

복무 부적응 병사들의 자살 시도 경험에 관한 현상학적 연구

이은주*, 유은광
한양대학교 간호학부

A Phenomenological Study on Experience of Attempted Suicide by Maladjusted soldiers

Eun-Joo Lee*, Eun-Kwang Yoo
College of Nursing, Hanyang University

요약 본 연구는 복무 부적응 병사들이 경험하고 있는 자살시도 과정에 대한 본질과 구조를 이해하기 위한 질적 연구이다. 연구 참여자는 K도 00군단의 복무 부적응으로 그린캠프에 입소한 병사 10명을 대상으로 하였다. 자료 수집은 2016년 10월에서 2017년 9월까지 12개월간 진행하였다. 개별 심층 면담 결과를 Colaizzi(1978)의 현상학적 연구 방법을 적용하여 분석하였다. 연구 결과는 ‘창살 없는 감옥’, ‘모든 것이 눈치’, ‘가식적인 삶의 연속’, ‘자포자기의 삶’의 4개의 범주, 9개 주제모음과 25개 주제로 도출되었다. 연구결과로 복무 부적응 병사들은 군 문화에 대해 전반적으로 부정적인 경험을 하고 있었다. 군 문화에 적응하지 못한 신세대 병사들이 마지막 단계인, 자포자기의 순간을 이겨내지 못하면 극단적인 행동을 하게 된다. 성격 유형별로 자살요인에 차이가 있었고, 자살 시도 이전 내외부적 도움이 필요한 시점이 있음을 알 수 있었다. 자살 전까지 자살 시도 과정에 대한 구체적인 이해가 선행되지 않으면 복무 부적응 병사들의 자살 예방 정책들은 큰 효과를 기대하기 어렵다. 본 연구 결과를 통해 정신 간호 중재 프로그램과 자살 예방 사업의 기초자료로 활용되기 바란다.

Abstract This study was a qualitative study performed to understand the nature and structure of the suicide attempt process experienced by maladjustment soldiers. The survey participants targeted 10 soldiers who entered ‘Camp Green’ due to lack of duty by the 00 Corps of OO Prefecture. Data were collected by individual in-depth interviews from October 2016 to September 2017 and analyzed using Colaizzi's phenomenological method. The suicide attempt process by maladjusted soldiers was delineated into four categories such as ‘A prison without bars’, ‘Walk on eggshells’, ‘A pretentious series of life’, and ‘A life of desperation’; 9 theme clusters; and 25 themes. As a result, maladjusted soldiers had a generally negative experience related to military culture. Soldiers who fail to adapt to military culture will show extreme behavior unless they are able to overcome their depression. Unless specific understanding of the suicide attempt process is attained, the suicide prevention policies of mission-maladjusted soldiers will be ineffective. The results of this study hope to serve as the basis for a suicide prevention and nursing intervention program.

Keywords : Attempted suicide, Colaizzi, Experience, Maladjustment soldiers, Qualitative research

1. 서론

2014년 전방부대 임 병장 총기 난사 사건과 윤일병 폭행사망사건은 우리 사회에 큰 충격을 주었고, 우리 군 조직의 여러 문제와 다양한 요인들을 복합적으로 드러낸

사건이었다[1,2]. 최근 2017년 7월 전방부대에서 발생한 자살사건이 보고되었고 그 이유가 선임병으로 부터 구타와 가혹행위로 밝혀졌다[3]. 국민 권익위원회 연구 용역 보고서에서 자살 및 사고로 인한 인명 피해를 예방하기 위한 사고 예방 정책과 병영문화 혁신, 군 자살 사고 예

*Corresponding Author : Eun-Joo Lee (Hanyang Univ.)

Tel: +82-10-6431-2732 email: smail2732@nate.com

Received February 27, 2018

Accepted April 6, 2018

Revised (1st March 21, 2018, 2nd March 30, 2018)

Published April 30, 2018

방 제도 개선 등 다각도의 노력으로 과거에 비해 자살자가 많이 감소되었음이 보고되었다[4]. 그러나 군 복무 도중 매년 60명-80명이 자살로 사망을 하고 있고, 자살로 인한 인명사고가 군내 사망의 65-70%를 차지하고 있으며, 10년 이상 자살로 인한 사망 순위 1위를 유지하고 있어 국군장병의 정신 건강 문제 해결을 위한 다각도의 노력이 필요함이 시사되었다[5].

기존의 선행 연구는 대부분 양적 연구를 통해 이루어진 것으로 군 자살 사고 원인, 관련 요인, 심리부검, 보호 요인, 위험 요인, 심리 특성 등에 대한 연구였고, 다양한 방법을 통해 군 조직 병영 문화, 가정불화, 개인적 질병, 심리적 취약성, 사회적지지, 회복 탄력성 등의 개인, 사회, 문화의 복합적 요인 등이 확인되었다[6,7]. 하지만, 대부분의 선행논문은 특정변인과의 상관성을 살피거나, 하위 변인간의 관계를 파악하는 수준에 이르고 있었다. 자살을 실행하는 사람들의 특성에 관한 연구자의 개괄적인 분석은 있으나 복무 부적응 병사들이 인식하는 군 생활, 그들이 자살을 실행하기 까지 실제로 어떤 경험을 하는지에 대한 연구는 거의 없었다.

우리나라 군 제도는 징병제로 대부분 20대 초반의 남성으로 이루어진 군 집단이다. 이처럼 제도화된 군 문화가 가지는 특수성은 장병들의 정신 건강에 큰 영향력을 미친다. 군 조직은 조직화된 폭력을 합법적으로 수용하는 집단이고, 자신이 속한 국가와 사회 안전을 책임지는 특수 집단인 동시에 계급, 직책, 권위가 바탕인 위계 서열적 전투 집단이다[8]. 현재까지도 군 조직은 경직되고 엄격하게 유지되는 관료제 조직인 반면, 신세대 장병은 자율성이 강하고, 진보적인 사상으로 자기주장과 의사표현이 명확하다. 그들은 부모의 과잉보호와 전쟁 이후 급속한 경제 성장으로 인한 물질적 풍요, 편안함을 누렸다. 하지만 신세대 장병은 단체 적응력이 약하고, 지시나 강요에 대한 거부감을 가지고 충동적이면서 무책임한 특성을 가지고 있는 것으로 보고된다[9]. 또한 개인주의적 성향을 가지고 있고, 인내성이 결핍되어 있으며, 충동성을 가지고, 정신적으로 나약하며, 디지털 문화에 익숙하다고 한다[10]. 군 문화 속에 새로운 적응을 해야 하는 신세대 장병은 문화적 충격과 갈등을 경험하고, 집단주의와 강력한 위계질서로 상징되는 군대에서 우울, 불안, 고립감 등 다양한 정신 건강 문제를 경험하기도 한다. 이곳에 적응하지 못한 장병 중 일부는 극단적인 자살이나 타살을 선택하기도 한다[11,12].

자살은 복잡한 원인에 의한 현상이고, 자살의 핵심속성으로 반복되는 고통으로 인한 번민과 고통의 정점에서 삶과 죽음을 결단하는 시간이며, 고통스런 삶을 정지시키려는 것이라 한다[13,14]. 이에, 병사들의 자살 예방 사업에 앞서 복무 부적응 병사들의 자살 시도 과정에서 그들이 경험하는 다양한 고통, 자살을 선택할 수밖에 없었던 과정, 자살 실행을 하게 된 촉발적 요인이 무엇인지 그들의 경험을 통해 확인하고자 한다. 자살 시도 결정 과정을 탐구하고 이해함은 매우 절실하고 시급하다. 이러한 연구의 결과를 기초로 군대 내 자살예방을 위한 방안을 모색함이 필요하다고 생각된다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 복무 부적응 병사들이 자살을 실행하게 된 생생한 경험을 바탕으로 자살을 촉발시키는 요인에 대해 기술하고, 이해하고자 실제 경험을 있는 그대로 파악하여 귀납적으로 내용을 분석하는 현상학적 접근 방법을 이용한 질적 연구이다. 자살비율이 가장 높은 K도 지역을 대상으로 A, B, C 지역에서 자살 시도를 하고 프로그램에 참여하고 있는 인원 중 자발적 참여 의사를 밝히고, 연구 대상으로 선정된 인원을 대상으로 하였다. 에니어그램 성격 유형 검사를 시행하여 각 대표 유형별로 참여자를 선정하였다. 에니어그램은 아홉 가지 인간 성격 유형과 고대 전통의 영적 지혜에 뿌리를 두고 현대 심리학에 접목되어 발전되어 온 도구이다. 집단 상담을 먼저 시행하고, 이후 개별 심층 면담을 진행하였다. 또한 경제적 수준, 가족형태, 자살 시도 방법 등을 고려하였다. 군 생활의 시작부터 자살시도를 하기 까지 어떤 경험을 하였는지, 성격 유형별 자살 촉발 요인의 차이가 있는지 파악하며 효과적인 중재 시점을 알기 위해 노력하였다.

2.2 연구 참여자 선정

참여자 선정은 계급, 연령, 성격 유형, 이전 자살 시도 여부, 정신과 질환 여부 등 특성을 고려하여 의도표출 하였고 아래 표와 같다. (Table 1) 총 10명의 자살 시도 병사가 본 연구에 참여 하였다. 연구 참여자의 특성으로 연령은 23세 이하 7명, 계급은 일병 이하 9명, 교육정도는 대학재학중 7명, 정신과 진단(우울증, 성격장애, 불안장

Table 1. The General Characteristics of The Study Participants

Participants	Age	Private	Education	Psychiatric diagnosis	Previous suicide attempt experience	Family type	Economic condition	A recent suicide attempt Way	Enneagram type
1	20	Private 2 nd class	A university student	Panic disorder	1	parents	high	Wrist cut Throw oneself	1
2	23	Private First class	A university student	Depression	0	parents	Middle	Drug abuse	2
3	21	Private 2 nd class	High school graduation	Personality disorder	0	single mother	Middle	Drug abuse	3
4	25	Private First class	A junior high examination	Depression	3	Homelessness	lower	Wrist cut Throw oneself	4
5	22	Private First class	A university student	Personality disorder	1	parents	high	Hang oneself	5
6	20	Corporal	A university student	Anxiety disorder	2	parents	Middle	Drug abuse	6
7	26	Private First class	A university student	Personality disorder	0	parents	Middle	Wrist cut	7
8	25	Private First class	A high school examination	Anger control disorder	0	single mother	lower	Throw oneself	8
9	23	Private 2 nd class	A university student	Anxiety disorder	0	parents	Middle	Hang oneself	9
10	21	Private First class	A university student	Depression	0	single mother	lower	Shoot oneself	4

에, 공황장애)은 10명이 모두 받았다. 또한 이전 자살 시도 경험이 1회 이상 있는 경우는 4명 이었고, 가족유형이 편모 및 노숙인 경우가 4명, 경제수준이 중하인 경우 8명, 자살시도방법은 목매, 약물 남용, 투신, 손목자해, 총기사용 이었으며 에니어그램 성격유형으로 각 유형 대표 번호 별로 선정하고, 총기 사용을 한 4번 유형을 추가 하였다. 에니어그램 1번은 개혁자로, 원칙적이고 이상적인 유형, 2번은 돕는 사람으로, 사람을 잘 보살피고, 대인관계를 잘하는 유형, 3번은 성취하는 사람으로, 성공 지향적인 유형, 4번은 개인주의자로 낭만적이고 내향적인 유형, 5번은 탐구자로, 집중력이 강하고 지적인 유형, 6번은 충실한 사람으로, 안전을 추구하는 유형, 7번은 열정적인 사람으로, 바쁘고 생산적인 유형, 8번은 도전하는 사람으로, 성격이 강하고 사람을 지배하는 유형, 9번은 평화주의자로, 느긋하고 잘 나서지 않는 유형이다. 단, 정신적 증상으로 심각한 우울증 및 불안 증상으로 의사소통이 어려운 경우, 공황장애로 신체적 증상이 있어 상담이 어려운 경우, 자살 시도 이후 정서가 불안정한 상태인 경우, 면담 도중 증상 악화로 면담을 철회했던 경우는 연구에서 제외하였다.

2.3 연구의 윤리적 고려

연구를 진행하기 전에 소속 기관의 연구 윤리 심의 위원회의 심의를 받았다(HYI-16-134-3). 특히 자살 시도자에 대한 윤리적 보장을 위해 연구 시작 전, 자료수집에 앞서 자료조사 대상자들에게 연구의 목적, 연구의 내용, 비밀보장에 대해 설명하였다. 또한 연구 참여 도중 언제든 철회가 가능함과 이로 인한 불이익은 없고 모든 자료는 연구의 목적을 위해서 사용 될 것에 대해 안내하였다. 연구 참여에 동의한 대상자들에게 서면 동의를 받은 후 면담을 실시하였다. 모든 인터뷰 내용은 녹음되며, 녹음을 원치 않는 부분이 있을 경우에는 녹음을 잠시 멈출 수 있고, 녹음을 전사한 자료에는 대상자를 파악할 수 없도록 무작위로 번호를 부여하여 익명처리를 하여 예기치 않게 대상자의 정보가 노출될 우려가 있는 경우에도 익명 처리함을 설명하여 참여자의 윤리를 고려하였다. 면담 이후 심리적 안정성 유지를 위해 집단 상담 및 개별 상담을 하여 대상자의 안위를 보장하였고 언제든지 면담자의 필요한 조치를 받을 수 있음을 설명하였다.

2.4 자료수집

2016년 10월에서 2017년 9월까지 12개월간 진행되

었다. 미리 정한 반구조화된 질문을 이용하여 심층개별 면담을 시행하였다. 주요 질문은 다음과 같다: 1) 군 생활은 어떠셨어요? 2) 가장 힘들었던 순간은 무엇일까요? 3) 자살 시도를 결심 할 때 어떤 상황이었을까요? 4) 현재 자신이 가지고 있는 심정을 이야기해 주세요.

참여자의 동의하에 면담 내용을 녹음하였고, 현장 메모도 시행하였다. 일상적인 질문으로 시작해서 구체적인 내용에 대한 질문을 이어갔다. 참여자의 진술에 판단이나 동의를 표현하지 않으려 노력하였고, 짧게 고개를 끄덕이거나 응답하며 참여자의 말을 경청하였다. 면담 장소는 상담실, 캠프내 공원에서 이뤄졌고, 면담 시간은 1인 2회~4회, 회당 1시간 ~2시간 30분까지 소요되었다. 녹음된 내용을 필사하고 내용이 명확하지 않은 경우에는 보충 질문을 하고, 새로운 내용이 나오지 않는 포화 시점에 자료 수집을 종료 하였다.

2.5 자료분석

수집된 자료는 Colaizzi(1978)[15]가 제시한 자료 분석 방법에 따라 시행하였다. 분석 방법은 개인적인 속성 보다는 전체 연구 참여자의 공통적인 속성을 도출하고, 이를 기반으로 하여 추상적인 의미를 만들어 범주를 구성하고, 경험의 본질적 구조를 기술하는 방법이다.

구체적인 분석 절차로, 1단계는 모든 참여자의 진술문을 여러 번 집중하여 읽고, 2단계로 의미 있는 구절들을 추출하였다. 3단계로 개념을 생각한 뒤 진술로부터 구성된 의미를 도출하고, 4단계로 의미의 공통점을 조직하여 주제를 도출하여 주제를 다시 더 추상화된 주제 모음으로 만들었다. 5단계로 총체적인 기술을 하였고, 6단계로 주제모음을 가지고 자살 시도 경험에 대한 현상의 본질적인 의미 구조를 만들었다. 7단계로 본질적 구조의 타당성을 확인하고자, 분석 과정에서 질적 연구의 경험이 풍부한 지도교수님과 박사수료생들과의 토론을 통해 의견을 수렴, 조정, 통합하여 개념을 도출하는 과정을 반복하였다. 또한 2명의 연구 참여자에게 도출 개념에 대한 내용이 그들의 경험과 일치하는지 확인하였다.

2.6 연구자의 준비 및 엄정성

본 연구를 수행하기 위해 연구자의 준비로 필자는 군에서 18년간 복무 하였고, 퇴역 이후 최근 2년간 복무 부적응 병사들을 위한 집단, 개인 상담을 진행하고 있다. 정신보건간호2급 면허와 정신보건간호학 석사 학위를

가지고 있다. 또한 박사과정에서 질적 연구 방법에 정통한 지도교수의 도움을 받아 질적 연구방법론 수업을 들었고, 질적 연구방법의 논문을 여러 차례 작성하였으며, 관련 학회지에 투고한 실적도 가지고 있다. 질적 연구 학회 평생회원으로 관련 서적과 논문을 숙독하며 연구자의 통찰력과 이론적 민감성 등 자질 함양을 위해 노력하였다.

본 연구에서는 질적 연구의 엄정성 확보를 위해서 Guba와 Lincoln[16]이 제시한 신빙성, 신뢰성, 적합성, 감사가능성, 확장가능성에 근거하여 노력하였다.

신빙성 확보를 위해 연구자의 생각과 고정 관념은 괄호 처리하였다. 개방적인 질문을 통해 연구 참여자의 자료를 수집하였다. 자료 수집과 동시에 분석을 하여 자료에 새로운 내용이 없을 때까지 진행하고, 포화시점에 다르면 중단하였으며, 모든 면담은 녹음하고 필사하였다. 신뢰성 확보를 위해 Colaizzi의 절차대로 분석을 진행하였다. 분석 결과를 연구 참여자 확인을 받았으며, 박사수료생 연구자들과 논의와 합의를 거쳐 연구자 삼각검증을 하였다. 적합성 확립을 위해서 연구 참여자의 개별적 다양한 특성 등의 정보를 표 1로 제공하였다. 감사가능성을 위해 연구과정을 상세히 서술하였고, 관련 주제와 주제모음을 표2를 통해 제시하였다. 확장가능성은 신빙성, 적합성, 감사가능성을 확인함으로써 연구자의 편견을 줄이고, 연구의 중립성을 위한 노력을 통해 획득하였다.

3. 연구결과

본 연구는 복무 부적응 병사들의 자살 시도 경험에 있는 다양한 감정, 사건, 생각의 과정을 포착하여 기술함으로써 자살 시도하는 과정에서 나타나는 현상을 연구 참여자 입장에서 심층적으로 이해하고자 하였다. 자살 시도 경험을 파악한 결과 25개의 의미 있는 진술과 9개의 주제모음, 4개의 범주가 도출되었다. 자살 시도 과정에서 경험하는 병사들의 핵심 범주는 ‘창살 없는 감옥’, ‘모든 것이 눈치’, ‘가식적인 삶의 연속’, ‘자포자기의 상태’ 로 드러났고, 하위 주제는 표2와 같다. (Table 2). 복무 부적응 병사는 자신이 처한 환경에서 적응하려 노력 하지만, 개인의 신체, 정신적 건강문제와 복무 중 인간관계 문제로 부대원과의 관계에서 고립된다. 힘든 여건에서 벗어나고자 스스로 노력도 하고, 도움의 손길을 뻗어 보지만, 복무 기피라는 오해만 받고 별다른 해결 방법을 찾지 못

Table 2. The Soldier's Experience of Attempted Suicide

Category	Theme Clusters	Theme
A prison without bars	New environment	Vertical relationship between up and down
		Controlled life
		Verbal violence
	Separation from society	Stiffness
		Army Culture
Walk on eggshells	Be excluded from training	Patience
	The difficulties of human relations	Health problems
		Exclude from job, training
		relationship
	Psychological pressure	harass
		A rumor that is spreading rapidly
		A feeling of being ostracized
Anxiety		
A pretentious life	Perzona	Sense of isolation
		Perzona
		Trying to endure
	Standout	All you have to do is medium
		Unthinkingness
		Stress expression
A desperate life	Suffer a setback	A call for help
		Isolation in a relationship
		Close-level labeling
	Giving up	Extreme anxiety, depression, anger
		Slaughterhouse
		A suicide attempt

한다. 이후 스스로 아무것도 할 수 없는 자신에게 화가 나가거나, 조직과 관계에 대한 배신감, 절망감, 우울감의 고통을 참을 수 없는 지점이 오면 자포자기의 상태에서 자살을 실행한다. 자살 시행 직전 단계에서 성격 유형별로 에니어그램 사고유형인 5,6,7번은 자살을 계획하여 실행 하였고, 감정형인 2,3,4번은 자살 충동성에 의해서 실행하였으며, 본능형인 8,9,1번은 분노조절이 되지 않아 자살이나 타살을 생각하고 복수와 현실 도피의 의미를 가지고 자살을 실행하였다.

3.1 창살 없는 감옥

사회와 단절된 새로운 환경에서 그들은 감옥과 같은 군대 문화를 접한다. 상하 수직관계, 통제된 생활, 언어 폭력 속에서 답답함을 느끼고, 그들이 처음 접하는 군대 문화에 대한 느낌은 부정적이다.

3.1.1 새로운 환경

새로운 곳이지만, 통제된 환경 속에서 그들은 답답함을 느낀다. 함께 있는 장소, 사람, 환경 모두가 낯설다. 처음 보는 사람들과 생활을 하고, 일을 배우고, 같은 공간에서 많은 것을 공유하며 단체 생활을 해야 한다.

“뭘 보고 살아야 할지 모르겠고, 누구 하나 옆에서 길을 알려 주는 사람도 없는 것 같고, 숨이 막히고, 짜증나고, 철조망은 우리를 가둬놓기 위해 만든 것이란 생각도 들고, 누가 명령하는 것도 짜증나고, 달리는 차를 보면 부럽고.”(참여자8)

“영장이 나올 때도 힘들었고.. 군 생활 모두 힘들습니다. 훈련병 시절.. 이병, 일병.. 모든 것을 지우고 싶은 곳입니다. 이곳에서 제가 하는 일은 선임보다 힘쓰고... 대우 못 받고, 제한적인 일만 하고.... 드러나 있는 감옥입니다. 춥고, 불편하고 힘들습니다. 버틸 수 있을지 걱정입니다. 통제된 생활 자체가 힘들습니다. 모든 것이 제한되어 있습니다.”(참여자 4)

“내가 왜 이려고 있어야 하나... 어제, 오늘, 내일... 말도 함부로 하는 양아치 같은 놈들이 있는 곳입니다. 짜증 납니다. 못 견디겠습니다. 상황이 점점 더 안 좋아 집니다. 나가서 할 일이 많은데 이런 곳에 있어야 하는 것이...” (참여자 3)

“선임들이 조용히 있으면 말 걸고... 대답안하면 찍히고... 그러면 관계가 꼬이기 시작하고... 일도 힘든데.. 간부들, 선임들, 동기들 마음에 들어야 하니 열심히 일했어요... 일하고 지적 받으면 안되니까 밤늦게까지 일을 했

어요... 훈련소에서부터 계속 잠을 잘못 잤어요... 잠이 오지 않았어요.”(참여자 1)

“선임들의 폭언은 저를 힘들게 합니다. 너 자꾸 말한 걸 왜 못쳐들어. 혼자서 해매고 뭐하나. 자작좀 쳐 먹어. 혼자 다니지 말라고 하잖아. 너 관절이 왜 그때구나... 실수 좀 그만해...너 또 꼴빠냐. 선임들이 너 말 많이해 라는 말을 늘 들었습니다. 잊혀지지가 않습니다. 제가 왜 그런 말을 들어야 하는지...”(참여자 10)

3.1.2 사회와 단절

자유로운 생활을 하던 사회와 달리 제한된 공간, 시간 속에서 자신이 할 수 있는 일이 없다고 생각하며 마음속에 걱정과 두려움으로 스트레스를 받는다.

“여기는 감시하고... 감옥 같습니다. 모든 공간에 사람들이 같이 다녀야 하고... 개인 공간도 없고...교실 같은 곳은 트라우마가 있는데...다른 곳에 갈 곳이 없습니다. 여기서 할 수 있는 것이 없습니다. 병 걸릴 곳 같은 곳입니다. 음악을 들을 수도 없고, 읽고 싶은 책을 볼 수도 없고, 혼자 있고 싶은데 그럴 수도 없습니다. 여기에서 정해진 것만 할 수 있습니다. 사회에서 아무렇지 않게 했던 일들을... 다 허락 받고 해야 합니다.” (참여자 6)

“아버지가 몸이 안 좋으신데 제가 돌봐야 하는데, 저는 군대에 있으니... 아버지를 잃을까봐 두렵습니다. 밤만 되면 아버지가 걱정입니다. 잠이 잘 오지 않습니다.”(참여자 2)

“근원적인 스트레스가 있는데 해결이 안됩니다. 여친이 힘든 일을 당했는데, 제가 여기서 도와 줄 수 없고, 스트레스를 풀 때도 없고, 할머니는 돌아가셨는데 가보지도 못하고, 몸이 아파도 자유롭게 병원에 간다고 하지도 못하고... 밖에서는 자연스럽게 했던 일들을 여기서는 할 수 있는 것이 없습니다. 제가 해결할 수 있는 일이 없습니다.”(참여자 6)

3.2 모든 것이 눈치

군 생활에 적응하기 위해서 개인적인 생활 습관을 내려놓고, 타인에 대해 눈치를 보기 시작한다. 눈치를 봐야지 인정받고, 그 문화에서 살아남을 수 있다고 한다. 건강문제가 생기고, 훈련과 작업에서 열외하게 된다. 이것은 선후임과의 관계에 영향을 미치고, 여러 가지 좋지 않은 소문은 급속히 퍼지게 된다. 사소한 일로 시작해서 인

간관계의 어려움이 시작되고, 불안감과 고립감이 느껴지며 심리적 압박을 받기 시작한다. 모든 것에 눈치가 보인다.

3.2.1 어쩔 수 없는 열외

몸이 아파서 훈련과 작업에서 빠지게 되지만, 마음이 불편하다. 선후임, 동기들에게 미안한 마음이 든다. 아픈 것도 서럽고 힘든데 눈치를 봐야 하는 상황이다.

“선임들, 동기들 눈치 보입니다. 저는 허리 디스크가 있어 너무 힘든데, 훈련 받기 힘들고 보조 서기 힘든데... 어쩔 수 없이 열외 해야 하지만, 엄청 눈치가 보입니다. 그냥 죄인이 된 것 같습니다. 제가 빠지면 다른 사람이 더 들어 가야 하니까...사람들이 싫어하는 것 알고 있습니다. 피해를 끼치고 싶지 않은데...허리가 너무 아痛니다. 병원 진료도 받아야 하는데...”(참여자 2)

“저는 말을 잘 못합니다. 긴장되고, 어눌합니다. 공황 장애가 있어 사람 많은 곳에 가면 심장이 답답하고.. 가슴이 아프고, 어지럽고, 구토 증상이 납니다. 늘 자신감도 없고, 소심하고 예민합니다. 그래서 의무실에 자주 있었습니다. 동기들이 저를 싫어합니다. 피병이라고 의심합니다. 눈치 봐야 하고... 모든 사람에게 다 죄송합니다...”(참여자 9)

3.2.2 인간관계의 어려움

선후임과의 관계에서 어려움이 시작된다. 말로 괴롭히기도 하고, 투명한간 취급도 한다. 자신에 대한 안 좋은 소문이 퍼질까 두렵다.

“자대에서 훈련 중에 엎드려야 하는데 그냥 걸었습니다. 선임이 그때부터 제 주변 사람들에게 이런 새끼 옆에 있으면 꼬인다고 말하기도 하고 소문도 퍼뜨렸습니다. 코앞에서 겁주려고 공포탄도 쏘고... 답답했습니다. 어떻게 해야 할지...저는 말하고 싶지 않았습니니다. 그냥 참았습니다. 어떤 질문에도 답하고 싶지 않았습니니다. 그랬더니 점점 더 심하게 저를 괴롭혔습니니다”(참여자 6)

“선임들이 저를 폐급이라 부릅니다. 너 같은 놈은 군대에서 있을 필요가 없다. 찍어 놓고 보겠다고 말했습니다. 전역한 병장들 떠날 때까지 힘들었습니다. 스트레스 받으면 사람들이 내리 갑니다. 옆에서 선임들이 서로 소문 퍼뜨리고... 나와 상관없고 나를 모르는 사람들도 다른 중대에서 찾아와서 뭐라고 합니다. 내리 갑군... 힘

듭니다.” (참여자 9)

“선임들이 실수했다고 뒷통수에 대고 욕하고는 했습니다. 용서 할 수 없었습니다. 간부하고도 쌍욕하며 싸웠습니다. 상식대로 하면 되는데 사람들이 그렇게 하지를 않습니다. 믿었던 간부가 형처럼 지나다가도 간부처럼 이야기 하면 완전 배신감 듭니다. 한숨 나고, 잠도 못자고, 믿었던 간부인데..”(참여자 8)

3.2.3 심리적 압박

과장된 소문이 퍼지는 것 같고, 왕따 시키는 분위기를 느낀다. 불안감이 들고, 점점 사람들이 무서워지기 시작한다. 스스로 고립감에 빠지게 된다. 아무도 믿을 수 없고, 나를 도와 줄 사람도 아무도 없다고 생각된다.

“저는 모든 일을 완벽하게 책임지고 해야 하는데, 다른 사람이 잘못된 것을 저에게 혼내기도 하고, 상처도 많이 받고.. 내가 책임져야 하는 일인지 고민하게 되고... 업무도 많은데 대인관계까지 힘들어 지고, 헛소문도 너무 많았습니다. 몸이 아파서 쉬는데도 군 생활 꿀 뺏다는 이야기를 들어야 했습니다. 내가 왜 이런 고생을 해야 하는지, 오해를 받아야 하는지, 사소한 실수들 속에 이상한 고립감을 느껴야 했습니다... .”(참여자 1)

“은근히 따돌리는 것이 있었어요. 선임에게 한 소리 들었을 때 내가 뭘 그렇게 잘못했나... 내가 왜 이런 소리를 들어야 하나... 저는 원래 개인적인 성향이고, 혼자서 지내는 것을 좋아했어요. 감정 변화도 심한 편이고 의기 소침한데... 그런 저를 잘 모르는 선임들이 소문을 퍼뜨린 것 같아요. 동기, 선임 모두 자기 보고 싶은 것만 봐요. 사람을 함부로 판단해요. 사람들 많은 곳에 가지 싫어졌어요. 사람들이 저를 쳐다보는 눈빛이 싫어요.”(참여자 4)

“부대 안에서 느껴지는 시선의 두려움.. 앞으로 일, 먼 미래의 나에 대해 너무 우울하고 외롭고 기운도 없고.. 선임 보면 기가 죽고, 트라우마가 떠올랐어요. 나를 괴롭히는 것은 내안의 공포와 불안감이었어요. 생활관 가기가 싫어졌어요. 내가 없을 때 부대원은 (내) 뒷담화 하는 것 같고... 밥 먹을 때, 샤워할 때 사람들과 마주칠까 무서웠어요.”(참여자 5)

“간부들이 조기 전역 하려고 저런다는 말을 들었을 때 마다 힘들었습니다. 의심스러운 눈초리를 피하고 싶었습니다. 오해를 풀어 보려고 하는데... 잘 되지 않았습

니다. 점점 힘들어 졌고, 버틸 힘이 없어서 갔습니다. 그런데 위로 받을 전우도 없고... 편의시설을 같이 이용할 전우도 없었습니다. 친구 없이 혼자 따돌림 받는 느낌이었습니다.”(참여자 7)

3.3 가식적 삶의 연속

자신이 원하는 것, 기본적인 욕구를 희생하고, 타인에게 인식되는 모습에 집중한다. 그런 행위들 속에서 오는 내적 갈등이 있지만, 가면을 쓰고 버틴다. 견디려 노력하고, 힘들어도 힘들지 않다고 표현한다. 하지만, 그런 군 생활에 지치기 시작하고, 스트레스가 분노로 표출되기도 하고, 도움을 요청하기도 하며 버티지만 너무 힘들다.

3.3.1 가면을 씌

사람들에게 잘 보이기 위해 좋은 모습만 보이기 위해 노력한다. 잘해도 뒤어서 안 되고, 못하면 폐급 취급이니 중간만 하면 된다는 생각이다. 하지만 자신의 본 모습을 숨기고 지내는 것은 오래 가지 못한다.

“군대에서 저는 사람들에게 사랑받고, 인정받으려고 주변을 열심히 분석하고, 노력했습니다. 가면을 쓰고 있었죠. 늘 잘 하는 모습, 칭찬 받으려는 모습, 하지만 너무 지쳤습니다. 그래서 가면을 벗었더니... 사람들에게 상처를 받았습니다. (이전과)달라졌다고 하고...그동안은 가식이었냐고 하고...사람들이 무섭습니다. 이곳이 싫습니다.”(참여자 1)

“선임이 쓸데없이 말 걸면 웃으면서 대답해야 하고, 대답 안하면 관계가 어색해지고 힘들어 지니... 혼자서 모든 것을 삭혀야 합니다. 저는 운순하고 그랬는데 군대에서 변했습니다. 분노에 차있고, 움추려 들기도 하고, 난폭하기도 하고, 화도 잘 내고... 그렇게 바뀌었습니다. 이렇게 지내야 한다는 것이 너무 힘이 듭니다. 지겹습니다.”(참여자 9)

“분단위로 기분이 변하는 저는 기분이 상하면 아무것도 하지 않는 성격입니다. 하지만 여기서는 풀보기 싫은 사람도 봐야 하고, 패버리고 싶는데, 제가 감당 할 수 없으니까 참아야 하고... 진짜 짜증납니다. 저도 제가 언제 돌변할지 모릅니다.”(참여자 4)

“군대는 어디를 가나 다 똑같습니다. 중간만 하면 됩니다. 열심히 일하면 또 시킵니다. 그냥 효율적인 것은 없습니다. 그냥 되는 데로 중간만 하면 됩니다. 잘해도..

못해도.. 그냥 있으면 됩니다.”(참여자 7)

3.3.2 버팀

가면을 쓰고 버틴다. 아무 생각 없이 국방부 시계가 빨리 가길 바라면서 무력하게 하루하루 버틴다. 중고등학교 시절 집단 따돌림 사건이 떠오른다. 스트레스가 많아지면 가끔 폭발하기도 한다. 때로는 힘들다고 도움을 요청하기도 한다. 중대도 바꿔보고, 보직변경도 하고, 타부대로 이동도 해보고, 그린캠프도 참여해 본다. 하지만 자신에게 돌아오는 것은 관심병사라는 낙인과 투명인간 취급이다.

“중대원들과 어려워지자 다른 중대로 갔어요. 그런데 거기 제 소문이 다 퍼져 있고, 선임들이 너 여기서도 힘들꺼라고 했어요. 그래서 다른 대대로 갔는데, 거기 사람들 또한 저를 이상하게 바라보는 것을 느꼈어요. 어디를 가던 마찬가지로요. 새롭게 온다는 것 자체가 문제가 있다는 것을 말해 주는 것이고, 그 시선과 새로운 곳에 또 다시 처음부터 적응하고 버텨야 하는 것은 너무 힘든 일이에요. 다 해봤는데... 별 소용 없었어요. 그냥 아무 생각 없이 지내야 해요. 너무 힘드니까..”(참여자 1)

“군 생활에 지치는데... 주위의 시선이 많이 의식되고, 관심병사로 찍힐까봐 비밀리에 상담해야 하고, 친구랑 통화하는데... 감정이 폭발했어요. 어떻게든 버텨야 하는데.. 중학교 때 정신과 다닌다고 소문나서... 왕따 되었었어요. 힘들었어요. 피병으로 보일까봐 힘들다고 말하기도 어려워요. 사람들이 많은 곳에 가면 힘들데... 그냥 잘 지내는 척 하고 버텨야 해요.”(참여자 4)

“부대에서 눈치도 보이고, 무기력해서 군병원 정신과도 다녀오고, 약도 먹어보고, 그린캠프에도 다녀왔는데... 상담도 많이 했는데... 별로 달라진 것이 없습니다. 여기나 거기나 다 똑같습니다. 국방부 시계는 똑같이 가고 있습니다. 그냥 죽지 않고 살아 있으니 버티고 있는 것입시다.”(참여자 2)

“주말에도 가슴이 답답하고 힘들어서 가지고 있는 비상약을 먹었어요. 의무실에 가서 휴식을 취하고... 생활관, 점호, 식당 갈 때도 답답함을 느껴요. 훈련 때 마다 부담스럽고, 군복무에 점점 자신감이 떨어졌어요. 버티는 것이 점점 힘들어요. 동기들이 저를 이해한다고 하지만 훈련 빠지고 근무 빠지고.. 피해를 주고 있어 부담스러워요. 언제까지 이렇게 살아야 하는지 막막했어요.”

(참여자 4)

“중학교 시절 따돌림을 당했고.. 아주 힘든 시간을 보냈습니다. 이후 공황장애가 생겼고, 사람 많은 곳이나 폐쇄된 공간에 가면 가슴이 답답하고 식은땀이 납니다. 이 문제로 부대에서 이것저것 열외하기 시작했고, 나중에 간부나 선임은 제가 사고 친다고 한 쪽 구석에 앉혀 두기만 했습니다. 아무것도 안 시키는데... 내가 왜 여기 있는 것인지... 나는 무엇인지... 정말 아무 것도 하지 않는 것이 너무 힘들었습니다.”(참여자 5)

3.4 자포자기의 상태

잘 적응해 보고자 노력해 보았지만, 건강문제와 인간관계의 어려움, 개인 성격, 소문 등으로 점점 심리적 압박을 경험한다. 잘 지내는 척 가면을 쓰고 버티지만 오래 가지 못한다. 관계 속에서 점점 고립되어 지고, 폐급으로 낙인찍힌다. 점점 더 불안하기도 하고, 더 우울해 지고, 분노가 치밀어 오른다. 자신이 더 이상 선택 할 수 있는 것은 없다. 노력해도 아무것도 바뀌지 않을 것 같다. 절망스럽다. 도저히 스스로 해결할 방법이 없다. 그들에게 군대는 죽어서 나가야 하는 도살장이다. 자살을 계획하기도 하고, 자살 충동이 찾아진다. 모든 것을 포기 할 때가 되었다. 죽으면 이 모든 것으로부터 자유로워 질 수 있다고 생각한다.

3.4.1 좌절

점점 관계 속에 고립되고, 필요 없는 사람으로 낙인찍힌 자기 모습이 비참하다. 다른 사람은 잘 지내는데, 자신의 왜 이렇게 힘들고 잘 못하는지 자기 비하도 심하게 나타난다. 사람들 보는 것이 너무 힘들고 불안하다. 울다 보니 새벽이 되었다. 모든 상황이 절망스럽게 느껴지고, 이런 상황에 놓이게 만든 환경과 사람에게 화가 난다. 슬프고 억울하고 분하기도 한 마음에 다른 사람을 죽이고 나도 죽고 싶은 충동에 사로잡힌다.

“군에서 적응하지 못하는 제 자신이 병신 같아요. 그냥 다 그만 두고 차라리 모든 걸 끝내고 싶은 생각이 들었어요. 주변 사람들에 대한 기대에 못 미치고... 지금 제 상태가 너무 창피하고 비참해서...” (참여자 1)

“선생님은 왜 사시나요? 의미가 있나요... 죽으면 모든 것이 편해져요. 그냥 아주 편해져요. 아무것도 걱정 안해도 되고... 복잡하지도 않고.. 고통스런 삶에서 벗어

나는 거예요. 죽음은 해방이고 자유예요. 배가 고프듯이... 자살 충동은 늘 있어요.”(참여자 4)

“업무도 너무 많았고... 대인관계도 힘들어 지고 헛소문도 많이 들었습니다. 몸이 아파서 쉬는데도 군 생활 끝낸다는 이야기를 듣고 행보관에게 이야기 하니, 행보관이 웃었습니다. 그걸로는 보충역으로 못 간다고... 저는 그런 의도가 아니었는데... 너무 화가 많이 났고... 답답했습니다. 폐급으로 찍혔다고 생각하니 잠이 오지 않았습니다. 어떻게 남은 기간 동안 지내야 할지 앞이 보이지 않았습니다.”(참여자 5)

“자살은 늘 생각하는데 실패할까봐 두려웠습니다. 답답합니다. 자신감도 없고, 자책도 많이 하고, 나는 왜 이럴까. 실수할 때 마다 부담감이 큼니다. 언제 죽을까, 어떻게 죽을까 생각합니다. 부모님은 저의 문제에 대해 늘 제 탓만 합니다. 저를 보호해 주지 않습니다. 살아가는 의미가 없습니다.”(참여자 6)

“군대 안은 어디든 다 똑같습니다. 모두 의미 없습니다. 죽지 못해서 그냥 사는 것입니다. 죽는 것이 안되니 그냥 사는 것입니다. 어릴 때부터 그랬습니다. 군대 짜증나는데... 바깥에서 아무 말도 못할 사람들이 군대에서 이래라 저래라 하고... 화가 나면 물건 부수거나 사람을 때리면 좀 나아집니다. 그냥 되는 데로 마음대로 하면 편합니다. 아무도 저를 건드리지 않습니다.”(참여자 8)

“폐급으로 낙인찍히면 그냥 끝납니다. 아무도 저를 신경 쓰지 않습니다. 00장도 아무 일 안 시킵니다. 투명 인간처럼 그냥 사무실에 앉아 있습니다. 많이 우울합니다. 포기하고 싶은 순간은 매 순간입니다. 호흡관란도 오고, 우울하고, 과도하게 긴장하고, 사람들 눈을 잘 못 보겠고.. 누가 말 걸까봐 불안하고.. 선임이 쳐다보면 저를 욕하는 것 같고... 이미 멀리 와서 돌이키기가 힘들구나 생각을 했습니다. 목을 어디서 댈까... 사람들이 너 괜찮잖아. 잘 할 수 있어 라는 이야기 하면 부담스러웠습니다. 자살해서 끝내고 싶는데... 기회만 있으면 당장 죽으면 편해 질 것 같은데..” (참여자 9)

“다 같이 있는 것이 힘듭니다. 숨이 막히고, 짜증나고, 욕하는 성격으로 싸우기도 하고... 눈을 감고 칼로 찌르는 상상을 자주 했습니다. 혼자 있고 싶었습니다. 아무도 함께 하고 싶지 않았습니다. 언젠가 중대 동기들이 뒷담화 하는 내용을 우연히 들었습니다. 일도 안 되고.. 욕이나 먹는 내 존재가... 에휴... 사람이 무섭고 불안합니다. 사는 것이 의미가 없었습니다. 허무 합니다”(참여자10)

3.4.2 포기

분노와 절망을 느끼는 슬픈 현실에서 아무것도 할 수 없는 자기 자신을 발견한다. 너무 고통스럽다. 군대에서, 관련된 사람들에게서 벗어나고 싶은데 방법이 없다. 죽어야 나갈 수 있는 도살장에 온 느낌이다. 이곳에서는 더 이상 의미가 없다. 어떻게 죽을지 고민한다. 방법도 생각한다. 하지만 본인의 의지와 상관없이 문득 문득 올라오는 자살 충동이 더 무섭다. 충동에 휩싸이면 자기 자신이 어떤 행동을 하는지도 모른다.

“이틀간 잠을 못 잤습니다. 일을 잘해보려 했는데, 잘되지 않아 화가 났습니다. 군대에 있는 것들은 다 쓰레기 같았습니다. 억울해서 거기 있는 사람들 다 죽이고 싶었는데, 몇몇 잘 해 주는 사람들 보니 저만 죽으면 된다는 생각이 들었습니다. 힘들어서 자해를 했습니다. 손목에... 힘들게 의무실에 있는데 간부가 와서 정신차리라는 말을 했습니다. 그 간부의 말에...눈이 돌아갔습니다. (자신도 모르게) 보란 듯이 죽고 싶어 5층 난간으로 뛰어 올라갔습니다. 전우조 동기가 저를 따라와 잡았습니다. 간부가 그런 말을 하니 내가 죽어서 너 0되어봐라는 심정이었습니다. 내가 죽어서 복수해야 한다는 생각이 들었습니다. 그때는 제정신이 아니었던 것 같습니다.” (참여자 1)

“사람들이 많은 곳에 가면 숨이 막혔어요. 다같이 막사 청소를 하는 날인데... 갑자기 죽고 싶다는 충동이 또 다시 올라왔어요. 창틀에 올라가서 나도 모르게 뛰어 내리려 하던 것을 옆에 있던 동기가 저를 끌어내려 저에게 정신 차리라고 소리 지르고 있었어요. 그때 서야 제가 자살 하려던 것을 알았어요. 정신 차리고 저를 봤더니 제 다리에 힘이 풀려 있었고, 울고 있었어요. 뛰어 내릴 때 제 정신이 아니었어요. 그냥 죽고 싶은 충동 밖에 기억이 나지 않아요.”(참여자 4)

“아무도 모르게 진행하였습니다. 모든 것이 혼란스러웠습니다.D 테이를 선정하고, 엄마, 친구에게 남기는 저의 통장, 여러 가지 유품들... 사람들에게 유서는 남겨 놔습니다. 매일 매일 날짜를 지워가면서 준비했습니다. 새벽 1시, 화장실, 고무링... 방법에 대해 구체적으로 계획을 세웠고, 그 날에 실행하였습니다. 매일 사는 것이 별 의미가 없었습니다. 헬조선에서 벗어나야 했습니다. 다 폭파시키고 죽일 수 없으니 제가 없어지면 된다고 생각했습니다.”(참여자 5)

“나도 모르게 가지고 있던 약 20봉지를 다 먹었습니

다. 그냥 다 끝낼 수 있다고 생각했습니다. 모든 것이 편해진다고 생각했습니다. 더 이상 갈 곳이 없습니다. 이제 다 피하고 싶고 하루하루 생활하기가 너무 힘들었습니다. 투명인간처럼 생활하고, 부딪히고 싶지 않고, 사람들 피해 다니고.. 잠도 안오고.. 밤이 되면 기운이 없고, 생각이 복잡하고 많아졌습니다. 죽으면 다 해결 될 것이라 생각했습니다. 다 편해진다고...삶의 희망은 없습니다. 사는 것이나 죽는 것이나 똑같습니다.”(참여자 6)

“전날 새벽까지 앉아 있다가 내내 이불 속에서 울었어요. 희망도 없고, 터놓고 이야기 할 사람도 없고, 부모님 볼 면목도 없고... 스스로(감정) 통제 잘 되지 않았어요. 감정도 복잡하고, 답답하고, 우울하고, 죄책감과 함께 제 자신이 너무 한심하게 느껴졌어요. 행정반에서 쉬고 있는데, 옆에 면도기가 놓여 있었어요. 아무 생각 없이 (손목을) 그었어요. 간부들도 저를 포기 한 것 같고, 지친 것 같았고... 주변 사람도 못 믿겠고... 될 때로 되라는 것처럼...피해를 주고 싶었어요. 나에게도.. 간부들에게도..”(참여자 8)

“저는 늘 느리고, 남들보다 잘 못하는 것이 많았습니다. 늘 소심하고, 튀는 것이 싫고, 사람들이 하라는 것도 귀찮았고... 사람들과 떨어져 있는 것이 좋았습니다. 편했고... 점점 선임들과 동기들이 저를 투명인간 취급했습니다. 트러블이 일어나는 것이 힘들었습니다. 나는 왜 이렇게... 말도 잘 하지 않았고..사람들에게 제 이야기를 잘 하지 않았습니다. 그 사람들을 잘 못 믿겠더라구요.. 점점 사람들이 무서워졌고, 사람들이 많은 곳에 가면 불안하고, 눈치 보이고..무기력하고..그래서 휴가 나가서 그랬습니다. 술을 평소 보다 많이 마셨고, 답답해서 모텔방에서... 그랬습니다. 그냥 욕하는 마음이었는데.. 자세한 것은 기억나지 않습니다.”(참여자 9)

“죽고 싶은 충동은 계속되었습니다. 복수하고 싶었어요. 그 0같은 선임이랑 같이 나가려고 근무를 조정했어요. 보초를 서고 있는 동안 그 선임 앞에서 (제가) 죽는 모습을 보여 주려고 제 턱 밑에 총으로 쐈어요. 그 모습 보고 평생 잊지 말라고..그리고 기억이 안나요. 깨어났는데 병원이었어요. 그런데 지금도 수시로 죽고 싶다는 충동이 올라와요. 아무에게도 말을 하지 않았지만... 자꾸 그런 충동이 올라와요. 배가 고픈 것처럼... 그냥 가만히 있어도 그래요...”(참여자 10)

4. 논의

연구에서 밝혀진 복무 부적응 병사들의 자살시도 경험은 '창살 없는 감옥', '모든 것이 눈치', '가식적인 삶의 연속', '자포자기의 상태'로 확인되었다. 이것은 군 입대 전 자유로운 시간을 보낸 병사가, 군대라는 새로운 문화 조직에 들어 와서 겪는 적응 과정의 어려움이었다. 그것은 의무적으로 시작된 군 생활의 비판적 인식, 단체 생활에서 겪는 위축감, 적응 노력의 실패와 고립, 극복할 수 없는 고통으로 부터의 도피처로 자살을 선택한 것이다.

선행연구 중 청소년, 성인, 알콜중독자, 노인을 대상으로 한 자살 경험 연구에서 자살의 본질은 슬픔, 절망, 무기력, 좌절과 같이 병사들의 경험과 공통적인 영역이 있었다. 하지만, 대상자에 따라 자살 촉발 요인의 차이가 있었는데, 청소년은 가족 환경, 성인은 불우한 가정, 배신감, 노인은 반복되는 무력한 일상의 고통, 알콜 중독자는 삶의 의욕으로 보고되었다[17-22]. 이는 병사의 자살 경험에서 드러난 것과 같이 자살의 본질은 비슷하지만, 그것에 영향을 주는 것은 환경으로 군문화의 특수성에 대한 충분한 이해가 필요함을 알 수 있었다.

자살관련 연구자들은 자살은 복합적인 문제와 요인을 가지고 있고 이것에 영향을 미치는 것은 군대문화, 조직 특성, 신세대 병사 특성, 우울, 대인관계, 스트레스, 구타 가혹행위, 절망, 자존감, 고통, 분노충동 요인 등이라 하였다. 이것은 본 연구 과정에 드러난 결과와도 일부 유사하다[22-28]. 선행연구에서 밝히는 다양한 요인이 본 연구에서도 적응과정에 일부 영향을 주었지만, 자살 행위를 촉발 시키는 핵심적인 요인은 개별 성격 유형에 따라 차이가 있음을 알 수 있었다. 에니어그램 성격 유형 중 1,8번은 분노에 의한 타살, 충동적 복수 행위로서의 자살이 특징적이었고, 4번은 만성 우울과 자학적 고통으로 인한 자살 충동에 의한 행위, 5, 6번은 고립감에 의한 치밀한 자살 생각과 계획에 의한 행위, 9번은 자기 비하 문제로 인한 자존감저하로 인한 행위로 나타났다. 이는 자살 고위험 집단에서 자살 촉발 요인을 규명할 때 성격 유형별로 접근하여 유용하게 사용 될 수 있다. 성격유형별 특징적인 정신건강의 취약성과 예방을 위한 추가적인 연구를 통해, 자살 예방 간호 중재의 근거로 사용 될 수 있는 부분이다. 성격 유형별로 반복적으로 드러나는 행동이 패턴과 핵심신념을 확인하고, 그들의 왜곡된 인식을 변화 시킨다면 자살 고위험군의 자살예방을 위한 개

별 맞춤형중재 프로그램이 될 것이다.[29,30]

본 연구 결과 나타난 ‘창살없는 감옥’ 과 같은 느낌은 군복무에 대한 부담감과 답답함으로 일반 병사 또한 동일하게 경험한다. 한 연구에서는 모든 병사들이 환경 변화와 낮은 군 문화에 심각한 스트레스를 받고 어려움을 느낀다고 보고하였다. 일반 병사들은 부적응 병사와 달리, 또래 집단인 동기 집단에 강한 애착을 보이고, 그곳에서 인정받고자 노력하고, 이를 통해 적응하고 성장한다는 점이다[31]. 복무 부적응 병사들이 동기 집단에 애착을 가질 수 있도록 입대 초기 적응시 관심과 도움이 필요한 초기 중요한 지점이라 할 수 있다. 개인적인 성격 유형(4,5,9번 유형)일 경우 동기 집단에 애착을 가지는 것이 특별히 더 어려울 수 있음을 짐작할 수 있는 부분이기도 하고, 사회적지지 체계의 보호 요인을 만들어 내지 못하는 결과를 가져 오기도 한다. 청소년 자살시도 요인에서 남학생의 경우 거주 형태별로 자살 시도 요인이 높아지는 것과 같이[32], 군부대의 낮은 환경은 병사들에게 큰 부담이 될 수 있는 요인이 될 수 있다.

‘모든 것이 눈치’에서 신체적 건강문제, 전우들과의 인간관계의 어려움, 왕따, 불안, 고립과 관련된 여러 가지 심리적 어려움을 경험하는 과정은 많은 선행 연구에서 자살 생각이나 복무 부적응, 자살 유발 요인으로 보고 되어 있다[33,34]. 하지만 모든 요인들이 자살로 연결되기 보다는 스트레스 요인으로부터 위축된 심리 상태를 반영하는 것으로 한국군의 독특한 권위주의적, 위계적 문화적 특성으로 모병제를 취하는 미군과는 차이가 있었다[35]. 신체적, 심리적 어려움에 대한 대처방법으로 개인적인 문제 해결 능력이 중요하고, 회복 탄력성이 높을수록, 의사소통 유형이 개방적 일 때 적응이 용이하다고 보고한다[36,37]. 병사 개개인의 심리적 어려움에 대해 도움을 요청하고, 문제 해결을 위한 올바른 접근 방법에 대해 가이드 해 줄 수 있는 문화를 만들고, 도움이 필요한 병사에게 멘토 역할을 할 수 있는 체계를 만드는 것 또한 방법이 될 수 있다.

‘가식적인 삶의 연속’은 힘들지만 아무에게도 말할 수 없고, 혼자서 극복하기 위해 가면을 쓰면서 까지 노력을 하지만 한계에 부딪히는 것이다. 또한 그들은 적응하기 위해 버티고 있었다. 비슷한 연구에서 복무 부적응 병사의 성격, 질환, 낙인, 인간관계의 역량 부족 등 부적응 병사의 문제점 위주로 보고되었다[24]. 하지만, 본 연구에서 발견한 것은 부적응 병사 또한 적응하기 위해, 자신의

역량 안에서 최선을 다해 노력하고 있는 것이다. 그들이 노력하는 이 시점에서 관리자와 적극적인 도움이 절실한 것으로 판단된다. 부적응자라는 낙인과 모든 것을 포기하기 직전의 단계로, 병사의 적응 의지와 노력이 있는 단계로 최선을 다해 적응하기 위해 버티고 있으므로 내외 부적응 지지체계와 도움이 필요한 적기라는 생각이다. 선행논문에서 상사와 동료의 적극적인 지지의 중재효과가 군 적응에 높은 영향력을 미친다고 보고하고 있다.[38] 부적응 병사에 대한 차가운 낙인이 아니라 따뜻한 도움이 손길이 필요한 마지막 시기인 것이다.

‘자포자기의 삶’에서 드러나는 자살 시도 직전의 모습은 고립, 낙인, 불안, 우울, 분노, 좌절, 포기, 충동 등 선행 연구에서 보여주는 자살 시도 집단의 심리적 특성을 나타낸다. 특히 노력의 좌절로 인한 고통과 절망은 최악의 현재를 벗어나기 위한 방법으로 자살을 선택하고, 이것은 선행 논문과 일치하는 부분이다[17,23]. 일부 연구에서 자살의 원인으로 우울을 주요한 요인으로 보고 있으나[10,12,39], 이것은 다양한 심리적 요인을 우울이라는 진단도구로 사용된 증상을 나열한 것이다. 연구 결과와 같이 자살직전 스트레스에 대한 반응 방법으로 성격 유형에 따라 4번 유형은 주로 우울증을 나타내고, 5번 유형은 인간관계에서 고립되며, 6번 유형은 불안해하고, 1,8,9번 유형은 분노를 참지 못하여 자살이나 타살 의지로 표현된다. 우울은 증상의 개괄적인 표현이지 모든 자살의 근본적인 원인으로 설명 될 수 없다.

일부 복무 부적응 병사들의 가벼운 자해는 ‘자살쇼’라고 명명하며, 주변인들로 하여금 복무 기피의 수단으로 전략한 느낌을 주어 의심스런 시선으로 보여 질 수 있다. 하지만 그들이 그런 선택을 하기 까지 얼마나 많은 심적 고통이 있었는지 그 과정에 대한 충분한 이해가 필요하다. 또한 그들이 극단적 죽음으로 이어지지 않도록 다각도의 노력과 관심을 가져야 한다. 그동안 국가 여러 기관에서 많은 비용을 들여 자살 예방 정책을 세우고, 관련 연구를 하며, 정책을 실행하기 위해 노력하고 있었다[4, 40-42]. 하지만 정책의 실효성을 거두기 위해서는 보다 기초적이고 구체적인 연구의 축적과 맞춤형 정책 및 중재 개발 노력이 필요하다는 생각이 든다.

5. 결론

본 연구에서는 복무 부적응 병사들이 어떤 과정을 통

해 자살시도를 하게 되는지 알아보았다. 그들은 ‘창살 없는 감옥’, ‘모든 것이 눈치’, ‘가식적인 삶의 연속’, ‘자포자기의 상태’의 과정의 끝에 자살을 시도하는 것으로 나타났다. 본 연구를 통하여 복무 부적응 병사들은 한국 군 문화에 대한 부정적 인식, 비관적 시각, 갈등 상황에 대한 미숙한 대처 방법, 적응을 위한 개인적 노력, 적응 실패에 따른 극단적 선택의 과정을 볼 수 있었다. 결과적으로 심적 고통에 이기지 못하여 자살을 시도하였지만, 적응 초기에 군 환경에 적응하는데 도와줘야하는 시점이 있었고, 적응 중기에 버티기 위한 스스로의 노력이 행해지는 지점이 있었으며, 이것은 그들을 자살까지 가지 않게 도와 줄 수 있는 자살 예방을 위한 골든타임이 될 수 있다는 것을 의미한다. 또한 자포자기의 마지막 순간, 성격 유형별로 자살을 촉발시키는 요인이 다름 또한 알 수 있었다.

이를 바탕으로 군 자살 예방 정책과 복무 부적응 병사에 대한 상담과 정신간호중재프로그램 개발 등에서 적극적인 개입의 시기와 성격 유형별 자살 및 부적응 문제를 접근하고 해결하기 위한 구체적인 방법을 제시하는데 기초자료로 활용되기 기대한다.

References

- [1] H. T. Hwang, He disclosure of the CCTV cameras , the military, and the G.O.P. shootings and planning. <http://www.news.kbs.co.kr>, 2014.7.15.
- [2] J. Yun, Il-byung Case from a Field Verification Photo. <http://www.news.kbs.co.kr>, 2014.8.4.
- [3] J. D. Lee, "A soldier who complained of beating senior soldiers", *Acting Harshly*, 2017.7.20.
- [4] B. S. Choi, "A Study on the Improvement of Prevention Systems for Suicide in Military", including National Defense University, National Rights Commission, 2008.10.
- [5] M. Y. Jung, "Studying the meaning and process of suicide experience in military life", *Korean military rehabilitation studies*, vol. 7, no. 2, pp. 87-112, 2014.
- [6] H. R. Kim, "Study on the Risk Factor of Soldier Suicide by Meta-analysis", *National Defense Policy Study*. vol. 32, no. 1, pp. 190-220, 2016.
- [7] W. C. Chung, Y. J. Park, "Overview of the domestic research trends in military adaptation and enhancement", *Youth Studies*. vol. 18, no. 1, pp. 49 - 71, 2011.
- [8] J. S. Lee, "A Study on the Improvement of Military Welfare and Battles of soldiers in the Korean Army", Master's Degree, Dongguk University. 2001.
- [9] H. K. Yoo, "A Study on the Effects of Soldiers ' Anxiety and Stress on Adaptation to Military Life", Sogang University's Graduate School of Theology. 2013.
- [10] W. C. Jeong, Y. A. Ah, "The Influence of sensation seeking on soldiers' adaptation of military service with Moderating Effect of their relationship with peer and superior", *Korea Academy Of Mental Health Social Work*, vol. 37, pp. 382-404, 2011. <http://www.dbpia.co.kr/Article/NODE06082210>
DOI: <http://doi.org/G704-000500.2011.37.009>
- [11] K. U. Hong, "Understand the status of suicides in our country and their actions during the military service". *The military literature committee's discussion table : Understanding suicide while serving in the military and analyzing case law*. 2007.
- [12] S. S. Koo, "A Study on the Mental Health Status and Influential Factors in the Soldiers of the New Generation". Korea Mental Health and Social Affairs Corporation. 2006.
- [13] Y. B. Kim, J. S. Lee, "An Analysis of Suicide Concepts", *J Kores Acad Psych Mental Health Nurs*. vol. 12, no. 4, pp. 394-401, 2003.
- [14] M. H. Ko, M. O. Lee, M. S. Yi, "A Phenomenological Study on Lived Experience of Suffering in Suicide Attempters", *J Koreaa Acad Psychiatr Ment Health Nurs*, vol. 22, no. 4, pp. 339-348, 2013.
DOI: <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2013.22.4.339>
- [15] P. F. Collaizzi, Psychological reseach as the Phenomenogist Views It:Valle RS, King M, editors. *Existential-phenomenological Alternatives for Psychology*, New York, NY :Oxford University Press pp. 48-71, 1978.
- [16] E. G. Guba, Y. S. Lincoln, *Effective evaluation : Improving the usefulness of evaluation results through responsive and naturalistic approaches*. San Francisco, CA: Jossey-Bass;. pp. 1-444, 1981.
- [17] M. H. Go, M. Y. Lee, "A Phenomenological Study on Lived Experience of Suffering in Suicide Attempters", *J Kores Acad Psych Mental Health Nurs* vol. 22, no. 4, 2013.
- [18] D. G. Moon, Y. H. Kim, "A meta regression analysis on related triggering variables of Adolescents' suicide ideation", *Korea Journal of counseling*, vol. 12, no 3, pp. 945-964, 2011.
- [19] J. Y. Park, "Expreience of committing suicide of elderly suicide survivors", *The Korean academy of mental health social work* .vol. 27, no. 3, pp. 295-330, 2007.
- [20] J. Y. Jung, J. Y. Park, "Qualitative Research of the Adolescent Suicide Attempt Experience", *Korean journal of youth studies*, vol. 12, no. 3, pp. 897-914. 2015. <http://www.riss.kr.access.hanyang.ac.kr/link?id=A102952372>
- [21] M. S. Yoon, S. Y. Choi, "The experience of an alcoholic attempting suicide", A Phenomenological study on the suicide attempts among alcoholics, *Mental Health and Social Work*, vol. 40, no. 4, pp. 27-56. 2012. 12.
- [22] S. M. Hong, Y. S. Kang, H. K. Kim, "The Analysis of Research Trend on Elderly Suicide in Korea", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society* vol. 14, no. 11 pp. 5752-5761, 2013.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2013.14.11.5752>
- [23] W. C. Jung, "Overview of Research trends in military service adjustment of soldiers in Korea", *Korean journal of youth studies*. vol. 18, no. 1, pp. 49-71, 2011.

- [24] S. Y. Jung, D. G. Lee, "Psychological Characteristics of Soldiers at Suicide Risk", *Korea Journal of Counseling*; vol. 12, no. 3, pp. 897-914, 2011.
DOI: <https://doi.org/10.15703/kjc.12.3.201106.897>
- [25] S. Y. Jung, D. G. Lee, "Concept maps of risk and protective factors for soldiers who actually attempted suicide", *Korea Journal of Counseling*, vol. 13, no. 1, pp. 113-133, 2012.
DOI: <https://doi.org/10.15703/kjc.13.1.201202.113>
- [26] S. H. Yim, "Korean Journal of scientific criminal investigation", *Journal of Scientific Investigation*, vol. 8, no. 3, pp. 182-188, 2014.
- [27] H. R. Kim, "A Meta Analysis of Suicide Risk Factor Among Enlisted Personnels", *Journal of Defense Policy Studies*, vol. 32, no. 1, pp. 190-220, 2016.
- [28] S. A. Kim, "Factors Affecting on Suicidal Ideation in Maladjusted Soldiers", *J Kores Acad Psych Mental Health Nurs*. vol. 22, no. 2, 2013.
DOI: <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2013.22.2.117>
- [29] J. S. Na, E. K. Lee, "An in-depth interview study on ROK Army private soldiers' Adaptation to the Military life", *Armed Forces nursing institute*, vol. 26, no. 1, pp. 1-12, 2008.
- [30] C. Oh, "The Correlation Study of Spiritual Well-Being, Self-Control, Organizational Commitment for Prevention of Suicidal Attempt on Korean Soldiers", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 15, no. 7, pp. 4157-4164, 2014.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2014.15.7.4157>
- [31] H. M. Roxanne, "Deep Living : Transforming Your Relationship to Everything that Matters through the Enneagram", The Korea edition was published Story Nine in 2016. <http://www.deeplivinginstitute.com>
- [32] G. Y. Lee, "Factors Influencing Attempted Suicide Among Adolescents in Korea", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 16, no. 5 pp. 3139-3147, 2015.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.5.3139>
- [33] D. J. Oh, S. D. Lee, "Review of the Risk Factors Associated with Suicide and Suicide-Related Behavior in Military Personnel", *Korea soc biol ther psychiatry*, vol. 23, no. 1, 2017.
- [34] B. H. Song, "The Study on the Military Organization Maladjustment Prediction", *Korean Public Security Administration*, vol. 22, no. 2, pp. 188-223, 2013.
- [35] M. H. Robert, "Complexity Leadership: New conceptions for Dealing with Soldier Suicides", *Military Review*, pp. 36-46, January-February, 2011.
- [36] H. J. AN, Y. J. Bae, M. S. Cho, E. H. Kim, Y. Ok Kim, Y. L. Lee, J. Kim, "The Influence of Communication, Resilience", Mental health on Military Adjustment of Soldiers in the Rear Air Force, *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society* vol. 17, no. 7 pp. 694-703, 2016.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.7.694>
- [37] M. O. Ryu, S. G. Yi, K. J. Bak, "A study on the Brain function specialty based on the Maladaptive Soldier by Brain waves analysis" *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 15, no. 4 pp. 1916-1922, 2014.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2014.15.4.1916>
- [38] S. H. Shin, "Victims of Bullying in the Military and its Relationship with Frustration: Mediation Effects of Social Support", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 17, no. 4 pp. 622-631, 2016.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.4.622>
- [39] S. Y. Sohn, "Factors affecting suicidal ideation, suicidal plan and suicidal attempt in Korean adolescents", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society* vol. 15, no. 3 pp. 1606-1614, 2014.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2014.15.3.1606>
- [40] G. H. Kim, B. D. Oh, K. S. Lee, Study analyzes the suicidal reality of Korean adolescents and suggests the direction of policy to prevent adolescent suicides". Korea institute for Youth Development, pp. 1-218, 2013. <http://www.dbpia.co.kr/Article/NODE02360956>
- [41] H. M. Bark, "The Trends and Patterns on Suicide in Korea", Korea Institute for Criminology, pp. 1-181, <http://www.riss.kr.access.hanyang.ac.kr/link?id=E1053469>
- [42] S. Y. Lee, "Determinants of Suicide Risk and Regional Disparity Factors in Korea", Korea Institute for Health and Social Affairs. pp. 1-430, <http://www.riss.kr.access.hanyang.ac.kr/link?id=M13848291>

이 은 주(Eun-Joo Lee)

[정회원]



- 2002년 2월 : 국군간호사관학교 간호학 학사
- 2013년 8월 : 한양대학교 대학원 간호학 석사
- 2017년 8월 : 한양대학교 대학원 간호학 박사수료

<관심분야>

정신간호학, 질적연구, 자살, 복무부적응

유 은 광(Eun-Kwang Yoo)

[정회원]



- 1982년 3월 ~ 현재 : 한양대학교 간호학부 교수

<관심분야>

여성건강간호학, 질적연구