

지속적인 문제음주를 보이는 대학생의 심리적 특성에 관한 질적 연구: 근거이론에 기반하여*

박 아 름[†]
서울아산병원

권 석 만

김 빛 나

서울대학교 심리학과

본 연구의 목적은 지속적인 문제음주 패턴을 보이는 대학생의 심리적인 특성을 질적 연구 방법을 통해 살펴보는 것이다. 이를 위해 과거 문제음주 양상을 보였던 참여자들 가운데 현재는 문제음주 양상을 보이지 않는 집단과 현재까지 문제음주 양상이 지속되는 집단으로 나누었고, 문제음주의 지속 및 변화 과정과 관련 있는 변인들을 생생하게 이해하고자 심층면담을 실시하였다. 총 9명의 참여자들이 회고적으로 보고한 자료를 근거이론에 따라 분석한 결과, 문제음주 지속집단에서 자기표현의 어려움이라는 성격 특성이 도출되었다. 이들은 술을 매개로 더 진솔한 대화를 시도하고 감정적 정화를 경험하는 경향이 있었고, 술을 통해 수줍음이나 불안 같은 부정적인 감정에 대처하였다. 이 밖에 음주행동이 친구의 영향을 많이 받지만, 이는 자신과 유사한 음주태도를 갖고 있는 사람을 친구로 선택하는 선택 효과를 포함하고 있었다. 마지막으로, 두 집단 모두 음주후 부정적 결과를 경험했지만 문제음주 지속집단은 이를 긍정적으로 평가하는 경향이 있었다.

주요어 : 문제음주, 근거 이론, 질적 연구

* 이 논문은 제1저자의 석사 학위논문 중 일부를 수정 및 보완한 것이며, 이 연구의 내용은 2018년 한국 심리학회 연차학술대회에서 포스터 발표되었음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 박아름 / 서울아산병원 / (05505) 서울 송파구 올림픽로 43길 88
E-mail : lankyrat@gmail.com

대학생은 일반 성인과 비교하여 음주량, 음주 빈도, 연·월간 음주율이 높다(이지현, 2010; 이지현, 제갈정, 김동학, 2010). 세계보건기구(WHO)가 음주소비의 위해성과 의존성을 평가하고자 개발한 측정도구인 AUDIT(Alcohol Use Disorder Identification Test)의 점수를 비교했을 때에도 대학생의 알코올 의존 비율(6.5%)이 성인의 알코올 의존 비율(3.5%)보다 높게 나타났다(이지현, 2011).

그러나 문제음주를 나타낸 대학생들이 이후에 모두 알코올 사용 장애(Alcohol use disorder) 진단을 받는 것은 아니다. 알코올 사용 장애의 유병률은 18~25세에는 16.8%로 높지만, 26세 이상에서는 6.2%, 64세 이상에서는 1.3%로 점차 낮아지는 경향이 있다(Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2008).

학자들은 알코올 사용 장애의 유병률이 성인 초기에 높게 나타나는 현상을 시기적 특수성과 관련지어 설명했다. 대학생들은 대학시기를 현실로부터의 ‘타임 아웃(time out)’, 즉 성인으로서의 이행이 유예된 시기로 지각하며 이러한 시기적 특수성이 폭음을 허용하는 요소로 작용한다(Colby, Colby, & Raymond, 2009). 이러한 이유로 Zucker(1987)는 대학시기에 잦은 폭음 행동을 보이지만 졸업 이후에는 사고 음주에 머무르는 ‘발달적으로 제한된 알코올 중독(developmentally limited alcoholism)’이라는 유형을 제안하기도 했다(Ham & Hope, 2003에서 재인용).

따라서 발달적으로 제한된 문제음주 양상을 보이는 유형과 별개로 문제음주 양상이 지속될 가능성이 있는 유형을 선별하여 조기개입의 토대를 마련하는 작업이 필요하다. 이를 위해 본 연구에서는 과거 문제음주 행동을 보인 대학생 중 현재는 문제음주 행동을 보이지

않는 집단과 현재에도 문제음주 행동을 유지하고 있는 집단을 심층 면담하여 참여자들의 회고적 보고를 질적 방법으로 분석하고자 한다.

기존 대학생의 문제음주에 대한 연구는 주로 양적 연구에 치우쳐 있다는 한계가 있었다. 양적 연구는 대학생 문제음주와 관련 있는 변인들이 무엇인지 평면적으로 이해하는 데는 도움을 주지만, 복잡한 인간의 행동들을 다각적으로 보여주지 못하는 한계를 갖고 있다. 특히 문제음주 행동을 보이는 대학생들의 사고와 정서가 음주행동 개선 및 지속 과정에서 어떻게 작용하는지 내적 경험을 전체적으로 기술하는데 어려움이 있다.

본 연구에서는 근거 이론(ground theory)에 기반한 질적 연구방법을 사용하여 문제음주 개선집단과 지속집단의 내적 경험을 이해하고자 한다. ‘대학생들은 어떤 심리적 과정을 거쳐 문제음주 행동에 이르는가, 어떤 사고와 정서 및 외적 요인이 이러한 음주행동에 영향을 미치고 있는가, 이들은 어떤 계기로 인해 음주행동을 변화시켜야겠다고 결심하는가, 이러한 결심을 약화 혹은 강화시키는 것은 무엇인가’를 탐색할 것이다.

방 법

참여자

서울 소재 한 대학교 학부생 268명을 대상으로 온라인 설문을 실시하였다. 설문은 연구에 대한 설명 후 참여에 동의한 학생들을 대상으로 이루어졌다. 참여자 모집은 대학에서 운영하는 온라인 설문 참여 시스템(R-point

system)과 학내 포털 사이트를 이용하였다. 참여자의 평균 연령은 21.08세(표준편차=2.40, 범위=17~32세)이었으며, 이 중 남자가 158명, 여자가 110명이었다.

문제음주에 대해 합의된 정의는 없지만 선행 연구를 참고하여 음주량과 빈도, 음주 후 부정적인 결과를 고려하여 정의하였다(Baer, 2002, Baer, Kivlahan, Blume, McKnight, & Marlatt, 2001; Ham & Hope, 2003). 음주량의 측면에서 폭음은 여성의 경우 한 자리에서 4잔, 남성은 5잔 이상의 술을 마시는 것으로 정의되며(Wechsler, Dowdall, Davenport, & Rimm, 1995), 음주 빈도는 지난 2주 동안 폭음을 1~2번 하면 수시 폭음(occasional binge drinking), 3번 이상 하면 상습 폭음(frequent binge drinking)으로 정의된다(Wechsler, Lee, Kuo & Lee, 2000). Bush 등(1998)에 따르면 음주량과 빈도는 폭음 뿐만 아니라 알코올 남용 혹은 알코올 의존을 감별할 수 있는 유용하고 타당한 도구이다. 특히 한 자리에서 5~6잔 이상의 술을 한 달에 2~4회 이상 마실 경우, 이러한 음주량과 음주 빈도는 알코올 남용 및 의존을 진단하는데 있어 높은 민감도(86%)와 특이도(72%)를 보인다. 그러나 음주량과 빈도만으로 문제음주를 정의하는 것은 충분하지 않다는 연구에 따라(Baer, Kivlahan, Blume, McKnight, & Marlatt, 2001; Ham & Hope, 2003), 본 연구에서도 문제음주를 정의할 때 음주량 및 음주 빈도와 더불어 음주 관련 부정적인 결과를 고려하고자 한다.

문제음주 개선 참여자, 즉 과거에는 문제음주 행동을 보였으나 현재는 그렇지 않은 참여자를 선정하는 기준은 다음과 같았다. 우선 설문에서 과거 가장 술을 많이 마셨던 시기를 기준으로 음주량, 음주빈도, 음주 문제 측면에

서 모두 문제가 있었다고 답한 학생 중, 최근 3개월 동안 음주량과 빈도가 수시 폭음에 해당하지 않고, 음주문제 점수는 과거문제음주 패턴을 보인 학생들과 비교해 하위 30% 이내이거나 30점 이하인 학생을 참여자로 선정하였다. 수시 폭음은 1회 음주량이 5잔(여학생은 4잔) 이상으로 정의되는 폭음 행동을 지난 2주 동안 1~2회 이상 한 경우에 해당한다. 총 5명을 면담하였고 그 중 현재 음주량과 빈도가 기준에 맞지 않은 참여자 1명을 분석에서 제외하였다.

문제음주 지속 참여자, 즉 과거에 문제음주 행동을 보였고, 현재도 폭음양상을 보이는 참여자는 다음과 같은 기준을 통해 선정하였다. 문제음주 개선집단과 마찬가지로 과거에 음주량, 음주빈도, 음주 문제 측면에서 모두 문제가 있었다고 답한 학생 중, 최근 3개월 동안 음주량과 빈도가 상습 폭음에 해당하며, 음주문제 점수는 과거문제음주 패턴을 보인 학생들과 비교해 상위 30% 이상이거나 45점 이상인 학생을 참여자로 선정하였다. 상습 폭음은 지난 2주 동안 3회 이상 폭음을 한 것으로 정의된다. 6명을 면담하였으나 그 중 1명은 최근의 상습 폭음 기간이 3개월 미만이라고 답해 분석에서 제외하였다. 참여자의 평균 연령은 23세로(표준편차=1.12)로 범위는 21~24세였으며, 이 중 남자가 5명, 여자가 4명이었다(표 1).

측정도구

음주 패턴

1회 음주량과 음주 빈도를 측정하기 위해 신행우(1998)가 사용한 문항을 사용하였다. 1회 음주량 문항은 술을 한 번 마실 때 평균적

표 1. 심층면담에 참여한 9명의 인적사항과 현재 음주양상

	성별	나이 (만)	학년	현재 1회 음주량	현재 음주빈도	
문제음주 개선 집단	참여자 1	남	23	4	맥주 1~2잔	한 달에 1회
	참여자 2	남	22	3	금주	금주
	참여자 3	여	24	4	맥주 1잔	한 달에 1회
	참여자 4	여	21	3	맥주 1~2잔	2~ 3주에 1회
문제음주 지속집단	참여자 5	남	24	3	소주 1~2병	주 2~3회
	참여자 6	남	22	3	소주 3병	주 5회
	참여자 7	여	23	4	소주 1병	주 3회
	참여자 8	남	24	4	소주 3병	주 2회
	참여자 9	여	24	5	소주 1.5병	주 3~4회

으로 어느 정도 마시는지를 맥주를 기준으로 하여 묻고, 0점("전혀 안 마심")에서 11점("5000cc 이상")의 Likert 형식으로 응답한다. 주로 마시는 술이 소주인 경우 그 양을 직접 적도록 한 후, 알코올 도수와 용량을 계산해 맥주를 기준으로 했을 때와 같은 단위가 되도록 연구자가 변환하였다. 음주빈도 문항은 0점("한 번도 마신 적이 없다")에서 6점("거의 매일")의 Likert 형식으로 응답한다.

음주 문제 척도

일반 음주자들이 술을 마시는 동안이나 술을 마신 후에 흔히 경험할 수 있는 음주로 인한 장·단기적 문제들을 측정하기 위하여 신행우(1998)이 개발한 척도를 사용하였다. 총 20문항이며, 직업 및 사회적 기능의 손상을 측정하는 6문항, 행동상의 문제를 측정하는 10문항, 가족 및 대인관계의 손상을 측정하는 7문항(행동상의 문제와 가족 및 대인관계의 손상 3문항은 중복됨)으로 구성된다. 1점("전혀 없다")에서 5점("매우 자주")의 Likert 형식으로

응답한다. 신행우(1998)의 연구에서 내적 일관성은 직업 및 사회적 기능의 손상이 .88, 행동상의 문제는 .84, 가족 및 대인관계의 손상은 .79이었다. 본 연구에서의 내적 일관성은 각각 .87, .88., .85로 나타났다.

연구절차 및 자료 분석

대학생의 음주행동과 관련된 선행 연구 결과를 참고하여 임상심리 전문가 2인과 함께 문제음주 변화과정과 지속과정을 생생하게 이해하기 위한 질문들을 작성하였다. 주요 질문은 술을 본격적으로 마시게 된 상황, 술을 마시는 이유, 음주 후 경험한 긍정적 혹은 부정적 결과, 술을 줄여야겠다고 결심한 계기, 금주를 할 때 어려운 점이나 도움이 되는 점 등이었다.

면담은 60분씩 서울 소재 대학의 상담실에서 진행하였다. 면담 시 녹음에 대한 동의를 구한 후 전 면담과정을 녹음하여 축어록을 전사하였고, 그 내용을 근거이론 방법에 따라

분석하였다. 면담 시에는 음주경험 내용에 대한 객관성을 보다 높이기 위해서 되도록 구체적인 에피소드와 사실적 근거들을 함께 제시하도록 이끌었다.

자료 분석은 근거이론 방법의 분석절차를 따랐다. 심층 면담을 통해 수집한 녹음자료를 녹취하여 근거이론의 코딩절차에 따라 분석하였다. 녹취자료를 줄 단위로 분석해 읽으면서 의미 있는 개념을 명명하는 개방코딩을 하였고, 개념들을 비슷한 범주끼리 묶어서 범주화하는 작업을 하였다. 중간 단계의 범주를 하위 범주로, 비슷한 하위범주끼리 묶어서 다시 범주로 추상화하였다. 이후 패러다임 모형을 찾는 축코딩을 통해 범주들 간의 관계를 형성하였다(Strauss & Corbin, 1990).

결 과

자료의 범주화 결과

본 연구 자료에 대한 개방코딩과정에서 심층면담을 통해 얻은 자료를 완전축어록으로 전사하고, 이를 줄 단위로 분석하면서 개념을 명명하였다. 문제음주 개선집단의 경우, 최종적으로 34개의 개념과 22개의 하위범주, 8개의 범주가 도출되었다(표 2). 문제음주 지속집단은 최종적으로 32개의 개념과 19개의 하위범주, 10개의 범주가 도출되었다(표 3).

근거 이론에서는 각각의 범주들을 재조합하여 범주들이 어떻게 연결되어 있는지 밝히고자 한다. 이에 따라 6개의 범주로 분류되는데 현상, 인과적 조건, 맥락적 조건, 작용/상호작용 전략, 중재적 조건, 결과가 그것이다. 우선 현상은 연구의 중심이 되는 사건을 말한다.

인과적 조건은 현상의 원인이 되는 요인이며, 맥락적 조건은 현상에 영향을 미치는 특별한 조건이나 현상이 나타는 구체적인 상황을 의미한다. 작용/상호작용 전략은 중심 현상에 대한 반응으로 취하는 행동들이며, 중재적 조건은 작용/상호작용 전략을 촉진하거나 방해하는 요인을 뜻한다. 결과는 위와 같은 전략들을 활용함으로써 나타난 결과물이다.

이에 근거하여 개념과 범주를 엮는 축코딩을 실시하였으며 문제음주 개선집단과 문제음주 지속집단의 내적 경험이 어떻게 다른지 확인하고자 했다. 두 집단 모두 대학 입학 후 술 접촉 기회가 많아진다는 인과적 사건을 공통적으로 경험하는 것으로 나타났다. 음주 후 타인과 깊은 대화를 나누는 등 술의 긍정적 효과를 경험하고, 인지 및 행동기능 저하, 금전적 손해, 다툼과 같은 대인관계 마찰, 학업 수행 저하 및 신체적 고통 등 술의 부정적 효과를 경험하는 것도 두 집단이 공유하는 현상이었다.

그러나 맥락적 조건은 두 집단간 차이가 있었는데, 문제음주 개선집단에서는 미래에 예상되는 제약이나 과거에 있었던 제약을 스스로 보상하려는 동기와 함께 타인이 권유하는 술을 거절하기 어려워하는 압박감이 도출되었다. 문제음주 지속집단에서는 자신과 유사한 음주태도를 가진 친구들을 선택하는 친구의 영향, 술자리에서 존재감을 갖고 싶은 욕구과 함께 음주를 하지 않은 상태에서는 진솔한 감정을 표현하기 어려워하는 자기표현의 어려움이 도출되었다.

두 집단의 차이는 중재적 조건과 작용/상호작용 전략, 결과에서 가장 크게 나타났다. 문제음주 개선집단의 중재적 조건은 음주 동기 약화로 나타났다. 작용/상호작용 전략은 금주

표 2. 문제음주 개선집단 자료에서 도출된 개념, 하위범주, 범주

개념	하위범주	범주
학과모임, 동아리 모임이 많음 미팅이나 부킹	새로운 사람들을 만나는 자리가 많아짐	찾은 술자리
여럿이 모였을 때 마땅히 할게 없음	선택의 제한	
그동안 공부하면서 억눌러 왔던 것을 해소하고 싶음 금지됐던 것을 더 하고 싶음	과거에 대한 보상	제약에 대한 보상
군대 가기 전에 실컷 놀고 싶음	미래에 대한 보상	
분위기를 유지시켜야한다는 부담감 선배들이 주는 술을 거부하기 어려움 술자리에 빠지면 안 좋다는 얘기 들음	술을 거부하기 어려움	압박감
서로 말이 많아지면서 분위기가 부드러워짐	분위기가 좋아짐	
기분이 좋아짐	기분 고양	술의 긍정적 효과 경험
진지한 이야기가 오가면서 배우는 자리가 됨	깊은 대화	
우스꽝스러운 행동을 하게 됨 기억을 잃음	인지 및 행동기능 저하	
물건을 잃어버림	금전적 손해	
타인과 다툼	대인관계에 부정적 영향	술의 부정적 효과 경험
함께 사는 사람에게 피해를 줌		
다음날 일상생활에 지장	학업 수행에 지장	
구토	신체적 고통	
반복되는 술자리에 회의를 느낌	술자리에 회의를 느낌	
부정적 경험을 돌아보며 후회	음주경험에 대한 부정적 평가	음주 동기 약화
술이 몸에 맞지 않음	건강상의 문제	
술자리에 안 가게 됨 술 권유를 거절하게 됨	거절효능감을 갖게 됨	
금주하는 즐거움	금주를 실행하는 내적 보람	금주에 도움을 주는 내·외부적 요소
다른 사람들도 술자리에 나오지 않음 생활이 바빠짐	외부 여건의 변화	
금주 결심에 대한 친구들의 응원	외적 지지	
건강 회복 돈이 절약됨 학점 오름 개인시간이 늘어남	절주로 인한 긍정적 변화	술을 줄인 후 삶의 변화
단조로운 삶 사람들과 고민을 나누지 못하는 것이 아쉬움	술을 줄인 후 아쉬움	

표 3. 문제음주 지속집단 자료에서 도출된 개념, 하위범주, 범주

개념	하위범주	범주
학과 모임, 동아리 모임이 많음 미팅	술자리가 많아짐	잡은 술자리
모이면 술을 마시는 것이 자연스러움	술이 당연해짐	
술을 즐기는 친구들과 가까워짐	술과 친화적인 친구 선택	애주가와 친해짐
주량에 대한 자부심과 경쟁심 나 없이 재미있게 노는 걸 못 참겠음	술자리에서 소외되기 싫음	존재감 욕구
샌님 이미지를 벗고 싶음	모범생 이미지 변화	
맨 정신에는 진지한 얘기를 하는 것은 답살 평소에 다른 사람 신경을 많이 씀 알지 못했던 답답함이 있었던 것 같음	자기표현의 어려움	자기표현의 어려움
사람들과 더 진솔한 대화를 할 수 있음	깊은 대화	술의 긍정적 효과 경험
감정적 정화	감정적 정화	
우스꽝스러운 행동을 하게 됨 기억을 잃음	인지 및 행동기능 저하	
물건을 잃어버림	금전적 손해	
타인에게 직설적으로 말하게 됨 부모님 및 이성친구와 다툼	대인관계에 부정적 영향	술의 부정적 효과 경험
다음날 일상생활에 지장	학업 수행에 지장	
구토 및 속이 안 좋음 살이 찜	부정적인 신체적 효과	
고시에 합격	미래가 결정됨	
출석이 그렇게 중요하다고 생각되지 않음 우리는 메여 있지 않음	대학생은 책임감이 덜 요구됨	타임 아웃
술을 마셨을 때 모습이 '진짜 나' 부끄러운 경험도 추억	음주 후 실수에 대한 긍정적 재평가	음주경험에 대한 긍정적 평가
줄이려고 해도 친구들이 놓아주지 않음 줄어야겠다고 다짐하지만 다시 과음하게 됨	음주조절 다짐이 오래가지 않음	음주지속
나의 삶에 만족스러움 진심으로 줄어야겠다고 생각되지 않음	음주조절의 필요성이 체감되지 않음	
음주로 인해 일상에 지장이 가지 않도록 관리 술을 거절할 수 없는 자리는 될 수 있으면 피함 혼자 마시는 빈도를 줄임	음주 조절 노력	음주조절 노력

및 절주의 노력에 도움을 주는 내·외부적 요 조건은 미래에 대한 고민으로부터의 해방과 소들을 발견이었으며, 그 결과로서 삶의 변화 인생의 타임 아웃이 도출되었다. 작용/상호작용 전략은 음주 후 부정적인 경험을 오히려

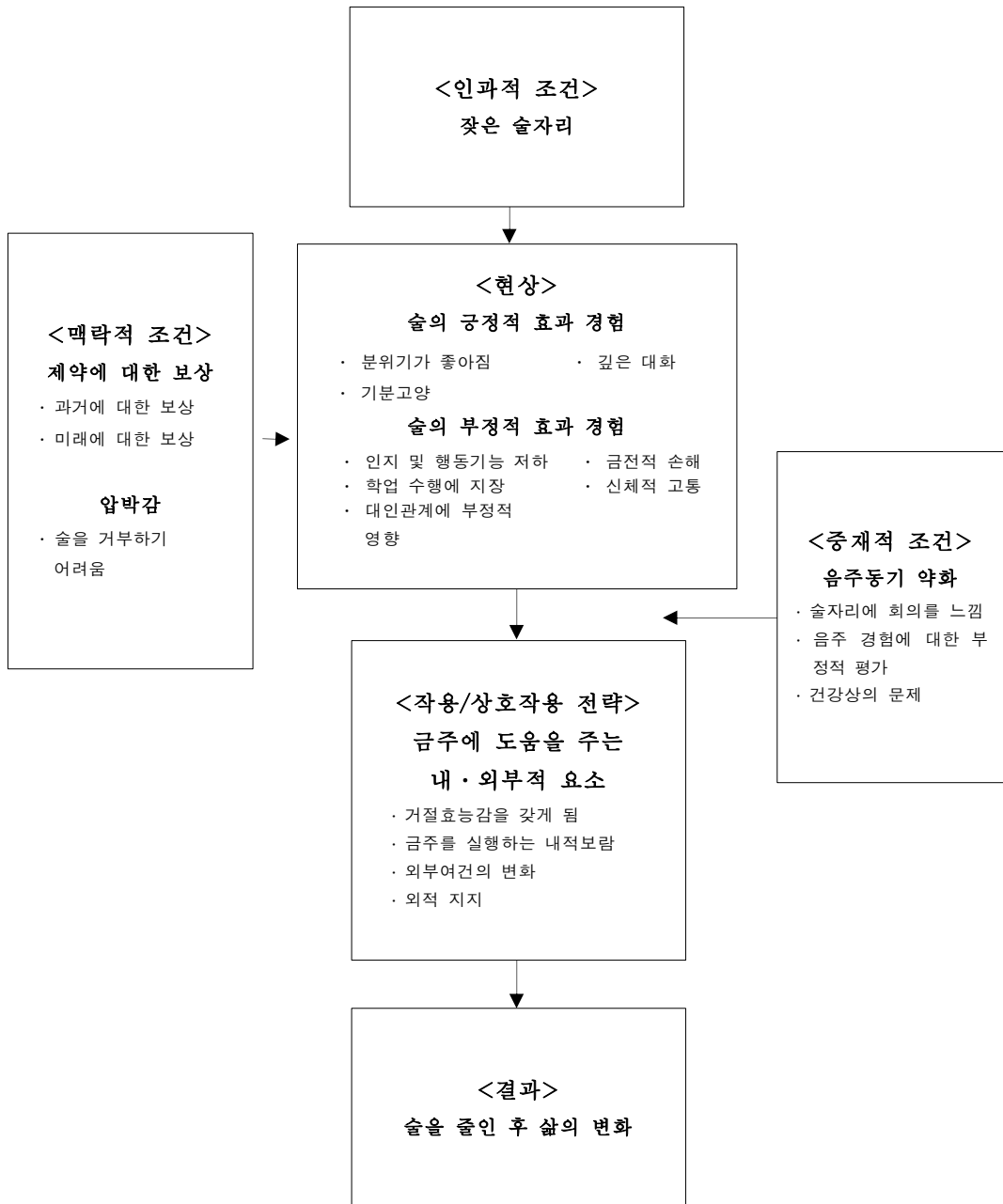


그림 1. 문제음주 개선 과정에 대한 패러다임 모형

긍정적으로 평가하는 것이었고, 결과는 음주 지속과 술을 조절하려는 노력으로 나타났다. 이러한 범주들 간의 관계를 패러다임 모형으로 그림 1과 2에 제시하였다.

심층면담을 통해 집단별로 각각 8, 10가지 범주가 도출되었는데, 이들 중 두 집단의 차이가 드러나는 범주를 중심으로 하위 범주 및 개념에 대해 상세히 살펴보고자 한다. 이를 위해 문제음주 개선집단의 ‘음주 동기 약화’, ‘금주에 도움을 주는 내·외부적 요소’ 범주에 대한 내용과 문제음주 지속집단의 ‘애주가와 친해짐’, ‘존재감 욕구’, ‘자기표현의 어려움’, ‘타입 아웃’, ‘음주경험에 대한 긍정적 평가’ 범주에 대한 내용을 분석하였다.

문제음주 개선집단 - 음주 동기 약화 분석

술을 줄이게 된 계기에 대해서 묻고 참여자들이 보고한 내용을 분석하였다. 총 3개의 개념과 2개의 하위범주가 도출되었으며 이에 대한 근거자료는 다음과 같다.

술자리에 회의를 느낌

● 반복되는 술자리에 회의를 느낌

개선집단 참여자들은 처음에는 술자리에서 새로운 사람을 만나 이야기를 나누면서 즐거움을 느끼지만, 술자리에서 맺어진 인간관계가 지속되지 못하는 경험을 하면서 술자리에 회의를 느끼는 것으로 나타났다.

1학년 때 그런 걸 되게 많이 느껴서, 되게 부질없음? 이런 걸 많이 느껴서. 과에 막 술 먹는 분위기가 되게 심했었는데 먹고 났을 때 딱 그 때 뿐이더라고요. 되게 어색하고. 정말 진정한 만남은 깨어있을

때도 그런 건데 술 먹었을 때 친하고 이런 거는 다들 정신 풀려서 흥분해서 그럴 뿐이지 피상적인 거죠, 결국에는. <참여자 2>

항상 술 마시게 되면, 술 마시고 하는 말도 약간 술기운에, 술기운이 필요한 때도 있지만, 그게 싫었어요. 술자리 때는 되게 친하고 이랬는데 깨고 나면은 그 때 분위기가 안 나잖아요. 그렇게 소모적인 관계가 되는 것도 싫고. <참여자 3>

처음에는 술자리 문화가 되게 재밌었거든요. 가면은 이제 사람들이랑 소개하고, 새로 아는 사람들도 많아지고 술 게임도 하고 그러면서 재미있었는데 그러면서 점점 계속 그런 것들이 반복되니까 이제는 그냥 그런 것들에 별로 흥미도 동하지 않고, 굳이 술을 마시면서 친해져야 하나 이런 생각도 들고. 그 당시에는 친해진다고 느꼈는데 지금 생각해보면 취중에 친해졌다 보니까 친해지는 동기는 될 수 있어도 막상 시간 지나고 보면 별로 의미는 없었던 것 같아요. <참여자 4>

음주경험에 대한 부정적 평가

● 부정적 경험을 돌아보며 후회

개선집단 참여자들은 폭음 후에 기억이 끊기거나, 구토 및 우스꽝스러운 행동을 하는 등 부정적인 결과를 경험하였다. 이를 돌아보며 부끄러움과 자기혐오감을 느끼며, ‘생산적으로 살아야했다’는 후회를 하는 모습이 관찰되었다. 음주 후 자신이 행한 실수들에 대해 부정적으로 평가하는 태도는 시간이 흐른 뒤에도 유지되는 것으로 나타났다.

1학년 때 흑역사, 그니까 선배들이 춤을 춰라 그러면 춤을 추고 덤블링을 하라 하면 덤블링을 하고 거의 강아지처럼 다 했다고.... 저는 기억이 안 나는데 애들이 찍었던 거 보여주더라고요. 그 다음부터 선배들이 부르는 술자리 절대 안 나갔죠. 그 영상 보면서 뛰어 내리고 싶었어요. 후회가 많았죠. 전까지 친했던 선배들 물론 그 다음에도 친하게 지내긴 했지만 제 쪽에서 뭔가 그런 게 있으니까 쾅기는 게 있으니까 민망해하고 약간 거리가 서먹서먹해졌었죠. 제가 거리를 뒀죠. <참여자 1>

술 먹고 막 흥분해가지고, 기억 안날 때 보면 자거나 그랬다고 하는데 가끔가다 보면 “토했다”라는 것도 있고 그건 좀 양호한데, 막 혼자 간다고 길바닥에서 쓰러져자고 그런 경우가 좀 많았던 것 같아서요. 아, 정말 지금 생각하면 미친 것이었던 것 같은데 그 당시에는 아무 생각 없었으니까. 그럴 바에 차라리 열심히 공부나 하지. 동아리 때문에 바쁘다고 핑계만 대고서 학업에 충실하지 못했던.... <참여자 2>

제가 택시 타는 걸 별로 안 좋아하는데, 집이 좀 엄해서 일찍 들어오라고 하고, 그리고 택시타면 막차가 끊겼다는 건데 ‘막차까지 안타고 뭐하고 있었나.’ 이런 생각이 들기도 해서 택시 타는 거 자체가 좀 별로 부정적으로 느껴졌어요. 근데 작년 9월에 막 마시다보니까 정신차려보니까 신천에서 집에까지 택시를 타고 온 거예요. 제가 탄 기억에도 없고, 마지막에 제가 어떻게 탔는지도 모르고, 마지막에 너무 혐오감이 들어서 저한테, 저 자신을 잃어버

린 것 같아서.... 그 때 그 사건 이후로 작년 9월에 바로 끊었어요. <참여자 3>

건강상의 문제

• 술이 몸에 맞지 않음

음주로 인해 심각한 건강상의 문제가 야기된 것을 관찰할 수 있었다. 참여자는 신체적 고통으로 인해 사회적 활동이 제약되고 금전적인 손해도 입었는데, 이 같은 경험이 금주 결심으로 이어진 것으로 보인다.

원래 앓고 있던 아토피가 좀 심했어요. 그런데 아무래도 학교 동아리도 하고 술도 되게 많이 마시고 이러다보니까 몸이 되게 피로했던 게 한계점을 넘었던 것 같아요. 일단은 피부과 전문의가 하는 병원에 갔죠. 갔더니 여기서 어쩔 수 없다고 하더라고요. 대학병원에 가보라고, 아토피가 너무 심해서 합병증이 왔다고 하더라고요. <참여자 2>

문제음주 개선집단 - 금주에 도움을 주는 내·외부적 요소 분석

문제음주 개선집단과 폭음양상 지속집단 모두에서 공통적으로 발견된 것은 절주 결심을 한다는 것이다. 그러나 그 결심이 지속되는 시간이 달랐는데 문제음주 지속집단은 숙취에서 회복되면 금주 및 절주 결심이 약해지는 것으로 관찰되었으며, 문제음주 개선집단은 결심을 이어가는 것으로 나타났다. 문제음주 개선집단에게 술을 줄이는 데 도움이 된 것이 무엇인지 질문한 결과, 거절효능감을 갖게 됨, 금주를 실행하는 내적 보람, 외부 여건의 변화, 외적 지지 등 4개의 하위범주가 도

출되었다.

거절효능감을 갖게 됨

문제음주 개선집단 참여자들이 지속집단의 참여자들과 다른 점은 대학에 갓 입학했을 때, 술자리에 참석하는 것에 압박감을 느꼈다는 것이다. 참여자들은 신입생 오리엔테이션과 엠티, 학과에서 만들어지는 술자리를 ‘빠지면 안 될 것 같은 자리’로 인식했으며, 술자리에서는 분위기를 유지시켜야 한다는 부담감으로 인해 술을 거절하기 어려웠다고 보고했다. 하지만 이러한 압박감은 학년이 올라가면서 줄어들게 되며 술자리 참석이나 술 권유에 대한 거절효능감은 증가하는 것으로 관찰되었다.

• 술자리에 안 가게 됨

종파(종강파티)나 개파(개강파티) 이런 것도 안 가려고 하고. 술 먹는 자리 있으면 좀 술을 안 먹다 보니까 술자리에 갈 이유가 많이 없어지는 것 같아요. 밤에 만나기보다는 다들 낮에 만나고. <참여자 2>

술자리가 점점 뭔가 비슷하게 느껴져서 조금씩 안 참여하게 된 것 같아요. 초반에는 남아있었는데 나중 가니까 너무 지쳐서 아예 처음부터 참가를 안 하는 식으로 <참여자 4>

• 술 권유를 거절하게 됨

뭐 옛날 같았으면 2학년 때까지만 해도 재밌게 놀려고 막 마셨겠지만 이제는 받으면 소주 받으면, 맥주야 맛있으니까 뭐 먹

지만, 소주는 살짝 혀만 축이고 다시 내려 놓고 마시는 시늉만 하죠. <참여자 1>

금주를 실행하는 내적 보람

• 금주하는 즐거움

음주 후 통제력을 상실한 경험을 했던 참여자들은 후회와 부끄러움, 자기혐오감을 느꼈으나 금주를 통해 통제감을 회복하면서 내적인 즐거움을 느끼는 것으로 관찰되었다. 이러한 내적 보람과 즐거움은 금주 행동을 강화하는 요인으로 작용하고 있는 것으로 나타났다.

술을 안 마시고 나를 통제하는 게 좋아요. 통제 불능의 내가 아니라. “아 이겼다!” 이런 느낌, 술자리 끝나면. <참여자 3>

외부 여건의 변화

• 다른 사람들도 술자리에 나오지 않음

학과 및 학부 같은 집단단위의 술자리에 참석하지 않는 사람들이 늘어나는 것이 절주 행동을 이어가는 데 도움을 주는 외부 요소 중 하나로 관찰되었다. 다른 사람들도 술자리에 나오지 않는다는 사실은 집단에서 소외감을 느끼지 않고, 존재감을 유지하기 위해 술자리에 참석하게 되는 동조 동기를 약화시킨 것으로 보인다.

학년이 올라가니까 다들 자기 일을 챙기는 그런 분위기가 생겨서... 저 말고도 안 나가는 친구들이 좀 늘기도 했고. 아, 그리고 거의 약간 학부체제가 거의 와해되는 시기예요 그때가. 왜냐면 군대들도 많이 가고 해서 그 때 막 처음에 모여서 막 마시자 했던 그 모임이 이제 거의 뭐 이제

누구는 공부하러 가고 누구는 휴학하고 누구는 군대 가고 이러니까. 그런 것도 ‘거기 가야겠지?’ 이런 느낌이 덜 들게 한 것 같고. <참여자 4>

● **생활이 바빠짐**

저학년과 달리 고학년으로 올라가면 전공수업으로 인해 학업의 부담이 늘어나고, 졸업 후 진로에 대해 고민하게 되는 등 책임감이 높아지는 것으로 나타났다. 이에 따라 대학생들은 저학년 때 보이던 문제음주 행동을 변화시킬 동기를 갖게 되는 것으로 관찰되었다.

전역하고 복학을 했을 때는 ‘복학생이니까 공부를 열심히 해야지. 난 그런데 쓸 여유가 없어.’ 이렇게 해서 술을 잘 안 마셨고 여름방학부터는 여자친구가 생겨서 여자친구랑 놀아주는데도 시간이 충분히 많이 뺏겼기 때문에, 또 여전히 공부도 할 게 많았고. 겨울에 고시공부를 해야겠다는 생각을 했거든요. 기술고시를 준비를 하니까 더 마실 일이 없었죠. 그렇다고 공부를 백퍼(100%) 하는 건 아닌데 심정적으로 술 마시고 놀 정도의 여유는 있을 수 없다고 생각을 하니까. <참여자 1>

외적 지지

● **금주 결심에 대한 친구들의 응원**

금주 결심에 대한 외부의 강화가 금주 결심과 행동이 지속되도록 돕는 것으로 나타났다.

친구들도 또 “마셔, 마셔.” 이런 게 아니라 “그래, (금주 결심하길) 잘했다. 잘 생각했다.” 이런 친구들이 많았고…. 제가 좀 불안해 보였나 봐요. <참여자 3>

문제음주 지속집단 - 애주가와 친해짐 분석

면담과정에서 폭음양상 지속집단은 술을 즐기는 친구들과 더욱 가까워지면서, 이로 인해 술자리가 더 자주 만들어진다고 답하였다. 이에 따라 ‘술을 즐기는 친구들과 가까워짐’ 개념 및 ‘술과 친화적인 친구 선택’ 하위 범주를 도출하였다.

술과 친화적인 친구 선택

● **술을 즐기는 친구들과 가까워짐**

폭음을 하는 참여자들이 단순히 술을 많이 마시는 친구들의 영향을 받는 것이 아니라 술을 많이 마시는 친구 및 환경을 선택하는 것으로 관찰되었다. 술에 친화적인 태도는 비슷한 성향을 갖고 있는 친구들을 더 가깝게 느끼고, 그 친구들과 더 많은 시간을 보내는 행동으로 이어지는 것으로 보인다.

친구들이 다 애주가예요, 남녀노소 불문하고. 친구들이 애주가가 아니라 애주가가 친구들이 돼요. <참여자 6>

중고등학교 친구들은 술을 안 마시는데 막 그렇게 가깝다는 느낌은 아니예요. 12년 지기 친구면 그런 게 있어야 되잖아요. 근데 되게 술자리에서 막 뭐 진짜 피터지게 얘기하기도 하고 그런 경험을 나눈 친구들이랑은 다르게, 내면 깊숙이까지 가까워졌다는 느낌은 못 받는 것 같아요. 그래서 딱 그 벽이 있는, 예의를 차리고 배려를 해줘야 되고, 이런 벽을 못 깬다고 생각을 해요. 한 번도 싸운 적이 없는 친구들이고. <참여자 7>

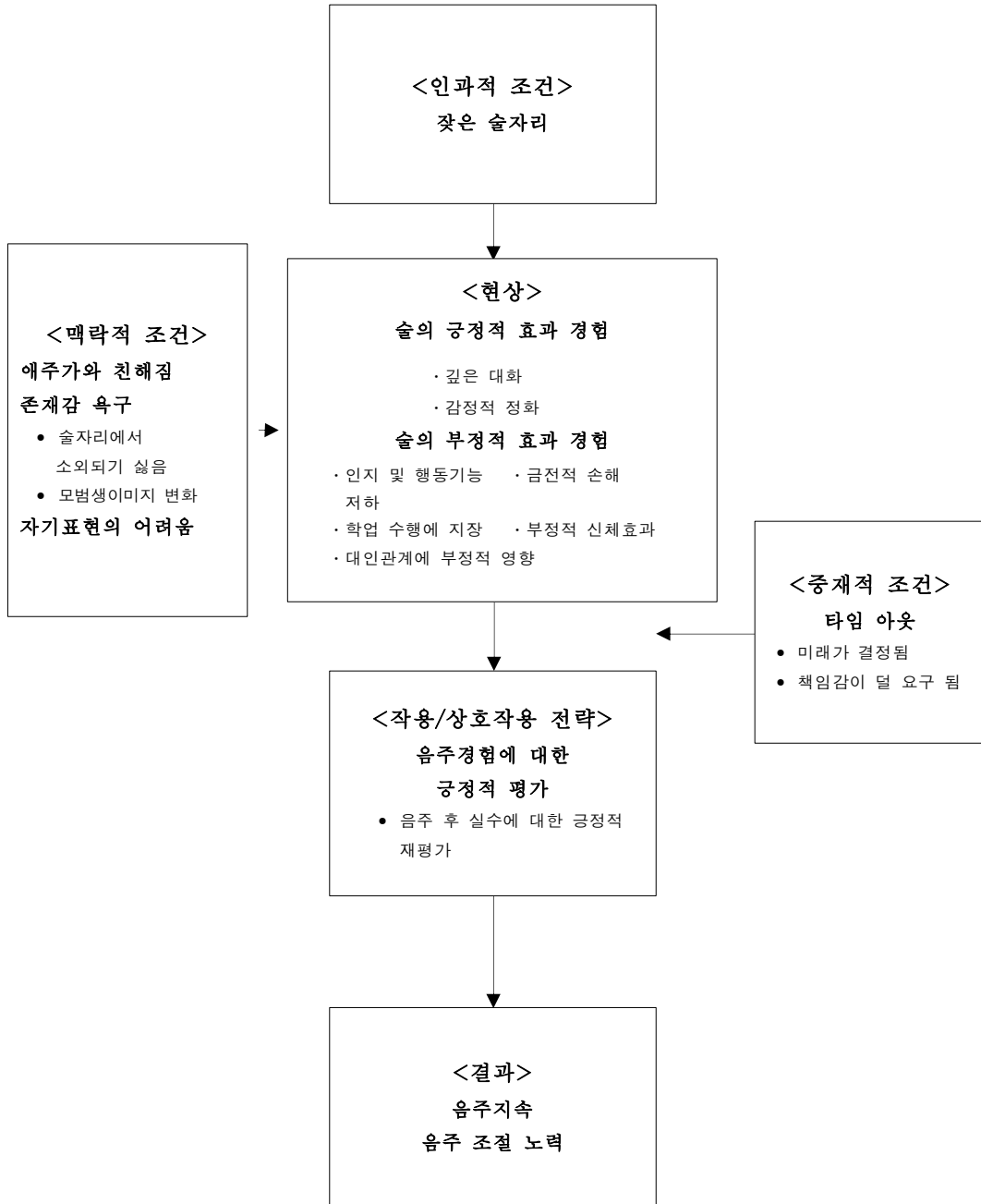


그림 2. 문제음주 지속 과정에 대한 패러다임 모형

초반에 신입생 다 모아서 하는 술자리가 거의 일반적이고 그 다음에 이제 그런

술자리를 몇 번 하다보면 대충 사람들 어떤지 알잖아요. 예를 들어서 자취하는 사

람도 있고 집에 통금 있는 사람도 있고, 뭐 여자 같은 경우에는 못 마시는 사람도 있고 잘 마시는 사람도 있고. 이러다 보니까 그 이후에 술자리들은 조금 더 작아지긴 하는데 작아지는 게 이제 어떻게 보면 정예멤버처럼 술 잘 먹고, 술 먹고 나서 탈 없는 사람들 위주로 좀 더, 뭐 극단적으로 예를 들어서는 기숙사 살거나 아니면 자취하는 쪽에, 자취하는 애들은 아무래도 술 마시기 더 편하니까 중간에 마시다가 10시에 가야되거나 이런 애들은 좀 흥이 떨어지고 이러니까 그래서 좀 더 규모가 작아지고, 이제 못 마시는 사람들 좀 더 걸러내고. 걸러낸다는 표현은 좀 그런데 본인들도 마시기 싫으니까 점점 나가고 이렇게. <참여자 8>

문제음주 지속집단 - 존재감 욕구 분석

음주동기에 대해 물었을 때, 폭음양상을 지속하고 있는 참여자들은 술을 거부하고 싶지 않고, 술자리에 빠지고 싶지 않다고 보고하였다. 이러한 내용을 3개의 개념으로 묶고, 다시 2개의 하위범주를 도출하였으며, 이에 대한 근거자료는 다음과 같다.

술자리에서 소외되기 싫음

• 주량에 대한 자부심과 경쟁심

술에 관대한 문화적 환경의 영향으로 인해 참여자들은 술을 잘 마시는 것을 하나의 능력으로 인식하고 있는 것이 관찰되었다. 참여자들은 술을 잘 마시는 것에 대해 자부심을 느끼고 있었으며, 술을 잘 마신다는 것을 보여줌으로써 이러한 자부심을 유지하길 원했다. 이는 술자리에 적극적으로 참여하는 태도로

이어졌다.

술을 마시는 것이 하나의 능력처럼 여겨지다 보니까 회사생활 해본 건 아니지만 취직해서도 술 잘 마시고 좀 그렇게 노는 걸 재밌게 잘 놓고 분위기를 맞출 수 있는 사람으로 여겨지는 거는 일단 저는 어느 정도 할 수 있다는 입장에서 <중략> ‘아, 그래도 나는 술을 어느 정도 마실 수 있는 편이라서 그런 상황에서 잘 적응할 수 있겠구나.’ <참여자 5>

학과별로 어느 학과가 술을 잘 마신다더라 아니면 단과대 안에서도 어느 반이 술을 막 엄청나게, 몇 짝을 마셨다더라 누가 엄청나게 마신다더라 이런 것도 있었고. 1학년 때는 저도 그렇고 제 주변 친구들도 그렇고 철이 없어서 서로 술을 잘 마신다는 거를 ‘내가 누구보다 술을 잘 마신다, 내 주량이 어느 정도 된다’ 이런 거를 약간 좀 뺨튀기 하거나 과시하는 경향이 있어서... 여행을 가서도 친한 친구들 네댓 명이서 상하이 가서 마지막 날 편의점에서 온갖 독한 술 사가지고 바닥 깔고 앉아서 막 마시면서 서로 그런 얘기가 나왔어요. “누가 술을 더 잘 마시니, 너는 못 마시니” 거기서 이제 막 술 배틀을 했죠. <참여자 5>

다들 술자리에서 술을 마시는데 짠 하는데 나만 빠질게 이렇게 하기 싫은 거예요. ‘나는 절대 술을 못 먹진 않는다!’ 지기 싫어하는 걸 수도 있는데 약간 센척하고 싶은 건가. 뭔가 허약해 보인다고 해야 하나. 약해보인다고 해야 하나. 술은 그냥

니들이 마시는 만큼 나도 마실 수 있다 이런 생각이 있어서 <참여자 7>

● 나 없이 재미있게 노는 걸 못 참겠음

제가, 사람들이 저 없이 즐거운 술자리를 갖는 걸 제가 못 견뎌요. 나 없이 애들이 뭔가 재밌게 놀 거 같은 걸 약간 못 참겠는 게 있어요. 그게 참 문제예요. 그니까 제가 술자리 거절하고 이렇게 돌아서서 가면은 정말 애들이 저 없이 정말 재밌게 놀 것 같고, 술자리가 빵빵 터질 것 같고 그런 느낌인 거예요. <참여자 6>

모범생 이미지 변화

● 샌님 이미지를 벗고 싶음

‘**대생들은 잘 못 놀 것이다’ ‘**대생들은 술도 잘 안 마시고 공부만 하는 샌님’ 약간 그런 이미지에 대한 반작용으로 좀 더 마시게 되는... **대생에 대한 편견? 스테레오 타입에 반하고 싶은 그런 게 있어서... 제가 좀 그랬던 것 같아요. <참여자 5>

문제음주 지속집단 - 자기표현의 어려움 분석

폭음양상 지속집단 참여자들은 면담과정에서 술을 마셨을 때와 술을 마시지 않았을 때의 모습이 많이 다르다고 말했다. 이러한 내용이 담긴 3개의 개념을 ‘자기표현의 어려움’ 하위범주로 묶고, 범주로 도출하였다.

자기표현의 어려움

참여자들은 술을 마시지 않은 상황에서는

내면의 깊은 이야기를 꺼내는 것을 쑥스러워하고, 다른 사람들의 시선을 신경 쓰는 등 솔직한 자신을 드러내는 것을 어려워하는 것으로 나타났다. 또 답답함 같은 정서적인 불편함을 느끼지만, 무엇 때문에 답답한지 명확하게 인식하기 어려워하는 모습도 관찰되었다. 지속집단에서 나타난 수줍음, 불안 같은 부정적 정서가 음주행동으로 이어지는 현상에 주목할 필요가 있다.

● 맨 정신에 진지한 이야기를 하는 것은 답살

특히나 좀 남자들끼리 있을 때는 남자들끼리는 좀 원래 좀 깊은 얘기 하는데 조금 불편해요 사실은. 그래서 뭐 사실은 남자들끼리 카톡하는 거 보면 ㅇㅇ, ㅎㅎ, “뭐해?”도 “ㅇㅎ” 이렇게 쓸 정도로 다들 말을 깊게 하는 걸 별로 좀 불편해하고 그렇게 하는 애들을 좀 “감수성이 좀 너무 풍부하다”, “그런 것 좀 하지마라” 막 이렇게 장난삼아라도 얘기하는 스타일이라서 남자들끼리는. 그래서 뭐 깊은 주제에 대해서, 이제 뭐 자기 개인적인 얘기라든지 상대방한테 진짜 하고 싶은 말이 있으면, 남자들이 술을 마시면 좀 더 부드러워지는 경향이 있어서. 저도 이제 남자 같은 성향이 되게 커서 이렇게 막 깊은 이야기는 맨 정신에 하면 저도 막 답살 돌고 그래서 술 한 잔 정도 하면 더 잘 통하더라고요. <참여자 8>

● 평소에 다른 사람 신경을 많이 씬

어렸을 때도 그렇고 원래는 성격이 되

게 밝고 발표하는 거 좋아하고 뭔가 나서 는 거 좋아하고 리드하는 거 좋아하고 이런 성격인데 어느 순간부터는 좀 그런 걸 많이, 사회적인 시선을 많이 느끼는 것 같아요. 내가 나서는 애들을 보면서 그렇게 좋아 보이지 않는 걸 느끼게 되고, ‘나댄다’ 이런 느낌이 나기도 하고. 그리고 아무래도 그게 좀 튀어나와 있으면 튀는 거니까. 인식이 자리 잡고 나서부터 더 말도 야리게 되고 주목받는 걸 되게 부담스러워하게 되고. 근데 술을 마시면 그런 걸 신경을 안 쓰게 되는 거죠. <참여자 7>

아빠가 제가 다섯 살 때 돌아가셨거든요. 지금이야 되게 이제 한부모 가정이 되게 흔한데 그 때는 특히나 지방이고 하니 까는, 뭘 잘못해도 그런 게 되는 거죠. ‘집에서 못 배워서 그렇다.’ <중략> 내가 무슨 잘못을 하면 남들이 ‘아빠가 없어서 그렇다’는 말을 들으니까 그러면 내가 이제 어떻게 보여질까에 대해 신경을 쓰기 시작한 거죠. 이제 그렇게 막 신경 쓰다가 술 마시면 신경 안 쓰니까 그런 해방감을 느끼려고 마셨던 것 같아요, 스무 살 때는. ‘술 마시면서 단순하게 행동하는 거야.’ 라는 그런 면죄부가 주어진 느낌이잖아요. <참여자 9>

● 알지 못했던 답답함이 있었던 것 같음

사실 나는 이걸 답답하다고 못 느꼈는데 술을 마시면 뭔가 하게 되는 얘기들을 통해서 ‘아, 내가 이게 힘들었구나’ 뒤늦게 또 다시 생각을 해보게 되는 경우도 생기는데... 그니까 뭐가 힘든지 모르겠지만

뭔가 모르게 마음이 답답하다는 생각을 은연중에 하고 있는 것 같아요. 그래서 만나서 얘기하다보면 이리이리한 내가 생각했던 것들, ‘아, 이게 내 마음에 힘들었던 것들이구나.’가 술 먹으면서 그냥 자연스럽게 나오고. <참여자 7>

문제음주 지속집단 - 타임 아웃 분석

면담 과정에서 폭음양상 지속집단의 참여자들은 대학생 시기를 책임으로부터 비교적 자유로운 시기로 인식하는 모습이 관찰되었다. 이러한 내용이 담긴 3개의 개념을 묶어 2개의 하위 범주로 묶고, 다시 인생의 타임 아웃이라는 범주로 추상화해 제시하였다.

미래가 결정됨

● 고시에 합격

고시에 합격하여 미래가 결정되면서, 일상생활을 성실하게 유지해야 한다는 책임감이 약화되었고, 이러한 해방감이 음주로 이어지는 것으로 나타났다.

작년에 고시에 합격해서 지금은 유예하고 있어요. <중략> 지금은 솔직히 말해서 뭔가를 준비해야 되거나 학점 엄청나게 챙겨야 되거나 이런 게 아니니까 거의 그냥 계속 마시는 거거든요. <중략> 자주 마시는 친구들이 있는데, 한명은 뭐 취업준비중인데, 아는 사람 통해서 인터뷰가 들어오고 인터뷰 해가지고 하는 거여서, 그리고 3학점밖에 안 들고 그런 상황이고, 또 한명은 CPA 붙어서 12월에 입사하는 상황이고, 한명은 취업준비 이제 시작하는데 개도 학점 거의 다 들어가지고 학점 되게

적게 듣고 약간 잉여로운 애들이예요. 그런 사람끼리 먹고. 근데 후배들은 이제 뭐 로스쿨 생각 있는 애들은 학점 챙겨야 되고, 공부 해야 될 것도 많고 그러니까 개네들은 다른 양태를 보이게 되죠, 음주에 있어서. <참여자 9>

대학생은 책임감이 덜 요구됨

참여자들은 음주 후 학업 수행에 지장을 받게 되는 경험을 하지만, 그러한 경험을 부정적인 것으로 평가하지 않는 것으로 보인다. 이는 대학 수업의 출석이 직장만큼 의무적이지 않고 어느 정도 자율성이 보장되기 때문인 것으로 보인다.

• 출석이 중요하다고 생각되지 않음

그 수업이 어떤 수업이냐에 따라 다른 것 같아요. 정말 자기가 가야 하는 수업이 있는데 그걸 못 갔어, 이러면 문제가 되는 거죠. 꼭 술을 안 마셨어도 가기 싫어서 안 갈수도 있는 수업이 있잖아요. 안 가도 딱히 그걸 없다, 이러면 마시고, 일어나면 가는 거고 못 일어나면 못 가는 거고 이런 거죠. <참여자 7>

근데 학교 열심히 안 다녔어서 1학기 때는... 근데 제가 가야되는데 못 갔다고 느끼면 지장이 있는 건데... 그니까 지장을 어느 수준으로 보냐에 따라 다른 것 같은데, 지장이라고 보면 지장인 것 같은데 뭐 정말 해야 되는 일을 놓쳤다, 이런 거는 없었어요. 진짜 뭐 내 신변에 영향을 주는 일이거나 그런 거는 술 때문에 놓친 적은 없는 것 같아요. 그냥 뭐 게으름 때

문이죠. <참여자 9>

• 매여 있지 않음

젊고 우리는 뭐 회사 같은 거에 매여있지 않으니깐. 회사원들은 솔직히 지금 회사 취직한 친구들 봐도 되게 그걸 꺼려하더라고요. 책임감이 있으니깐. 대학교는 수업하나 빠지는 게 절절하진 않지만 회사는 그런 책임감이 있잖아요. 술 먹고 가는 것도 그렇고 못 가면 더 문제가 되잖아요. 그러니까 금요일에... 불금이 왜 생겨났겠어요. 우리에게겐 불금따윈 없어요. 불수, 불화 아무 상관없으니깐. <참여자 7>

문제음주 지속집단 - 음주경험에 대한 긍정적 평가

술을 마시는 동안이나 술을 마신 후에 참여자들은 긍정적·부정적 결과를 경험하게 된다. 이러한 경험들에 대해 어떻게 생각하고 평가하고 있는지 질문한 결과, 총 1개의 하위범주와 2개의 개념이 도출되었다.

음주 후 실수에 대한 긍정적 재평가

• 술 마셨을 때 내 모습이 '진짜 나'

술을 마시고 통제의 노력을 어느 정도 내려 놓게 됐을 때 본인의 모습을 '진짜 내 모습', '친구들 앞에서 솔직한 모습'이라고 평가하는 과정이 관찰되었다. 이러한 특성은 평소에 다른 사람의 이목과 평가를 신경 쓰는 성향이 있을 경우 더 두드러졌다.

술 마시면 감정이 좀 뭐랄까 격해진다 해야 하나 그래서 별거 아닌 말에도 감동

을 잘 받고 눈물을 흘리는 경우가 있어요. 어, 저는 우는 거를 좋아해요. 울면 막 평소에 또 잘 안 울어서 그렇겠지만 오랜만에 남 눈치 볼 거 없이 평평 울고 나면 뭔가 되게 속 시원한 느낌이 들어서 스트레스 풀리는 것 같고 술 마시고 그러면 조금 부끄럽다는 생각이 들기도 하지만 ‘내가 지금 내 감정에 솔직하구나, 솔직한 상태구나.’ 부끄럽지만 그래도 뭐 후회하거나 그러진 않고. <참여자 5>

술을 먹으면 말이 많아지는 거죠. 없던 애교가 생겨나고 장난도 많이 치고. 저는 술 먹었을 때 모습을 더 좋아하는 것 같아요. 그 모습을 내가 좋아하는 것 같아요. 근데 그렇게 되진 않는 것 같아요. 좋아한다고 해서 평소에는 그렇게 할 용기가 안 나는데 그걸 못 깨니까 그렇게 하기 힘든데. 왜냐면 지금까지 20년 넘게 살아온 모습이 그 모습이니까. 근데 술을 먹었을 때 나타나는 그 모습이 내면에 내가 진짜 나인 것 같아요. <참여자 7>

그냥 남이 보기에 우스꽝스러운 모습을 보여줬다고 해서 창피한 건 아니잖아요. <중략> 그런 일이 계속 벌어진다는 거는 그냥 나라는 건데 내 모습을 민망해할 필요가 있나, 그냥 오히려 내가 애들한테 그런 모습을 보여줬다는 거는, 내가 그만큼 애들을 편하게 생각한다는 것 아닌가라는 생각 들기도 하고. 그래서 굳이 그런 모습을 민망해하지 않아도 된다고 생각하고 있어요. <참여자 9>

• 부끄러운 경험도 추억

음주 후 부끄러운 경험을 한 직후에는 후회와 자괴감을 느끼지만, 시간이 지나면서 이러한 경험에 대한 평가가 변화하는 것으로 관찰되었다.

술 먹고 내가 한 것이 이렇게 공개적인 데에 올라와서 많은 사람들의 공격을 받고, ‘역시 군대를 갔다 와야 돼’, ‘술 쳐 먹고 저러는 거 노답’ 이렇게 욕 하는 거 보면서 되게 충격도 많이 받고... ‘왜 그랬을까’ 자괴감도 많이 느끼고, 당분간 또 그런 계기가 돼서 과음을 안했었는데 <중략> 1, 2년 지나고 나서는 친구들한테 “야, 나 예전에 베스트게시물에 올라간 적이 있어.” 일종의 추억으로 미화가 돼가고. <참여자 5>

논 의

본 연구는 질적 연구를 통해 대학생의 문체음주 변화 및 지속 과정을 보다 정교하게 관찰함으로써 두 집단 간 유사점과 차이점을 실제 현상 속에서 발견하고자 하였다. 문체음주 개선집단과 지속집단의 공통점은 모두 대학에 입학한 이후에 본격적인 음주를 시작하게 되었다는 것이다. 입학 후 신입생 오리엔테이션과 MT, 학과·동아리별 모임, 미팅 등 모임이 잦았으며, 이런 모임에서 술을 마시는 것을 자연스럽게 받아들였다. 또한 이런 모임에서 자신의 주량을 넘겨 술을 마시고 술의 긍정적·부정적 효과를 경험하는 것도 공통점으로 나타났다. 두 집단 모두 술을 마신 후 기분이 좋아지고, 사람들과 쉽게 친해질 수 있고, 대

화가 진술해지는 긍정적 경험을 했다. 숙취와 구토 같은 신체적 고통, 단기 기억 상실이나 물건을 잃어버리고, 타인과 다투는 등의 부정적 경험도 하는 것으로 나타났다. 이를 통해 봤을 때, 대학 입학 후 잦은 술자리와 음주의 긍정적·부정적 효과를 경험하는 것은 두 집단이 공통적으로 공유하는 것으로 보인다.

두 집단의 차이점은 우선 성격적 특성을 꼽을 수 있다. 문제음주 지속집단의 경우 맥락적 조건에서 성격적 특성으로 ‘자기표현의 어려움’이 도출되었다. 이들은 술을 마시지 않은 상황에서는 다른 사람의 시선을 많이 신경 쓰게 되고, 쑥스러움을 느껴 솔직한 이야기를 꺼내기 어렵다고 보고했다. 자기표현의 어려움은 임상군을 대상으로 한 질적 연구에서도 주요한 요인으로 나타난 바 있다(신경주, 김유숙, 2009). 참여자들은 술이 사회적 장면에서 느끼는 수줍음과 불안 같은 부정적 정서를 완화시켜주는 경험을 하는 것으로 보인다.

또한 문제음주 지속집단은 술자리에서 소외감을 피하고 ‘센님’ 이미지를 벗고자 음주를 하는 경향을 보였다. 이는 Cox와 Klinger(1988)가 제시한 4가지 음주동기 중 대처 및 동조동기에 해당한다. Cox와 Klinger(1988)는 음주동기를 고양, 사고, 대처, 동조동기로 구분하였다. 고양동기와 사고동기는 정적인 강화를 얻기 위한 음주동기인 반면 대처동기와 동조동기는 부적인 강화를 얻기 위한 음주동기이다. 선행 연구들에 따르면 술의 부적 강화에 대한 동기는 음주 문제를 예측해준다(신행우, 1998; Cooper, 1994, Wood, Nagoshi, & Dennis, 1992). 문제음주 지속 집단에서 대처 및 동조동기가 음주양상에 영향을 미치는 것으로 나타난 것은 이러한 연구 결과와 일치한다고 볼 수 있다.

술의 긴장 완화 효과는 술자리에서 더 솔직한 자기표현을 하도록 촉진한다. 이러한 음주의 효과에 대한 평가에서 집단 간 차이가 있었다. 문제음주 개선집단은 취한 상태에서 드러난 자신의 모습을 부끄러워하고 후회했으며 술자리에서 친해진 인간관계를 돌아보며 ‘덧없음’을 느꼈다. 반면 지속집단은 ‘취했을 때 모습이 진짜 나’라고 생각하고, ‘술을 통해 인간관계가 더 깊어진 느낌’을 보고했으며, 술자리에서 보인 행동에 대한 부끄러움과 후회시간이 지나면서 점차 사그라지고 추억으로 미화되었다. 다시 말해 개선집단에서는 ‘술자리에서 느꼈던 흥미 상실’과 ‘음주경험에 대한 부정적 평가’가 ‘건강상의 문제’와 함께 음주동기를 약화시키는 중재적 조건으로 나타났지만, 지속집단에서는 음주 후 실수에 대한 긍정적 재평가가 음주 지속으로 이어지게 하는 작용/상호작용 전략인 것으로 나타났다. 이는 탈억제에 대한 기대가 높은 학생들이 높은 음주량을 보이며(Wood et al., 1992), 탈억제 성향은 2년 후 음주수준을 예측하는 가장 좋은 변인이었다는 연구 결과와 일치한다(Schall, Weede, & Maltzman, 1991).

두 집단의 또 다른 차이점은 친구의 영향이었다. 문제음주를 지속하는 집단은 친구들도 술을 잘 마신다고 보고했으며, 술을 잘 마시는 사람들과 친해지고, 그렇지 않은 사람들과 보내는 시간은 ‘재미없고’, ‘밋밋하게’ 느끼는 것으로 관찰됐다. 이에 따라 지속집단에서는 친구의 영향이 현상에 영향을 미치는 맥락적 조건으로 축코딩되었다. 이는 대학생들의 음주가 단순히 수동적으로 환경의 영향을 받는데 그치는 것이 아니라 자신과 유사한 음주태도를 갖고 있는 친구를 선택하고 가까워지는 ‘선택 효과’가 있다는 것을 시사한다. 앞서

Read, Wood, Davidoff, McLacken와 Campbell (2002)은 본격적인 음주를 시작하기에 앞서 음주규준이 형성되며, 폭음을 하는 학생들은 이러한 음주규준을 바탕으로 폭음을 하는 환경을 찾아간다고 밝혔는데, 본 연구 결과도 이와 일치했다.

또한 문제음주 개선집단은 술자리 모임에 참여하는 것을 거부하거나 술자리에 가더라도 술을 마시는 것을 거부하는 음주 거절 효능감이 높은 것으로 관찰됐다. 음주 거절 효능감은 음주량 및 빈도와 부적 상관이 있는 것으로 일관되게 나타나고 있으며(Baldwin, A.R., Oei, T.P.S. & Young, R., 1993), 특히 임상군을 대상으로 한 연구 결과 음주 거절 효능감이 낮을수록 알코올 사용 장애에 대한 부정적인 시선을 더욱 많이 내재화하는 자기 낙인(self-stigma)으로 이어지고 알코올 의존이 지속되는 것으로 나타났다. 문제음주 개선집단의 경우, 높은 음주 거절 효능감을 바탕으로 금주를 하는 것에서 내적 보람을 느끼며 음주양상을 바꿀 수 있었던 것으로 보인다.

더불어 문제음주 지속집단에서 대학생 시기를 책임과 의무로부터 자유로운 시기로 인식하는 모습이 관찰되었다. 이들은 수업 출석과 과제를 크게 중요한 것으로 여기지 않았으며, 회사에 매여 있지 않은 대학시기를 폭음이 허용되는 시기로 인식하고 있었다. 이는 대학생들이 대학생 시기를 높은 책임감이 부여된 현실 세계로부터의 타임 아웃으로 지각하고 이것이 폭음에 영향을 미친다는 선행 연구결과와 일치한다(Colby et al., 2009). 이 같은 인식은 ‘음주경험에 대한 긍정적 평가’를 촉진하는 중재적 조건으로 기능하는 것으로 분석하였다.

한편, 두 집단 모두 음주양상에 관계없이 스스로의 삶에 만족하는 모습이 관찰되었다.

개선집단은 금주와 절주노력으로 건강 회복과 금전적 절약, 학점 상승, 개인시간 증가 같은 긍정적 변화를 경험한 것으로 나타났다. 지속집단 역시 술의 부정적 효과보다는 긍정적 효과를 더 많이 체감하는 등 삶이 만족스럽다고 보고했다. 더불어 개선집단은 금주 후 삶이 다소 단조로워졌고, 예전처럼 타인과 깊이 있게 고민을 나누지 못하는 아쉬움을 느낀다고 답하는 등 술의 긍정적 효과를 부정하지 않는 모습을 보였다. 지속집단 역시 나름대로 술을 조절하기 위한 전략을 개발하는 등 술의 부정적 효과를 간과하지 않고 이를 줄이기 위해 노력했다.

범주화 및 패러다임 분석 결과를 종합하여 문제음주 개선집단과 지속집단 간 3가지 주요한 차이점과 유사점을 다음과 같이 정리할 수 있다. 첫째, 두 집단 모두 대학교 입학 후 본격적으로 술을 마시기 시작했으며 음주 후 긍정적·부정적 결과를 경험하였다. 둘째, 지속집단은 수줍음과 불안 같은 부정적 정서를 술을 통해 완화시키는 대처 전략을 사용하는 경향이 있으며 음주후 부정적 결과에 대해 긍정적으로 평가하고 있었다. 마지막으로, 음주양상은 친구의 영향을 많이 받지만 여기에는 자신과 유사한 음주태도를 갖고 있는 사람을 친구로 선택하는 선택 효과가 포함되어 있는 것으로 보인다.

본 연구의 의의는 질적 연구 방법을 통해 문제음주양상의 변화 및 지속과정에 관여하는 심리적 변인을 탐색하였다는 것이다. 선행 연구는 대학생의 문제음주에 영향을 미치는 요인을 횡단적으로 설명해주긴 하지만, 그러한 요인들이 종단적으로 문제음주의 지속을 예측해주는지 밝히는 데에는 한계가 있었다. 본 연구에서는 참여자들이 문제음주 변화와 지속

과정에 대해 회고적으로 보고한 자료를 근거이론에 따라 분석함으로써 측정도구의 틀에서 벗어나 실제 대학생들이 어떤 심리적 과정을 거쳐 문제음주양상을 개선 혹은 지속하는지 정교하게 관찰할 수 있었다.

본 연구의 제한점을 바탕으로 후속 연구를 위한 고려 사항들에 대해 제안하고자 한다. 우선, 본 연구의 참여자들은 비임상 집단이며, 특정 대학교 학생들을 대상으로 하였기 때문에 본 연구결과를 일반화시키는 데에는 한계가 있다. 음주양상은 연령, 성별, 직업, 계층 등에 따라 다르게 나타날 수 있으며 각 집단마다 문제음주와 관련 있는 심리적 특성들이 다를 수 있다. 따라서 본 연구에서 문제음주의 지속과 관련 있는 것으로 나타난 변인들이 다른 집단에서도 관련성을 보이는 검증하기 위해 다양한 집단을 대상으로 연구를 진행할 필요가 있다.

또한 문제음주 지속유형의 참여자들이 대학 졸업 이후에 알코올 사용 장애로 이어지는지 확인하지 못했다는 한계가 있다. 이들은 대학에 입학한 이후 현재까지 높은 수준의 음주량과 빈도, 음주문제를 나타내지만, 대학 시기에만 문제음주 행동을 나타내는 발달적으로 제한된 문제음주 유형일 가능성을 배제할 수 없다. 실제로 이들은 음주의 부정적인 결과를 간과하지 않고 나름대로 술을 조절하려는 노력을 이어가고 있었으며 학업 수행이나 삶의 만족도에 있어서 부적응이 시사되지 않았다. 따라서 추적 연구를 통해 문제음주 지속집단의 참여자들이 대학을 졸업한 이후에 알코올 사용 장애를 보이는지, 문제음주가 알코올 사용 장애로 심화되는 데에 어떠한 심리적 특성들이 관여하는지 확인할 필요가 있다.

더불어 참여자들을 개별적으로 면담하기보

다 포커스그룹 연구(Focus group research)를 진행했다면 더 많은 정보들이 수집될 수 있었을 것으로 보인다. 음주 문제에 대한 부정적인 사회적 시선을 고려할 때, 참여자들은 비슷한 경험을 공유하고 있는 집단 안에서 더욱 안전감을 느끼고 부정적인 평가에 대한 두려움이나 사회적 바람직성을 보여줘야 한다는 부담감을 덜 수 있었을 것이며, 이를 바탕으로 좀 더 심층적이고 자료를 수집할 수 있었겠다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 질적 연구 방법을 사용하여 문제음주 개선과 지속에 기여하는 심리적 요인을 보다 세밀하게 이해할 수 있는 자료를 제공하고 문제음주 대학생 중 보다 높은 임상적 관심이 필요한 하위집단을 선별해내어 조기개입 하는데 있어서 도움이 될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 신영주, 김유숙 (2009). 여성 알코올 의존자의 중독 과정-근거이론 접근방법으로. *한국심리학회지: 여성*, 14(4), 683-710.
- 신행우 (1998). 성격과 음주동기가 음주문제에 미치는 영향. *고려대학교 대학원 박사학위 논문*.
- 이지현 (2010). 음주실태 및 음주문제에 대한 국민인식 조사연구. (재)한국음주문화연구센터.
- Baer, J. S. (2002). Student factors: Understanding individual variation in college drinking. *Journal of Studies on Alcohol, Supplement*, (s14), 40-53.
- Baer, J. S., Kivlahan, D. R., Blume, A. W., McKnight, P., & Marlatt, G. A. (2001). Brief intervention for heavy-drinking college

- students: 4-year follow-up and natural history. *American Journal of Public Health*, 91(8), 1310-1316.
- Baldwin, A. R., Oei, T. P. S., & Young, R. (1993). To drink or not to drink: The differential role of alcohol expectancies and drinking refusal self-efficacy in quantity and frequency of alcohol consumption. *Cognitive Therapy and Research*, 17(6), 511-530.
- Bush, K., Kivlahan, D. R., McDonell M. B., Fihn S. D., & Bradley K. A. (1998). The AUDIT Alcohol Consumption Questions (AUDIT-C) An Effective Brief Screening Test for Problem Drinking. *JAMA Internal Medicine*, 158(16), 1789-1795.
- Colby, S. M., Colby, J. J., & Raymond, G. A. (2009). College versus the real world: Student perceptions and implications for understanding heavy drinking among college students. *Addictive Behaviors*, 34(1), 17-27.
- Cooper, M. L. (1994). Motivations for alcohol use among adolescents: Development and validation of a four-factor model. *Psychological Assessment*, 6(2), 117-128.
- Cox, W. M., & Klinger, E. (1988). A motivational model of alcohol use. *Journal of Abnormal Psychology*, 97, 168-180.
- Ham, L. S., & Hope, D. A. (2003). College students and problematic drinking: A review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 23(5), 719-759.
- Read, J. P., Wood, M. D., Davidoff, O. J., McLacken, J., & Campbell, J. F. (2002). Making the transition from high school to college: The role of alcohol-related social influence factors in students' drinking. *Substance Abuse*, 23(1), 53-65.
- Schall, M., Weede, T. J., & Maltzman, I. (1991). Predictors of alcohol consumption by university students. *Journal of Alcohol and Drug Education*, 37(1), 72-80.
- Schomerus, G., Corrigan, P. W., Klauer, T., Kuwert, P., Freyberger, H.J., & Lucht, M. (2011). Self-stigma in alcohol dependence: consequences for drinking-refusal self-efficacy. *Drug and Alcohol Dependence*, 114, 12-17.
- Strauss, A. L., & Corbin, J. M. (1990). *Basics of qualitative research* (2nd ed.). CA: Sage. (신경림 역. 《근거이론의 단계》. 서울: 현문사, 2001)
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration, Office of Applied Studies (2008). *Results from the 2007 National Survey on Drug Use and Health: National Findings (DHHS Publication No. SMA 08-4343, NSDUH Series H-34)*. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration.
- Wood, M. D., Nagoshi, C. T., & Dennis, D. A. (1992). Alcohol norms and expectations as predictors of alcohol-use and problems in a college-student sample. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 18(4), 461-476.
- 원고접수일 : 2018. 11. 06.
수정원고접수일 : 2018. 12. 10.
게재결정일 : 2018. 12. 11.

**The psychological characteristics related to
persistent problem drinking among college students:
a qualitative research based on the grounded theory**

Ahreum Park

Department of Psychiatry
Asan Medical Center

Seok-Man Kwon

Department of Psychology,
Seoul National University

Bin-Na Kim

The present study focused on the psychological characteristics of college students who had persistent drinking problems through a qualitative method. We recruited nine participants who had a problem drinking history and divided them into two groups: persistent versus developmentally limited problem drinking group according to their current drinking status. Through intensive interviews, we attempted to delineate and clearly understand the variables involved in changes and the continuation process of problem drinking. As a result of qualitative analyses based on grounded theory, difficulties in self-expression were found in the persistent problem drinking group. This group showed a tendency to attempt more honest conversation level by consuming alcohol and experienced release of negative emotions: participants from this group also drank when trying to cope with negative emotions such as shyness and anxiety. Although drinking patterns were greatly influenced by friends, we found that participants were not passively influenced by them but actively choose friends who have similar drinking patterns to theirs. Finally, both groups equally experienced alcohol-related negative consequences; however, the persistent problem drinking group evaluated these consequences as positive.

Key words : problem drinking, grounded theory, qualitative research