

Factors Influencing Depression among Firefighters

- Focusing on Stress, Alcohol, and Suicidal Thoughts -

Mi Kyung Jeon[#], Eun Hee Shin⁺

Department of Nursing, Munkyeong University, 161 Daehak-gil, Hogye-myeon, Mungyeong-si, Gyeongsangbuk-do, Korea

Abstract

This is a descriptive research to identify the relationship between stress, alcohol, suicidal thoughts and depression, as well as other factors influencing depression of firefighters. The SPSS program was used to run a regression analysis to determine the effects of the subject's stress level, alcohol consumption and suicidal thoughts on depression. Stress level and suicidal thoughts were found as significant factors influencing depression of firefighters, with the explanatory power of 69.1%. It is also found that the higher the stress and the more suicidal thoughts, the higher the level of depression. Therefore, the early detection of depression as well as management and treatment in connection with local mental health centers could lower suicidal thoughts in firefighters. There is a need for continuous attention to develop mental health programs in consideration of the job characteristics of firefighters and institutional plans for suicide prevention and mental health promotion.

Key words: firefighters, stress, alcohol, suicide, depression

1. 서론

1. 연구의 필요성

소방공무원은 소방기본법의 적용을 받는 공무원으로 사람의 안전과 생명의 보호를 위해 긴급 상황에서 구호업무, 화재의 예방과 진압, 응급환자의 응급처치 및 이송, 각 시설물에 대한 소방점검, 공공의 재산 및 안녕유지를 위한 업무를 담당하고 있다.

업무는 주로 긴급한 상황 속에서 수행되어 신체는 항상 긴장된 상태로 유지되고 있으며, 현장에서 겪게

되는 긴급한 상황과 사건은 스트레스를 유발하여 수면 장애, 외상 후 스트레스 장애, 우울장애 등 정신질환의 발생위험을 높인다(Bang & Hong, 2010; Oh & Ko, *et al.*, 2018). 소방공무원 대상 심리평가보고서(2014)에 따르면 조사 대상자 중 20.8%가 우울증상을 경험하고 있으며 이는 일반 근로자 8.2%에 비해 상당히 높은 수준이었다. 또한 우울증상과 관련이 있는 자살시도 및 생각에 대한 응답 역시 소방공무원은 7.2%로 나타났으며 일반 근로자의 1.7%보다 자살시도나 생각이 높은 것으로 나타났다. 많은 연구들에서 자살은 우울 증상에서 가장

[#] The 1st author: Mi Kyung Jeon, Tel. +82-54-559-1269, Fax. +82-54-559-1183, e-mail. jeonmk4311@nate.com

⁺ Corresponding author: Eun Hee Shin, Tel. +82-54-559-1186, e-mail. bulsh@hanmail.net

높은 위험 요인으로 주목받아 왔으며, Hintikka(2009) 등은 부정적인 삶의 경험 후 우울을 느끼게 되고 지속적인 우울은 자살시도나 생각을 유발하는 것으로 보고하였고, Bernal(2007) 등은 자살과 정신과적 질환이 강하게 연관되어 있다고 하였으며, 정신과적 질환들로 주요 우울삽화, 기분부전증, 범불안장애 등을 언급하였다. 즉 소방공무원이 경험하게 되는 위험한 상황과 업무는 스트레스를 촉발하게 되고 이는 우울을 유발하며 이렇게 지속되는 우울과 스트레스는 자살생각 및 시도를 촉진하는 주요한 위험요인이라고 하였다.

스트레스는 여러 면에서 인간의 신체적인 건강과 더불어 정신건강에 영향을 주는데, 정신건강과 관련해서는 우울과 자살에 연관성이 높은 것으로 알려져 있다. 간호사를 대상으로 한 연구에서 과도한 업무량, 대인관계 문제 등과 관련하여 스트레스가 높을수록 자살이 높은 것으로 나타났으며, 스트레스의 취약성은 개인적 특성과 환경적 영향에 의해 자살의 주요 변인으로 보고되었다(Oh & Han, 2008; Lee & Kim, 2006). 또한, 스트레스는 우울과도 관련성이 높은 것으로 나타났는데, 정규직 근로자와 비정규직 근로자를 대상으로 한 연구를 살펴보면 고용이 불안하고, 주당 근무시간이 많고, 교대근무를 하는 직종이거나, 업무 요구도가 높을수록 업무와 관련한 우울이 증가했다(Lim & Cho, 2018; Lee, et. al., 2010). 이렇듯 업무와 관련되어 나타나는 스트레스는 업무의 효과성을 감소시키고, 안전사고 발생률을 높이며, 업무 만족도와 삶에 영향을 준다(Lee, 2006; Choi, et. al., 2010; Lee & Jung, 2015). 업무로 인한 스트레스 해소를 위해 운동이나 여행 등 다양한 여가 활동하려고 노력하지만 대부분 스트레스를 해소하기 위해서 서로 공감대를 형성하고 동일한 경험을 하는 직장 동료들과 함께하려고 하며 이 과정에서 음주를 선택하는 경우가 많다(Kim, et. al., 2018; Jo & Park, 2012). 소방청에서 시행된 실태분석 보고서에 따르면 일부 지역의 소방공무원을 대상으로 한 연구에서는 소방공무원의 17.4%가 문제 음주군으로 나타났고, 전국 소방공무원대상 연

구에서도 21.08%가 문제 음주군으로 나타나 소방공무원의 음주실태가 매우 높은 상황임을 알 수 있다. 특히 음주문제를 일으키는 사람들에서 정신적 병리가 많으며 그 중에서도 우울증이 많다고 하였다(Kim, et. al., 2014; Jeong, et. al., 2008; Cho, et. al., 1998).

지역사회 주민 및 알코올중독 입원환자를 대상으로 한 Kim(2004)의 연구에서는 정상 음주군에서는 음주와 우울 정도가 음의 상관관계를 가지지만, 문제 음주군 이상 또는 알코올중독 입원 환자 군에서는 음주문제가 심각할수록 우울정도가 증가한다고 보고되고 있다. 즉 우울증의 발생 위험은 알코올 의존인 사람이 그렇지 않은 사람보다 유의하게 높은 것으로 보고되고 있다. 따라서 스트레스에 대처하기 위한 반복적인 음주행위는 과도한 음주로 발전할 가능성이 높고, 우울과의 관련성도 높은 것으로 확인되었기 때문에(Kahng & Kwon, 2008) 소방공무원의 음주와 우울 간의 관계에 관심을 가질 필요성이 있다.

우울은 스트레스로 인해 발생하는 결과의 하나로 보고되고 있으며, 우울은 만성피로, 위식도 역류질환, 만성 위장장애, 두통 등의 신체적 증상과 초조, 불안, 불면 등의 정신적 증상을 유발하는 것으로 나타났다(Park, et. al., 1993; Kim, et. al., 2007). 또한 신체적, 정신적 증상 외에도 물질남용, 사회적 고립, 알코올 중독, 자해 등의 상황을 초래하며 심각한 경우 자살로 이어질 수도 있는 위험한 요인으로 보고되고 있다(Choi & Park, 2005). 소방공무원들의 과중한 소방업무는 높은 정신적 부담감을 유발하며, 이러한 정신적 부담감은 우울과 같은 정신건강을 저해하는 요인으로 보고한바 있다(Kim, et. al., 2010).

따라서 본 연구에서는 소방공무원의 우울에 미치는 영향요인을 확인하여 소방공무원의 정신건강 향상을 위한 기초자료를 제공하고, 소방공무원이 경험하는 일반적인 스트레스의 관리 전략뿐만 아니라 높은 수준의 스트레스와 우울을 함께 경험하는 소방공무원에 대한 관리 전략을 차별화한 관리프로그램을 마련하기 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구 목적

- 1) 대상자의 스트레스, 음주, 자살생각 및 우울의 정도를 파악한다.
- 2) 대상자의 스트레스, 음주, 자살생각 및 우울의 관계를 파악한다.
- 3) 대상자의 스트레스, 음주, 자살생각이 우울에 미치는 영향을 파악한다.

II. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 소방공무원의 스트레스, 음주, 자살생각, 우울의 관계 및 우울에 미치는 영향요인을 확인하기 위한 조사연구이다.

2. 연구대상자

본 연구의 대상자는 M시에 소재한 소방서에 재직 중이며 연구의 목적에 대한 설명을 듣고 자의적으로 연구 참여에 서면으로 동의한 소방공무원 210명을 대상으로 하였다. 배부된 설문지 210부 중 203부가 회수되었으며 불성실한 대답이나 일부가 누락된 설문지 8부를 제외한 195부가 자료 분석에 사용되었다.

3. 연구도구

1) 스트레스

대상자의 지각된 스트레스 수준을 확인하기 위해 Cohen(1988)등이 개발하고 Baek(2010)이 번안한 지각된 스트레스 설문지(Perceived Stress Scale-10; PSS-10)를 사용하였다. PSS-10은 총 10 문항으로 지난 한달간 개인이 일상 속에서 경험하는 상황에 대해 스트레스로 지각하는 정도를 측정한다.

각 문항은 5점 Likert 척도(0-4 점)로 평정하며, 총점은 0-40점이다. 총점이 높을수록 스트레스를 높게 지각하는 것을 의미한다. Baek(2010)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .83$ 이었으며, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .89$ 로 나타났다.

2) 음주실태

대상자의 음주 특성을 측정하기 위해 세계보건기구(WHO, 1992)에서 개발한 Alcohol Use Disorders Identification Test(AUDIT)를 Kim(1999)이 한국의 특성에 맞도록 번안한 한국형 알코올 간이선별 검사(AUDIT-K)를 사용하였다. 도구는 알코올 위험사용, 알코올 의존증후군, 알코올 유해사용의 3개영역, 총 10문항으로 구성되어 있다.

Kim(1999)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .83$ 이었으며, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .85$ 로 나타났다. 알코올 척도의 하위요인별 신뢰도 계수는 알코올 위험사용 Cronbach's $\alpha = .84$, 알코올 의존증후군 Cronbach's $\alpha = .67$, 알코올 유해사용 Cronbach's $\alpha = .75$ 로 나타났다.

3) 자살생각

자살생각 척도는 Beck, et. al.(1979)이 개발하고 Park & Shin(1991)이 자기 보고형 질문지로 변형시켜 번안하고 사용한 자살생각척도(SSI)를 사용했다. 도구는 총 19문항, 3점 Likert척도로 점수범위는 0점에서 2점 사이로 점수가 높을수록 자살에 대한 생각이 높은 것을 의미한다. Park & Shin(1991)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .87$ 이었으며 본 연구에서는 전체 문항들의 평균점수와 각 하위요인 별 문항들의 평균점수를 산출하였다. 본 연구 Cronbach's $\alpha = .87$ 이며, 하위요인으로 자살욕구 Cronbach's $\alpha = .82$, 자살태도 Cronbach's $\alpha = .67$, 자살준비 Cronbach's $\alpha = .72$ 로 나타났다.

4) 우울

대상자의 우울을 측정하기 위해 Randolff(1977)가 개발하고 Cho & Kim(1993)가 번안한 CES-D(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)를 사용하였다. 도구는 총 20문항, 4점 Likert척도로 구성되어 있으며, 총점의 범위는 0점-60점으로 점수가 높을수록 우울이 높은 것을 의미한다. Cho & Kim(1993)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .89$ 이었으며, 본 연구의 Cronbach's

$\alpha = .91$ 로 나타났다.

4. 자료수집 및 윤리적 고려

자료수집은 2020년 3월 2일부터 4월 7일까지 이루어졌다. 자료수집 방법은 연구자가 대상자에게 연구의 목적과 방법, 연구윤리에 따라 비밀 보장과 연구 목적이 되는 사용하지 않음을 설명하고 이에 동의한 대상자만 연구에 참여하였다. 언제든 연구 참여와 철회가 가능하며, 참여 거부에 따른 불이익이 없음을 연구 종료 후 자료는 폐기 될 것임을 설명하였다.

5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS Program을 사용하여 분석하였으며, 대상자의 스트레스, 음주실태, 자살생각, 우울 정도는 평균과 표준편차로 분석하였다. 대상자의 스트레스, 음주실태, 자살생각, 우울 간의 관계는 pearson's correlation coefficient를 이용하여 분석하였으며, 대상자의 스트레스, 음주실태, 자살생각이 우울에 미치는 영향은 다중회귀분석을 사용하였다.

III. 연구결과

1. 소방공무원의 스트레스, 음주, 자살생각 및 우울

대상자의 스트레스, 음주, 자살생각 및 우울 정도는 <Table 1>과 같다. 스트레스는 1.02점(0~4), 음주실태

0.67점(0~4)으로 나타났으며, 음주실태 하위요인인 음주 위험사용이 1.57점(0~4), 음주 의존증후군 0.26점(0~4), 음주 유해사용 0.3점(0~4)으로 나타났다. 자살생각은 0.05점(0~2)으로 자살생각 하위요인인 자살욕구 0.04점(0~2), 자살태도 0.06점(0~2), 자살준비 0.02점(0~2)으로 나타났다. 우울은 0.42점(0~3)으로 나타났다.

2. 소방공무원의 스트레스, 음주, 자살생각과 우울 상관관계

대상자의 스트레스, 음주, 자살생각과 우울의 관계는 <Table 2>와 같다. 소방공무원의 우울 관련 요인들의 관계에서 스트레스($r=0.770, p<.001$), 알코올의 하위요인인 알코올의존증후군($r=0.199, p=.005$), 알코올유해사용($r=0.197, p=.006$), 자살생각 하위요인인 자살욕구($r=0.581, p<.001$), 자살태도($r=0.417, p<.001$), 자살준비($r=0.412, p<.001$), 자살생각($r=0.566, p<.001$) 순상관관계를 보였다. 즉, 소방공무원이 스트레스가 많을수록, 알코올의존증후군 및 알코올유해사용이 높을수록, 자살욕구, 자살태도, 자살준비, 자살생각이 높을수록 우울이 높은 것으로 나타났다.

3. 소방공무원의 우울 영향요인

대상자의 스트레스, 음주, 자살생각과 우울의 영향요인은 <Table 3>과 같다. 대상자의 우울 영향요인을 확인하기 위해 스트레스, 알코올을 포함한 알코올 하위요인 알코올위험사용, 알코올의존증후군, 알코올유해사용, 자살생각과 자살생각 하위요인 자살욕구, 자살태도, 자살준비를 변인으로 투입하여 다중회귀분석을 하였다.

회귀분석 결과, 스트레스는 우울에 대해 59.0% ($\beta = 0.641, p<.001$)의 설명력이 있었으며, 다음은 자살욕구 9.4% ($\beta = 0.270, p=.001$), 자살준비 0.7% ($\beta = 0.111, p=.025$)로서 이 변수들은 우울을 69.1% 설명하였다.

Table 1. Descriptive statistics of stress, alcohol, suicidal thoughts and depression (N=195)

Variables	M±SD	Range
Stress	1.02±.66	0~4
Alcohol total	0.67±.54	0~4
Alcohol risk use	1.57±1.01	
Alcohol dependence syndrome	.26±.47	
Harmful use of alcohol	.30±.50	
Suicidal thoughts total	.05±.13	0~2
Suicide desire	.04±.14	
Suicide attitude	.06±.16	
Suicide preparation	.02±.12	
Depression	.42±.39	0~3

Table 2. Correlation between stress, alcohol, suicidal thoughts and depression

	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10
Stress	1									
Alcohol risk use(X2)	-.020 (.778)	1								
Alcohol dependence syndrome(X3)	.223** (.778)	.476** ($<.001$)	1							
Harmful use of alcohol(X4)	.231** (.001)	.502** ($<.001$)	.669** ($<.001$)	1						
Alcohol total(X5)	.133 (.064)	.872** ($<.001$)	.777** ($<.001$)	.829** ($<.001$)	.11					
Suicide desire(X6)	.384** ($<.001$)	.091 (.208)	.161* (.025)	.102 (.155)	.131 (.068)	1				
Suicide attitude(X7)	.351** ($<.001$)	.128 (.073)	.158* (.027)	.165* (.021)	.175* (.015)	.669** ($<.001$)	1			
Suicide preparation(X8)	.225** ($<.001$)	-.033 (.645)	-.036 (.621)	.026 (.716)	-.018 (.802)	.581** ($<.001$)	.356** ($<.001$)	1		
Suicidal thoughts total(X9)	.405** ($<.001$)	.106 (.140)	.158* (.027)	.137 (.057)	.152* (.034)	.937** ($<.001$)	.874** ($<.001$)	.615** ($<.001$)	1	
Depression(X10)	.770** ($<.001$)	.003 (.964)	.199** (.005)	.197** (.006)	.127 (.077)	.581** ($<.001$)	.417** ($<.001$)	.412** ($<.001$)	.566** ($<.001$)	1

**p<.001 *p<.005

Table 3. Factors Influencing Depression

Variables	B	SE	β	t	p	Adjus- ted R^2	F	p	Durbin-Watson
Constant	.008	.029		.282	.779		21.155	<.001	2.063
Stress	.379	.026	.641	14.818	<.001	.590			
Suicide desire	.746	.143	.270	5.223	<.001	.684			
Suicide preparation	.366	.162	.111	2.252	.025	.691			

$R^2=.234$, Adj. $R^2=.217$, $F=14.202$, $p<.001$

IV. 논 의

본 연구는 소방공무원의 스트레스, 음주, 자살생각, 우울의 정도 및 변수간의 관계를 파악하고 우울에 영향을 미치는 요인을 확인하였으며, 주요 결과를 논의해보면 다음과 같다.

소방공무원은 사람의 생명보호와 안전을 위하여 위험한 상황에서 업무를 수행하게 되며 대부분의 업무는 주로 긴급한 상황 속에서 이루어져 신체는 항상 긴장상태에 놓이게 된다. 또한 현장에서 겪게 되는 위험한 상황은 스트레스를 유발하여 정신건강에 부정적

인 영향을 미쳐 정신질환의 발생률을 높인다. 소방청에서 전국의 소방공무원을 대상으로 실시한 심리평가 보고서에 의하면 치료가 요구되는 정신질환으로는 외상 후 스트레스 장애 6.33%, 우울장애 10.79%, 수면장애 21.9%로 높게 나타났고, 가장 많이 느끼는 스트레스 요인은 인명구조, 구급출동에서 겪는 외상사건의 경험으로(Jeong & Lim, 2008) 보고하였으나 본 연구의 결과에서 대상자의 스트레스 평균평점 1.02점, 음주 평균평점 0.67, 자살생각 평균평점 0.05점, 우울은 평균평점 0.42점으로 대상자가 지각하고 있는 스트레스, 자살생각, 음주, 우울이 모두 보통이하로 나타나 선행 연구의 결과와 상이한 결과를 나타냈다. 이러한 결과

가 나타난 이유로는 연구조사 시기가 코로나 19라는 새로운 감염질환으로 인해 생활방역의 방안으로 외출 및 이동의 감소를 촉구하였으며 이로 인한 소방공무원의 긴급출동 횟수 감소 때문에 나타난 결과라고 생각된다. 하지만, 코로나 19가 지속되고 있으며 이로 인해 코로나 블루라고 불리는 새로운 상황이 발생하고 있어, 소방공무원 업무의 특성 상 과중한 업무가 지속될 것으로 사료된다. 이에 스트레스를 감소시키며 음주를 적정량 유지하고 우울, 자살생각을 감소시킬 수 있는 방안 마련이 필요하다고 생각된다.

대상자의 스트레스는, 알코올의존증후군, 알코올유해사용, 자살과 순 상관관계를 보였다. 즉, 소방공무원은 스트레스가 많을수록, 알코올의존증후군 및 알코올유해사용이 높을수록, 자살생각이 높을수록 우울이 높은 것으로 나타났다. 대상자의 스트레스와 음주, 자살생각, 우울 간의 관계를 함께 살펴본 선행연구가 없어 결과를 비교하기는 어려우나 이러한 결과는 스트레스 고위험군이 저위험군 보다 더 높은 우울 증상을 나타낸다는 Shim, et. al.,(2019)의 연구를 지지하며, 스트레스가 우울에 유의미한 영향을 미친다고 보고한 Lee, et. al.,(2014)의 연구와 일치한다. 소방공무원의 경우 야간근무를 포함한 교대근무, 각종 위험에 노출되어있는 업무환경, 24시간 비상대기 체제 등의 직업적 특성에 따라 다른 직업들에 비해 더 높은 수준의 스트레스를 경험하며 그에 따라 경험하는 우울 수준 역시 더욱 높다는 것을 재확인하게 되는 결과이기도 하다. 또한 음주와 우울이 깊은 상관관계가 있다는 Shim, et. al.,(2019)의 연구를 뒷받침하는 결과이기도 하다. Kim(2004)의 연구에서 알코올 중독의 경우 다양한 생활사건에서 부정적인 감정을 경험하게 되고 우울한 기분을 경험하며 이를 벗어나기 위해 술을 지속적으로 마시게 되고, 이는 다시 일상생활에서 부정적인 경험을 하게 되고 우울한 기분을 벗어나기 위해 다시 술을 마시게 되는 상황이 반복되는 것으로 설명하고 있다. 위와 같이 과도한 음주는 우울수준을 높이는 것으로 볼 수 있으며, 그 우울은 다시 음주행위를 발생

시키게 되므로 우울감 해소를 위한 건강한 대처방안에 대한 연구가 필요하다. 대상자의 스트레스를 감소시키며 과도한 음주를 피하게 하고, 우울을 감소시켜 자살사고 및 생각을 저하시킬 수 있는 구체적인 제도 및 방안이 필요한 것으로 사료된다.

대상자의 스트레스, 음주, 자살생각이 우울에 미치는 영향을 확인한 결과 스트레스, 자살이 우울에 영향력을 나타내었으며, 우울에 대한 설명력은 69.1%였다. 이러한 결과는 스트레스가 우울에 영향을 미친다고 보고한 Lee, et. al.(2014)의 연구결과와 유사하며, 우울과 자살생각이 상대적으로 높은 정적 상관을 보여 자살생각의 주요한 위험인자로 우울을 보고해온 Hintikka(2009) 연구와, 경찰공무원에서 우울증상이 자살에 가장 중요한 요인이라고 보고한 Hwang(2009)의 연구와도 유사성을 보인 결과이기도 하다. 소방공무원의 직업 특성상 화재 진압이나 긴급한 상황에서의 구조·구급 등의 현장 활동 중에 위험에 노출되며, 출동 대기 중에도 항상 긴장감을 유지한 채로 청사 내에서 벗어날 수 없는 등 업무상 특성을 지니고 있다. 소방공무원은 사람의 생명을 지키고 사회 안전을 유지하는 데 기여한다는 점에서 보람이 큰 직업이지만, 이와 같은 업무적 특성으로 인한 과도한 스트레스와 긴장, 그로 인해 유발되는 정신건강 상의 문제를 경험할 수 있는 위험에 처해있다. 따라서 본 연구결과에서도 보여주듯이 지속적으로 소방공무원의 스트레스, 자살생각, 우울의 실태를 확인하고, 소방공무원의 우울감과 그로 인해 발생하는 다양한 문제를 예방하기 위해 스트레스 및 자살생각을 줄일 수 있는 정신 심리적 개입이 필요하다 할 수 있겠다. 더 나아가 소방공무원의 정신 건강을 도모하기 위해 이러한 관계성에 초점을 둔 연구가 지속적으로 이루어져야하는 필요성을 확인할 수 있었으므로, 스트레스, 자살생각이 우울의 영향요인임을 인지하고, 그 관계성을 중심으로 각 변인이 직접, 간접적으로 영향을 미치는 방식에 대한 연구를 지속적으로 시행하여 소방공무원의 정신건강을 위한 프로그램이 이루어져야 할 것으로 생각된다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 소방공무원의 스트레스, 음주, 자살생각, 우울의 관계 및 우울에 미치는 영향 요인을 확인하기 위한 조사 연구이다. 본 연구결과 소방공무원의 우울에 미치는 영향 요인은 스트레스와 자살생각이 영향력을 나타내었으며, 우울에 대한 설명력은 69.1%였다. 스트레스가 높을수록 자살생각이 많을수록 우울 수준이 높아진다는 본 연구결과를 바탕으로 직장검진이나 정신건강복지센터에서 실시하는 정신건강 검사 등 다양한 접근 방안을 통해 우울을 조기에 발견하여 관리하고 또 치료함으로써 소방공무원의 스트레스를 감소하고 자살생각을 낮출 수 있으며, 궁극적으로 자살을 예방할 수 있도록 지속적인 관심과 확인이 필요하다 할 수 있겠다. 또한 더 나아가 소방공무원의 직업 특성을 고려한 정신건강을 위한 프로그램 개발과 제도적인 방안이 마련되어야 할 것이다.

본 연구는 일 지역의 소방공무원을 대상으로 하였으므로 연구결과를 일반화하는 데 한계가 있다. 향후 지역별 반복적인 연구가 필요하며, 소방공무원의 정신건강을 위한 프로그램 개발과 효과평가를 위한 연구를 제언한다.

References

- Baek, Young Myo. 2010. Korean Version of Perceived Stress Scale-10: Development of the Scale and Exploring the Effects of Perceived Stress on Memory. Master's Thesis. Seoul National University.
- Bang, Chang Hoon and Woi Hong Hong. 2010. A Study on Occupational Stress for the Injured Firefighter: Focusing on Gyeongbuk Province. *Journal of Korean Institute of Fire Science & Engineering*. 24(4): 79-85.
- Bernal, M., et al. 2007. Risk Factors for Suicidality in Europe: Results from the ESEMED Study. *J. Affect Disorder*. 101: 27-34.
- Cho, Maeng Je and Kye Hee Kim. 1993. Diagnostic Validity of the CES-D(Korean Version) in the Assessment of DSM-III-R Major Depression. *Journal of The Korean Neurosychiatric Association*. 32(3): 381-399.
- Cho, Seong Jin, Guk Hee Suh, Jung Ja Nam, Tong Woo Suh, and Maeng Je Cho. 1998. Nationwide Probability Sample Survey Correlates and Risk Factors of Probable Alcohol Dependence Group among Korean Adult Drinkers. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*. 37(6): 1186-1200.
- Choi, Eun Suk, Hye Seon Jung, Su Hyeon Kim, and Hyeon Ju Park. 2010. The Influence of Workplace Violence on Work-related Anxiety and Depression Experience among Korean Employees. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 40(5): 650-661.
- Choi, Soo Chan and Hae Woong Park. 2005. A Study on the Effects of Employees' Socio-emotional Problems on Stress, Depression, and Self-esteem. *Korean Journal of Social Welfare*. 57(4): 177-196.
- Cohen, S. and G. Williamson. 1988. Perceived Stress in a Probability Sample of the US. *The Social Psychology of Health: Claremont Symposium on Applied Social Psychology*. In S. Spacapan & S. Oskamp. eds. 31-67.
- Hwang, Sae Woong, So Young Kang, and Oi Byung Park. 2012. A Study on the Factors Affecting Police Officers' Suicide Ideation. *Journal of Korean Public Police and Security Studies*. 9(1): 1-21.
- Hintikka, Jukka, et al. 2009. Are Factors Associated with Suicidal Ideation True Risk Factors? A 3-year Prospective Follow-up Study in a General Population. *Social Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 44(1): 29-33.
- Jeong, Yeong Gi, Gi Yeong Lim, Seon Mi Jo, Jun Pil Jo., et al. 2008. A Study on the Analysis of Post-traumatic Stresses in Firefighters. National Fire Agency & Industrial-Academic Cooperation Group of Ajou University.
- Jo, Seon Deok and Jae Beom Park. 2012. The Relationship between Job Stress and Alcohol-use Disorders among Firemen. *Journal of the Korean Society of Hazard Mitigation*. 12(1): 133-140.
- Jung, Deog Yu and Min Kyeong Lee. 2015. A Study of Nursing Tasks, Nurses' Job Stress and Job Satisfaction in Hospitals with no Guardians. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 21(3): 287-296.

- Kang, Sang Kyeong and Tae Yeon Kwon. 2008. A Study on the Relationship between Depressive Symptoms and Alcohol Use: Focusing on 'Tension Reduction Theory' and 'Intoxication Theory'. *Korean Journal of Social Welfare Studies*. 36: 253-280.
- Kim, Gi Eun, Yu jin Jeon, Hyeon Seo Jeong, Seon Ho Lee, Bin Na Kim, Ye Ra Choe, Eun Ko, and Sun Hyeon Ban, et. al. 2014. *Analysis of the National Fire Service Psychological Evaluation Survey in 2014*. National Fire Agency & Industrial-academic Cooperation Group of Ehwa Women University. 1-309.
- Kim, Sang A. 2004. Association between Alcohol Consumption and Depression Level Department of Public Health. Ph.D. Dissertation. The Graduate School Yonsei University.
- Kim, Tae U, Gyu sang Kim, and Yeon Sun An. 2010. Relationship between Job Stress and Depressive Symptoms among Field Firefighters. *Annals of Occupational and Environmental Medicine*. 22(4): 373-387.
- Kim, Won, Tae Yeon Hwang, Byoung Joo Ham, Joon Seok Lee, Byungh Hwi Choi, Se Joo Kim, Yong Jin Seo, Eun Ho Kang, and Jong Min Woo. 2007. The Impact of Major Depressive Disorder on Productivity in Workers: A Preliminary Study Using WHO-HPQ(Health and Work Performance Questionnaire). *Korean Journal of Neuropsychiatr Association*. 46(6): 587-595.
- Kim, Yong Seok. 1999. Epidemiological Study on the Prevalence of Alcohol Use Disorders among the Korean Adult Population. *Korean Journal of Social Welfare*. 37: 67-88.
- Kim, You Ho, Sang Il Ryu, Seoi A Kwon, Ju Ho Lee, Seung Hyo Hyeon, and Min Kyu Lee. 2018. The Effect of Sports Activities of Public Workers on Stress: Focusing on Firefighters. *Journal of Korean Public Police and Security Studies*. 15(3): 43-68.
- Lee, Jae Hee, Kwang Su Moon, and She Zeen Oah. 2010. The Effects of Stress Response on Safety Behavior: Moderating Effect of Safety Climate. *Journal of the Korea Safety Management and Science*. 12(4): 31-39.
- Lee, Jun Young, Jong Hyuk Choi, Hyun Guk Hwang, and Young Eun Seo. 2014. The Relationship among Job Stress, Depression, and Suicidal Ideation in Firefighters: Focusing on Mediating Effect of Depression. *Anxiety and Mood*. 10(2): 151-156.
- Lee, Won Hee and Chun Jae Kim. 2006. The Relationship between Depression, Perceived Stress, Fatigue and Anger in Clinical Nurses. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 36(6): 925-932.
- Lee, Won Yeong. 2006. The Interacting Effects of Cognitive Failure, Consciousness and Job Stress on Safety Behavior and Accidents. *The Korean Journal of Industrial and Organizational Psychology*. 19(3): 475-497.
- Lim, Yeon Hee and Young Cho Cho. 2018. Effects of Job Stress, Fatigue, Burnout, and Job Satisfaction on Turnover Intention among General Hospital Nurses. *Journal of the Korea*. 19(6): 264-274.
- Oh, Jin Uk, Mi Ae Ko, Hoo Rim Song, Min Ha Hong, Hyun Soo Kim, and Woo Jung Kim. 2018. Factors Affecting Sleep Quality of Firefighters. *Korean Journal of Psychosomatic Medicine*. 26(1): 19-25.
- Oh, Yeon Jae, Geum Seon Han, Eun Suk Park, Yeong Ju Park, and Hyeon Cheol Kang. 2008. Suicide Idea by Interpersonal Relation in Nurses. *The Korean Journal of Stress Research*. 16(4): 351-356.
- Park, Hee Seok, Chong Nak Son, and Sang Woo Oh. 1993. The Effects of Stress, Social Support, Dysfunctional Attitude and Coping Style Upon Depression. *Korean Journal of Clinical Psychology*. 12(2): 179-196.
- Park, Kwang Bae and Min Sup Shin. 1991. Relation between Perceived Stress and Suicidal Ideation of High School Students. *Korean Journal of Clinical Psychology*. 10(1): 298-314.
- Radloff, L. 1977. The CES-D Scale: A New Self-report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological Measurement*. 1(3): 385-401.
- Shim, Gyu Sik, Sung Hwan Bang, and Hee Jeong Ahn. 2019. Analysis of the Relationship between the Drinking Status and Job Stress of Firefighters. *Fire Science and Engineering*. 33(2): 132-138.

Korean References Translated from the English

- 김상아. 2004. 알코올섭취와 우울정도의 관련성 연구. 박사학위 논문. 연세대학교.
- 김용석. 1999. 국내의 알코올 사용장애 선별도구의 비교를 통한 한국성인의 알코올사용 장애에 관한 역학조사. 한국사회복지학. 32: 67-88.
- 김원, 황태연, 함병주, 이준석, 최병휘, 김세주, 서용진, 강은호, 우종민. 2007. 주요우울증이 근로자의 생산성에 미치는 영향: WHO-HPQ를 이용한 예비연구. 신경정신의학. 46(6): 587-595.
- 김유호, 류상일, 권설아, 이주호, 현승효, 이민규. 2018. 공공부문 종사자의 스포츠 활동이 스트레스에 미치는 영향. 소방공무원을 중심으로. 한국치안행정논집. 15(3): 43-68.
- 김지은, 전유진, 정현서, 이선호, 김빈나, 최예라, 고은, 반순현 외. 2014. 전국소방심리평가 조사분석. 이화여자대학교 산학협력단. 1-309.
- 김태우, 김규상, 안연순. 2010. 현장직 소방공무원에서 직무 스트레스와 우울 증상의 관련성. 대한직업 환경의학회지. 22(4): 373-387.
- 박광배, 신민섭. 1991. 고등학생의 지각된 스트레스와 자살생각. 한국심리학회지: 임상. 10(1): 298-314.
- 박희석, 손정락, 오상우. 1993. 스트레스, 사회적지지, 역기능적 태도 및 대처방식의 우울에 대한 효과. 한국심리학회지: 임상. 12(2): 179-196.
- 방창훈, 홍외현. 2010. 공상소방공무원의 직무스트레스에 관한 연구: 경북지역을 중심으로. 한국화재소방학회논문지. 24(4): 79-85.
- 백영묘. 2010. 지각된 스트레스 척도 표준화 및 기억 기능에 대한 영향 탐색. 석사학위논문. 서울대학교.
- 강상경, 권태연. 2008. 우울과 음주의 관계에 대한 연구: '긴장 감소가설'과 '독성가설'에 대한 검증을 중심으로. 한국사회복지연구. 36: 253-280.
- 심규식, 방성환, 안희정. 2019. 소방공무원의 음주 실태와 직무 스트레스 관계 분석. 한국화재소방학회논문지. 33(2): 132-138.
- 오연재, 한금선, 박은숙, 박영주, 강현철. 2008. 간호사의 대인관계 유형에 따른 자살사고. 스트레스연구. 16(4): 351-356.
- 오진욱, 고미애, 송후림, 홍민하, 김현수, 김우정. 2018. 소방공무원의 수면의 질에 대한 영향요인. 정신체의학. 26(1): 19-25.
- 이원영. 2006. 안전행동 및 사고에 대한 성실성, 인지실패 및 직무스트레스의 상호작용. 한국심리학회지: 산업 및 조직. 19(3): 475-497.
- 이원희, 김춘자. 2006. 임상간호사의 우울과 지각된 스트레스, 피로 및 분노간의 관계. 대한간호학회지. 36(6): 925-932.
- 이재희, 문광수, 오세진. 2010. 스트레스 반응이 안전행동에 미치는 효과: 안전 분위기의 중재효과. 대한안전경영과학회지. 12(4): 31-39.
- 이준영, 최종혁, 홍현국, 서영은. 2014. 강원지역 소방공무원에서 직무스트레스, 우울 및 자살생각 간의 관련성: 우울의 매개효과를 중심으로. 대한불안의학회지. 10(2): 151-156.
- 임연희, 조영채. 2018. 종합병원 간호사들의 직무스트레스, 피로, 소진 및 직무만족도가 이직의도에 미치는 영향. 한국산학기술학회논문지. 19(6): 264-274.
- 정덕유, 이민경. 2015. 포괄간호서비스를 제공하는 간호사의 간호업무와 직무스트레스, 직무만족에 관한 연구. 간호행정학회지. 21(3): 287-296.
- 정영기, 임기영, 조선미, 조준필, 김기운, 신윤미, 홍창형, 최혜경. 2008. 소방공무원의 외상 후 스트레스 실태분석 연구. 아주대학교 산학협력단. 1-253.
- 조맹제, 김계희. 1993. 주요우울병환자 예비평가에서 The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale(CES-D)의 진단적 타당성 연구. 신경정신의학. 32(3): 381-399.
- 조선덕, 박재범. 2012. 소방공무원의 직무스트레스와 음주사용장애와의 관련성. 한국방재학회논문집. 12(1): 133-140.
- 조성진, 서국희, 남정자, 서동우, 조맹제. 1998. 알코올의존 고의 심군의 사회인구학적 특성 및 위험요인 분석: 전국적 확률표본을 대상으로. 신경정신의학. 37(6): 1186-1200.
- 최수찬, 박해웅. 2005. 근로자의 사회 정서적 문제가 스트레스와 우울 및 자아존중감에 미치는 영향 연구. 한국사회복지학. 57(4): 177-196.
- 최은숙, 정혜선, 김수현, 박현주. 2010. 한국 근로자의 업무관련 불안감 및 우울감 경험에 대한 직장폭력의 영향. 대한간호학회지. 40(5): 650-661.
- 황세웅, 강소영, 박외병. 2012. 경찰공무원의 자살생각에 미치는 영향요인. 한국치안행정논집. 9(2): 1-21.

소방공무원의 우울 영향요인

- 스트레스, 음주, 자살생각을 중심으로 -

국문초록 본 연구는 소방공무원의 스트레스, 음주, 자살생각, 우울의 관계 및 우울에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위한 서술적 조사 연구이다. 수집된 자료는 SPSS Program을 이용하여 분석하였으며, 대상자의 스트레스, 음주실태, 자살생각이 우울에 미치는 영향은 회귀분석을 사용하였다. 본 연구결과 소방공무원의 우울에 미치는 영향요인은 스트레스와 자살생각이 우울에 영향력을 나타내었으며, 우울에 대한 설명력은 69.1%였다. 스트레스가 높을수록 자살생각이 많을수록 우울수준이 높아진다는 본 연구결과를 바탕으로 소방공무원에 다양한 접근 방법을 통해 우울을 조기에 발견하고 지역의 정신건강증진센터 등과 관련 기관과 연계하여 관리하고 치료함으로써 소방공무원의 자살생각을 감소시키고 궁극적으로 자살을 예방할 수 있도록 지속적인 관심과 확인이 필요하다. 또한 더 나아가 소방공무원의 직업적 특성을 고려한 정신건강 관리 프로그램 개발과 이에 따른 제도적인 방안이 마련되어야 할 것이다.

주제어 : 소방공무원, 스트레스, 음주, 자살생각, 우울

Profiles **Mi Kyung Jeon** : She received her Ph.D. from Chungnam National University. She is an assistant Professor of the Department of Nursing at Munkyeong University. Her interesting subject of research is Nursing, and Psychiatry Mental Health Nursing(jeonmk4311@nate.com).

Eun Hee Shin : She received her Ph.D. from Kongju National University. She is an assistant Professor of the Department of Nursing at Munkyeong University. Her interesting subject of research is Nursing, and Women's Health Nursing(bulsh@hanmail.net).