적 스트레스, 사회적 지지, 속박감 및 정신건강의 관계. **여성건강간호학회지**, **18**(3), 223-235.
- 최현정 (2011). **낙관성과 삶의 이유가 자살생각에 미치는 영향: 대학생을 중심으로**. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위 청구논문.
- 통계청 (2022). **한국의 안전보고서 2022**.
https://sri.kostat.go.kr/board.es?mid=a10301150000&bid=246&act=view&list_no=425096
- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, *96*(2), 358-372.
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.96.2.358>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, *55*(5), 469-480.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Baumeister, R. F. (1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review*, *97*, 90-113.
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.97.1.90>
- Beck, A. T., Wiessman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The hopelessness scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *42*(6), 861-865.
<https://doi.org/10.1037/h0037562>

- Bryan, C. J., Ryay-Sannerud, B. N., Morrow, C. E., & Etienne, N. (2013). Optimism reduces suicidal ideation and weakens the effect of hopelessness among military personnel. *Cognitive Therapy and Research, 37*(5), 996-1003.
<https://doi.org/10.1007/s10608-013-9536-1>
- Bryant, F. (2003). Savoring Beliefs Inventory (SBI): A scale for measuring beliefs about savouring. *Journal of Mental Health, 12*(2), 175-196.
<https://doi.org/10.1080/0963823031000103489>
- Bryant, F. B., & Veroff, J. (2007). *Savoring: A new model of positive experience*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
<https://doi.org/10.4324/9781315088426>
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*(pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation.
https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6_4
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist, 56*(3), 218-226.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Gilbert, P., & Allan, S. (1998). The role of defeat and entrapment (arrested flight) in depression: an exploration of an evolutionary view. *Psychological Medicine, 28*(3), 585-598.
<https://doi.org/10.1017/S0033291798006710>
- Hadley, S. A., & MacLeod, A. K. (2010). Conditional goal-setting, personal goals and hopelessness about the future. *Cognition & Emotion, 24*(7), 1191-1198.
<https://doi.org/10.1080/02699930903122521>
- Harwood, D., & Jacoby, R. (2000). Suicidal behaviour among the elderly. In K. Hawton & K. v. Heeringen (Eds.), *The international handbook of suicide and attempted suicide* (pp. 275-291): John Wiley & Sons.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Hirsch, J. K., & Conner, K. R. (2006). Dispositional and explanatory style optimism as potential moderators of the relationship between hopelessness and suicidal ideation. *Suicide and Life-threatening Behavior, 36*(6), 661-669.
- Huen, J. M. Y., Ip, B. Y. T., Ho, S. M. Y., & Yip, P. S. F. (2015). Hope and hopelessness: The role of hope in buffering the impact of hopelessness on suicidal ideation. *PLoS ONE, 10*(6): e0130073.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0130073>

- 073
- Hurley, D. B., & Kwon, P. (2013). Savoring helps most when you have little: Interaction between savoring the moment and uplifts on positive affect and satisfaction with life. *Journal of Happiness Studies, 14*(4), 1261-1271.
<https://doi.org/10.1007/s10902-012-9377-8>
- Kahrilas, I. J., Smith, J. L., Silton, R. L., & Bryant, F. B. (2020). Savoring the moment: A link between affectivity and depression. *International Journal of Wellbeing, 10*(2), 19-36.
<http://dx.doi.org/10.5502/ijw.v10i2.779>
- Klibert, J. J., Sturz, B. R., LeLeux-LaBarge, K., Hatton, A., Smalley, K. B., & Warren, J. C. (2022). Savoring interventions increase positive emotions after a social-evaluative hassle. *Frontiers in psychology, 13*, 791040.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.791040>
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*(3rd ed.). New York: Guilford.
<https://doi.org/10.15353/cgisc.v1i1.3787>
- Kuo, W. H., Gallo, J. J., & Tien, A. Y. (2001). Incidence of suicide ideation and attempts in adults: the 13-year follow-up of a community sample in Baltimore, Maryland. *Psychological Medicine, 31*(7), 1181-1191.
<https://doi.org/10.1017/S0033291701004482>
- MacLeod, A. K., Byrne, A., & Valentine, J. D. (1996). Affect, emotional disorder, and future-directed thinking. *Cognitive Therapy and Research, 19*, 35-50.
- O'Connor, R. C., Fraser, L., Whyte, M. C., MacHale, S., & Masterton, G. (2008). A comparison of specific positive future expectancies and global hopelessness as predictors of suicidal ideation in a prospective study of repeat self-harmers. *Journal of Affective Disorders, 110*(3), 207-214.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2008.01.008>
- OECD (2024). *Suicide rates*. OECD Data. Retrieved from <https://data.oecd.org/healthstat/suicide-rates.htm>
- Reynolds, W. M. (1988). *Suicidal ideation questionnaire: Professional manual*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- Seligman, M. E., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist, 61*(8), 774-788.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.8.774>
- Teismann, T., & Brailovskaia, J. (2020). Entrapment, positive psychological functioning and suicide ideation: A moderation analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 27*(1), 34-41.
<https://doi.org/10.1002/cpp.2403>
- Williams, J. M. G. (1997). *Cry of pain: Understanding suicide and self-harm*. UK: Penguin.

The Relationship among External Entrapment, Hopelessness,
and Suicidal Ideation of Korean Undergraduate Students:
The Moderated Moderated Mediating Effect of
Savoring the Moment-Savoring Belief and
Savoring through Anticipation Savoring Belief

Jiyeon Lee¹

Seung-yeon Lee²

Department of Psychology, Ewha Womans University/ Student¹

Department of Psychology, Ewha Womans University/ Professor²

This study aimed to verify the moderating effects of savoring moment-savoring belief (SMSB) and savoring through anticipation savoring belief (SASB) on the relationship between external entrapment (EE) and suicidal ideation (SI) through hopelessness (HL). Self-reported data from 406 Korean undergraduate students were analyzed. The moderating effects of both SBs on the relationship between EE, HL, and SI were significant. First, the effect of EE on HL decreased as SMSB levels increased. Second, the effect of HL on increasing SI decreased as the level of SASB increased, and when the level was high, HL did not lead to SI. Finally, when EE led to SI through HL, the moderated mediation effect depending on SMSB level was significant only when the SASB level was moderate or low. When the level was high, the indirect effect was not significant, regardless of the SMSB level. This study contributes to understanding the mechanism by which EE leads to SI among undergraduate students and sheds light on the individual roles of SBs.

Keywords : External Entrapment, Hopelessness, Suicidal Ideation, Savoring Belief