

포커스 그룹 인터뷰를 이용한 청소년의 금연동기 탐색

한영란* · 하은희** · 박혜숙** · 이보은**

*동국대학교 의과대학 간호학과 · **이화여자대학교 의과대학 예방의학교실

〈 목 차 〉

I. 서론
II. 연구방법
III. 연구결과
IV. 논의

V. 결론
참고문헌
Abstract

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

한국인의 흡연율은 세계적으로 매우 높아 우리나라 성인 남자의 흡연율은 세계 1위이며 지난 20년 간 청소년의 흡연율 역시 급속히 증가해 왔다. 2001년 서울시와 한국보건사회연구원(2002)에서 실시한 서울시민의 보건 의식행태조사에서 15세에서 24세 연령의 흡연율은 남자 36.5%, 여자 4.6%로 높게 나타났으며 이러한 청소년 흡연율은 아시아지역 국가에서 가장 높은 수준이다(연세대학교 보건대학원 국민건강증진연구소, 2001). 청소년 흡연의 건강 유해성은 이미 잘 알려져 있다. 미국에서도 흡연은 어린이

와 청소년 건강에 가장 위협을 주는 단일 위험 요인으로 보고되고 있다(CDC, 2003). 흡연 또는 간접흡연으로 인한 청소년들의 건강 피해는 성인보다 더욱 심각하게 나타나는데 이는 청소년들의 신체발육이 아직 완성되지 않은 상태이어서 모든 세포와 조직이 약하고 유해물질 노출에 예민하기 때문이다. 또한 흡연은 호흡기 발암물질로서 폐암과 밀접한 연관성을 갖고 있으며 25세 이전에 흡연한 사람은 25세 이후에 흡연을 시작한 사람보다 폐암에 걸릴 위험이 2.5배나 높기 때문에 청소년 흡연자들이 폐암에 걸릴 위험은 적어도 2.5배가 높으며, 폐암 발병 시기 역시 빨라질 것이다. 청소년 시기의 흡연은 관상동맥질환과 당뇨병의 중요한 위험 요인으로 알려져 있으며 동맥경화를 빠르게 진전시키는 중

교신저자: 한영란

경북 경주시 석장동 707 동국대학교 의과대학 간호학과
전화번호: 054-770-2625, E-mail: hanyr@dongguk.ac.kr

요한 위험인자 중의 하나로 알려져 있다(김문실과 김애경, 1997; 서일 등, 1998; 정혜경, 2001). 또한 청소년기의 흡연은 앞으로 성인기에도 지속될 가능성이 높으며 흡연에 따른 건강문제가 외에도 비 흡연 청소년에 비해 흡연청소년이 사회적으로 부정적 대우를 받기 쉽고 다른 약물남용을 하게 될 가능성도 높아지므로 앞으로는 흡연예방 대책 뿐 아니라 금연을 위한 대책 또한 매우 중요하다(Sussman 등, 2001).

많은 흡연 청소년들은 정도의 차이는 있지만 흡연의 유해성을 알고 있으며 금연하기를 희망하는 것으로 나타났으나 성인에 비해 금연동기가 낮고 또래의 영향을 많이 받아 금연에 성공한 비율은 매우 적다(김성원, 2002; 서경현과 이석민, 2004; Burt 와 Peterson, 1998; Engles 등, 1998; Sussman 등, 2001). 이렇게 많은 흡연 청소년이 금연을 희망하나 성공률이 낮은 이유는 청소년 흡연자의 발달과정상 변화가 성인과 다르게 매우 다양하고 복잡하며 외부의 영향을 좀 더 많이 받기 때문에 그리고 흡연의 해로운 면을 알고 있다고 해도 흡연습관을 버리는 것이 쉽지 않기 때문이므로, 청소년을 위한 금연 프로그램은 성인과는 다른 접근법을 사용하여야 한다고 주장한다(김소야자 등, 2001; Dovovan, 2000).

지금까지 흡연과 관련한 연구를 고찰해 보면 성인의 경우에는 흡연예방뿐 아니라 흡연자를 위한 금연프로그램의 개발과 효과, 금연시도 및 유지의 예측요인 그리고 금연경험 등 다양한 측면의 연구가 풍부하게 이루어져 있으나, 청소년들을 위한 흡연관련 연구는 흡연의 시작을 예방하기 위해 흡연의 위험성을 교육하고, 흡연의 예측요인들을 연구하는데 초점을 두어왔을 뿐 금연과 관련하여서는 충분한 연구가 많이 이루어

어지지 않았다(Stone 과 Kristeller, 1992; Engles 등, 1998). 그러나 얼마 전부터 청소년을 대상으로 한 금연연구가 시행되고 있는데 그 내용을 보면 금연에 영향을 미치는 요인과 예측인자에 대한 연구(김혜원, 1999; Rose 등, 1996; Burt 와 Peterson, 1998; Matheny 와 Weatherman, 1998; Sussman 등, 1998), 금연단계에 대한 연구(Engles 등, 1998; Park 등, 2003), 금연프로그램 개발과 효과에 관한 연구(김소야자 등, 2001; Dovovan 등, 2000) 등이 있었다.

금연의 성공에는 흡연시작연령, 흡연습관, 동료의 영향, 사회적으로 부정적인 반응, 흡연에 대한 태도 등 다양한 요인들이 영향을 미치지만, 무엇보다도 금연을 하겠다는 동기가 중요하다(문선영, 1995; 김소야자 등, 2001; Engles 등, 1998; Sargent 등, 1998; Sussman 등, 2001). 최근 청소년의 흡연을 감소하기 위한 금연프로그램이 시도되고 있지만 이러한 프로그램이 단기간으로 성공할 뿐 장기적으로 성공하지 못하는 이유는 청소년들이 금연을 하려는 동기가 같다는 전제에서 시작되었기 때문이므로 금연프로그램의 성공을 위해서 흡연자의 다양한 동기를 고려하여 적용해야 하므로(김애경, 1998; Park 등, 2003) 금연동기에 대한 연구가 필요하다. 동기란 동인 즉 자극이나 유인에 의해서 개인의 행동을 이루어지게 하는 계기가 되는 것이며, 인간의 행동을 유발시키는 힘을 가지고 있고 목표 지향적인 인간행동을 전제로 하며, 인간의 행동을 통합, 유지시키는 내적 요소를 다루는 특성(이양수, 1991)을 가지고 있으므로, 금연을 유도하고 지속하게 하는 여러 요인 중 동기에 대한 탐색이 더욱 필요함을 알 수 있다. 한편 금연동기에 대한 지금까지의 연구를 살펴보면 주로 성인을 대상으로 했고, 청소년을 대상으로

했다고 해도 양적 연구로 다양한 변수 들 중 한 변수로 금연이유에 대해 단편적으로 조사한 연구가 있을 뿐이다(Stone 과 Kristeller, 1992; Stanton, 1995; Rose 등, 1996; Engles 등, 1998). 또한 금연 동기는 내, 외적 금연동기 또는 금연 목적과 이를 위한 역량으로 설명되고 있었다(Cury 등, 1990; Sussman 등, 2001).

지금까지 청소년을 대상으로 연구된 제한되고 단편적인 금연동기에 대한 분석을 더욱 심층적으로 하기위해 본 연구는 청소년을 대상으로 포커스 그룹 인터뷰를 실시하여 그들의 생생한 금연동기에 대한 자료를 제시함으로써 금연프로그램 및 금연정책에 반영할 수 있는 기초 자료로 제공하기 위해 실시되었다.

II. 연구방법

1. 연구방법 및 설계

본 연구는 과거 흡연을 했거나 현재 흡연을 하고 있는 청소년 중 금연시도의 경험이 있는 학생을 대상으로 금연 동기에 대해 포커스 그룹 인터뷰를 실시하여 자료를 수집하고 이를 Morgan(1998)과 Kruger(1998)가 제시한 분석과정, 즉 연구시작시기, 포커스 그룹도중, 포커스 그룹 직후, 전체 포커스 그룹 종료 후의 4단계 지침사항을 기준으로 분석한 서술적 연구방법이다.

포커스그룹은 주제와 관련하여 공통된 특성을 가지고 있는 구성원으로 구성된다. 포커스그룹 인터뷰란 연구자가 특수한 목적을 가지고 면담을 진행하여 단 기간에 참여자들로부터 주제에 초점을 맞추어 많은 양의 집중적인 대화를

유도해 내는 것이며 그룹 내의 상호작용을 통해 그들의 경험, 감정 및 신념을 이끌어낼 수 있는 유용한 방법이다. 이러한 집단적 토론과정은 경험의 폭과 주제에 대한 탐색을 심층적으로 하게 한다. 또한 집단토의에서 토의될 수 없는 부분은 개별면담이나 설문지로 추가정보를 얻을 수 있다. 여기에서 도출된 서술적이며 개념적인 주제들을 일반화할 수는 없지만 이러한 결과들은 설문지 개발, 양적 연구의 부가적 자료 및 건강교육프로그램 개발을 위해 중요하게 활용된다(김성재 등, 2000; Morgan, 1998; Morgan 과 Scannell, 1998; Morgan, 2001; Kim 등, 2004).

청소년들의 금연동기를 탐색하기 위해서는 흡연과정에서 금연을 경험한 학생의 생생한 경험을 기반으로 하여 동료들 간의 상호작용을 통해 사고, 의견, 감정을 함께 공유하므로 과거 금연시도의 동기 뿐 만 아니라 미처 생각하지 못했던 금연동기에 대해서도 생각해 볼 수 있다는 점에서 적절하다고 판단하였다. Morgan(1998)은 포커스그룹 안내서에서 포커스그룹의 사용에 적합한 예를 4가지 들었는데 그 중 하나가 복잡한 행동과 동기에 대한 탐색이었다.

2. 연구 참여자선정 및 윤리적 고려

서울 일 지역의 남녀공학 중학교 1개교, 고등학교 2개교를 임의로 선정하여 연구팀이 교장선생님을 만나 연구의 목적과 내용에 대해 설명한 후 허락을 받고 보건교사와 연계하여 흡연 및 금연 실태에 대한 설문지를 1차로 실시하였다. 연구팀이 직접 각 반에 들어가 간단한 설명과 함께 설문지를 배포하고 회수하였으며, 설문 문항 중에 과거 흡연을 했거나 현재 흡연을 하는 학생 중 금연을 시도했던 경험을 가진 학생 중

에서 금연동기에 관한 포커스 그룹인터뷰에 지원할 학생은 전화번호를 남기도록 하였다. 차후 설문지에 전화번호를 남긴 학생들에게 전화를 하여 재차 연구의 취지를 설명하여 참여의사를 재확인하였고, 확인편지를 발송하였다. 참여자의 익명성이 보장되며 면담내용은 연구목적 이외에는 사용하지 않을 것을 설명한 후 연구 참여에 대한 최종 동의를 받았으며 언제든지 토론을 중지하고 그만 둘 수 있음을 설명하였다.

3. 자료수집

포커스 그룹의 크기는 주제 자체가 표출하기 쉽지 않고 정서적인 측면을 포함한 것이므로 Morgan 과 Scannell(1998)의 안내에 따라 작은 규모 즉 한 그룹 당 6명 이내로 하였으며 면접 시간은 120분 정도, 주요 질문의 수는 8개 이내로 정리하였다. 포커스 그룹의 수는 대규모 연구인 경우를 제외하고 전형적으로 3개에서 5개가 일반적이다. 이러한 크기는 주제가 중간정도의 복잡성을 가지고 있고 연구 참여자가 중간정도의 다양성을 가지고 있을 때를 가정하는 수이다. 이러한 기준에 따라 본 연구는 6명의 학생을 단위로 세 포커스 그룹을 진행하기로 하였으나 참여를 거부한 학생들이 발생함에 따라 1차 4명, 2차 5명, 3차 6명 등 총 15명을 대상으로 세 그룹의 포커스 그룹을 진행하였다.

포커스 그룹은 한 대학부속병원 PBL 룸에서 이루어졌으며 개별적으로 간단한 설문지를 작성하도록 한 후, 서로 마주볼 수 있는 책상에서 면담을 시작하였다. 서로에 대한 소개와 토론의 규칙에 대해 설명한 후 시작했으며 주된 질문 내용은 다음과 같다; 도입질문으로 “여러분에게 있어 담배는 어떤 의미를 가진다고 생각합니

까?” 이며, 전환질문은 “담배가 몸에 해롭다는 것을 알면서도 흡연을 지속하는 이유는 무엇이라고 생각하십니까?, 이고, 주제질문으로는 “자신의 경험상 금연을 하게 된 이유는 무엇입니까?, “앞으로 금연을 하게 된다면 어떤 경우에 그렇게 될까요?” 이며 마무리 질문으로는 “그 외에 다른 의견이 있으면 말씀해 주세요.” 이었다. 이러한 질문은 Sussman 등(2001)이 흡연율이 높은 고등학생들의 금연시도를 높이고 지속을 잘하도록 돕기 위해 포커스그룹 인터뷰를 사용한 대규모 연구에서 사용된 질문을 기초로 연구자들이 논의하여 작성한 것이다. 토의 진행시 연구팀은 토의 진행자, 칠판 판서, 녹음, 현장 노트 작성의 역할을 분담하였다. 시작 전 연구 참여자의 동의하에 전 내용을 녹음을 하였다. 자료수집기간은 2003년 1월 10일부터 2월 말까지 진행되었으며 한 그룹 당 2시간- 2시간 30분의 토의가 진행되었다.

4. 자료 분석

Morgan(1998)과 Kruger(1998)가 제시한 분석과정, 즉 연구시작시기, 포커스 그룹도중, 포커스 그룹 직후, 전체 포커스 그룹 종료 후의 4단계 지침사항을 기준으로 제시하면 다음과 같다.

4단계의 분석기준을 준수하기 위해 연구시작 전부터 연구팀은 역할을 분담하고 이를 위한 준비를 했으며 제시될 질문에 대한 합의를 도출하였다. 포커스 그룹 진행 중에는 연구팀원이 모두 참석하여 토론 내용을 주의 깊게 경청하였고, 특히 진행자는 토론 과정에서 모호한 부분이나 논리가 맞지 않는 내용 등을 재확인하기 위한 추가질문을 하였고 한 그룹을 마칠 때마다

철판에 정리된 내용을 다시 보면서 토론 내용에 대한 연구 참여자들로 동의를 받았다.

포커스 그룹 직후에는 연구팀원이 토론 중 중요한 주제로 인식한 것, 기대와 달랐던 내용, 특이사항 등에 대한 디브리핑 노트를 정리했으며 녹음이 잘 되었는지를 점검하였다. 개별적으로 확인할 사항이 있는 경우에는 개별적 면담을 하거나 또는 이메일을 통해 자료를 수집하였다. 녹음한 내용은 즉시 필사하여 의미 있는 진술을 중심으로 분석한 후 분석한 자료와 디브리핑 노트, 현장노트 등을 합하여 다음 그룹의 토의에 반영하였다. 첫 번째 그룹에서 제시된 주제가 두 번째 그룹에서 나타나는지 그리고 또 다른 주제가 나타나는지를 탐색했으며, 첫 그룹에서 제시된 주제가 나타나지 않을 경우에는 진행자가 이를 제시하여 이에 대한 연구 참여자들의 생각을 토론하도록 하였다. 세 번째 그룹에서는 주제들이 포화되어 더 이상 새로운 자료가 나타나지 않아 면담을 종료하였으며 분석과정에서 더 필요한 부분은 개별적으로 자료를 수집하여 보충하였다.

전체 포커스 그룹 종료 후에는 필사본을 단어, 맥락, 내적인 일관성, 의견의 빈도, 의견의 다양함과 강도, 중요도를 중심으로 분석하였으며 반복적으로 나타나는 경향이나 양상을 찾고자 노력하였다. 필사본의 분석, 현장노트, 디브리핑 노트를 통합하여 분석한 자료는 지속적인 비교과정을 통해 공통된 의미에 따라 하위범주와 범주로 분류되었으며 연구결과는 질적 연구의 전문가인 간호학 교수 2인에게 자문을 구하여 최종 분석을 하였고 이 결과를 한 연구 참여자에게 보여 자신들의 경험이 잘 기술되었는지를 확인하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 연구 참여자의 일반적 특성

연구 참여자는 총 15명이었다. 중학생이 6명, 고등학생이 9명이었으며 여학생은 6명 모두 중학생이었고 남학생 9명은 모두 고등학생이었다. 모든 학생이 금연을 시도했으나 현재 금연에 성공한 학생은 중학교 여학생 3명이고, 금연에 실패한 나머지 학생은 1일 최소 1-2개비에서 1일 한 갑 이상 흡연을 하였고 현재 금연을 원하지 않는 학생도 3명 있었다. 15명 학생의 가족 중 흡연하는 사람이 있는 학생이 9명이었고 주로 아버지였다. 연구 참여자 중 7명은 주변의 친구들이 “거의 다” 흡연을 하였고, 7명은 2-6명으로, 응답하지 않은 1명을 제외하고 주변에 흡연하는 친구들이 모두 있었다. 금연에 성공한 3명의 여학생의 경우에도 주변에 흡연을 하는 친구들이 있었다. 성적으로 인한 스트레스를 받는 연구 참여자가 9명으로 가장 많았으며, 6명은 가정에서, 5명은 학교생활에서 스트레스를 받는 것으로 나타났다. 학교 성적은 모두 “중간이하”라고 답했으며, 흡연시작 시기는 초등학교 4학년부터 고등학교 1학년, 주 1회 이상 규칙적인 흡연시작은 초등학교 6학년부터 고등학교 1학년에 이르기까지 다양하였다(표 1).

2. 연구결과

자료를 분석한 결과 연구 참여자들이 흡연과정에서 금연을 유도하거나 지속하게 하는 동기로 6개의 범주와 15개의 하위범주가 도출되었다. 6개의 범주는 신체의 악 영향 인지, 중요한

<표 1> 연구 참여자의 일반적 특성

번호	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
학 년	중2	중2	고2	고2	고2	고2	고2	고2	고2	고2	고2	중1	중1	중1	중1	
성 별	여	여	남	남	남	남	남	남	남	남	남	여	여	여	여	
가족 중 흡연자	없음	아버지	없음	-	아버지	아버지	없음	아버지	-	아버지	아버지	아버지	아버지	없음	아버지, 오빠	
친구 중* 흡연자	6명	6명	매우 많음	거의 다	거의 다	거의 다	4명	3명	2명	거의 다	거의 다	3명	-	있다	모두	
학교 생활	1	0	-3	0	0	-3	0	-1	2	2	1	-2	0	0	3	
** 스트 레스 정도	친구 관계	-2	0	-3	0	-3	-3	1	0	3	-2	-3	-2	0	0	3
선생님과 의 관계	0	-2	0	0	3	-2	0	0	3	0	0	1	0	0	3	
성적	0	-3	0	1	2	-1	2	2	-3	3	3	2	2	0	3	
가정 생활	2	0	1	1	-1	0	3	0	-2	0	-3	0	0	2	3	
학교성적	매우 낮다	중간	중간	중간	낮다	중간	중간	중간	매우 낮다	낮다	매우 낮다	중간	낮다	중간	매우 낮다	
흡연시작시기 (주1회 이상)	4학년 (-)	-	중3때 (-)	-	고1 (고1)	중2 (고1)	초6 (중2)	초6 (중2)	중2 (중3)	중3 (중3)	중3 (중3)	6학년 (중1)	중1 (스트 레스)	중1 (중1)	5학년 (6학년)	
현재흡연	1-2개/ 일	3개 /일	1갑 /일	3-4개 /일	적당히	7개/일	반 갑 /일	2-3갑 /주	5개 /일	반 갑 /일	10개 /일	-	-	-	3-4개 /일	
금연 시도	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄	해봄
금연희망	지금 원함	지금 원함	지금 원함	지금 원함	지금 원함	원하지 않음	지금 원함	원하지 않음	지금 원함	원하지 않음	지금 원함	금연 성공	금연 성공	금연 성공	지금 원함	

* 가까운 친구 중 흡연 친구의 수를 쓰도록 했음.

** 스트레스 정도를 3점(강)에서 -3점(약)으로 표시하도록 함.
- 무응답

타인의 영향, 불편한 마음, 성취도 저하, 대인관계의 협소화, 학생으로서 우선순위결정으로 나타났다.

1) 신체의 악 영향 인지

연구 참여자 중 11명은 흡연을 하면서 잦은 기침과 가래가 생기고 폐활량이 감소되는 것을

느꼈으며 체력이 점차 떨어지고 살이 빠지면서 키가 크지 않고, 피부가 나빠지는 것을 경험했으며 어지럽고 울렁거림 등을 느꼈다. 또한 자신 뿐 아니라 흡연하는 친구들의 신체변화를 관찰하면서 더욱 흡연으로 인한 신체의 악영향을 인지하여 금연을 시도하게 되었다고 하였다.

중학교 여학생은 잦은 기침과 폐가 나빠지는

것 같은 느낌을 느낀다는 호소에 그쳤으나, 고등학교 남학생들은 흡연기간이 더 길었기 때문에 어지러움, 폐활량 감소와 지구력 약화, 운동의 효과 감소 등을 강조하였으며 피부변화에 대해서도 예민하게 반응하여 신체의 악 영향을 인지하는 정도가 중학생과 고등학생에서 다르게 나타났다. 이러한 신체의 악 영향을 인지하여 금연을 시도한 학생이 15명 중 11명으로 금연 시도의 중요한 요인으로 분석되었으나, 이러한 동기로 금연 시도 후 현재 금연에 성공한 학생은 중학교 1학년 여학생 2명뿐이었다.

<나빠진 신체 상태 인식> 가래가 많이 생기고 어떤 때는 가래가 많아 쉼어. 기침도 자주하고.. 체육 시간에 뛰다보면 숨이 차서 잘 뛰지도 못하고 폐활량이 많이 죽었어요... 지구력은 부족한 걸 금방 느껴요. 흡연한 이후부터는 키도 잘 안 크는 것 같고 피곤함을 자주 느끼고, 걸다가 갑자기 어지러운 때도 생기구요.. 체력이 떨어지고 그러니까 뛰지도 못하고.. 전에는 몸 체형이 뚱뚱한 것은 아니어도 통통했거든요. 그런데 갈수록 얼굴 살이 빠지고 피부도 안 좋아지고 몸도 조금씩 말라가고---. 저는 요즘 건강의 위험 신호를 느껴요.

<흡연 친구의 신체변화 관찰> 담배를 많이 피는 친구를 보니 갈수록 얼굴 살도 들어가고 피부가 안 좋아지는 것이 눈에 띄더라고요. 그래서 나도 거울을 보니 많이 삭았더라고요.. 점점 체력이 떨어지니 뛰는 것도 점점 힘들어 하더라고요.

2) 중요한 타인의 영향

이성친구와 흡연을 하지 않은 친구가 진심으로 자신을 위해 금연할 것을 충고할 때 그리고 흡연 친구가 금연을 결심하여 성공했을 때에는 스스로 금연할 마음이 생겨 금연시도를 하는 반

면 부모와 교사가 다양한 처벌과 감시로 금연을 강요했을 경우에는 마지못해 금연시도를 했다고 하였다. 12명의 연구 참여자가 이에 해당하였으며 중학교 여학생 중 4명은 부모의 강압에 의해, 2명은 친구의 애정 어린 권고로 금연을 시도한 반면, 고등학교 남학생 중 4명은 여자친구의 권고, 2명은 비 흡연의 권고, 2명은 선생님의 권고와 강압에 의해 금연을 시도하여 남, 여에서 중요한 영향을 미친 사람이 동성 친구를 제외하고 차이가 있었다. 흡연학생들이 애정 어린 관심으로 충고를 했을 때는 이를 고맙게 생각하며 스스로 기꺼이 금연을 시도하여 좀 더 금연기간이 길어지나 외부적 강압에 의해 마지못해 금연을 하게 되는 경우에는 상대방에게 더 나쁜 감정을 갖게 될 뿐 아니라 곧 다시 흡연을 하게 됨을 알 수 있었다. 따라서 흡연청소년들의 부모와 교사 등 가까이에서 중요한 영향을 미치는 사람들은 좀 더 긍정적인 방향에서 이들을 지도하고 금연으로 이끄는 방안을 모색할 필요가 있다.

<이성 친구/ 친구의 애정 어린 충고> 내가 좋아하는 여자 친구가 걱정하면서 담배를 피우지 말라고, 한 달간 담배 끊는 것을 보면 정식으로 사러겠다는 말에 담배를 끊었었죠. 결국 성공해서 그 여자친구와 사러게 되었어요. 나중에 여자친구가 다시 담배피우면 나도 된다고 험박까지 했지요. 그 후 여자 친구 몰래 다시 피우지만...

학교 전학을 가면서 교화에 열심히 다니기 시작했는데 그때 친구들이 제가 담배 피는 것을 알고 걱정을 많이 했어요. 고마운 생각이 들더라고요. 저는 담배를 끊어야겠다고 생각했지요. 그때 3달 동안 성공했어요...

< 부모의 강압적 금지>

지난 번에는 언마한테 걸렸어요. 제 친구들이 걸려서 저까지 걸렸죠. 가끔씩 언마가 소변검사까지 하니까 담배를 끊었었죠.... 나

갔다 오면 옷에서 냄새나는지 맡아보고 가끔씩 건사까지 하니가 담배를 피울 수가 없죠. 나를 걱정하는 딸투가 아니라 한참 내니까 나도 한가 나요. 마지못해 끊으려고 시도를 하지만 다시 피우게 되고 점점 끊어서 피우게 되죠.

<교사의 일방적 처벌>

선생님들은 공부 잘하는 아이들에게만 관심을 가져요. 나머지 학생들에게는 관심이 없죠. 게다가 담배까지 피우면 일방적으로 나쁘게 대하죠. 때리고 무시하고 담배 빼고... 마지못해 잠시 담배를 끊지만 다시 곧 피우게 되요. 문제는 “무조건 안돼!” 가 아니라 관심을 갖고 담배피지 말아야 하는 이유를 알려줘야 하는데..

<흡연 친구의 금연>

나랑 친한 친구가 강한 의지로 담배를 끊었어요. 대학가서나 한다고요 술은 조금씩 먹지만 그 이후 담배를 절대 피지 않더라구요, 정말 놀랐어요. 그 친구가 담배 끊는 것을 보고 나도 해야겠다는 생각을 하고 시도를 했지요....

내 친구 중에 아버지가 알콜 중독자인데 자기는 커서 그렇게 되고 싶지 않다고 담배를 피우다가 끊었어요. 그 친구를 보면 나도 할 수 있을 것 같아 금연을 시도했었죠.

3) 불편한 마음

중학교 여학생 2명, 고등학교 남학생 7명 등 총 9명이 학생신분으로 흡연을 하는 것은 좋지 않은 행동이라고 생각하고 있기 때문에 떳떳하지 못하고, 발각 시에는 부모나 교사로부터의 부정적 반응과 처벌을 두려워하여 발각되지 않기 위해 조심을 한다고 했으며 결국 이러한 불편한 마음 때문에 금연을 시도하였다. 이러한 이유로 금연을 시도한 여자 중학생 2명은 금연에 성공하였으나 남자 고등학생 7명은 다시 매일 흡연자가 되어 심한 경우 1일 2갑 이상 흡연을 하는 것으로 나타났다.

<떳떳하지 못함> 학생신분으로 담배를 끊어서 피우니까 “내가 왜 이렇게 해야 하나” 하는 생각도 들고요. 부끄러운 생각도 들죠. 특히 선배나 어른들 만날 때는 더욱 그렇죠... 놀이터에서 피고 있는데 어른들이 와서 뭐냐 하거나 주면등록증 보자고 하고 적어갈 때는 정말 속상해요.

끊어서 담배를 피울 때 어른들이 지나가면서 보면 창피하고 도망가고 싶어요... 혼자 몰래 담배를 피면서도 부모님 기대에 벗어난 것 같아서 속상할 때도 있어요.

<발각의 두려움>

집에 들어가면 냄새 때문에 부모님에게 발각될까봐 한장삼으로 바로 들어가지요. 담배를 피우고 나서 집에 들어갈 때는 껌을 씹고 우유를 마시고 부모에게 들키지 않기 위해 조심하죠. 들키면 매 맞죠. 당분간 자유롭지 못하고 ---

4) 성취도 저하

흡연 후 성적이 떨어진 여자 중학생 1명, 고등학생 1명과 운동 특기자로 흡연 후 운동의 효과가 떨어진 고등학생 2명은 학생으로 실제적인 성취도 저하가 금연의 계기가 되었음을 확인할 수 있었다. 이들 4명은 모두 성적에 대한 스트레스를 받고 있었으며 여자 중학생 1명은 현재 금연에 성공한 상태이며, 남자 고등학생 1명은 추후 확인과정에서 금연에 성공하였음을 확인하였다.

<운동준과 감소> 저는 지금 운동선수고 앞으로든 운동선수를 계속할 건대요. 담배피우고 나서 확실히 나빠졌어요. 이전보다 더 열심히 하는데 별로 준과가 없는 거죠. 그래서 이전 정말 담배 끊어야 해요. 시렁이 얼마 안 남았거든요... 저는 할 수 있어요. 앞으로 담배를 끊을 거예요.

<성적 저하> 처음에 담배피우면 집중이 잘 되서 공부가 잘 되는 것 같더니, 이전 담배

생각만 하다보니 공부가 더 안돼요. 담배를 피워야 되겠다는 생각만 하니까 성적도 떨어졌어요. 앞으로 대학 가려면 시간이 얼마 안 남았으니까 최선을 다할 거예요.

5) 대인관계의 협소화

담배를 피우게 되는 계기를 보면 친구를 쉽게 사귀고 어울리기 위해 담배를 피우게 되고 함께 어울려 지내 대인관계에 도움이 되는 측면이 있다는 것은 잘 알려진 사실이나, 본 연구에 따르면 여자 중학생 2명, 남자 고등학생 4명 등 6명은 이전부터 알던 친구 또는 새로 만나는 사람이 담배를 피우지 않으면 왠지 관계가 어색하고 조심스러워 그 사람들을 멀리하게 되어 대인관계가 협소해짐을 인지하게 되어 금연을 시도하였다. 또한 학생들은 흡연을 한다는 이유로 자신을 나쁘게 여기게 되는 것을 우려하여 금연을 시도하였고, 담배로 인해 나쁜 냄새가 나고 지저분한 인상을 줄까 걱정스러운 마음에 금연을 시도하게 되었다고 하였다. 이러한 결과는 대인관계에서 흡연으로 인한 부정적이고 긍정적인 측면 모두를 보여주는 것으로 이러한 내용이 청소년을 위한 금연교육에 반영될 수 있다.

<비 흡연친구 관계에서의 어색함> 처음 만나거나 잘 모르는 아이들을 만나면 내가 담배 피는 것을 어떻게 생각할지 모르니까 조심스럽더라고요. 일단 숨기게 되죠. 어색하고 불편해서 피하게 되죠... 흡연 친구와의 사이에서는 편한데 흡연하지 않는 친구들과 있을 때는 점점 불편해져요... 어떤 친구 언저리는 내가 담배 피우는 것을 알고 함께 놀지 말라고까지 하는데요... 담배 안 피는 아이들을 만날 때는 전보다 더 어색해지고 불편해지고 그대요...

<나쁜 이미지 우려> 담배 냄새가 옷에 배 일까봐 항상 신경 쓰이죠. 이성 친구 만날 때

특히나 그대요. 여자를 만나서 냄새를 풍기면 불쾌해 하잖아요. 민망하기도 하구요. 그래서 금연을 결심했죠... 교회에 나가게 되면서 대부분의 친구들이 담배를 피우지 않으니까 단지 내가 담배 피우는 것에 대해 민망하고 이상하게 생각하면 어쩌나 조심스러워져 담배를 끊으려고 했었어요..

6) 학생으로서 생활의 우선순위결정

연구 참여자들 중에서 금연을 시도하여 금연에 성공한 경우와 실패한 경우에서 과거 경험상 그리고 앞으로 어떠한 요인이 금연을 지속하게 하는데 영향을 줄 것인지 분석한 결과 연구 참여자들 중 남자 고등학생 3명과 여자 중학생 1명 등 4명은 흡연 후 성적이 떨어지고 고등학생 2명은 운동선수로서 신체 기능이 떨어짐을 인식하여 이를 극복하기 위해 앞으로 일상생활을 바쁘게 조절하면서 금연에 성공할 자신이 있다고 하였다. 현재 금연에 성공한 3명은 모두 중학교 여학생으로 흡연기간이 짧고 흡연을 많이 하지 않은 상태에서 스트레스 해소를 위해 시작한 흡연이 학생의 신분으로 떳떳하지 않고 성적이 떨어지는 경우가 생기자 금연을 시도하여 성공하였다. 이러한 것을 분석해보면 금연시도 후 성공할 가능성이 높은 동기로 “학생신분으로서 미래 준비를 위한 성적 및 체력관리와 모범적 학생의 역할을 준수하기로 생활의 우선순위를 결정한 것”이 확인되었다.

<운동선수의 자질배양의 필요성 인식> 저는 지금이 기쁘다고 생각해요. 운동을 많이 오래해야 하니까 끊어야 할 확실한 이유가 있는 것이죠. 저는 걱정만 하면 할 수 있어요. 가능합니다. 바쁘게 지내면 됩니다. 미래를 위해서 담배를 끊고 내 길을 가야지요. 인상을 바쁘게 만들어 담배 생각을 하지 않게 하면 됩니다...

<성적 관리의 중요성 인식>

저는 담배를 피우면서 점차 성적이 떨어졌거든요. 이제 시험 볼 날도 얼마 남지 않았고 이제 대학입학 준비에 최선을 다하려고 해요. 할 수 있어요. 학원에 다니고 열심히 공부하고 시간이 나면 컴퓨터를 하면 돼요. 자신 있어요.

<학생으로 모범적 생활준수>

우리 오빠는 담배 피우는 걸 듣켜 아버지에 게 몽둥이로 많이 맞았어요. 아버지는 제가 담배 피는지 모르셨구요. 나도 얼마간 담배 피우다 목매 피우는 것도 그렇고 부모님께 저송한 마음이 들고 학생으로 이렇게 하면 안 되겠다는 생각이 들어 담배를 끊었어요. 음악을 들을 때 그리고 피아노를 치는 동안은 담배에 대한 생각을 지울 수 있었거든요. 지금 완전히 끊었어요.

연구 참여자들은 위에서 제시한 다양한 이유로 금연을 시도했지만 금연에 성공한 여학생 3명과 금연에 성공할 가능성을 나타내는 자신감을 표현한 4명의 경우에서 나타난 “학생으로서 생활의 우선순위결정”이 다른 금연동기와는 다르게 금연시도 후 성공할 가능성이 높은 동기로 나타난 것은 중요한 의미를 가진다.

연구결과를 요약하면, 금연을 시도했던 이유를 한 가지 이상씩 이야기한 결과 가장 많은 참여자가 이성 및 동성친구의 애정 어린 충고, 부모의 강압적 금지, 교사의 일방적 처벌, 흡연친구의 금연 등 중요한 타인의 영향을 받아 금연을 시도했으며, 다음으로 자신 또는 흡연친구의 신체적 악 영향을 인식한 후에 금연을 하였다. 또한 학생 신분으로 흡연을 하는 것에 대한 불편한 마음 때문에 금연을 시도하였으며 대인관계가 상대적으로 협소해지는 것을 우려하여 금연을 시도하였으며 이외에도 성적 저하 및 운동선수로서 운동효과감소 등 학교생활에서의

성취도 저하를 우려하여 금연을 시도한 것으로 나타났다. 그러나 이러한 금연시도가 금연의 성공을 의미하는 것이 아니며 “학생신분으로서 생활의 우선순위를 정해” 생활을 조절해나갈 때 금연에 성공하거나 성공할 가능성이 큰 것으로 나타났다.

IV. 논 의

Sussman 등(2001)은 고등학생 233명을 대상으로 한 연구에서 담배를 끊도록 하는 이유로 돈, 친구의 반대, 흡연으로 인한 질병, 흡연으로 인해 아픈 사람을 가까이서 볼 때, 황당함 또는 창피함, 나에게 관심 있는 사람들의 압력이 분석되었고, Stanton(1995)은 15-18세의 976명을 대상으로 실시한 조사변수 중 하나인 금연이유로 비용(52%), 건강(51%), 체력관리(27%), 나쁜 이미지(16%), 사회적 압력(11%), 단순히 습관을 없애려는 것(10%), 이유 없음(5%) 등이 분석되었다. Stone 과 Kristeller(1992)가 10학년 375명을 대상으로 흡연관련 설문지를 조사한 내용 중 금연 이유는 건강, 모발 및 옷의 냄새, 중독, 가족의 반대, 비용, 친구들의 놀림, 코치의 반대 등으로 나타났으며, Rose 등(1996)이 청소년을 대상으로 종단적 연구를 한 결과에서 다양한 금연 동기를 사회적 압력, 건강영향, 흡연경험의 부정적 측면의 세 가지로 크게 분류하였다. 이러한 결과와 본 연구결과를 비교할 때 비용과 중독, 습관교정의 금연동기를 제외한 금연동기가 일치하였다. 그러나 본 연구결과에서 나타난 성취도 저하, 대인관계의 협소화, 불편한 마음, 학생으로서 생활의 우선순위 결정 등은 외국 청소년의 금연동기 연구에서 나타나지 않아 우리나라

학생들의 고유한 특성을 나타내는 것이라고 판단할 수 있다. 이는 우리나라 청소년들이 외국과 다르게 성적 등의 성취도 중심의 경쟁적 학교생활과 이에 따른 학생들의 입장을 나타내는 것이라고 할 수 있다.

문선영(1995)이 성인 5명을 대상으로 한 금연 체험 연구에서 흡연의 인체 유해성, 담배냄새, 청결치 못함, 이미지 손상, 비용, 간접흡연에 대한 죄책감, 사회적인 금연운동과 금연홍보 등이 금연동기로 나타났으며, Curry 등(1990)이 성인 1368명을 대상으로 금연동기를 양적 연구로 조사한 결과 두개의 내재적 동기(건강에 대한 관심, 자기조절의 소망)와 두개의 외재적 동기(즉각적 보상, 사회적 영향)가 나타났다. Matheny와 Weatherman(1998)이 금연프로그램을 수료한 263명의 지원자를 대상으로 금연을 원하는 12가지 이유를 조사한 결과 6가지는 건강과 관련된 이유이고 나머지 6가지는 돈의 절약, 주름살 예방, 조절감, 성취감, 자녀의 건강보호, 타인을 즐겁게 하기 위한 것으로 나타났다. 김애경(1998)이 17명의 성인을 대상으로 한 금연경험 연구를 보면 “건강에 대한 두려움”과 금연에 대한 배우자 등의 강요, 결혼, 임신, 자녀양육의 환경적 요인의 변화를 포함하는 “금연에 대한 압력” 그리고 흡연에 대해 가족에게 느끼는 죄책감, 호기심 감소, 후회 등의 흡연에 대한 부정적 느낌과 자신의 의지를 시험하고 싶은 마음을 포함하는 “금연의지”가 금연을 시도하는 인과적 요인으로 나타났다. 최경원과 김귀분(2002)이 성인 5명을 대상으로 한 금연경험 연구에 의하면 흡연이 건강과 경제적이고 사회적인 측면에서 불필요하고 해로운 것이라는 “무익하다는 생각”이 한 일반적 구조적 진술로 나왔으며 한지선, 홍현숙과 이강숙(2000)의 연구에서는 금연

후 주변정리가 잘되고 입이나 몸에서 악취가 나지 않기 때문에 그리고 사회에서 따돌림을 당하거나 멸시받지 않기 위해서 금연을 시도한다고 하였다. 이상의 연구결과를 보면 성인의 금연 동기 중 비용, 간접흡연에 대한 죄책감, 가족에 대한 책임과 배려, 사회적인 금연운동의 영향, 자기 조절의 소망, 호기심 감소 등이 청소년의 금연계기와 다른 것으로 분석되었다.

금연 동기는 외재적이고 내재적 동기로 구분될 수 있는데 Curry 등(1990)이 성인 1368명을 대상으로 금연동기를 분석한 결과, 내재적 동기가 외재적 동기보다 높은 경우에 금연에 성공할 가능성이 크다는 결과를 제시하였다. Rose 등(1996)이 종단적 연구를 한 결과에서도 외부적 압력에 의해 금연을 시도할 경우에는 장기적으로 성공할 가능성이 감소하는 것으로 나타났으며 이는 광범위한 사회심리학적 문헌에서 외부적 정당화로 행동변화를 유도하여 지속하는 것은 비효과적이라는 주장과 일치되고 있다. 문선영(1995)이 성인의 금연현상을 현상학적으로 분석한 연구에서도 금연시도에서 가장 중요한 것은 자신의 의지이며 스스로의 결단력과 노력에 의해 금연을 시작하여 극복해야 한다고 했으며, 김애경(1998)이 성인을 대상으로 금연과정에 대해 탐색한 결과에서도 금연의지가 중요한 요인으로 나타났다. 본 연구결과를 살펴보면 금연의 이유를 중복해서 나열한 결과 11명의 연구 참여자가 신체의 악영향 인지를 언급하였을 뿐 금연의 자기조절 및 금연의지 등 내재적 동기에 대한 내용은 나오지 않았으며, 중요한 타인의 영향, 대인관계의 협소화, 불편한 마음, 성취도 저하 등이 금연이유로 제시되어 청소년에게 있어 외재적 동기요인이 내재적 동기요인보다 더 많은 동기로 분석되었다. 따라서 앞으로 금연을

성공적으로 유도하기 위해서는 내재적 동기유발을 위한 프로그램이 제시될 필요가 있다.

금연동기를 생각할 때 왜 담배를 끊어야 하는지에 대한 이유인 목적과 그러한 행동을 하기 위해 필요한 능력에 대해 고려해야 한다고 주장하는 Sussman 등(2001)은 금연하려는 동기가 확실하고, 변화하려는 흡연자의 능력이 도전과 조화를 이룰 때 그리고 불편하고 불안정한 삶에 놓여있고, 주관적인 압력을 경험할 때 변화를 위한 에너지가 더 많이 발휘되어 금연에 성공할 가능성이 커진다고 하였다. 본 연구결과 금연동기로 분석된 “신체적 악 영향 인지, 성취도 저하, 대인관계의 협소화, 불편한 마음”은 연구 참여자의 삶이 현재 불안정하고 불편함을 나타내주는 것으로 주관적 삶의 안정을 위한 욕구가 있음을 나타내는 것이고 “중요한 타인의 영향”은 주관적 압력에 해당하는 것이다. 또한 본 연구의 참여자들 중 단지 3명만이 금연에 성공했으며 4명이 앞으로 금연에 성공할 자신감을 표현한 것으로 미루어 볼 때, 연구 참여자들은 대부분 흡연으로 인해 생활이 불안정하고 불편하며 주관적인 압력을 느끼는 상태에 있지만, 금연에 성공할 능력이 부족하여 금연에 성공하는 것이 쉽지 않음을 보여주고 있다. 본 연구에서는 금연이유에 대해서는 분석이 충분히 이루어졌으나 금연을 위한 역량에 관해서는 단지 금연할 자신감이 있는 연구참여자의 동기만을 분석하는 것에 국한되어 금연을 위한 역량 부분에 대한 연구가 더 필요함을 알 수 있었다.

금연동기별로 살펴보면 Engles 등(1998)은 문헌고찰을 통해 흡연과 관련된 건강결과에 관심을 가지는 사람은 좀 더 금연에 성공할 가능성이 높다고 하였고, Stone 과 Kristeller(1992)의 조사결과 종종 흡연군과 매일 흡연군 모두 건강

을 가장 중요한 금연이유로 제시하였으며, 매일 흡연군 중 22%는 자신들이 중독되었기 때문에 금연을 원하는 것으로 나타났다. Stanton(1995), Curry 등(1990)의 연구에서도 역시 건강이 중요한 금연동기로 나타났다. Matheny 등(1998)이 성인을 대상으로 금연 및 금연유지의 예측요인에 관한 조사결과 12가지 중요한 금연이유 중 일반적 건강향상, 오래살기, 스타미나 증진, 좋은 호흡, 성적 반응증가, 감각 및 막 감각 증진의 6가지가 건강과 관련된 것이었고, 김애경(1998)의 성인대상 금연 경험에 관한 연구 중 어지럼증, 호흡기계의 변화, 입맛의 변화, 목소리의 변화, 기억력 감퇴, 저항력 저하, 피부상태의 변화, 피곤함, 체중의 감소가 건강변화로 나타나 청소년을 대상으로 한 본 연구결과에 비해 성인의 경우 흡연의 심한 신체적 영향을 확인할 수 있었다. 문선영(1995)과 Sargent 등(1998)은 청소년기에 흡연이 시작되어도 중년기까지는 흡연의 악영향이 나타나지 않을 수 있으며 청소년기는 인생에서 가장 건강한 시기이기 때문에 사소한 건강문제가 무시되어 흡연을 지속할 수 있기 때문에 청소년에게 흡연의 심각한 악 영향을 알리는 것은 매우 중요하다고 강조한다. 본 연구결과를 보면 여자 중학생과 남자 고등학생 간에 내용상의 차이는 있었지만 건강을 이유로 11명의 학생이 금연을 시도했으나 그 중 흡연을 시작한지 1년 정도 된 여자 중학생 1명만 금연에 성공했음을 볼 때 청소년들은 흡연의 악영향에 대한 심각성을 중시하지 않는 것으로 해석된다. 또한 12명 모두 매일 흡연자이고 이들 중 흡연을 습관성인 것 같다고 인식한 참여자가 30% 이상 되었음에도 불구하고 금연이유에서는 중독과 관련하여 금연을 하려는 동기는 발견되지 않아 흡연의 중독에 대한 심각성을 잘 인지하지

못하는 것으로 나타났다. 또한 Rose 등(1996)의 종단적 연구에서도 흡연이 건강에 유해한 부정적인 영향을 미친다고 믿는 경우에 흡연시도가 이루어지는 것으로 나타났고, 일반화된 부정적 건강신념보다 개별화된 부정적 건강신념이 흡연시도에 더 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이상의 문헌고찰을 통해 볼 때 일반적인 금연동기가 흡연으로 인한 건강문제이나 이것이 단지 일반화된 부정적 신념보다는 개별화된 건강신념과 연결될 때 좀 더 금연에 성공할 수 있음을 알 수 있다. 이러한 결과는 앞으로 효과적인 금연교육과 프로그램을 통해 흡연과 관련된 개별화된 건강신념을 높여주면 금연에 성공할 가능성이 높아질 수 있음을 시사한다. 한편 Donovan(2000)의 연구에서 10대가 성인보다 훨씬 니코틴 중독이 빨리 나타난다고 보고한 것을 고려한다면, 본 연구대상자들은 아직 흡연중독의 심각성을 깨닫지 못하고 있는 것으로 나타나 이러한 내용 역시 강조가 될 필요가 있다.

금연을 하겠다는 결심에 영향을 주는 인물은 부모, 배우자등을 포함하는 가족원과 선생님과 친구 등을 포함하는 의미 있는 사람들이었는데(김애경, 1999; Manfradi 등, 1992; Sussman 등, 2001) 본 연구에서도 이성 및 동성친구의 애정 어린 충고, 부모의 강압적 금지, 교사의 일방적 처벌 그리고 흡연 친구의 금연 등이 금연결심에 영향을 미치는 것으로 나타나 중요한 타인의 영향을 확인할 수 있었으며, 특히 여학생은 부모의 영향을, 남학생은 부모보다 여자 친구, 흡연 친구 및 선생님의 영향을 받는 것으로 나타나 성인의 경우 배우자나 직장과 관련된 사람의 영향을 받는 것과 비교되는 결과를 보였다. 또한 성인의 일방적 강압과 처벌에 의한 금연시도는 효과가 적으며 오히려 금연과 관련된 부정적 정

서를 수반하게 하여 차후 금연시도에 나쁜 영향을 미칠 수 있으므로 이러한 방법은 효과적이지 않음이 확인되었다. 한편 Stone 과 Kristeller(1992)의 연구에서 매일 흡연군은 중독의 심각성을 인식하고 있음으로 행동수정요법과 신체적 중독을 포함하는 집중금연과정이 필요한 반면, 가끔 흡연 군은 아직 심하지 않은 상태이므로 부모와 주변인등 중요한 사람들을 관련시키는 금연프로그램이 필요하다고 하여, 중요한 타인의 영향은 금연을 시작하게 하는 동기가 될 뿐 아니라 흡연정도가 심하지 않은 경우에는 금연을 지속하게 하는 중요한 요인임을 알 수 있었다.

Rose 등(1996)의 종단적 연구에 따르면 금연시도와 금연성공의 예측요인이 다르게 나타났다. 금연시도 가능성이 높다고 예측된 변수는 여성, 대학생, 일반적 및 개인적인 흡연건강유해성에 대한 인식, 건강의 가치, 감정조절을 위한 흡연과 기혼으로 나온 반면, 성공적으로 금연을 할 가능성이 높은 것으로 예측된 변수는 대학생, 1일 한 갑 이하의 흡연, 흡연친구 없음, 1년 이내에 흡연하지 않을 자신감, 건강의 가치, 낮은 사회적 압력과 일자리 등으로 나타나 금연시도가 모두 금연성공을 가져오는 것이 아님을 보여주었다. 한편 Burt 와 Peterson(1998)의 연구 결과 동료의 흡연정도, 흡연을 시작한 연령이 금연시도 후 금연의 성공과 관련이 있는 요인으로 나타났다. 본 연구에서는 금연에 성공한 또는 금연의 성공가능성을 예측하는 금연동기로 “학생으로서의 우선순위결정”이 분석되었으며 현재 금연에 성공한 여자 중학생은 흡연을 시작한 지 1년 미만인 경우이므로, 앞으로 금연을 유도하는 금연동기 뿐 아니라 금연을 성공으로 이끌 가능성이 높은 동기요인에 대한 연구와 동기

유발 후 유지를 위한 중재에 대한 연구가 심층적으로 이루어져야 할 것이다.

한편 학업성적과 흡연과의 관계 그리고 대인관계와 흡연과의 관계를 논하는 연구는 많으나 (Tyas 와 Pederson, 1998) 금연과 관련하여 학업성적과 대인관계에 대해서 설명하는 연구는 찾기 어려웠다. Burt 등(1998)의 연구에서 학업성적(GPA)와 금연시도유무 및 금연의도 선언횟수와 관계가 없는 것으로 나타나 우리나라와는 다소 다른 결과를 보였다. 한지선 등(2000)의 연구에서는 금연운동 이후 흡연을 하게 되면 사회에서 따돌림을 받거나 무시 받기 때문에 금연을 시도한다고 하여 성인의 경우는 금연운동이 전반적인 추세이나, 청소년의 경우에는 만연된 흡연환경 속에서 비 흡연친구나 어른과의 관계에서 어려움을 느낀다고 하여 다소 차이가 있음을 알 수 있었다. 성인은 간접흡연에 대한 죄책감, 가족에 대한 책임과 배려, 자기조절에 대한 소망 등이 불편한 마음으로 해석될 수 있어 청소년의 불편한 마음과 내용면에서 다름을 알 수 있었다.

이상의 문헌고찰 결과 청소년은 중요한 타인의 영향을 많이 받으며 건강의 유해성이 중요한 금연동기로 분석되었으나 청소년은 성인에 비해 건강의 중요성을 중시하지 않고 니코틴 중독의 중요성에 대한 인식이 없으며 금연을 지속할 만큼 개별화된 건강신념으로 발전되지 않았음이 확인되었다. 또한 청소년의 금연 동기는 성인의 금연동기와 내용면에서 다르고 주로 외재적 금연 동기로 구성되어 있으며 경쟁적 학교생활의 특성을 반영하여 학생신분과 관련된 금연동기(성취도 저하, 대인관계의 협소화, 학생으로서 생활의 우선순위 결정, 불편한 마음)가 많이 나타났으므로 이러한 요인들을 고려한 청소년

을 위한 금연프로그램의 개발이 필요하다. 이러한 결과들을 종합해 볼 때 앞으로 청소년을 위한 금연교육 및 프로그램은 성인과 다른 금연동기를 고려하여 금연의 시작을 동기화하고 금연 유지를 위한 능력을 향상시켜야 하는데 이를 위해 흡연의 유해성에 대한 증거위주의 교육을 통한 개별화된 건강신념의 변화, 자율적 의지강화를 통한 내적 동기의 부여방안 그리고 니코틴 대체요법 등이 포함되어야 할 것이다. 또한 외부의 영향을 많이 받는 청소년의 흡연율을 감소하기 위해서는 흡연을 대체할 수 있는 건전한 청소년 문화의 개발, 중요한 타인의 애정과 관심에 근거한 권유 등을 포함하는 지지, 금연의 지가 약하거나 없는 청소년을 위한 외부규제 그리고 대중매체를 통한 대중적 홍보가 함께 이루어져야 한다.

V. 결 론

본 연구는 과거 흡연을 했거나 현재 흡연을 하는 학생으로 금연시도의 경험이 있는 중, 고등학생 15명을 대상으로 금연을 유도하고 지속하게 하는 금연동기를 참여자의 입장에서 탐색하고자 하였다. 포커스그룹 인터뷰를 통해 자료를 수집하고 이를 Morgan(1998)과 Kruger(1998)가 제시한 분석과정, 즉 연구시작시기, 포커스 그룹도중, 포커스 그룹 직후, 전체 포커스 그룹 종료 후의 4단계 지침사항을 기준으로 분석한 서술적 연구방법이다.

자료 분석결과 연구 참여자들이 흡연과정에서 금연을 유도하거나 지속하게 하는 동기로 신체의 악영향 인지, 중요한 타인의 영향, 불편한 마음, 성취도 저하, 대인관계의 협소화, 학생으

로서 우선순위결정의 6개 범주가 도출되었다. 이러한 연구를 통해 청소년은 중요한 타인의 영향을 많이 받았으며, 건강의 유해성이 중요한 금연동기로 분석되었으나 청소년은 성인에 비해 건강의 중요성을 중시하지 않았고 니코틴중독의 중요성에 대한 인식이 없었으며 금연을 지속할 만큼 개별화된 건강신념으로 발전되지 않았다. 성인의 금연동기와 내용이 달랐으며 주로 외재적 금연 동기로 구성되어 있었다. 경쟁적 학교생활의 특성을 반영하여 학생신분과 관련된 금연동기 즉 성취도 저하, 대인관계의 협소화, 불편한 마음, 학생으로서 생활의 우선순위 결정 등이 많이 나타났으므로 이러한 요인들을 고려한 청소년 금연프로그램의 개발이 필요하다. 또한 분석결과 연구대상자들은 대부분 불안정한 생활 속에서 흡연으로 인한 불편한 정서와 주관적인 압력을 느끼고 있지만 흡연의 유해성과 중독성을 심각하게 인식하지 못하고, 금연을 실천할 능력이 부족하여 금연에 성공하는 것이 쉽지 않은 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 성인과 다른 특성을 가진 청소년들의 금연동기를 탐색했다는 측면에서 의의가 있으며 청소년을 위한 효과적인 금연프로그램과 정책을 개발하는데 기초 자료로 유용하게 활용될 수 있을 것이다.

또한 대규모 연구가 아니라 일부 지역의 15명 대상으로 3회에 국한된 포커스 그룹 인터뷰를 시행했다는 제한점이 있지만, 연구조사 목적이 외에도 청소년들이 함께 모여 금연동기에 대해 집중적인 토론을 하면서 금연에 대해 숙고해보는 시간을 가지게 되어 토론 후 인식의 변화를 가져왔다는 부가적 중재효과가 있었다.<접수일자: 2004년 8월 3일, 게재확정일자: 2005년 3월 12일>

참고문헌

- 김문실, 김애경. 일부 여대생의 흡연경험에 관한 연구. 대한간호학회지 1997;27(2):315-328.
- 김성원. 서울지역 중학생의 흡연시작에 대한 위험요인. 대한임상건강증진학회지 2002;2(1):58-69.
- 김성재, 김후자, 이경자, 이선옥. 포커스 그룹연구 방법. 현문사, 2000.
- 김소야자, 남경아, 서미아, 박정화. 흡연 청소년을 위한 집단 금연프로그램의 적용효과. 정신간호학회지 2001;10(2):164-174.
- 김애경. 성인의 금연과정에 관한 연구. 대한간호학회지 1998;28(2):319-328.
- 김애경. 남성 흡연자의 금연에 관한 주관성 연구. 대한간호학회지 1999;29(4):917-928.
- 김혜원. 여대생의 금연행위에 영향을 미치는 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 대한간호학회지 1999;29(1):48-60.
- 문선영. 흡연과 금연체험의 현상연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 1995.
- 서경현, 이석민. 금연 프로그램 참여자들의 장·단기 금연성공과 관련된 심리적 요인 탐색, 보건교육·건강증진학회지 2004;21(1):137-151.
- 서일 외. 한국 중·고등학생의 흡연양상의 변화: 1988-1997. 한국역학회지 1998;20(2):257-266.
- 연세대학교 보건대학원 국민건강증진연구소, 전국 중, 고등학교 학생 흡연 실태 조사: 1998-2001, 2001.
- 이양수. 동기이론에 관한 소고. 연세행정논총 1991; 16:78-97.
- 정혜경. 고등학교 청소년의 흡연경험에 대한 현상학적 접근. 대한간호학회지 2001;31(4):610-618.
- 최경원, 김귀분. 금연경험. 성인간호학회지 2002; 14(4):521-531.
- 한지선, 홍현숙, 이강숙. 일부 대학병원 남자직원의 금연행위와 관련된 요인. 가정의학회지

- 2000;21(2):265-275.
- 한국보건사회연구원. 서울시민의 보건의식행태. 한국보건사회연구원, 2002.
- Burt RD, Peterson AV. Smoking Cessation among High School Seniors. *Prev Med* 1998;27:319-327.
- Curry S, Wagner EH, Grothaus LC. Intrinsic and Extrinsic Motivation for Smoking Cessation. *J Consult Clin Psychol* 1990; 58(3):310-316.
- Donovan KA. Smoking Cessation Programs for Adolescents. *J of School Nursing* 2000; 16(4):36-42.
- Engles RC, Knibbe RA, Vries H, Drop MJ. Antecedents of Smoking Cessation among Adolescents: Who Is Motivated to Change?. *Prev Med* 1998;27:348-357.
- Kim HJ, Lee JJ, Lee SO, Kim SJ. Cervical Cancer Screening in Korean American Woman: findings from Focus Group Interviews. *J Korean Acad Nurs* 2004; 34(4):617-624.
- Krueger RA. Analyzing & Reporting Focus Group Results: Focus Group Kit 6. SAGE Publication, 1998.
- Manfredi C, Lacey L, Warnecke R. Smoking related Behavior, Beliefs and Social Environment of Young Black Woman in Subsidized Public Housing in Chicago. *Am J Public Health* 1992;82(2):267-272.
- Matheny KB, Weatherman KE. Predictors of Smoking Cessation and Maintenance. *J Clin Psychol* 1998;54(2):223-235.
- Morgan DL. The Focus Group Guidebook: Focus Group Kit 1. SAGE Publication, 1998.
- Morgan DL, Scannell AU. Planning Focus Groups: Focus Group Kit 2. SAGE Publication, 1998.
- Morgan D. Focus Group Interview. Paper presented at the The Seventh Annual Qualitative Health Research Conference; Ewha Womans University, 2001.
- Park MH, Kim JS, Lee YM. Factors associated with the Stage of Change of Smoking Cessaion Behavior in Adolescents. *J Korean Acad Nurs* 2003;33(8):1101-1110.
- Rose JS, Chassin L, Pressom CC, Sherman SJ. Prospective Predictors of Quit Attempts and Smoking Cessation in Young Adults. *Health Psychol* 1996;16(4):261-268.
- Tyas, S L, Pederson, L L, psychosocial factors related to adolescent smoking: a critical review of the literature. *Tobacco Control* 1998;7:409-420.
- Sargent JD, Mott LA, Stevens M. Predictors of Smoking Cessation in Adolescents. *Arch Pediatr Adolesc Med* 1998;152(4):388-393.
- Stanton WR. DSM-III-R. Tobacco dependence and quitting during late adolescence. *Addict Behav* 1995;20:595-603.
- Stone SL, Kristeller JL. Attitude of Adolescents toward Smoking Cessation. *Am J Pre Med* 1992;8(4):221-225.
- Sussman S, Dent CW, Severson HH, Burton D, Flay BR. Self-initiated Quitting among Adolescent Smokers. *Prev Med* 1998;27:19-28.
- Sussman S, Lichtman K, Dent CW. Use of Focus Groups for Adolescent Tobacco Use Cessation. Handbook of program development for health behavior research & practice. Thousand Oaks; California, SAGE Publication, 2001.

<ABSTRACT>

Motivations of Adolescents Smoking Cessation: Use of Focus Group Interview

Young-Ran Han* · Eun-Hee Ha** · Hye-Sook Park** · Bo-Eun Lee**

* *Department of Nursing, College of Medicine, Dongguk University*

** *Department of Preventive Medicine, College of Medicine, Ewha Womans University*

Purpose: The purpose of this study was to find out what are the major motivations of middle and high school students to quit attempts and stay as non-smokers.

Method: Data was collected through focus group interviews with 3 groups(15 students), and was analyzed according to Morgan and Kruger(1998)'s analytic method.

Results: We identified 6 categories of motivations for Smoking Cessation. They include perceptions of negative consequences of smoking on health, influences in significant others, being ashamed of oneself, drop of academic achievements, narrowness in interpersonal relationships, determining priorities for a student. Although "perceptions about negative health consequences" was one of the most significant motivation of smoking cessation for adolescents, participants did not know the seriousness of nicotine addiction. Moreover, their contents of motivations were different from those of adults such as responsibility for their family, decreasing curiosity about smoking and test of self willingness. Also most of them were extrinsic motivations and related to their highly competitive school life.

Conclusion: To conclude, considering the results of our analysis, smoking cessation programs should be carefully developed to more effectively help adolescents quit and stay away from smoking.

Key words : Adolescence, Smoking Cessation, Motivation, Focus Group