

자살 유서를 통한 자살 사망자의 심리상태에 대한 질적 연구

함근수¹ · 표주연¹ · 박종필²
나주영³ · 유성호⁴ · 이이나¹

¹국립수사과학연구원 법심리과
²국립과학수사연구원
중앙법의학센터
³국립과학수사연구원
광주과학수사연구소 법의학과
⁴서울대학교 의학연구원
법의학연구소

Received : October 21, 2014
Revised : November 2, 2014
Accepted : November 13, 2014

Corresponding Author
Seong Ho Yoo

Institute of Forensic Medicine and
Department of Forensic Medicine, Seoul
National University College of Medicine,
103 Daehak-ro, Jongno-gu, Seoul
110-799, Korea
TEL : +82-2-740-8360
FAX : +82-2-764-8340
E-mail : yoosh@snu.ac.kr

Co-corresponding Author
Ena Lee

Psychological Forensics Division,
National Forensic Service, 10 Ipchoon-
ro, Wonju 220-170, Korea
TEL : +82-33-902-5355
FAX : +82-33-902-5923
E-mail : greedy@sogang.ac.kr

A Qualitative Study of Psychological State of Suicide Victims through Suicide Notes

Keunsoo Ham¹, Chuyeon Pyo¹, Jongpil Park², Jooyoung Na³, Seong Ho Yoo⁴,
Ena Lee¹

¹Psychological Forensics Division, National Forensic Service, Wonju, Korea,

²Medical Examiner's Office, National Forensic Service, Wonju, Korea,

³Forensic Medicine Division, Gwangju Institute, National Forensic Service, Jangseong, Korea,

⁴Institute of Forensic Medicine, Seoul National University College of Medicine, Seoul, Korea

Suicide notes are essential for investigating the psychological state of suicide victims and establishing suicide prevention programs. Since only a few studies have attempted to identify the causes of suicidal behavior through suicide notes, it would be worth examining suicide notes. Quantitative research on suicide has offered a limited understanding of suicide. Results showed that the suicide victims had used the suicide note as a tool for their last communication. Further, in addition to neutral contents such as directions for funeral, the note often contained information about precipitating events that caused the suicidal ideation. Writing a suicide note seemed to help the victims consider concrete plans for suicide. This study proved that qualitative research on suicide notes would be helpful for researchers to understand suicide victims in depth, which cannot be achieved by quantitative methods alone. Based on these results, several suggestions for suicide prevention programs were discussed.

Key Words : Suicide, Victims, Psychological, Qualitative research, Prevention

서 론

자살 유서는 작성자가 자살로 사망하였다고 진술하는 메시지로 다른 사람들이 이를 발견하고 읽도록 남긴 것이다.¹⁾ 자살 유서는 자살자의 궁극적인 개인적 문서이자 자발적으로 만든 결과물이며, 주로 사망 몇 분 전에 작성되는 것이라고 정의한

다.²⁾ 자살 유서들은 어떠한 정보나 특정한 지시사항들을 전달하기 위한 목적을 갖고 있으며, 이는 유서 작성자의 당시 심리학적 상태에 대한 통찰을 제공한다. 또한 유서는 의사소통을 위한 행위이기도 하다.^{3,4)} 따라서 자살 유서의 내용에 대한 분석은 현장의 실무자들이나 상담자들이 자살 위기에 처한 사람들의 자살 시도를 예방하거나 사전에 자살의 위험을 감지하여 적절히 개입하도록 도울 수 있다.⁴⁻⁶⁾ 우리나라는 2011년에 제

정되어 2013년 2월에 발효된 자살예방법에 따라 5년마다 자살실태조사를 시행하게 되었으며, 자살률 감소를 위한 다양한 노력을 기울이고 있다.⁷⁾ 그러나 Organization for Economic Cooperation and Development (OECD) 국가의 사망원인에 따른 사망률을 비교한 자료에 따르면, 우리나라의 자살에 의한 사망률은 2012년 OECD 국가의 평균인 12.1명보다 높은 17.0명으로 OECD 국가들 중에서 그 수치가 가장 높은 것으로 나타났다.⁸⁾ 우리나라의 사망원인별 순위를 살펴보면, 2002년에 자살을 비롯한 고의적인 자해로 인한 사망이 8위였지만, 2012년에는 4위로 높아졌다. 또한 우리나라는 기대수명이 81.3년으로 OECD 국가들 중 14위인 것으로 나타났지만, 자살에 의한 사망률이 증가하고 있어 이에 대한 대책을 마련해야 한다는 요구가 커지고 있다.⁹⁾

자살 유서에 대한 연구의 흐름은 세 가지로 구분할 수 있다.

첫 번째는 임의로 작성한 허위 유서와 실제 자살로 사망한 사람들이 남긴 자살 유서를 구분하는 것이다. 이 연구는 자살 사망자들의 심리적 상태와 생각을 드러내 보일 수 있다는 장점이 있다.⁹⁾ Baek 등¹⁰⁾은 피험자들에게 자살 유서의 진위여부를 판별해보도록 함으로써 자살 유서에 대한 고정관념이 무엇인지 연구하였다. 이를 통해 연구자들은 허위로 유서를 작성하면서 마지막 의사소통을 흉내 내는 사람들(simulator)이 표현할 수 없는 실제 자살 사망자들의 특성을 파악할 수 있다고 했다.

유서 연구의 또 다른 흐름은 자살 유서를 통해 특정 이론의 내용을 검증하는 것이다.

Coster와 Lester⁵⁾는 자살 사망자들의 정서와 비합리적인 신념을 검증하기 위해 합리적 정서인지 행동치료의 관점에서 자살 유서들에 대한 분석을 시도하였다. 그 결과, 남성은 관계의 종결에 대한 죄책감에 기인한 속죄의 수단으로, 여성은 의미 있는 타인으로부터 거부를 당했을 때 자살을 선택하는 경향이 있는 것으로 나타났다. 또 다른 연구¹¹⁾에서는 자살 행위를 설명하는 동기로 영적, 심리적, 사회 혹은 관계적, 그리고 신체적 동기를 제시하는 실존적 구성주의 모형(existential-constructivist model)을 바탕으로 자살의 동기를 구성하는 내용들에 대한 자살 유서의 질적 연구를 수행하였다. 그 결과, 극심한 심리적 고통으로 인한 자살이 가장 일반적이었으며, 연령이 높을수록 건강과 관련한 신체적 질환으로 동기화된 자살이 많았다.¹¹⁾ Sanger와 Veach⁴⁾의 연구에서는 자살 유서에 대한 근거이론(grounded theory) 방법론을 사용하여 분석한 후, 자살에는 대인관계적인 본질이 있다고 주장하였으며, 근거이론 방법이 텍스트로 된 정보를 분석하기에 적합하다고 평가하였다.

근거이론 연구방법이란, 체계적인 과정을 통해 원자료들로부터 귀납적으로 어떤 현상을 도출하는 질적 연구방식이다. 이러한 접근은 자살을 설명하는 통일된 이론이 있다고 전제하는 것이다. 그러나 서로 다른 특성을 지닌 인구 집단 안에서 자살

의 위험요소 또한 다르게 나타나므로 자살이 한 가지의 이론으로만 설명되지 않는 상이한 현상이라는 것을 보여준다.⁶⁾

마지막 유형으로는, 자살 유서를 남긴 자살 사망자와 남기지 않은 자살 사망자 간에 비교를 하는 것이다. 멕시코의 자살 사망자들을 대상으로 수행한 연구와¹²⁾ 인도의 자살 사망자를 대상으로 수행한 연구¹³⁾ 모두 유서를 남긴 자살 사망자와 유서를 남기지 않은 자살 사망자 간에 유의미한 차이는 없는 것으로 나타났다. 그러나 자살로 사망한 사람들 중 오직 소수만이 유서를 남긴다는 점에서 자살 유서에서 얻은 정보를 통해 전체 자살 사망자에 대한 정보를 추론할 수 있는지의 여부는 불분명하다.⁶⁾

앞서 살펴본 것처럼, 자살 유서를 분석할 때 사용된 질적 연구방법론은 통계에 기반을 둔 양적 연구를 통해 볼 수 없는 쟁점에 대한 심도 있는 이해를 가능하게 한다는 특징이 있다.¹⁴⁾ Leenaars¹⁵⁾는 자살 사망자의 심리적 상태를 풍부히 반영하기 위해서 질적 연구방법을 통해 자살 유서의 내용을 분석할 필요성을 강조하였으며, Ro¹⁶⁾는 인터넷 등에 공개된 자살로 사망한 청소년의 자살 유서의 내용에 대해 핵심적인 정서와 주제를 언급하였다. 이처럼 자살 사망자에 대한 연구는 그 자료를 수집하는 데에 따르는 어려움으로 신문 등을 통해 자료를 수집하는 방법이 많이 사용되었으나 이는 연구의 신뢰도를 저하시킬 수 있으며, 이러한 한계를 극복하기 위해 연구자들은 경찰서에서 수집한 사건 기록지를 바탕으로 노인의 자살 유형 특성 등을 분석하기도 했다.¹⁷⁾

자살 유서에 대한 선행 연구들의 내용을 종합해보면, 자살 사망자들은 유서를 통해 자살을 선택하기까지 겪었던 개인 내적 문제와 대인관계 문제들을 종합적으로 드러내는 다차원적인 문제이며, 이러한 메시지들은 자신의 가족이나 지인들에게 무언가를 부탁하거나 지시하는 등의 내용과 함께 서술되는 경향이 있다는 것을 알 수 있다. 그러나 기존의 연구 대부분은 자살 유서를 직접적으로 분석하기보다는 자살 사망자들의 특성을 중심으로 살펴보는 사례가 더 많았다.

따라서 이 연구는 2012-2013년 사이에 작성되어 수집된 자살 유서들을 질적으로 분석하고자 한다. 최근의 유서와 자살 사망자의 언어를 통해 자살 사망자들의 사망 당시의 심리 상태와 자살의 원인을 파악함으로써 향후 자살 예방 대책의 기초 마련하고자 한다.

재료 및 방법

1. 연구 대상

연구 대상은 2012년 2월 20일부터 2013년 8월 1일까지 국립과학수사연구원에 부검이 의뢰되어 자살로 확인된 사건에서 수집된 자살 사망자의 유서들이다. 정보가 수집된 자살 사망자 중에서 자살 유서를 확보한 사망자의 수는 55명이었다. 이 중

7명에 대한 기록은 자살 유서의 내용이 아닌 경찰 수사기록으로 대신하거나 참고인 진술을 통해 자살 유서의 내용을 언급한 내용을 기록한 것으로 자살 유서의 내용을 그대로 반영했다고 볼 수 없어 제외하였다. 48명의 자살 사망자가 남긴 유서는 146건이다. 자살 유서는 짧게는 한 문장으로 작성된 것에서부터 A4용지 크기로 최대 14장을 작성한 것까지 다양하였다. 컴퓨터 문서로 유서를 작성한 사망자 1명을 제외하고 모두 종이로 수기로 작성하였다. 유서가 영어로 작성된 1건이 포함되었다. 연구에 포함된 유서 작성자들의 인구통계학적 분석과 자살 관련 내용을 분석하였다(Table 1).

Table 1. Demographic and Content Analysis of Suicide

Characteristic		No. (%)
Sex	Male	30 (62.5)
	Female	18 (37.5)
Residential district	Gyeonggi-do	17 (35.4)
	Seoul	15 (31.3)
	Incheon	8 (16.7)
	Gyeongsangnam-do	3 (6.3)
	Busan	2 (4.2)
	Jeollabuk-do	2 (4.2)
	Gyeongsangbuk-do	1 (2.1)
Age	20s	10 (20.8)
	30s	8 (16.7)
	40s	13 (27.1)
	50s	13 (27.1)
	60s	3 (6.3)
	70s	1 (2.1)
Marital status	Single (never married)	26 (54.2)
	Married (common-law marriage, separation, etc.)	21 (43.8)
Living status	Living with others	28 (58.3)
	Living alone	15 (31.3)
Job	Unoccupied	25 (52.1)
	Occupied	22 (45.8)
	No documents	1 (2.1)
Disease diagnose	Psychological illness (depression, etc.)	18 (37.5)
	Physical illness (diabetes, etc.)	14 (29.2)
Precious attempt	Absent (no)	41 (85.4)
	Present (yes)	7 (14.6)
Trigger factor	Financial problems	16 (33.3)
	No mentioned	12 (25.0)
	Interpersonal problems	11 (22.9)
	Others	6 (12.5)
	Psychological illness	2 (4.2)
Suicide method	Physical illness	1 (2.1)
	Poisoning	19 (39.6)
	Hanging	17 (35.4)
	Drowning	4 (8.3)
	Jumping (falling)	4 (8.3)
	Suffocation	2 (4.2)
	Firearm	1 (2.1)

2. 분석방법

집단의 행동을 설명하거나 예측하기 위한 적절한 이론이 존재하지 않을 때 유용한 근거이론 연구방법을 사용하였다.¹⁸⁾ 따라서 근거이론은 특정 현상의 연구로부터 귀납적으로 유추한 것으로 체계적인 자료 수집 과정과 그 현상에 관계하는 자료 분석 과정으로, 원자료들로부터 이론을 도출하므로 직관력과 이해, 행동에 대한 의미 있는 지침을 제공해줄 수 있는 연구방법이다.¹⁸⁾ 본 연구에서는 특정한 현상에 대해 각기 어떻게 반응하고 행동하는지에 대한 이해와 그러한 현상에 이르기까지의 과정과 상황에 대해 심층적인 이해를 바탕으로 자살 유서를 통한 자살 사망자의 행위를 분석하였다. 본 연구에서는 지속적인 비교를 통해 자료를 반복하여 읽고 개방 코딩(open coding)과 축 코딩(axial coding)과 같은 체계적인 코딩과정을 통해 얻은 내용들을 범주로 묶어 핵심적인 개념을 파악하는 방법을 사용했다.¹⁸⁾

질적 연구를 수행하는 전통적인 방식은 자료를 반복하여 읽고 떠오르는 생각들을 메모하면서 자료를 분류하고 범주화하는 것이지만, 이러한 방식은 범주화한 내용의 원문을 다시 확인하는 데에 시간이 많이 걸리고 자료를 관리할 때 필요한 내용을 빠뜨릴 수도 있다는 점에서 한계가 있다. 이를 보완하기 위해 이전의 연구에서 보고된 NVivo 10 소프트웨어(QSR International, Doncaster, VIC, Australia)를 사용하였다.¹⁹⁾ 질적 연구에 있어서 이와 같은 소프트웨어의 사용은 자료 관리와 원문을 추적하는 데에 있어서의 편리함, 안정적인 코딩이 가능하다는 특성이 있으므로 연구 결과의 신빙성을 높여줄 수 있다.¹⁹⁾

자살 유서의 원본을 카메라로 촬영한 파일을 바탕으로 자살 사망자가 남긴 글을 그대로 문서화하였다. 문서화할 때 유서에 있는 문법적인 오류와 오키, 낙서처럼 보이는 자국들, 찢다가 지웠던 자국들을 모두 반영하였다. 문서화한 자료는 출력하여 연구보조원 3명과 함께 줄 단위로 핵심적인 내용을 찾아 표시하거나 따로 메모하였다. 또한 문서화한 자료들은 NVivo 10 소프트웨어 프로그램에 텍스트파일로 저장하였다.

이를 통해 수집한 내용들을 토대로 공통되는 속성을 가진 범주를 찾는 개방 코딩을 실시하였다. 이 과정에서 핵심적인 주제를 반영하는 진술들인 노드(node)들을 생성하였다. 노드들을 대상으로, 좀 더 넓은 주제 안에서 각 범주들의 관계를 밝혀내는 축 코딩을 실시하였다. 그리고 핵심적인 범주를 포함하여 모든 범주를 통합할 수 있는 포괄적인 이야기를 서술하기 위한 선택 코딩(selective coding) 과정을 따라 분석을 실시하였다(Fig. 1). 본 연구는 분석 과정의 객관성을 확보하기 위해 해당 분야에서 20년 이상의 경력을 가진 전문가 2인, 심리학 전공자 연구보조원 3명과 함께 검토하고 논의하는 과정을 거쳤다.

결 과

자살 유서의 내용에 대한 개방 코딩을 통해 수집한 의미 있는 진술은 224개이다. 이 중 공통적인 속성을 지닌 진술들을 범주화하여 41개의 하위범주와 14개의 상위범주를, 그리고 이에 대한 패러다임을 도출하여, 유서 내용의 범주를 코딩하였다 (Table 2).

자료의 분석을 통해 얻은 14개의 상위범주들에 대한 축 코딩은 인과적 조건, 현상, 맥락적 조건, 중재적 조건, 작용·상호작용 전략, 결과를 나타내는 범주들의 관계를 짓는 것이다.²⁰⁾ 유서 내용의 범주의 코딩을 패러다임 모형으로 도식화하였다 (Fig. 2). 각 6개의 패러다임에 대한 세부 설명과 자살 유서의 예시 문구들을 살펴보았다.

1. 인과적 조건

인과적 조건은 중심현상이 발생하도록 이끄는 사건이나 일이다.¹⁸⁾ 이 연구에서는 ‘삶의 의지 상실’인 현상을 발생하게 하는 원인과 조건들을 말한다. 인과적 조건을 구성하는 범주들로는 신체적 질환, 정신적 질환 및 경제적 문제 등 자살 사망자가

개인적으로 겪었던 문제와 대인관계의 형성과 유지에 실패하여 비롯된 문제가 있다.

(1) 개인적 문제

개인적 문제는 자살 유서에 언급한 자신이 앓고 있는 신체적 질환과 정신적 질환, 그리고 경제적 문제들을 가리킨다.

– 우울증이 더 심해지는 것 같기도 하지만 더 이상은 약 먹기 싫다 효과도 없다.

– 너무 아프고 이제 어떻게 할 수가 없어 잠이 될 수는 없잖아

– 이번 달에 빚을 다 갚으면(갚았으면) 좋겠는데... 무리겠지? 집에 돈도 부쳐 줘야 하니까. 정말 세상에 나 혼자이고 싶다.

유서 작성자들은 우울증을 비롯한 질환이 더 심해지고 있음을 호소하였다. 또한 몸 상태가 더 이상 신체적인 질병을 감당할 수 없어 가족에게 잠이 된다고 느끼기도 했다. 경제적인 측면에서는 빚을 갚아야 함과 동시에 생활비를 보내야 하는 자신의 처지를 비판하는 모습을 볼 수 있었다.

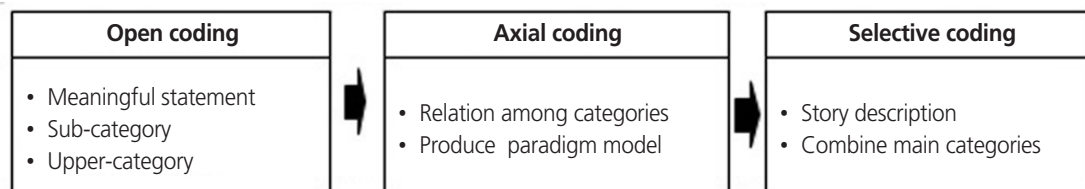


Fig. 1. Coding procedure.

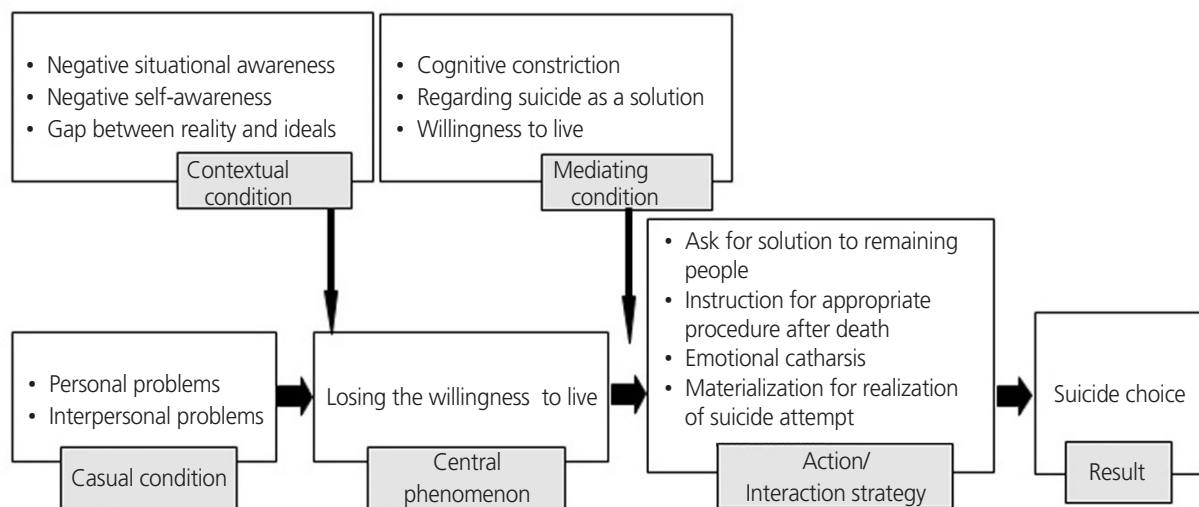


Fig. 2. Suicide completer's paradigm: types of suicide selection presented in the suicide note.

Table 2. Categories and Paradigms in Suicide Notes

Paradigm	Upper-category	Sub-category
Casual condition	Personal problems	Mentioned psychological illness Mentioned physical illness Mentioned financial problem
	Interpersonal problems	There was no one around me Sense of betrayal (marital infidelity, etc.)
Contextual condition	Negative situational awareness	Life is not fair Negative emotion toward others Negative awareness of current situation
	Negative self-awareness	Feeling worthless
	Gap between reality and ideals	An unattainable desire Regret about life Happy memories
		No escape from current situation Death is an only as a solution It'll be better without me
Mediating condition	Cognitive constriction	I would rather die I'll atone through suicide Rationalization of suicide
	Regarding suicide as a solution	Mentioned religious belief conflict Suicide is a foolish decision I want to live Live positively
	Willingness to live	I feel the futility of life I don't want live
	Losing the willingness to live	
Central phenomenon	Ask for solution to remaining people	Revelation of event aimed at specific person Complain of an injustice
	Instruction for appropriate procedure after death	Not reveling suicide Instruction for a notice of death Instruction for funeral details Instruction for financial incident Live and forget about me Say "God bless you" Let's meet in other world Concern for others Sorry about family/acquaintance Sorry about person who will find body Positive emotion for others
Action/Interaction strategy	Emotional catharsis	Revealing purpose of a suicide note There is unmentioned world in a suicide note Introspection on suicide Relieve
	Materialization for realization of suicide attempt	
Result	Suicide choice	Suicide is voluntary choice

(2) 대인관계 문제

일부 연구자는 자살 사망자들은 관계를 형성하거나 유지하는 데에 문제를 겪었던 경험이 있다고 보았다.²⁾ 대인관계 문제는 적절한 대인관계를 형성하지 못했을 때 혹은 의미 있는 타인을 상실하였을 때에 느꼈던 외로움이나 의지했던 사람의 배신에서 받은 상처에서 비롯되는 것들이다.

- 나를 키워주신 외할머니가 돌아가시면서 하늘이 무너지는 심정으로 방황하였다.
- 지금 가장 힘든건 사고가 나서도 아니고 돈때문에도 아니

다.. 내 옆에 아무도 없다 내 아들도 없고 내 가족도 없다..

- 남편의 바람 그리고 거짓말 또한 참지 못하면 다신 살기 힘든 생활에서 있고 싶지 않습니다.

유서 작성자들은 상실에 대한 아픔, 아무도 내 옆에 있지 않다는 사실에 대한 절망감, 믿었던 사람으로부터의 배신에서 받은 상처를 호소하였다.

2. 맥락적 조건

맥락적 조건은 중심 현상에 영향을 미치는 특수한 조건들을

가리킨다.¹⁸⁾ 본 연구의 맥락적 조건은 주변에 대한 부정적인 인식, 자신에 대한 부정적인 인식 그리고 이상과 현실의 괴리인 것으로 나타났다.

(1) 주변에 대한 부정적 인식

유서 작성자들은 자신을 둘러싼 것들에 대해 부정적인 시각을 갖고 있었음을 유서를 통해 발견할 수 있었다.

- 착하고 열심히 사는 사람들은 사고도 잘 나는데 나쁜놈들은 사고도 안나네
- 99퍼센트가 살만한 세상은 절대 오지 않을 것이라 생각하고 있다.
- 너는 내가 가서도 지켜볼거야 개새끼
- 한번뿐인 인생이라는데 정말 참담하다

유서 작성자들은 스스로의 인생을 돌이켜보았을 때 남에게 피해를 주지 않고 열심히 살았음에도 불구하고 자신의 상황에 대해 부정적인 감정을 표현하였다. 이러한 적대감은 유서 속에서 욕설과 함께 주변에 있었던 특정 인물에 대한 분노로 표출되기도 하며, 현재 상황에 대해 비참한 감정을 토로하기도 했다.

(2) 자신에 대한 부정적 인식

자살 유서의 내용에는 주변 환경이나 타인에 대한 부정적인 인식뿐만 아니라 스스로에 대한 부정적인 인식 또한 존재하고 있다는 것을 알 수 있었다.

- 다 내탓이오 내가 나를 보면 참으로 한심하네(네)
- 저라는 놈 정말 망나니처럼 살았던 것 같습니다
- 이것밖에 안되는 나를 용서하지 마세요

위의 사례에서 볼 수 있듯이, 유서 작성자들은 스스로에 대해 한심하다고 여기거나 '이것밖에 되지 않는 사람'이라고 평가하고 있다는 점에서 자신에 대한 부정적인 인식을 갖고 있다고 볼 수 있다.

(3) 이상과 현실의 괴리

자살 사망자들은 생각했던 바를 성취하기 어려운 현실에 대한 절망을 느끼며, 현실의 어려움을 행복했던 과거의 기억과 비교하면서 괴리감을 느끼고 있음을 알 수 있다.

- 도서관에서 개인적으로 로또당첨번호 숫자 조합공부도 해보고 1등 한번 할라고요 근데 다 부질없다고요
- 이생에서는 열심히 해보고 다음 생에는 부잣집 아들로 태어나 살고 싶었는데
- 아버지와 삼촌들과 어릴적 같이 바닷가에서 놀던 기억이 난다.. 돌아가고 싶다 그때로.

위의 사례와 같이, 자살 사망자들은 자신이 바라는 모습과 현재의 삶 사이의 괴리에서 절망감을 느꼈으며, 현실을 인지하고 그에 대한 해결책을 강구하기 위한 사고에 어려움을 겪었다는 것을 알 수 있었다.

3. 중재적 조건

중재적 조건은 중심현상을 조절하는 보다 광범위한 상황으로 현상에 실질적으로 관여하며, 이를 부추기거나 방해하는 것을 가리킨다. 즉, 작용·상호작용 전략을 촉진시키거나 억제하는 역할을 하는 범주를 말한다.¹⁸⁾ 본 연구에서는 삶의 의지를 상실하게 하는 데에 기여하거나 혹은 중재하는 요인들을 가리킨다. 중재적 조건으로는 인지적 협소, 자살을 해결책으로 생각하는 것과 삶에 대한 의지를 들 수 있다.

(1) 인지적 협소

자살 유서에 나타난 사망자들의 공통적인 사고의 흐름은 자신들이 처한 상황을 벗어날 수 있는 방법은 극히 제한되어 있다는 신념을 지니고 있다는 점이다.⁴⁾ 연구자들은 이를 터널 시야(tunnel vision)라고 부르기도 하며,²¹⁾ 이를 인지적인 협소(cognitive constriction)라 설명하기도 한다.²²⁾ 즉, 자살 사망자들은 직면한 상황에서 벗어날 수 있는 방법은 죽음뿐이라는 협소한 시각을 갖는다.

- There is no other way.
- 앞으로 바라봐도 좋을것이 하나 안보이니 그냥 편히 끝내겠소
- 무섭지만 이길이 최선입니다. 20년이상 그곳에서 살아남아 뭐하겠습니까
- 진작 이런결정을 아니 이렇게 했으면 주위분들에게는 피해를 주지 않았을텐데 하는 마음이 앞서네요

자살 사망자들은 죽음 이외에 다른 방법은 없으며, '내가 없어야 내 주변인들의 상황이 더 나아질 것이다'라는 생각을 하였음을 알 수 있었다.

(2) 자살을 해결책으로 삼음

자살 사망자들은 죽음으로써 자신의 잘못을 속죄하고자 한다. 때로는 자신이 자살을 할 수 밖에 없는 상황에 대해 의미를 부여하여 자살을 합리화하는 모습을 보이기도 한다. 또한 자신이 지키고자 하였던 종교적 신앙심을 증명하기 위한 수단으로 자살을 선택하기도 한다.

- 저로인해 아파하고 고통받는 사람들에게 죽음으로 용서를 비는 것이 옳다고 판단되어 죽는 것입니다.
- 혼전성관계를 해서는 안되었는데 후회되고 시간을 되돌릴 수는 없지만 정말 내멋대로 산 것 같아 성경원칙을 지켰더라면
- 저와 제 딸은 이단도 사탄도 아니며 다 소문이고 저는 나쁜일을 저지르지 않았습시다.

이처럼 자살 사망자들이 자신이 저지른 잘못에 대해 용서를 구하고자 하는 수단 혹은 자신의 종교적 독실함을 증명하기 위한 수단으로 자살을 선택했던 모습을 볼 수 있었다.

(3) 삶에 대한 의지

자살 유서에는 자살 사고(suicidal thinking)만 있는 것이 아니다. 자살 사망자들은 자살이 ‘해서는 안 되는 것’이라는 인식을 갖고 있었음을 유서의 내용을 통해 암시하고 있다. 또한 ‘살고 싶다’는 마음을 표현하면서 삶에 대한 의지를 보여주기도 한다.

- 잘 사는 모습을 보여드렸어야 하는데 이런 못난 모습을 보여드려서 정말로 죄송합니다.
- 내가 산건지 죽은건지 못느낄때가 많지만 말 걸어주는 사람이 있으면 살아있음을 느낀다.
- 나라고 더 살고싶지 않았겠소
- 항상 긍정적으로 최면을 걸거다 하루 하루 “호이, 호이”
- 힘내자! 한걸음씩...

위의 사례에서 볼 수 있듯이, 자살 사망자들은 자살을 ‘못난 모습’이라 인식하고 있음을 알 수 있다. 여기서 주목해야 할 점은 ‘살고 싶다’, ‘긍정적으로 살자’와 같은 삶에 대한 의지를 다짐하는 사고의 흐름 또한 존재한다는 점이다. 이러한 모순된 정서는 자살 사고를 가진 사람들의 특성이라 할 수 있다.²¹⁾

4. 중심 현상

중심 현상이란 ‘여기서 무엇이 진행되고 있는가’를 가리킨다. 자살 유서를 작성하는 행위는 앞으로의 삶을 살아가는 것을 포기하고 죽음을 선택하였다는 것을 보여주는 구체적인 행위이다. 즉, 자살 유서 작성자들에게 진행되고 있는 현상은 ‘삶의 의지’의 상실이다.

(1) 삶의 의지 상실

자살 사망자들은 삶을 지속할 의지를 상실하면서 허무함과 더 이상 살고 싶지 않다는 생각을 하게 된다.

- 잘 살아보려 노력했는데 결과는 허무합니다.
- 내가 왜이렇게 목숨걸고 일해야되는지 이대로 가다가는 죽을 것 같아

자살 사망자들은 유서 속에 열심히 살아보려고 하였으나 뜻대로 되지 않는 상황에 절망하였다. 이에 따라 자살 사망자들은 ‘감당하기 힘들다’, ‘허무하다’는 감정을 느끼게 되면서 점차 삶에 대한 의지를 상실하게 된다.

5. 작용 · 상호작용 전략

작용 · 상호작용 전략이란, 실제로 행하는 의도적인 행위를 말하는데, 중심현상을 다루고 이에 대처하기 위해 고안된 전략이다.¹⁸⁾ 본 연구에서는 남은 사람에게 대신 해결해줄 것을 요청하는 부탁, 사후 처리에 대한 지시, 남겨진 사람들에게 마지막 인사를 하면서 행하는 마음의 정리, 그리고 자살 사고의 실현을 위한 구체화 작업이 작용 · 상호작용 전략으로 나타났다.

(1) 남은 사람에게 해결을 부탁

자살 사망자들은 특정인의 불법적인 행위를 폭로하거나 자신의 억울함을 호소하면서 자신이 해결하지 못한 과제들을 자신의 유족이나 경찰 등 사법기관 등에 대해 그 문제들을 해결해 줄 것을 적극적으로 요청하기도 한다.

- 당신이 별로 관심없는 사기사건으로 목숨끊는 바보도 있습니다.
- 부디 *** 꼭 잡아 법앞에 세워 주십시오(주십시오)
- 언니 한 쪽 풀어줘 내 시신은(****) 경찰하에 처리해 주시길 바랍니다
- 몸에 있는 상처가 왜 생겼는지 형사 경찰관님이 꼭 밝혀주시길 바랍니다
- 간섭 구타에다 욕설은 세상에서 제일 잘하는 *** (이름)
- 이 사람을 처리해 주세요 *** (이름)

*** (이름) 위와 같이 자살 사망자들은 유서를 통해 특정인의 이름과 주민등록번호 등 신원에 대한 상세한 정보를 제공하면서 자신이 겪은 사건의 해결을 적극적으로 요청하기도 한다. 이는 자신이 해결하지 못한 억울한 감정을 타인에게 호소함과 동시에 자신에게 피해를 끼친 사람에게 응당한 처벌을 받게 되기를 바라는 소망을 담고 있는 것이라 볼 수 있다.

(2) 사후 처리에 대한 지시

자살 사망자들은 장례절차나 시신 처리 방식 및 유족들이 확인해야 하는 경제적인 절차에 대해 유서에 상세히 정보를 남겨놓았다.

- **이가 대학을 무사히 입학하고 나면 자동차 사고로 죽었다고 해주구요
- 내 파란색 전화번호 1번 단축키 꼭 누르면 **라고 뜰 거야 그 사람한테 전화해서 나 죽었다고 좀 해줘. 연락없으면 걱정할테니깐...
- 나의 시신은 화장해서 납골당에 안치하고 납골당이 안되면 수목장이라도 해서 너희들 가까운 곳에 있고 싶다. 시골 가족 묘지에는 가기 싫구나.
- 저를 위해서 3일장 그런거 하지도 마시고 화장해서 그냥 뿌려주세요
- 영정사진 하나 쓸 사진은 책상위에 놓고 갑니다.
- 부채부분은 법률사무소에 문의해서 상속포기 신청을 즉시 해야합니다.
- 엄마카드로 ****만원까지 뺄 수 있으니 그것부터 먼저 은행에서 빼서. 경비로 해라. 비번(비밀번호) ****
- 너희 셋이 서로 배려하고 사랑하면서 살아가기를 바란다 건강해라 보고싶다.

자살 사망자들은 자신의 죽음이 자살이 아닌 사고로 인한 것이라 주변에 알려달라고 부탁하기도 하였다. 이는 자살에 대해 부정적인 사회적 인식을 고려하여 유족들에게 피해가 가지 않

도록 하기 위한 것이라 볼 수 있다. 경제적인 측면에서는 자살 사망자가 자신의 신용카드 비밀번호와 사용할 수 있는 금액에 대한 정보를 제공하여 경비를 마련하도록 지시하고 있다. 혹은 부고 연락을 취해야 하는 사람들의 전화번호를 상세히 적어놓거나 수목장 혹은 화장 등 본인이 원하는 방식으로 장례를 치를 수 있도록 사후처리에 대해 지시하고 있다. 또한 자살 사망자들은 사망 이후 남겨진 사람들이 앞으로의 삶을 잘 영위할 수 있도록 어떻게 살아갔으면 좋겠는지에 대한 소망을 언급하기도 하였다.

(3) 마음의 정리

자살 사망자들은 유서를 통해 마음의 정리를 하는 모습을 보인다. 유족 및 지인들이 잘 지내기를 바란다는 축복과 함께 다움을 기약하기도 한다. 이와 동시에 남겨질 사람들에게 대한 걱정과 자신과 함께 해준 사람들에게 대한 미안함을 표현하였다. 이러한 언급은 곧 타인에 대한 긍정적인 정서의 표현으로 볼 수 있다.

- 건강히 오래오래 사시고 행복하시기를 진심으로 기원합니다.
- 다음 세상에서 다시 만났으면 좋겠고 행복하게 해주고 싶다.
- *** (사망자의 반려동물)가 나없이 살아갈 수 있을까
- 나한테 시집와서 고생만 시키고 마지막 가는길까지 당신에게 짐이 되네 미안해
- 저 하나로 인해 바쁘신분들 이렇게 고생시켜서 정말 죄송합니다.
- 저를 많이 생각해주시고 아껴주신점 진심으로 감사드립니다.
- 힘든일도 많았지만 이젠 지난일들이고 함께 했던 시간들 고맙고 행복했어요
- 죽어서도 못 잊을거야 사랑해 안녕

위의 유서 내용을 통해 자살 사망자들은 유족과 지인들에 대해 걱정하였다는 것을 알 수 있다. 이와 동시에 자신의 시신을 발견할 사람들에게까지 죄송하다는 표현을 통해 자신의 행위가 남길 결과에 대해 사죄하는 모습을 보이고 있다. 또한 다음 세상에서 다시 만나자고 하거나 지난 삶이 행복하였다고 언급하면서 타인에 대해 긍정적인 정서를 표현하고 있다. 이는 자살에 대한 결심을 확고히 한 상태에서 마음의 정리를 하는 작업이라 할 수 있다.

(4) 자살 사고의 실현을 위한 구체화 작업

자살 사망자들은 유서를 작성하면서 자살 사고를 실현하기 위한 자살 행위를 구체화한다. 생전에 하지 못했던 말과 자살 행위의 목적을 유서에 서술함으로써 자살 결심을 확고히 하는 것이다. 또한 삶과 죽음의 의미에 대해 성찰하면서 자살 수단

에 대해 고민하기도 한다. 그리고 남겨진 사람들을 안심시키려 하기도 한다.

- 죽기 전에 제가 살아서 하지못한 말들을 하려고 합니다
- 그냥 뛰어내리면 안되냐고 생각하는 사람도 많다. 하지만 자기 스스로를 죽이는건데 다른 여러 사람 피해 줄 필요가 있을까? 피해보는 사람을 최대한 줄여주는 것도 자살의 예의 아닐까?
- 나는 천국에 가니까 걱정하지마

위에 제시된 유서의 내용들과 같이, 자살 사망자들은 자살을 결심한 뒤 생전에 하지 못했던 말들을 기록하기 위한 의도로 유서를 작성한다. 이는 죽음을 구체적으로 생각하고 실행하려는 과정으로써 유서 작성을 시작한 것이라 볼 수 있다. 자살 사망자는 죽음에 대한 자살의 방법에 대해 고민하기도 한다. 그리고 남겨진 사람들을 안심시킴으로써 자살 사고를 자살 행위로 실행할 준비를 한다.

6. 결과: 자살의 선택

결과란 작용·상호작용 전략에 따라 중심현상이 조정되면서 최종적으로 나타난 것이다. 삶의 의지 상실이라는 중심현상에 대해 자살 유서 작성자들이 작용·상호작용 전략을 취하며 조정된 결과는 자살이다.

(1) 자살 선택

자살 사망자들은 자신을 죽음으로 내몰았던 특정 인물을 지목하는 모습을 보이기도 하나, 때로는 스스로가 심사숙고하여 내린 결정이 자살이었다는 점을 유서를 통해 밝히기도 한다.

- 내가 생각하고 또 생각하고 하다가 죽음을 선택하였으니 그리 알려 누구 탓도 아니다.
- 어릴적부터 자살시도 많이도 했는데.....
- 이번에는 진짜 가....
- 나의 죽음에 그 어떤 근무자도 책임질 의무가 없음을 천명하고자 합니다.

위와 같이 자살 사망자들은 유서를 통해 자신의 죽음은 자발적으로 선택한 결과이므로 누구라도 원망하지 말 것을 당부하기도 한다. 또한 충동적인 감정으로 죽음을 선택한 것이 아니라 오랜 기간에 걸쳐 고민한 결과물이며, 그동안 자살 시도를 여러 번 하였다는 점을 분명히 밝혀 자발적인 선택임을 강조한다. 장기적으로 자살에 대해 충분히 생각하고 이를 실행에 옮기기로 결정하는 과정에 대해, 자살의 '성찰성'으로 설명할 수 있다.

지금까지 패러다임을 구성하는 범주들에 대해 살펴보았는데, 이 자료를 토대로 범주들을 포괄하는 이야기를 서술하기 위해 선택 코딩을 실시하였다.

7. 선택 코딩

선택 코딩은 축 코딩 과정을 통해 연결된 모든 범주들이 핵심적인 한 개의 범주로 통합되어 하나의 이론으로 만들어지는 과정을 가리킨다.²⁰⁾ 즉, 축 코딩 모형에 있는 범주들을 통합할 수 있는 이야기를 서술하는 것이다.²³⁾

자살 유서를 작성한 자살 사망자들이 자살을 선택하기까지 과정을 요약하면 삶의 의지를 상실하게 하는 개인적 문제와 대인관계 문제를 겪는데 이는 자살 사고를 만드는 촉발 사건(precipitating events)이다. 이 문제들로 인해 자신과 주변에 대한 부정적인 인식을 갖게 되며, 이상과 현실의 괴리 안에서 삶에 대한 의지를 상실한다. 이 가운데 자살 사고를 방해할 수 있는 삶에 대한 의지 또한 갖고 있으나 자살 사고를 부추길 수 있는 인지적인 협소와 자살을 해결책으로 고려하는 사고를 하게 되며, 이에 대한 구체적인 행위로 남겨질 사람들에게 전하고자 하는 메시지를 유서로 작성한 후 자살을 선택한다.

이러한 핵심적 범주를 바탕으로 각 자살 유서의 사례들의 범주를 확인하고 구분하면서 유서의 내용이 ‘정보’와 ‘정서’를 담고 있는지의 여부, 그 정보와 정서의 주체가 ‘자신’인지 ‘타인’인지의 여부에 따라 유서를 작성하는 행위가 의미하는 것이 다르다고 할 수 있다. 따라서 함의하는 내용을 보여줄 수 있는 유형들에 대해 아래의 표에서 제시한 바와 같이 ‘지시사항’과 ‘고발 및 탄원’, ‘토로 및 하소연’ 그리고 ‘작별 인사’라는 4가지의 유형으로 범주화할 수 있었다(Table 3).

Table 3. Main Categories of Suicide Notes

	Provide information	Express emotion
Self	Instruction	Effusion/complaint
Others	Accusation/entreaty	Farewell

(1) 지시사항

‘지시사항’이란, 유서 작성자가 자신의 은행계좌 비밀번호 및 채무관계에 대한 정보나 원하는 장례 절차에 대한 정보를 상세히 제공하여 남겨진 사람들에게 대해 특정한 지시의 전달 수단으로 유서를 작성하는 유형이다.

– 목을 맨 것이 아니라 심장마비로 죽은 것 같이 해라
그리고 저녁에 옮겨라
그리고 엄마 카드로 ***만원까지 뺄수있으니 그것부터 먼저 은행에서 빼서.
경비로 해라. 비번(비밀번호) ****
그리고 모든 집에 대해서는 상속권을 포기해라(법무사 사무실에 들어서 자세한 것 물어보구 그리고 빌린돈은 **, 이모, 외숙모다.
(중략)
그리고 아파트 그냥 살다가 만기가 되면 주인한테 계약서주

고 반환금 받아라

주민등록을 **이는 이쪽으로 옮기고

유서의 작성자는 자살로 인한 사망이라는 것을 숨길 것과 유족들이 앞으로 처리해야 할 경제적 문제와 관련한 절차들을 자세히 서술하고 있다. 즉, 남겨진 사람들에게 필요할 것이라 판단한 정보를 전달하기 위한 뚜렷한 목적을 지닌 유서라고 할 수 있다.

(2) 토로 및 하소연

‘토로 및 하소연’은 특정 정보를 기록하기보다는 자살을 결심하게 되기까지 자신이 느꼈던 감정을 서술하면서 이를 호소하는 수단으로 유서를 작성한 유형이다. 하지만 자살 사망자들은 유서에 자신의 이야기뿐만 아니라 타인에 대한 이야기를 서술하기도 한다.

– 산다는 것이 다 이런건가

슬퍼도 슬퍼도 이런건가

칼로 도려놓는것같이

이렇게 아픈건가

죽고싶어 새상에(세상에) 신이

있다면 나좀 데려가

주세요 심장떨려

살수가 없어요

(중략)

차라리 죽구싶다 난

니가(내가) 내 마음알아 백분예

일만큼(백분의 일만큼)알아도 나에겐

행복이었을꺼다(거다)

유서의 작성자는 고통스러운 감정을 표현하면서 삶을 포기하고 싶다는 생각을 드러내고 있다. 또한 다른 누군가를 지칭하면서 ‘네가 나의 마음을 조금이라도 이해해주었다면 나는 행복했을 것’이라 호소하면서 원망의 감정 또한 드러내고 있다. 이처럼 유서를 남긴 자살 사망자들은 평소 자신이 느꼈던 감정의 호소 및 이해 요청 수단으로 유서를 작성하기도 한다.

(3) 고발 및 탄원

‘고발 및 탄원’은 타인에 대한 정보를 상세히 서술하고 사법기관에 그들의 처벌을 요구하기 위해 유서를 작성하는 것이다.

– 동생(***)에게 법적인 절차를 부탁하며 남편(***)에게 법적인 책임을 물어 처벌해주실 것을 간청합니다.

남편(***) *****-***** (주민등록번호) 시내버스 *번을 몰고 있으며

(중략)

몸에있는 상처가 왜생겼는지 형사-경찰관님이 꼭 밝혀 주시길 바랍니다.

그리고 다시는 운전하지 못하게 해주십시오(오).

그 사람은 시민의 생명을 지킬 자격이 없습니다.

꼭꼭 부탁 드립니다.

가는 길 편하게 해주십시오(오).

유서의 작성자는 남편의 주민등록번호와 직장에 대한 상세한 정보를 남겼다. 동시에 자신의 몸에 있는 상처가 왜 생겼는지 살피달라고 요청함으로써 폭력의 피해를 암시하면서 법적 처벌을 요구하고 있다. 이처럼 고발 및 탄원의 성격을 가진 유서를 작성한 자살 사망자들은 자신이 해결하지 못한 특정한 사건을 폭로하고 이에 대한 해결을 탄원하고자 하는 의도를 전달한다.

(4) 작별인사

‘작별인사’는 특정인에 대한 부정적인 정서를 드러내는 ‘고발 및 탄원’의 유형과는 달리 살면서 느꼈던 고마움이나 미안함을 마지막으로 전달하기 위한 작별 인사의 수단으로 유서를 작성한 유형이다.

— 형님들 평생 걱정드리고 많은 사랑받고만 가네요

제겐 편하고 든든하신 고마운 형님들이신대(테)

저 걱정마시고, 다음세대에도 형님들 꼭 만나고 싶어요. 동생 걱정마시고, 항상 형님들 기억할게요

사랑만 받고 갑니다. 사랑해요. 절대 누구도 원망마세요. 아버지 죄송합니다.

유서의 작성자는 그동안의 인연에 대한 감사와 미안함 그리고 사랑의 감정을 유서를 통해 표현하였다. 또한 누구도 원망하지 말라고 서술함으로써 누구도 자신의 죽음에 책임이 없으며, 죽음은 자신이 스스로 내린 결정이라는 점을 보여주고 있다. 이와 같이 작별인사의 목적으로 작성된 유서는 타인에 대한 긍정적인 정서의 표현이 두드러지게 나타나고 ‘다음 세상’ 혹은 ‘다음 생애’에 다시 만나기를 소망하는 바람을 볼 수 있었다.

지금까지 살펴 본 것처럼, 자살 사망자들은 유서를 작성할 때 마지막으로 전달하기를 원하는 메시지의 내용에 따라 유서 작성의 목적이 달라지며, 유서의 내용을 질적으로 살펴봄으로써 자살의 원인 및 당시 심리상태를 파악하는 데에 유용하다는 것을 알 수 있다.

고 찰

본 연구는 최근에 수집된 자살 유서를 통해, 자살 사망자들의 사망 당시의 심리 상태와 개인적으로 겪었던 어려움뿐만 아니라 대인관계 측면에서의 문제 등 그들이 직면하였던 어려움들과 그에 대한 대처 방식으로 자살을 선택하게 된 계기를 그들의 언어를 통해 해석해 보고자 한 것이었다. 본 연구는 질적 연구방법 중 근거이론을 선택하여 분석을 수행하였다.

연구결과를 요약하면 다음과 같다. 자살 사망자들은 개인적

차원과 대인관계 측면에서의 어려움이 인과적 조건의 역할을 하였다. 자신과 주변상황에 대한 부정적인 인식, 이상과 현실의 괴리로부터 삶의 의지를 상실하게 되는 것이 맥락적 조건이었다. 그러나 이에 대한 중재적 조건으로, 자살 사망자들은 생전에 자살 사고를 중재할 수 있는 삶에 대한 의지와 자살 사고를 부추길 수 있는 인지적 협소, 자살을 자신이 처한 상황에 대한 유일한 해결책으로 고려하는 사고방식이 공존하였음을 확인하였다. 작용·상호작용 전략으로, 자살 사망자들은 자살 사고를 구체화하고 신변 정리를 위해 자살 유서를 작성하였다. 자살 유서에는 사후처리에 대한 지시 및 남겨진 사람들에게 전하는 메시지를 서술한 뒤 자발적으로 죽음을 선택하였다.

자살 사망자들이 유서를 작성하는 행위는 어떠한 메시지를 전달하고자 하는 소통의 행위라 할 수 있는데, 이는 자신에 대한 정보를 상세히 제공하며, 사후에 해야 할 것들을 지시하는 지시사항 전달의 수단과 자신의 감정을 전달하는 수단의 행위라 볼 수 있다. 또한 타인에 대한 정보를 제공하면서 탄원 및 고발의 특성을 지닌 유서를 작성하기도 하며, 때로는 타인에게 느꼈던 감정을 표현하며, 마지막 작별인사를 전하는 수단으로 활용하기도 한다.

이러한 연구결과를 통해 몇 가지 자살 예방을 위한 제언을 할 수 있다.

첫째, 자신의 금융관련 정보나 특정 계좌의 비밀번호 등을 타인에게 알려준다거나 사후 어떠한 절차를 통해 처리해달라는 식의 이야기를 하거나 글을 작성하는 사람이 있다면 주의 깊게 살펴보아야 할 것이다. 실제 자살 사망자들은 유서를 통해 자신이 없더라도 남겨진 사람들이 관련 사무 처리를 위해 상세하게 정보를 적어두는 경향이 있기 때문이다.

둘째, 대인관계의 문제에서 좌절을 겪거나 어려운 경제적인 상황에 직면하였을 때 그러한 문제에서 벗어나고자 죽음을 고려하는 지의 여부를 살펴 필요한 경우 개입이 이루어지도록 해야 할 것이다. 이에 대해 연구자들은 대인관계와 관련한 내용이 나타난 자살 유서의 분석을 토대로 상담가와 같은 실무자들이 대인관계 문제와 관련하여 상담가가 자살 사고를 가진 사람의 삶 안에 존재하는 긍정적인 관계들을 강화하는 작업이 필요하다고 보았다.⁴⁾ 또한 자살 사망자들은 유서를 통해 자신이 좌절하게 된 대인관계 문제나 경제적 문제들을 상세히 서술하면서 이에 대한 도움을 적극적으로 요청하였지만 가능한 해결책은 죽음밖에 없다는 협소한 인지적 사고에 이르고 있다. 자살 사망자들은 ‘유일한 방법은 죽음뿐’이라면서도 유서를 통해 ‘살고 싶다’는 의지를 명백히 표현하기도 하였다. 이는 곧 자살 사고를 갖고 있는 자살 고위험군에 속한 사람들에게 적절한 개입이 가능하다면, 자살을 예방할 수 있다는 의미일 것이다.

마지막으로, 자살 사망자들은 자신이 할 수 있는 범위 내에서 열심히 삶을 살았으나 사회로부터 그에 대한 보상을 적절히 받지 못했다고 느끼는 박탈감과 이에 따른 절망감을 호소하였

다. 이는 곧 '세상은 불공평하다'는 사회에 대한 부정적인 인식으로 이어졌음을 볼 수 있다. 따라서 누구나 자신이 한 행위에 대해서 공정하게 평가를 받는다는 인식이 확산될 수 있도록 사회제도적인 측면에서 개선할 필요가 있는 부분은 적극적으로 개선해나가는 움직임이 필요하다. 상담기관이나 사법기관 등에서는 억울함을 호소하거나, 어떠한 사건의 해결을 촉구하기 위한 수단으로 자살 사고를 갖고 있는 것으로 판단되는 사람이 있다면 관심을 갖고 적극적으로 개입해야 할 것이다.

본 연구가 갖는 의의는 다음과 같다. 첫째, 외국에서 이루어진 선행연구들에 비해 자살 유서에 대한 국내의 질적 연구는 많이 이루어지고 있지 않다. 본 연구는 기존에 많이 시도되지 않았던 자살 유서에 대한 질적 연구를 수행하였으며, 향후 자살 사망자에 대한 연구에 있어서 필요한 질적 연구의 저변을 넓히는 데에 참고가 될 수 있는 기초 자료를 마련했다는 점에서 의의가 있다.

둘째, 자살 유서에 대한 연구가 심리적 부검의 한계점을 보완할 가능성을 보여주었다는 점에서 의의가 있다. 우리나라는 높은 자살률에 대한 대책의 일환으로 심리적 부검 사업을 2009년에 시범사업으로 처음 시작하였다.²⁴⁾ 그러나 심리적 부검을 할 때 실시하는 자살 사망자의 유족과 지인과의 면담은 그 면담 내용이 주관적이면서 편파적일 수 있다는 한계를 갖는다. 이 연구는 자살 유서의 내용에 대한 질적 연구를 수행함으로써 자살 사망자 본인이 직접 서술한 심리적 상태를 심층적으로 살펴볼 수 있다는 점을 제시하였다. 따라서 심리적 부검의 내용에 포함되는 자살 사망자의 유족 및 지인과의 면담, 인구사회학적 변인들에서 나타날 수 있는 한계점들을 보완하기 위해 자살 사망자의 유서를 확보하여 유서에 대한 심층적인 접근을 병행해야 할 것이다.

본 연구를 통해 살펴보았듯이, 자살 유서에 대한 질적인 연구는 실제 자살 사망자가 남긴 글을 통해, 자살의 원인을 파악함으로써 자살 사망자에 대한 직접적인 연구가 가능하다는 장점이 있다. 특히 자살에 대한 연구에 있어서 질적 연구는 왜 사람들이 자살을 하는지 설명하는 것이 아닌 이해하는 것을 가능하게 하는 방법이라는 점에서 의미가 있다.^{15, 25)}

그러나 유서에 대한 질적 연구에는 보완해야 할 한계점은 일반화의 가능성이다.¹⁵⁾ 이와 관련하여 여러 연구자들은 자살을 연구할 때 양적연구와 질적 연구 양쪽 기법을 모두 통합해야 할 필요가 있다고 지적한다. 또한 이와 관련하여 자살 유서를 작성한 사람에 대한 상세한 배경정보가 없다면 유서를 해석하는 것은 까다로운 작업이 된다.²⁶⁾ 그러므로 자살에 대한 연구를 할 때 자살 유서 작성자의 인구사회학적 정보와 생전에 앓았던 질환 등에 대한 정보들을 충분히 확보한다면, 자살 유서의 내용을 풍부하게 이해할 수 있을 것이다. 따라서 향후 자살 사망자에 대한 연구에 있어서 자살 사망자들의 인구사회학적 정보 뿐만 아니라 유족 및 지인과의 면담 등 다양한 출처에서 확보

한 정보들을 종합하여 유서에 대한 연구를 수행할 필요가 있다.

Conflicts of Interest

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

Acknowledgments

This research was supported by a grant for Development of Scientific Investigation funded by the National Forensic Service (2014-psychology-01).

References

1. Freuchen A, Groholt B. Characteristics of suicide notes of children and young adolescents: an examination of the notes from suicide victims 15 years and younger. *Clin Child Psychol Psychiatry* 2013 Oct 4 [Epub]. <http://dx.doi.org/10.1177/1359104513504312>.
2. Leenaars AA. Suicide notes in the courtroom. *J Clin Forensic Med* 1999;6:39-48.
3. Jones NJ, Bennell C. The development and validation of statistical prediction rules for discriminating between genuine and simulated suicide notes. *Arch Suicide Res* 2007;11:219-33.
4. Sanger S, Veach PM. The interpersonal nature of suicide: a qualitative investigation of suicide notes. *Arch Suicide Res* 2008;12:352-65.
5. Coster D, Lester D. Last words: analysis of suicide notes from an RECBT perspective: an exploratory study. *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther* 2013;31:136-51.
6. Ho TP, Yip PS, Chiu CW, et al. Suicide notes: what do they tell us? *Acta Psychiatr Scand* 1998;98:467-73.
7. Ministry of Health & Welfare. Annual report 2013: national survey on suicide. Sejong: Ministry of Health & Welfare; 2014.
8. Korea Institute for Health and Social Affairs. Cross-national comparisons of death rate using OECD data. Seoul: Korea Institute for Health and Social Affairs; 2014.
9. Black ST. Comparing genuine and simulated suicide notes: a new perspective. *J Consult Clin Psychol* 1993;61:699-702.
10. Baek SK, Choi SH, Hur TK, et al. Suicidal notes, real or fake?: stereotypes on suicidal notes. *Korean J Investig Psychol* 2014;1:17-26.
11. Rogers JR, Bromley JL, McNally CJ, et al. Content analysis of suicide notes as a test of the motivational component of the existential-constructivist model of suicide. *J Couns Dev* 2007;85:182-8.
12. Chavez-Hernandez AM, Leenaars AA, Chavez-de Sanchez MI, et al. Suicide notes from Mexico and the United States:

- a thematic analysis. *Salud Publica Mex* 2009;51:314-20.
13. Girdhar S, Leenaars AA, Dogra TD, et al. Suicide notes in India: what do they tell us? *Arch Suicide Res* 2004;8:179-85.
14. Tewksbury R. Qualitative versus quantitative methods: understanding why qualitative methods are superior for criminology and criminal justice. *J Theor Philos Crim* 2009;1:38-57.
15. Leenaars AA. In defense of the idiographic approach: studies of suicide notes and personal documents. *Arch Suicide Res* 2002;6:19-30.
16. Ro SW. A study on the adolescent suicides and 'death-preparing education'. *J Educ Dev* 2010;26:5-26.
17. Kim HC, Sohn YM. A study on the characteristics of elderly suicide and suicidal type. *Korean J Psychol Soc Issues* 2006;12:1-19.
18. Ju YS, Lee MC. A qualitative study of the daily lives of juvenile delinquents following a second offense. *Stud Korean Youth* 2008;19:5-31.
19. Choi HK. Usefulness and limitation for qualitative data analysis software(NVivo2): a comparison between conventional method and NVivo2. *Korean J Policy Anal Eval* 2008;18:123-51.
20. Choi JY. A qualitative study on changes in mother-child relationship through marriage process: focusing on christian family. *Korea J Couns* 2009;10:1697-725.
21. O' Connor RC, Leenaars AA. A thematic comparison of suicide notes drawn from northern Ireland and the United States. *Curr Psychol Dev Learn Pers Soc* 2004;22:339-47.
22. Shneidman ES. *The suicidal mind*. New York: Oxford University Press; 1996.
23. Kim MJ, Son JH, Kim HJ. The actual conditioned of adolescents' use of language on the grounded theory. *Forum Youth Cult* 2013;34:8-22.
24. Psychological autopsy of completed suicide and case management services for attempted suicide. Seoul: Ministry of Health & Welfare, and Korean Association for Suicide Prevention; 2009. p. 1-73.
25. Lester D. Qualitative research in suicidology: thoughts on Hjelmeland and Knizek's "why we need qualitative research in suicidology". *Suicidol Online* 2010;1:76-8.