

알코올 중독자들의 자살 생각
원인에 관한 연구:
절망의 내적 요인 탐색

강준혁, 강선경, 맹성준
을지대학교, 서강대학교, 성균관대학교

알코올 중독자들의 자살 생각 원인에 관한 연구: 절망의 내적 요인 탐색*

강준혁**

울지대학교 중독재활복지학과 교수

강선경***

서강대학교 신학대학원 사회복지학과 교수

맹성준****

성균관대학교 사회복지학과 박사수료

주제분류 사회복지학, 질적 연구

주제어 알코올 중독, 자살 생각, 절망, 사례연구

요약문 이 연구의 목적은 알코올 중독자들의 자살 생각을 일으키는 내적 요인들을 탐색하는 것이다. 연구의 목적을 달성하기 위해 자살 생각 및 시도 경험이 있는 알코올 중독자 사례들이 수집되었다. 한국 A.A.에서 발간한 회고록에서 사례들이 추출됐으며, 알코올 중독과 자살 관련 경험이 구체적으로 담긴 총 23개의 사례가 선정되었다. 수집된 자료는 질적 사례연구 방법으로 분석됐다. 분석 결과 알코올 중독자들은 음주로 인해 건강 문제, 경제적 문제, 관계 문제를 겪었으며, 이러한 문제는 고독감, 건강에 대한 비관, 술에 대한 무기력, 자기 원망, 주변 원망, 자기 연민과 같은 내적 고통으로 이어졌다. 그리고 내적 고통의 최종 결과는 '희망 상실(절망)'이었다. 알코올 중독자들의 희망 상실의 표현에는 자살을 암시하는 내용들이 담겨 있었다. 연구자들은 이러한 결과를 바탕으로 몇 가지 실천 및 정책적 함의들을 제시했다.

* 이 논문은 2022년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 일반공동연구지원사업의 지원(NRF-2022S1A5A2A03051692)을 받아 수행된 연구임.

** 주저자

*** 공동저자

**** 교신저자(e-mail: bossmsj@skku.edu)

I. 서론

전 세계적으로 많은 사람들이 술을 마신다. 세계보건기구(WHO)의 「Global status report on alcohol and health 2018」에 따르면, 2016년 기준이기는 하나, 전 세계 인구(15세 이상)의 43% (약 23억 4,800만 명)가 음주자이며, 12.5%(약 6억 8,300만)가 지난 12개월 동안에는 술을 마시지 않았지만, 이전에 술을 마신 적이 있는 것으로 나타났다(WHO, 2018: 39). 이는 세계 성인 인구의 절반 이상이 음주 경험이 있다는 것을 시사한다.

한국인들 역시 술을 즐겨 마신다. 하지만 한국의 많은 사람들은 술을 즐겨 마시는 것을 넘어 술에 의존하는 것으로 보인다. 2016년 기준 지난 12개월 동안 한국의 알코올 사용 장애 유병률(Prevalence of alcohol use disorders)은 13.9%로 나타나 세계 평균(5.1%)보다 높다(WHO, 2018: 72, 332). 또한 한국의 알코올 사용 장애의 평생 유병률은 11.6%로 니코틴 사용장애(9.5%), 우울 장애(7.7%) 등 다른 정신장애의 평생 유병률보다 높은 것으로 확인되었다(국립정신건강센터, 2021).

과도한 음주는 개인의 신체 및 정신건강을 악화시켜 의료비 지출을 초래하며, 더 나아가 음주운전으로 인한 사고, 생산성 저하 등 다양한 사회적 문제로 확대되어 막대한 사회적 비용을 발생시킨다(Sacks, 2015). 특히, 과도한 음주는 자살 충동으로 이어질 수 있다. 알코올 사용과 자살 시도의 관련성에 대해 분석한 연구들은 알코올 사용을 자살 시도의 주요 위험요인으로 보고한다(Hufford, 2001; Borges et al., 2017; Amiri and Behnezhad, 2020; Ledden et al., 2022). 선행 연구에 따르면 ‘정상음주군’에 비해 ‘알코올 남용의존군’이 자살 생각을 할 위험성이 약 2.6배 더 높은 것으로 나타났다(최혜금·이현경, 2016).

자살 생각을 넘어 자살 시도 측면에서 보더라도 음주와 자살 시도는 매우 밀접한 관련을 갖는다. 알코올 남용으로 입원한 환자 151명을 대상으로 자살 시도율을 확인한 연구에 따르면, 연구 대상자들의 자살 시도 횟수는 일반 성인의 자살 시도율과 비교해 약 13배 높게 나타났다(박아름·전종설, 2014). 자살은 미국을 비롯한 전 세계 다양한 국가에서 주요 사망원인으로 지목되는 심각한 공중보건 문제이다(Kim, 2021). 따라서 과도한 음주가 죽음으로 이어질 가능성이 충분한 만큼, 알코올 중독자가 자살 생각을 하지 않도록 사회적 차원에서 도움을 제공할 필요가 있다.

학계에서도 알코올 중독과 자살과 밀접한 관련이 있다는 것을 인지하고, 이에 대해 다양한 연구들을 수행해 왔다. 선행연구들은 음주 패턴과 자살 생각 또는 시도의 연관성에 대해 분석하였다(윤명숙, 2011; 이선민 외, 2015; Conner and Duberstein, 2004; Borges et al., 2016; Amiri and Behnezhad, 2020; Ledden et al., 2022). 기존 연구들은 음주와 자살이 매우 밀접한 관련이 있음을 실증하였다.

하지만 기존 연구들은 알코올 중독이 자살로 이어지는 인과관계를 선형적(단편적)으로 설명하

고 있어 알코올 중독과 자살 사이에 있을 수 있는 다양한 요인들을 간과하는 측면이 있다. 즉, 사람이 알코올에 중독되었다고 무조건 자살을 고려하는 것은 아닐 것이다. 알코올 중독 이외에도 자살을 생각하게 만드는 또 다른 요인들이 있을 수 있다. 예를 들어 자기증오(self hatred)나 학습된 무기력과 같은 내적 요인들이 자살의 요인으로 종종 지목되는 데(이용식, 2004; 이준우 · 손덕순, 2007; 육성필, 2008; 마틴 셀리그만, 1996), 알코올 중독 외에도 이러한 요인들이 자살을 고려하게 만드는 요인으로 작용할 수 있다. 만약 실천 현장에서 상담자가 알코올 중독과 자살의 인과성에만 초점을 맞춘다면 자살 생각으로 도움을 요청하는 알코올 중독자에게 술을 끊으라는 조언밖에 해줄 수 없을 것이다. 물론, 몇몇 연구들은 알코올 중독자의 자살에 있어서 우울, 음주 갈망, 자아통제감, 무망감, 자아탄력성, 가족, 사회활동과 같은 심리사회적 변수들의 작용을 검증해왔다(이지원 외, 2012; 권영실 · 현명호, 2014; 박아름 · 전종설, 2014; 임선아, 2018; 이해영 외, 2022; Roy and Janal, 2007; Crossin et al., 2022). 그러나 기존 연구들은 알코올 중독자가 자살을 생각할 때 어떤 부정적 추론과 판단을 하는지 구체적으로 보여주지 못한다. 만일 우울이 알코올 중독자의 자살에 영향을 미친다면, 우울의 사고 내용을 구체적으로 파악할 필요가 있다. 그래야만 알코올 중독자들이 왜 자살을 생각하는지를 제대로 이해할 수 있을 것이다. 따라서 이 연구에서는 ‘알코올 중독자의 자살 생각을 일으키는 내적 요인들은 무엇인지’를 알코올 중독자들의 경험을 바탕으로 파악하고자 한다.

II. 문헌 검토

1. 알코올 중독

중독은 특정 물질이나 활동에 지나치게 의존하는 것을 말한다. 알코올 중독은 알코올이라는 물질에 의존하는 것과 관련이 있다. 알코올 의존(alcohol dependence)은 잦은 과음을 의미하는 알코올 남용(alcohol abuse)과 달리 알코올 섭취량이나 빈도가 증가하는 내성과 술을 마시지 않으면 여러 가지 고통스러운 금단현상이 나타나 술을 반복적으로 마시게 되는 경우를 말한다(권석만, 2013: 525).

세계보건기구(WHO)에서는 지나친 음주를 조기사망 및 장애 진단을 초래하는 가장 큰 위험요인 중 하나로 바라보고 있다. 자료에 따르면 전 세계적으로 사망 원인의 약 5.3%가 음주에서 기인했다고 보고한다(WHO, 2022). 전 세계 사망자 20명 중 1명이 과도한 음주로 인해 사망한다는 이야기이다. 이처럼 알코올 남용이 목숨을 위협하는 사례는 매우 빈번하다. 주류 소비량이 점진적으로 늘어나고 있는 현대사회에서 그 위험성은 점차 증가할 것으로 판단된다.

임상적으로 알코올 중독은 alcohol use disorders(AUD)라고 부른다. DSM-5에 따르면 알코올 사용 장애는 앞서 언급한 금단, 내성 그리고 갈망감이 포함된 행동과 신체 증상들의 집합체로 정의된다(APA, 2013). 특히, DSM-5에서 AUD의 진단적 특징(diagnostic features)으로 보는 ‘알코

을 금단'은 자율신경계 항진, 손 떨림, 불면, 불안과 같은 불쾌한 증상을 유발하는데, 개인은 이 불쾌한 증상을 피하기 위해 음주를 지속하게 된다(APA, 2013).

결국, 알코올 사용 장애가 있는 사람들은 술로 인해 신체적(예, 기억상실, 간질환), 정신적(예, 우울), 사회적 혹은 대인관계(예, 가족과의 갈등)의 문제가 생길 수 있다는 사실을 알면서도 극심한 금단증상 때문에 음주를 지속한다(APA, 2013). 개인의 지속적인 음주는 지지체계의 부재와 부정적 정서 경험을 유발하여 악순환을 만들며, 알코올 사용 장애로부터 벗어나기가 더욱 힘들어진다.

2. 자살 생각의 원인

흔히 자살은 상실과 실패(사업 실패, 실연, 명예 실추, 치명적 질병 등)를 의미하는 부정적인 생활사건(negative life events) 혹은 스트레스가 많은 생활사건(stressful life events)에 의해 촉발된다(권석만, 2013; Adams et al., 1996; Osvath et al., 2004; Bagge et al., 2013). 그러나 부정적인 생활사건을 경험한다고 해서 모두 사람이 자살을 생각하는 것은 아니다. 위험요인과 보호요인의 작용 역시 자살과 관련이 깊다. 자살에 취약한 위험요인을 더 많이 지닌 사람은 보호요인을 더 많이 지닌 사람보다 자살을 고려할 가능성이 더 크다. 자살의 위험요인(suicide risk factors)으로는 자살시도 경험, 가족구성원의 자살시도 경력, 충동성, 이혼 상태, 실업 상태, 물질 중독, 우울장애와 같이 다양한 것들이 있다(권석만, 2013; Masango et al., 2008). 특히, 선행연구들은 자살의 강력한 위험요인으로 알코올 중독을 보고하고 있다(Miller et al., 1991; Hufford, 2001; Sher, 2006). 한국의 경우 관대한 음주문화가 사회의 알코올 중독 유병률을 높이는 요인으로 자리잡고 있는데(Maeng et al., 2021), 이처럼 관대한 음주문화를 가진 사회에서는 자살의 요인으로서 알코올 의존을 중요하게 고려할 필요가 있다.

자살을 유발하는 가장 중요한 요인은 절망감(hopelessness)이다. 종종 자살의 원인으로 우울증을 지목된다. 그러나 우울의 어떤 측면이 자살과 관련이 있는지를 자세히 살펴보면 우울증의 한 측면으로서 절망감이 작용한다는 사실을 알 수 있다. 실제로 Beck과 동료들의 연구한 결과에 따르면 우울 증상의 정도에 상관없이 절망감이 심할수록 자살 의도가 높아지는 것으로 나타났다(Beck et al., 1975; Kovacs et al., 1975; Gutin et al., 2023).

알코올 중독자의 자살 생각 내지는 자살 관념도 앞에서 언급한 요인들과 관련이 있을 수 있다. 기본적으로 지나친 음주는 집중력 저하, 판단력 손상 그리고 기억력 손상 같은 급성 중독(alcohol intoxication)의 후유증으로 인해 학업적 혹은 직업적 수행에 어려움을 겪고, 육아나 집안일도 소홀해지고, 신체적으로 위험한 상황에 노출될 수 있다(APA, 2013). 이는 직업 상실이나 대인관계에서의 갈등 같은 부정적인 생활사건을 촉발할 수 있다. 만약 이때 생활사건으로 인해 발생한 문제를 해결하는 방법으로 음주를 선택한다면, 음주는 위험요인으로 작용해 개인을 절망으로 이끌 수 있다. 이러한 절망 상태에서 삶의 의미를 찾기란 쉽지 않을 것이다. 무엇보다 알코올 중독은 개인을 절망의 늪에서 빠져나오지 못하도록 하는 족쇄 역할을 할 가능성이 크다.

‘학습된 무기력’ 관점에서 보더라도 인간은 본인이 원하는 것을 달성할 수 없거나, 본인의 상황을 바꿀 수 있는 대안이 없다고 느낄 때 자살을 고려하게 된다(이용식, 2004; 마틴 셀리그만, 1996).

상술한 선행연구들의 내용을 종합해보았을 때 알코올 중독자들의 자살 생각에는 우울뿐만 아니라 신체적·심리적 문제, 경제적 문제, 그리고 사회적 관계 문제와 같은 다양한 요인이 영향을 미치는 것을 확인할 수 있다. 하지만 선행연구들은 알코올 중독자들의 자살생각에 영향을 미치는 다양한 요인들을 밝혀냈음에도 불구하고, 알코올 중독자들이 어떠한 과정을 거쳐 자살 생각에 이르는지를 살펴보지 못했다는 한계가 존재한다. 따라서 본 연구는 알코올 중독자들이 자살 생각에 도달하게 되는 과정에 초점을 맞춰, 선행연구들이 보고한 요인들이 어떻게 영향을 미치는지를 구체적으로 살펴보고자 한다.

III. 연구방법

1. 자료수집

연구자들은 목적 표집 방법(purposive sampling)을 사용하여 자료를 수집했다. 이 방법을 활용한 이유는 ‘알코올 중독자의 자살 생각을 일으키는 요인 탐색’이라는 연구의 목적에 부합하는 사례들을 선정할 필요가 있었기 때문이다. 알코올 중독자의 자살 생각 및 시도 경험에 관한 사례들을 찾기 위해 한국 A.A.에서 2015년 1월부터 2021년 3월까지 발간한 알코올 중독자 회복 수기들을 수집했다. 수백 개의 실제 경험 사례들을 수집했으며, 사례들 중 구체적으로 알코올 중독과 자살 생각에 대한 경험이 담겨 있는 23개의 사례들을 선정했다. 이 사례들을 선정한 이유는 알코올 중독자의 자살 생각에 관한 전체 맥락이 구체적으로 묘사되어 있기 때문이다. 사례자들의 기초정보는 다음의 <표 1>과 같다.

<표 1> 사례자들의 기초 정보

번호	성별	음주 문제 유형	자살생각 유무	자살시도 유무
1	남	건강 문제, 관계 문제	O	O
2	남	건강 문제	O	X
3	남	건강 문제, 경제적 문제, 관계 문제	O	X
4	남	관계 문제	O	X
5	여	건강 문제, 경제적 문제, 관계 문제	O	O
6	여	건강 문제, 관계 문제	O	X
7	남	관계 문제	O	X

번호	성별	음주 문제 유형	자살생각 유무	자살시도 유무
8	남	건강 문제	O	O
9	남	경제적 문제, 관계 문제	O	O
10	남	관계 문제	O	O
11	남	건강 문제	O	O
12	남	건강 문제, 관계 문제	O	X
13	미확인	관계 문제	O	X
14	남	건강 문제	O	O
15	남	관계 문제	O	X
16	남	건강 문제, 경제적 문제, 관계 문제	O	O
17	남	경제적 문제, 관계 문제	O	O
18	여	경제적 문제, 관계 문제	O	O
19	남	경제적 문제, 관계 문제	O	O
20	남	건강 문제, 관계 문제	O	O
21	남	건강 문제, 관계 문제	O	O
22	남	건강 문제	O	O
23	남	건강 문제, 관계 문제	O	O

2. 자료분석

수집된 자료는 Padgett(1998)이 제안한 질적 사례연구 방법의 절차에 따라 분석했다. 그 이유는 이 방법이 각 사례들의 공통점들을 바탕으로 주요 주제들을 뽑아내기 적합하기 때문이다. 또한 이 방법은 분석 결과들과 기존 지식들을 비교할 수 있다는 장점을 가지고 있다. Padgett(1998)은 연구 결과가 기존 지식들과 일치하는지를 확인함으로써 우리가 가진 지식의 범위를 확장하거나 기존 생각들이 허위임을 폭로하는 근거들을 제시할 수 있다고 보았다. 이러한 과정을 통해 알코올 중독자의 자살 생각에 대한 풍부한 해석이 가능하다. Padgett이 제안한 분석 절차는 다음의 <표 2>와 같다.

<표 2> Padgett(1998)이 제안한 분석 절차

순서	분석 과정	분석 방법
1	• 의미를 가진 단위(meaningful units)를 찾기 위해 기록된 내용 읽기	• 개방 코딩(open coding)
2	• 필요한 자료와 그렇지 않은 자료를 분리	• 지속적 비교분석 (constant comparative analysis)

순서	분석 과정	분석 방법
3	· 중심주제 형성을 위한 코드 또는 범주들 간의 관계 찾기	· 코드 간의 연관성 확인
4	· 자신의 연구를 기존의 지식기반(이론적, 실증적)과 연결시킴 - 과연 연구결과가 문헌에 나타난 기존의 연구결과들과 일치하는가? - 우리가 가지고 있는 지식의 범위를 넓혀줄 수 있는가? - 아니면 주제에 관한 기존 생각들이 허위임을 폭로하는가?	

자료: Padgett(1998)이 제안한 분석 방법을 연구자들이 표로 정리하였음.

연구자들은 추가적으로 합의적 질적 연구(Consensual Qualitative Research, CQR) 방법을 연구에 적용했다. 명칭에서 암시하듯이 CQR은 합의를 이루는 과정을 강조하는 연구방법이다. 합의란 ‘자연스럽게 만장일치가 된 결정’이라고 정의할 수 있다(Hill, 2012). 자료를 독립적으로 연구한 다양한 사람이 추후에 한 가지 설명에 동의한다면, 연구자는 단 1명의 자문이 동의하는 것보다는 유사한 입장에 있는 다른 개인 또한 그 설명에 동의할 것이라는 자신감을 더 많이 가질 수 있다(Hill, 2012). 합의적 연구 수행을 위해 팀원들은 각자 같은 사례를 분석한 후 합의 버전을 만들었으며, 이를 자문에게 보내 검토를 요청했다.

3. 연구의 엄격성 확보 전략

올바른 질적 연구 수행을 위해서는 기본적으로 연구의 엄격성과 윤리적 이슈를 함께 고려해야 한다. 그러나 이 연구는 회고록이라는 2차 자료를 분석한 연구이기 때문에 면담이나 관찰 과정에서 발생할 수 있는 윤리적 이슈들은 발생하지 않았다. 따라서 연구자들은 연구의 엄격성 확보에 집중했다. 연구자들은 연구의 엄격성을 확보하기 위해 다원화(triangulation), 동료집단의 조언 및 지지(peer support group), 감사자료 남기기(audit trail) 전략을 활용했다(Padgett, 1998). 첫째, 다원화 전략이다. 연구자들은 이론 다원화와 분석자 다원화 전략을 활용했다. 이론 다원화를 위해 기존 연구들이 제시한 알코올 중독과 자살 생각의 관련성, 알코올 중독과 자살 생각 사이에 작용하는 여러 요인들을 검토한 후 연구 결과와 비교했다. 분석자 다원화를 위해서 연구자들은 각자가 자료를 분석한 후 비교하여 합의된 분석 결과만을 공통 주제로 인정했다. 둘째, 동료집단의 조언 및 지지이다. 연구자들은 중독재활 전문가 1인과 질적 연구 전문가 1인을 동료집단(자문)으로 구성하여 이들에게 연구에 대한 전반적인 조언을 얻었다. 셋째, 감사자료 남기기이다. 감사자료는 연구의 재현성을 높이기 위해 남긴다. 이를 위해 연구자들은 연구 중에 작성된 메모와 범주 목록과 같은 자료를 보관하여 후속 연구자들이 이 연구의 과정을 추적하고 유사한 결과를 도출할 수 있도록 했다.

IV. 분석 결과

수집된 자료를 분석한 결과 여러 개의 의미 단위들을 추출할 수 있었으며, 의미 단위들의 공통점과 차이점을 고려하여 총 10개의 주제를 도출했다. 구체적인 주제 및 의미 단위 관련 내용은 다음의 <표 3>과 같다.

<표 3> 주제 목록

구분	주제	의미 단위
음주문제	건강 문제	<ul style="list-style-type: none"> · 개판으로 살다 허리를 다침(사례 1) · 구멍이란 구멍에서 피가 쏟아짐(사례 2) · 산송장이 됨(사례 3) · 환청에 시달리다 추락사고로 지체장애가 생김(사례 5) · 우울증에 시달림(사례 6) · 수시로 엄습하는 우울감과 금단증상이 찾아옴(사례 8) · 우울, 치매, 망상, 환각, 불면에 시달림(사례 11) · 간에 문제가 생김(사례 11, 12, 16, 20) · 감정조절 문제와 환청을 경험함(사례 14) · 환청, 환시, 환촉에 시달림(사례 20, 22) · 기억 장애를 겪음(사례 21) · 만성궤양에 시달림(사례 23)
	경제적 문제	<ul style="list-style-type: none"> · 말고 있던 일거리마저 빼앗기고 쫓겨남(사례 3) · 카드빚이 엄청난 금액으로 불어남(사례 5) · 회사로부터 해고 통지를 받고 사업도 망함(사례 9) · 재정 상태가 나빠짐(사례 16) · 일을 그만 둠(사례 17) · 마지막 남은 차조차 음주운전으로 없어짐(사례 18) · 일에 적응을 하지 못하고 다시 술을 마심(사례 19)
	관계 문제	<ul style="list-style-type: none"> · 가족들과 연락하지 않음(사례 1) · 아내와 다툼(사례 3, 9, 15) · 아내도 누나도 떠남(사례 4) · 부모님에게 반항함(사례 5) · 가족과 갈등함(사례 6, 12, 19, 20) · 자녀들과 다툼(사례 7) · 동네에서 손가락질 받음(사례 10) · 술로 인해 가족이 깨짐(사례 13) · 아내와 이혼하고 친구들은 외면함(사례 16) · 이혼함(사례 17, 21) · 남편과 싸우고 이혼함(사례 18) · 아내와 별거함(사례 23)

구분	주제	의미 단위
내적고통	고독감	<ul style="list-style-type: none"> · 혼자 남아 병들고 있었음(사례 4) · 홀로 살아가야 한다는 외로움을 느낌(사례 6) · ‘아무도 내 곁에 없구나’ 라고 생각함(사례 8) · 점점 혼자가 됨(사례 5, 10) · 고통 속에 헤맬 때 손잡아주는 사람이 없음(사례 11) · 자신이 외롭고 불쌍함(사례 16) · 더 이상 의지할 곳도 없음(사례 17) · 내 편이 되어 주는 사람은 아무도 없었음(사례 18)
	건강에 대한 비판	<ul style="list-style-type: none"> · 내 힘으로 어떤 일도 할 수 없음(사례 1) · 환각이 죽을 정도로 힘들어 자해를 함(사례 22)
	술에 대한 무기력	<ul style="list-style-type: none"> · 아파도 술을 입에서 떼지 못함(사례 2) · 아무리 해도 술을 끊을 수 없음(사례 4) · 술 잔을 다시 잡는 내 나약함에 좌절함(사례 5) · 어제 같은 오늘이 반복되고 있음에 절망함(사례 6) · 평범하게 살 수 없다는 것을 알고 두려워함(사례 10) · 술 없이는 살 수 없는 몸이 됨(사례 12) · 극복할 수 없다는 좌절감과 무기력감이 생김(사례 16) · 술 마시다 죽을 수밖에 없는 중독자가 됨(사례 18) · 술과 함께 정해진 죽음을 향한 연명임(사례 21) · 술을 안 먹으면 죽을 것 같은 인생임(사례 23)
	자기 원망	<ul style="list-style-type: none"> · 미치도록 내 자신이 싫었음(사례 2) · 이 못난 놈 때문에 부모님이 욕을 먹음(사례 4) · 나는 태어나면 안 되는 사람임(사례 5) · 나를 향한 자괴감이 몰려옴(사례 6) · 미쳐 가는 나의 추한 모습에 자해를 함(사례 10) · 술을 못 끊는 내 자신이 원망스러움(사례 13) · 추하고 더러운 내 모습을 보게 됨(사례 14) · 내가 생각해도 나는 사람이 아님(사례 16) · 몸쓸 년, 몸쓸 엄마인 내 자신이 싫음(사례 18)
	주변 원망	<ul style="list-style-type: none"> · 아내 때문에 되는 일 없음(사례 3) · 부모를 원망함(사례 5, 10) · 가족, 지인, 세상, 신을 원망함(사례 6) · 병원에 입원시킨 가족을 원망함(사례 15, 20) · 남들 때문에 술을 마셨고 남들을 원망함(사례 18)
	자기 연민	<ul style="list-style-type: none"> · 나는 재수 없게 살고 있음(사례 3) · 내 자신이 불쌍해 보임(사례 10) · 내 모습이 너무 비참하고 쓸쓸함(사례 17)
	희망 상실(절망)	<ul style="list-style-type: none"> · ‘살아서 무엇하나’ 라는 생각이 나를 지배함(사례 1, 3) · 더 이상 잃을 것도 없는 바닥이었음(사례 2) · 희망도 꿈도 없는 주정뱅이로 살아옴(사례 4) · 내일을 그려볼 수 없는 막막함이 밀려옴(사례 6) · 죽는 것이 고통을 끝내는 유일한 방법임(사례 10) · 이왕 죽을 몸, 술이나 많이 먹자로 변함(사례 11)

구분	주제	의미 단위
		<ul style="list-style-type: none"> · 더 이상 삶의 꿈도 희망도 보이지 않음(사례 12) · 극복할 수 없는 현실로 우울해함(사례 16) · 희망도 찾아보기 힘든 정말임(사례 17) · 신의 부재를 느낄 만큼 지독한 절망임(사례 21)

1. 음주 문제

연구자들은 수집된 자료를 분석하는 과정에서 알코올 중독으로 인한 문제를 우선 파악해야 할 필요성을 느꼈다. 왜냐하면 알코올 중독자가 자살을 생각할 만큼 절망 상태에 빠지게 만드는 배경으로 음주 문제가 자리 잡고 있었기 때문이다. 이 연구의 사례들에서 알코올 중독자들은 지나친 음주로 인해 건강 문제, 경제적 문제, 관계 문제를 겪고 있었다.

1) 건강 문제

이 연구에서 사례자들(사례 1, 2, 3, 5, 6, 8, 11, 12, 14, 16, 20, 21, 22, 23)은 지나친 음주로 인해 건강 문제를 경험했다. 건강 문제는 크게 신체적 건강과 정신적 건강으로 구분할 수 있는데, 우선 신체적 건강의 경우 음주의 영향으로 질병이 생긴 경우와 음주로 인해 사고가 발생하여 장애가 생긴 경우로 나눌 수 있었다. 사례자들은 지나친 음주로 인해 간경화나 췌장염 같은 질병에 시달리는가 하면, 음주로 인해 허리를 다치거나 추락해 장애를 가지게 되었다. 사례자들은 정신건강 문제도 경험했는데, 우울증 같은 심리적 문제뿐만 아니라 망상이나 환각 같은 정신 증적 증상을 경험하기도 했다.

“그렇게 망설이던 정신병원행을 결심하고 병원에 자의 입원했습니다. 밖에 있다가 수시로 연습하는 우울감과 해결할 수 없는 금단증상을 이겨낼 수 없었거든요(사례 8).”

“집 앞에 구멍가게가 있었는데 가게 아주머니하고 마음이 잘 통해서 아침부터 새벽 1시까지 같이 매일 술을 마셨습니다...간 경화에 걸리고 무혈성 괴사가 걸려 양쪽 팔 모두 관절을 갈아 넣었습니다. 허리도 두 마디 잘랐습니다(사례 11).”

“죽을 것만 같다가 뒤늦게 먹지 않았는데 또 다시 나에게 고문이 시작되었습니다. 술 단주 삼일차 환시, 환청이 찾아와 나를 심하게 괴롭혔습니다(사례 20).”

2) 경제적 문제

알코올 중독 문제는 건강 문제에서 끝나지 않았다. 이 연구의 일부 사례자들은 건강 문제와

더불어 경제적 문제를 동시에 언급했다(사례 3, 5, 9, 16, 17, 18, 19). 경제적 어려움을 모든 연령층과 성별 구분 없이 자살충동의 가장 큰 원인이라고 보고한 연구(박현주 외, 2011)도 있는 만큼 경제적 문제는 자살과 매우 밀접한 관련이 있다. DSM-5에서도 알코올 급성중독(alcohol intoxication) 혹은 음주의 효과로 인해 직업적 수행에 어려움이 발생할 수 있다고 본다(APA, 2013). 사례자들은 음주 문제로 인해 스스로 퇴사하거나 회사로부터 해고 통지를 받았다. 사업을 하더라도 음주로 인해 제대로 할 수 없어 문을 닫아야 했다. 자의든 타의든 일을 하지 않았기 때문에 사례자들의 재정 상태는 나빠졌다. 심지어 음주로 인해 빚은 더 늘었다.

“마음껏 술을 마시고, 자고 싶으면 자고, TV와 친구하며 이게 진정한 자유라는 생각을 하며 지냈 습니다...그렇게 몇 달이 지나자 돈이 궁해졌습니다...돈이 나올 곳이 없어지자, 카드를 만들어 쓰기 시작했습니다. 카드빚이 엄청난 금액으로 불어나 있었고, 건강 또한 좋지 않았습시다(사례 5).”

“술로 인해 회사 결근도 하게 되고 업무처리도 다른 사람들보다 뒤떨어지다 보니 결국은 회사로 부터 해고 통지를 받고 직장을 관두게 되었고, 또 다른 직장을 가도 술 문제로 인해 제가 스스로 관두거나 회사에서 쫓겨나곤 했지요(사례 9).”

“술을 마신지 3년쯤에 저는 저의 모든 것을 잃었습니다. 집과 남편과 제가 낳은 아이들, 마지막 남은 차조차 음주운전 사고로 없어졌습니다(사례 18).”

3) 관계 문제

알코올 중독은 앞서 언급한 건강, 경제 문제와 더불어 관계 문제를 유발했다. 사례자들(사례 1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23)은 가족 및 주변 사람들과의 관계 문제를 경험했다. 사례자들의 경험한 관계 문제는 크게 ‘갈등’과 ‘단절’로 구분할 수 있었다. 갈등은 관계가 유지된 상태에서 서로 다투는 것을 말하고, 단절은 이혼이나 별거처럼 관계가 완전히 정리된 상태를 말한다. 이처럼 사례자들은 음주 문제로 인해 가족과 다투거나 동네 주민들과 마찰을 겪었으며, 배우자 또는 원가족과 관계를 단절하는 경험을 했다.

“집에서 밖에서 사 온 두어 병 소주를 혼자서 홀짝거린다...어느 틈에 막내아들을 때리며 악다구 니로 서로 붙들고 뒹굴며 싸우는 자신을 또렷이 의식했다. 그리고는 건장한 두 아들에게 양팔이 붙들려 거실 소파에 꼼짝없이 앉혀서 고래고래 악다귀를 쓰는 내 모습이었다(사례 7).”

“술로 인해 나의 인생도, 가정도 깨지고 괴로워하면서도 여전히 생활에는 개선 없이 술을 찾게 되었고, 깨고 나면 나 자신이 미워서 정죄하면서도 습관적으로 술을 찾는 저를 발견하였습니다(사 례 13).”

“나는 바뀌지 않아 다시 술에 손을 댔고 결국 아내는 나를 포기하기로 마음먹었던 것 같다. 나는 이혼을 당하고 집을 나와 가족들과 친구들에게 갚은 거짓말로 비굴하게 돈을 빌려가며 오직 술을 먹기 위해 살았다(사례 16).”

2. 내적 고통

연구자들은 알코올 중독자들이 자살을 생각하게 된 이유에 초점을 맞춰 자료를 분석했다. 그 결과 자살을 생각하기 이전에 몇 가지 내적 고통을 경험했음을 확인할 수 있었다. 사례자들이 경험한 내적 고통은 ‘고독감’, ‘건강에 대한 비판’, ‘술에 대한 무기력’, ‘자기 원망’, ‘주변 원망’, ‘자기 연민’, ‘희망 상실(절망)’로 구분할 수 있었다.

1) 고독감

먼저, 사례자들(사례 4, 5, 6, 8, 10, 11, 16, 17, 18)은 고독감을 심하게 느끼고 있었다. 그들은 고독감을 다양하게 표현했지만, 그들이 느낀 고독감은 ‘고통 속에서 손잡아 줄 사람이 없이 혼자 있다는 생각’에서 오는 감정이었다. 이러한 고독감은 위에서 언급한 ‘관계 문제’와 관련이 있었다. 사례자들은 가족과의 단절 이후 더욱더 극심한 외로움을 호소했다.

“아내는 이혼해 떠나고 부모님은 임종하시고 형들도 죽고 누나는 못난 동생 보기 싫어 마음 아프다고 떠나 주소지를 옮겼다. 만날 수도 없고 이제는 혼자 남아 아무것도 없고 병들어 있었다(사례 4).”

“저는 술을 언젠가는 이길 수 있으리라는 무모한 자신감만을 믿으며 술과의 싸움을 벌였습니다. 하지만 매번 술에게 졌습니다. 패배자인 저에게 이제 아무도 응원해 주지 않았습니니다. 저는 그제서야 주위를 둘러보게 되었고 혼자인 저를 알게 되었습니다(사례 5).”

“오른쪽 다리는 복숭아뼈 바로 위쪽이 부러져 있고 마음은 더 이상 의지할 곳도 희망도 찾아보기 힘들 정도로 절망이었다(사례 17).”

2) 건강에 대한 비판

비록 소수 사례이지만 일부 알코올 중독자들(사례 1, 22)은 나빠진 자신의 건강 상태에 대해 비판했다. 나빠진 건강 상태는 앞서 건강 문제 부분에서 언급했듯이 음주의 직접적 영향으로 나빠진 경우와 음주 후 사고가 발생하여 나빠진 경우로 나눌 수 있다. 사례자 1의 경우 사고로 인해 다친 허리 때문에 혼자 힘으로 어떤 일도 할 수 없다고 비판했으며, 사례자 22의 경우 술로 인해 찾아온 환청, 환시, 환촉 같은 환각의 고통이 힘들어 자해를 할 만큼 자신의 건강 상태를 비판했다.

“내 힘으로는 어떤 일도, 아무것도 할 수가 없어 간병인의 도움 없이는 대소변도 볼 수가 없었습니다(사례 1).”

“장취에 들어가면 여관방에서 적게는 보름, 길게는 한달 이상을 술과 씨름했습니다. 그러다 보니 저의 몸에 이상이 오기 시작했습니다. 처음엔 블랙아웃이 시작되더니 술이 깰 때쯤엔 환청, 환시, 환촉, 정말 죽을 정도로 힘들어 자해도 해봤습니다(사례 22).”

3) 술에 대한 무기력

이 연구에서 일부 알코올 중독자들(사례 2, 4, 5, 6, 10, 12, 16, 18, 21, 23)은 술에 대한 무기력을 호소했다. 사례자들은 아무리 노력해도 술을 끊을 수 없다는 좌절감과 무기력감을 가지고 있었다. 특히, 사례자들은 극심한 고통 속에서도 술을 마시고 있는 자신들의 모습을 보면서 중독을 운명으로 받아들이고 있었다. 이는 자살 관련 기존 이론에서 거론되는 ‘학습된 무기력’의 한 형태라고 해석할 수 있다(이용식, 2004; 마틴 셀리그만, 1996).

“소주병을 열 힘도 없어 무릎사이에 소주병을 끼고 입으로 물어뜯을 때도 수차례, 화장실에 기어갈 힘도 없어 음료수 병에 소변을 보고, 그것도 여의치 않아 이불에 오줌을 질질 흘리면서도 입에서 술을 떼지 못했습니다(사례 2).”

“이제는 술 없이도 살 수 없는 몸 상태가 되었고, 정신마저 술에 지배당하기 시작했습니다(사례 12).”

“술을 먹어야만 살 것 같고, 안 먹으면 죽을 것 같은 이 인생을 벗어나고 싶었습니다(사례 23).”

4) 자기 원망

알코올 중독자의 자살 생각을 일으키는 또 다른 요인으로는 ‘자기 원망’이 작용하고 있었다. 사례자들(사례 2, 4, 5, 6, 10, 13, 14, 16, 18)은 술을 끊지 못하고 추하게 변해가는 자신의 모습을 보면서 스스로를 원망했고, 알코올 중독 때문에 나쁜 배우자, 자식 또는 나쁜 부모가 되어버린 자신을 원망했다.

“내가 취해서 그랬으니까 당연히 욕을 먹어야 하겠지만 이 못난 놈 때문에 죄없이 사랑만 해주시고 돌아가신 부모님까지 욕을 먹어야 하다니, 더 이상 이 세상을 살아갈 희망이 없다는 것을 느꼈다(사례 4).”

“제 마음안에서 제 자신을 죽이고 싶을만큼 저를 한심해하고 스스로를 늘 자책하고 비난만 하던 저는 술을 마시면 미친년이 되어서 그런 감정들을 주위 사람들에게 쏟아내며 주변 사람들을 괴롭혔습니다(사례 6).”

“술에 대한 내성은 더욱 커져갔고, 어떤 이유도 없이 술을 계속 마셨습니다. 어느새 악마의 지배를 받고 있는 제 모습을 보게 되었습니다. 추하고 더러운 모습을(사례 14).”

5) 주변 원망

앞서 제시한 것처럼 자신을 원망하는 알코올 중독자들도 있지만, 자신의 주변 환경을 원망하는 사례들(사례 3, 5, 6, 10, 15, 18, 20)도 있다. 여기에서 ‘타인 원망’이 아닌 ‘주변 원망’이라는 용어를 사용한 이유는 ‘타인’이라는 단어가 ‘세상’이나 ‘신’ 같은 대상을 포괄할 수 없기 때문이다. 실제로 사례자들은 배우자를 원망하고, 부모를 원망하고, 심지어는 세상과 신까지 원망했다. 즉, 자신이 아닌 다른 사람 혹은 신 때문에 자신들의 삶이 망가졌다는 것이다.

“술에 취해 마누라 앞에서 간죽거린다. ‘너 때문에 되는 일이 하나도 없다. 남들은 처가 덕에 잘만 되는데. 정말 나는 재수 없는 놈이야’ 듣고 있던 마누라가 폭발한다(사례 3).”

“병원생활을 계속되었고 세상과 부모님을 원망하며 나의 술버릇은 심해져 가족 모두가 하루하루 불안한 나날을 보내야 했습니다. 술을 마시고 부모님께 막말과 욕을 하며 많은 고통을 주었습니다(사례 10).”

“저는 나 자신의 잘못을 볼 줄 몰랐습니다. 남들 때문에 술을 마셨고 남들을 원망했습니다(사례 18).”

6) 자기 연민

연구자들은 일부 사례들(사례 3, 10, 17)에서 자기 자신을 불쌍하게 여기는 ‘자기 연민’의 모습도 발견할 수 있었다. 사례자들은 알코올에 중독되고 삶이 망가진 자신의 모습을 불쌍하고 가련하게 여기고 있었다.

“술을 마시면서도 언제 필름이 끊어질지 몰라 두려워하면서도 술을 마시고 있는 내 모습은 내 자신이 봐도 불쌍해보였습니다(사례 10).”

“방에 들어서니 오랫동안 비워놓아 먹을 것도 없고 싸늘하기만 했다. 대학을 자퇴하면서 큰소리쳤던 내 모습이 지금은 너무나 비참하고 쓸쓸하기만 했다(사례 17).”

7) 희망 상실(절망)

음주 문제로 인해 발생한 내적 고통의 종착지는 ‘희망 상실(절망)’이었다. 특히, 알코올 중독자들의 희망 상실은 자살 생각과 매우 밀접한 관련이 있었다. 기존 연구들에서도 ‘절망’을 자살과 관련이 깊은 변수로 언급하고 있다(Beck et al., 1975; Kovacs et al., 1975; Gutin et al., 2023). 이 연구의 사례자들(사례 1, 2, 3, 4, 6, 10, 11, 12, 16, 17, 21) 역시 알코올 중독으로 인해 절망감을 언급했다. 예를 들어, 사례자들은 ‘살아서 무엇하나(사례 1), ‘더 이상 잃을 것 없는 바닥’ (사례 2), ‘내일을 그려볼 수 없는 막막함’ (사례 6), ‘희망도 찾아보기 힘든 절망’ (사례 17) 같은 표현을 사용했다.

“ ‘살아서 무엇 하나’ 라는 생각이 내 머리를 지배하게 되었고 나는 삶에 대한 결론을 내렸습니다. 병원에서 주는 약을 모두 모아서 한번에 먹으면 죽을 것이라 생각하고 약을 모으기 시작했고 한달간 모아서 한번에 먹었습니다(사례 1).”

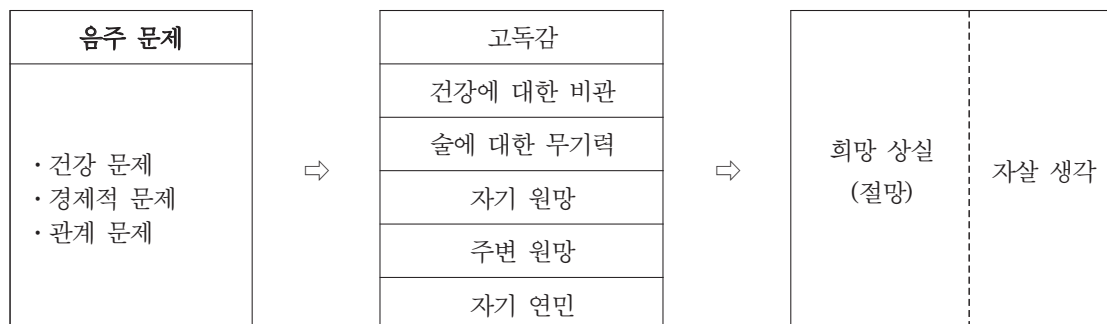
“아들은 아들대로 저는 저대로 지칠대로 지쳐, 사는게 사는 것이 아니었습니다. 말 그대로 상태는 더 이상 잃을 것도 없는 바닥이었습니다(사례 2).”

“다시 술을 넣었습니다. 남는 것은 다시, 쓰디 쓴 아픔과 괴로움, 내일을 그려볼 수 없는 막막함, 이러다 죽을 거 같은 두려움, 이 두려움을 혼자서 감당해야 한다는 외로움, 가족의 실망과 상처, 나를 향한 자괴감뿐이었습니다(사례 6).”

3. 종합 분석

알코올 중독자의 자살 관념 생성 원인에 관한 전체적인 맥락을 이해하기 위한 작업으로서 앞서 제시한 요인들을 종합적으로 분석해 보면 다음과 같이 정리할 수 있다. 우선 지나친 음주로 인해 알코올 중독자들은 건강 문제, 경제적 문제, 관계 문제와 같은 음주 문제를 경험했다. 이러한 문제들은 희망 상실(절망)에 빠지게 만드는 사고 및 감정의 배경이 되었다. 음주 관련 문제들로 인해 사례자들은 ‘고독감’ 을 느꼈으며, ‘술에 대한 무기력 상태’ 에 빠져있었고, ‘자신과 타인을 원망’ 함과 동시에 자신을 불쌍히 여기는 ‘자기 연민’ 의 모습을 보였다. 상술한 사고와 감정들은 결국 희망 상실로 이어졌는데, 희망 상실 즉, 절망과 관련된 표현들에는 ‘죽는 것이 고통을 끝내는 유일한 방법’ (사례 10)이라는 언급처럼 자살을 암시하는 내용 역시 담겨 있었다. 이와 같이 자살 생각과 절망은 매우 밀접한 관련이 있으며, 완전히 분리해서 볼 수 없는 특징을 가진다. 물론, 절망에 빠졌다고 해서 모두가 자살을 생각하는 것은 아니지만 절망의 한 형태로 자살 생각이 일어날 수 있다는 것은 분명해 보인다. 지금까지 언급한 내용을 그림으로 표현하면 다음의 <그림 1>과 같다.

<그림 1> 알코올 중독자의 자살 관념 생성 원인



V. 결론 및 제언

이 연구에서는 알코올 중독자의 자살 생각을 일으키는 내적 요인들이 무엇인지를 확인하고자 했다. 이를 위해 실제 자살을 생각했거나 시도했던 알코올 중독자의 사례를 분석한 결과, 알코올 중독자들은 음주로 인해 건강, 경제, 관계 문제를 겪었으며, 이러한 문제는 고독감, 건강에 대한 비관, 술에 대한 무기력, 자기 원망, 주변 원망, 자기 연민과 같은 내적 고통으로 이어졌다. 그리고 내적 고통의 최종 결과는 ‘희망 상실’이었다. 도출한 연구 결과를 바탕으로 몇 가지 함의를 제시하면 다음과 같다.

우선, 이론적 함의이다. 기존 연구들은 알코올과 자살의 관련성을 인과적으로 보는 경향이 있다(윤명숙, 2011; 이선민 외, 2015; Conner and Duberstein, 2004; Borges et al., 2016; Amiri and Behnezhad, 2020; Ledden et al., 2022). 그러나 연구 결과, 위에서 언급한 것처럼 알코올 중독자의 자살 생각은 단순히 알코올 중독 때문에 일어나지 않았다. 알코올 중독으로 인해 발생한 문제와 그 문제로 인해 겪게 되는 내적 고통이 알코올 중독자를 자살 생각으로 이끌고 있었다. 따라서 알코올 중독과 자살의 관련성을 이해하거나 설명하고자 할 때는 두 변수 사이에 있을 수 있는 다양한 내적 요인들을 동시에 고려할 필요가 있다. 또한 기존 연구들은 알코올 중독과 자살 생각 사이에서 작용하는 우울, 음주 갈망, 자아통제감, 무망감 같은 심리적 요인들에 주목하고 있다(이지원 외, 2012; 권영실·현명호, 2014; 임선아, 2018). 하지만 이 연구에서는 음주로 인해 겪게 되는 신체적 건강 문제와 더불어 망상이나 환각 같은 정신증적 문제 역시 자살 생각에 직·간접적으로 영향을 미치고 있었다. 또한 건강 문제 외에도 경제적 문제와 대인관계 문제 역시 영향을 미치고 있었다. 따라서 알코올 중독과 자살 생각 사이에 어떤 변수들이 작용하는지를 연구할 때는 상술한 경제적·사회적 문제들도 함께 고려할 필요가 있다.

다음은 실천 및 정책적 함의이다. 연구 결과, 알코올 중독자들의 자살 생각은 건강 문제와 관계 문제 외에도 경제적 문제와 관련이 있었다. 중독관리통합지원센터나 자살예방센터와 같은 중독이나 자살 문제를 전문적으로 다루는 사회서비스 영역에서 경제적 문제에 개입하는 것은 한계가 있다. 따라서 관련 기관에서는 최근 전국적으로 운영되고 있는 금융복지상담센터와의 연계를 더 강화할 필요가 있다. 특히, 지방 및 중앙정부에서는 음주율과 자살률이 다른 나라에 비해 상대적으로 높아진 현시점에서 이러한 문제를 해결하기 위해 신체 및 정신건강, 경제, 대인관계 문제를 종합적으로 다룰 수 있는 사회서비스 체계를 마련할 필요가 있다.

또한 연구 결과 알코올 중독자들의 자살 생각은 그들이 느끼는 고독감, 건강에 대한 비관, 술에 대한 무기력, 자기 원망, 주변 원망, 자기 연민 같은 내적 요인들과 관련이 있었다. 따라서 알코올 중독 문제나 자살 문제를 다루는 임상 전문가들은 이러한 내적 요인들을 고려하여 자살 문제가 있는 알코올 중독자에게 상담 서비스를 제공할 필요가 있다. 더불어 임상 전문가들은 우울이 자살의 강력한 요인이기 때문에 우울에 개입해야 한다는 단순한 접근보다는 Beck과 동료

들이 제시한 것처럼 절망감과 자살 의도의 관련성에 좀 더 초점을 맞출 필요가 있다(Beck et al., 1975; Gutin et al., 2023). 그리고 절망감은 상술한 고독감, 건강에 대한 비관 등 같은 내적 요인들과 관련이 있는 복합적인 감정이라는 것을 이해할 필요가 있다.

끝으로 이 연구의 한계 및 후속 연구를 위한 제언을 하고자 한다. 이 연구의 분석자료는 알코올 중독자의 경험이 담긴 자료이긴 하나 2차 자료의 성격을 가지기 때문에 알코올 중독자들의 자살 생각을 확인하는데 제한이 있다. 따라서 연구 참여자와 양방향으로 소통할 수 있는 1:1 심층면담이나 초점집단면접을 통해 자료를 수집한다면, 그들의 경험을 더 구체적으로 살펴볼 수 있을 것이다. 한편, 본 연구의 사례들은 여성보다 남성이 높은 비중을 차지한다. 성별에 따라 알코올 중독의 위험요인과 결과가 다르게 나타날 수 있기 때문에(Nolen-Hoeksema, 2004), 본 연구 결과를 모든 성별에 일반화하는 것은 제한이 따른다. 따라서 추후 연구에서는 알코올 중독자들의 자살 생각을 성별, 그리고 더 나아가 연령과 같은 인구사회학적 요인을 고려하여 비교 분석한다면, 더욱 효과적인 개입방안을 수립할 수 있을 것이다.

참고문헌

- 국립정신건강센터, 2021, 『2021년 정신건강실태조사 보고서』, 국립정신건강센터.
- 권석만, 2013, 『현대 이상심리학』, 학지사.
- 권영실 · 현명호, 2014, 「알코올 사용 장애자의 자살생각과 자아 통제감, 무망감 및 가족지지의 관계」, 『한국심리학회지: 건강』, 19(2): 585-601.
- 마틴 셀리그만, 1996, 윤진 · 박홍규 옮김, 『무기력의 심리』, 탐구당.
- 박아름 · 전중철, 2014, 「알코올중독자의 대인관계와 자살생각 간의 관계: 우울의 매개효과를 중심으로」, 『보건의사회연구』, 34(1): 379-407.
- 박현주 · 김승순 · 강은정 · 변상희 · 방지수, 2011, 「자살충동 원인유형의 현황분석」, 『국가위기관리학회보』, 3(2): 75-91.
- 육성필, 2008, 『자살의 심리학적 이해』, 학지사.
- 윤명숙, 2011, 「알코올중독자의 자살생각에 미치는 음주의 조절효과」, 『정신보건과 사회사업』, 38: 113-140.
- 이선민 · 제갈정 · 김광기, 2015, 「자살생각자의 자살시도와 음주문제와의 관련성 분석」, 『알코올과 건강행동연구』, 16(1): 17-28.
- 이용식, 2004, 『우울증으로 인한 자살충동의 인지적 치료에 관한 연구』, 장로회신학대학교 석사학위논문.
- 이준우 · 손덕순, 2007, 『정신보건사회복지론』, 서현사.
- 이지원 · 김영경 · 김영선, 2012, 「알코올의존 입원환자의 자살사고 관련요인」, 『스트레스연구』, 20(2): 123-132.
- 이혜영 · 권영실 · 현명호 · 이나래, 2022, 「알코올 사용 장애자의 단주통제감, 무망감, 사회활동참여도와 자살성의 관계」, 『스트레스연구』, 30(3): 172-178.
- 임선아, 2018, 「알코올의존이 우울을 매개하여 자살생각에 미치는 중단적 영향 검증」, 『한국복지패널 학술대회 논문집』, 2018: 173-183.
- 최혜금 · 이현경, 2016, 「우리나라 경제활동인구의 문제음주와 우울 및 자살생각과의 관련성」, 『대한보건연구』, 42(1): 29-40.
- Adams, D., Overholser, J. and Spirito, A., 1996, "Suicide attempts and stressful life events", *Prevention Researcher*, 3(3): 5-8.
- Amiri, S. and Behnezhad, S., 2020, "Alcohol use and risk of suicide: a systematic review and Meta-analysis", *Journal of Addictive Diseases*, 38(2): 200-213.
- APA(American Psychiatric Association), 2013. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 5th Edition*. American Psychiatric Publishing.
- Bagge, C. L., Glenn, C. R. and Lee, H.-J., 2013, "Quantifying the impact of recent negative life events on suicide attempts", *Journal of Abnormal Psychology*, 122(2): 359-368.
- Beck, A. T., Kovacs, M. and Weissman, A., 1975, "Hopelessness and suicidal behavior: An overview", *JAMA*, 234(11): 1146-1149.
- Borges, G., Bagge, C. L., Cherpitel, C. J., Conner, K. R., Orozco, R. and Rossow, I., 2017, "A meta-analysis of acute use of alcohol and the risk of suicide attempt", *Psychological Medicine*, 47: 949-957.
- Conner, K. R. and Duberstein, P. R., 2004, "Predisposing and precipitating factors for suicide among

- alcoholics: Empirical review and conceptual integration” , *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 28(5): 6-17.
- Crossin, R., Cleland, L., McLeod, G. F., Beutrais, A., Witt, K. and Boden, J. M., 2022, “The association between alcohol use disorder and suicidal ideation in a New Zealand birth cohort” , *The Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 56(12): 1576-1586.
- Gutin, I., Copeland, W., Godwin, J., Harris, K. M., Shanahan, L. and Gaydos, L., 2023, “Defining despair: Assessing the multidimensionality of despair and its association with suicidality and substance use in early to middle adulthood” , *Social Science & Medicine*, 320: 115764.
- Hill, C. E., 2012, *Consensual qualitative research: A practical resource for investigating social science phenomena*, American Psychological Association.
- Hufford, M. R., 2001, “Alcohol and suicidal behavior” , *Clinical Psychology Review*, 21(5): 797-811.
- Kim, A. M., 2021, “A relationship between abortion and suicide rates: a cross-sectional analysis of 62 countries” , *Asian Journal of Psychiatry*, 65: 1-4.
- Kovacs, M., Beck, A. T. and Weissman, A. 1975, “Hopelessness: An indicator of suicidal risk” , *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 5(2): 98-103.
- Ledden, S., Moran, P., Osborn, D. and Pitman, A., 2022, “Alcohol use and its association with suicide attempt, suicidal thoughts and non-suicidal self-harm in two successive, nationally representative English household samples” , *BJPsych Open*, 8(6): 1-7.
- Maeng, S. J., Lee, D. J. and Kang, J. H., 2021, “First drinking experiences during adolescence in South Korea: A qualitative study focusing on the internal and external factors” , *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(15): 8200.
- Masango, S. M., Rataemane, S. T. and Motojesi, A. A., 2008, “Suicide and suicide risk factors: A literature review” . *South African Family Practice*, 50(6): 25-29.
- Miller, N. S., Mahler, J. C. and Gold, M. S., 1991, “Suicide risk associated with drug and alcohol dependence” , *Journal of Addictive Diseases*, 10(3): 49-61.
- Nolen-Hoeksema, S., 2004, “Gender differences in risk factors and consequences for alcohol use and problems” , *Clinical Psychology Review*, 24(8): 981-1010.
- Osvath, P., Vörös, V. and Fekete, S., 2004, “Life events and psychopathology in a group of suicide attempters” , *Psychopathology*, 37(1): 36-40.
- Padgett, D. K., 1998, “Does the glove really fit? Qualitative research and clinical social work practice” , *Social Work*, 43(4): 373-381.
- Roy, A. and Janal, M. N., 2007, “Risk factors for suicide attempts among alcohol dependent patients” , *Archives of Suicide Research*, 11(2): 211-217.
- Sacks, J. J., Gonzales, K. R., Bouchery, E. E., Tomedi, L. E. and Brewer, R. D., 2015, “2010 National and state costs of excessive alcohol consumption” , *American Journal of Preventive Medicine*, 49(5): e73-e79.
- Sher, L., 2006, “Alcohol consumption and suicide” , *QJM: An International Journal of Medicine*, 99(1): 57-61.
- WHO, 2018, *Global status report on alcohol and health 2018*. World Health Organization.
- WHO, 2022, 「Alcohol」. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/alcohol> (검색일: 2023.09.30.)

A Study on the Causes of Suicidal Ideation in Alcoholics: Exploring the Internal Factors of Hopelessness

Kang, Jun Hyeok
(Eulji University)
Kang, Sun Kyung
(Sogang University)
Maeng, Seong Jun
(Sungkyunkwan University)

Subject

Social Welfare, Qualitative Research

Key words

Alcohol Addiction, Suicidal Ideation, Hopelessness, Case Study

Summary

The purpose of this study is to explore the internal factors that contribute to suicidal ideation in alcoholics. To fulfill the purpose of the study, cases of alcoholics with suicidal thoughts and attempts were collected. The cases were extracted from memoirs published by A.A. Korea, and a total of 23 cases with specific experiences related to alcoholism and suicide were selected. The collected data was analyzed using a qualitative case study method. The analysis showed that alcoholics experienced health problems, economic problems, and relationship problems due to their drinking, which led to internal distress such as loneliness, pessimism about their health, lethargy about alcohol, self-blame, others' blame, and self-pity. The end result of this internal distress is loss of hope (despair). The alcoholics' expressions of hopelessness included contents of suicide. Based on these findings, the researchers suggest several practice and policy implications.

접 수 일 : 2023년 10월 16일
심사완료일 : 2023년 11월 9일
게재확정일 : 2023년 11월 9일