

보호행동전략이 성인의 음주폐해에 끼치는 영향에 관한 연구

A Study on the Effects of Protective Behavioral Strategies on Alcohol-Related Harms in Adults

이희중*, 박가영**

한국건강증진개발원*, 한국건강증진개발원/연세대학교 사회복지대학원**

Hee Jong Lee(ihnam@khealth.or.kr)*, Ka Young Park(kea0725@yonsei.ac.kr)**

요약

우리나라는 신체적 위해 뿐만 아니라, 사회경제적으로도 규모와 심각도를 더해가고 있는 음주폐해의 감소를 위해 다양한 방안들을 모색하고 있다. 그 중에서도 개인들의 음주행태 개선은 음주폐해를 줄이는 가장 직접적인 방법이다. 외국에서는 '보호행동전략'의 사용이 음주폐해를 줄이는 효과적인 방안으로 알려져 있는데, 우리나라에서는 성인을 대상으로 이를 조사하여 검증한 연구들이 매우 부족하다. 따라서 본 연구는 보호행동전략의 사용이 음주폐해 감소에 유의한 영향을 끼치는지를 확인하고자 하였다. 전국 성인 남녀 2,000명을 대상으로 한 연구 결과, 보호행동전략의 사용은 음주폐해를 줄이는 것으로 나타났으며, 음주폐해에 가장 큰 영향을 끼친 것은 심각한 폐해감소 전략 영역이었고, 다음으로 음주방법 제한 영역이었다. 음주량 감소 영역의 영향은 유의하지 못한 것으로 나타났다. 이 외에도 음주빈도, 폭음, 음주 동기는 음주폐해에 정적인 영향을 끼쳤으며, 사고 동기의 경우만 부적인 영향을 끼쳤다. 본 연구에서는 향후 중단연구를 통한 면밀한 요인들 간의 관계 파악, 대상층을 세분화한 보호행동전략 사용 강화 방안에 관한 후속 연구들을 제안하였다.

■ 중심어 : | 음주폐해 | 음주 | 보호행동전략 | 음주동기 | 스트레스 | 음주 수준 |

Abstract

Many efforts have been made to prevent alcohol related harms such as health problems and socio-economic problems. Among them, the method of improving drinking behavior at the individual level is the most direct intervention. The effectiveness of the use of protective behavior strategies(PBS) has been widely known in Western countries. The purpose of this study is to empirically verify whether the use of PBS affects alcohol related harms in Korean adults.

The survey has been conducted on 2,000 adult men and women. As a result, it is found that the use of PBS reduced alcohol related harms in adults. Among the PBS, the biggest impact on alcohol related harms is the area related serious harm reduction strategy, followed by restrictions on 'manner of drinking'. The effects of 'limiting/ stopping of drinking' is not significant. In addition, drinking frequency, binge drinking, and drinking motivations have significant positive effects on alcohol-related harms, and only social motivation has a negative effect. In this work, we propose follow-up studies on identifying relationships between protective behaviors and alcohol related factors through longitudinal studies and strengthening the use of protective behavior strategies that applied to the refined target populations.

■ keyword : | Alcohol-Related Harm | Drinking | Protective Behavioral Strategies | Stress | Drinking Level |

I. 서론

개인의 건강 문제 뿐 아니라 음주운전, 주취폭력, 생산성 손실, 의료비 손실 등 각종 사회적 피해를 발생시키는 우리나라 음주문제는 매우 심각한 것으로 알려져 있다. 2018년 월간폭음률(최근 1년간 월 1회 이상 한 번의 술자리에서 남자 7잔, 여자 5잔 음주한 비율)은 남자 50.8%, 여자 26.9%로 나타났다. 또한 성인 고위험 음주율은 14.7%로 전년대비 0.5% 상승했다[1]. 인구 10만명당 알코올을 관련 질환 사망률은 2018년 9.6명으로 최근 3년간 점차 증가하고 있으며, 음주운전 근절대책에도 불구하고 음주운전으로 인한 사고 발생 건수도 19,381건으로 답보상태이다[2][3]. 이렇게 심각한 음주 폐해에는 음주로 인해 발생한 사망 및 질병, 사고 뿐만 아니라, 알코올 사용으로 인해 발생하는 개인적인 문제들과 의존 등이 포함된다. 음주폐해로 인한 사회경제적 손실 규모는 2013년 9조 4,524억 원으로 보고되고 있고, 이는 흡연 7조 1258억원, 비만 6조 7695억원보다 높은 비용이다[4]. 하지만 흡연, 비만 등 다른 건강위험 요인에 비해 예방 정책과 개입을 위한 예산이 현저히 낮아 더 직접적인 요인에 효과적으로 개입하는 것이 필요한 실정이다.

음주폐해는 개인의 인구적 특성이나 음주에 대한 태도, 기대 뿐만 아니라, 음주를 받아들이는 문화적 수용도, 주류에 대한 규제 등 다양한 요인들이 영향을 끼쳐 발생하게 된다. 따라서 그 간 음주행태 및 폐해에 영향을 주는 개인차원의 인지적인 요인(음주기대, 음주태도 등)과 사회환경적인 요인(알코올 가용성, 지역사회의 특성 등)이 음주수준이나 음주운전 등에 영향을 끼치는지와 같이 관련 요인들의 영향을 검증하는 연구들이 다수 진행되었다[5-8]. 음주폐해를 예방하기 위한 개입전략은 거시적 수준에서 미시적 수준까지 다양한데, 거시적 수준에서는 주류이용의 물리적 가용성 제한, 세금이나 가격에 의한 접근도 제한, 음주상황변경, 광고제한, 음주운전단속 및 조기진단과 치료적 개입이 있고, 미시적 수준의 개입방법으로는 위험을 초래하는 음주행태를 개선하고, 폐해를 줄이기 위한 행동 제한, 음주량 제한 등의 방법이 제시되고 있다[7].

근거에 기반한(evidence-based) 정책을 추진하여

야 한다는 사회적 요구가 증가하여 음주폐해 감소와 관련된 직접 요인에 개입하는 전략이 중요하게 강조되고 있다[9]. 최근 강력범죄의 원인으로 음주가 지적되고 [8][10], 외국에서는 이런 문제를 예방하는데, 보호행동 전략(Protective Behavioral Strategies: PBS)을 사용하는 것이 효과적임이 밝혀지고 있다[11][12].

보호행동전략이란, 술을 마셔서 생기는 문제들을 줄이기 위하여 술을 마시는 동안에 할 수 있는 구체적인 행동들을 실천하라는 것이다. 보호행동전략은 일반적 음주와 문제음주가 연속선 상에 있다고 보고, 술을 끊지 않더라도 음주량을 줄이기 위한 구체적인 행동들을 통해 음주로 인한 폐해를 줄일 수 있다고 설명한다[13]. 보호행동전략을 사용하는 것은 음주로 인한 문제에 직접영향을 끼치기도 하고, 음주문제 개선을 위한 개입에서도 효과가 있는 것으로 보고되고 있다[14][15].

음주폐해는 술을 마시는 직접적인 행동에 의해 발생한다는 점을 고려할 때, 음주폐해를 줄이기 위하여 어떤 행동을 하는가에 따라 음주수준도, 음주폐해도 달라질 것이다. 그러므로 음주상황에서 어떤 행동 전략 사용하는 것이 유의한 영향을 끼치는지에 관한 검증이 필요하다. 그 동안 보호행동사용전략은 서구 문화권에서 주로 연구들이 이루어졌고[11][12][14], 우리나라에서는 제한적으로 연구가 진행되었다. 일부 대학생들을 대상으로 보호행동전략을 수정한 방안들의 효과성을 검증한 연구가 있지만[13][16-18], 성인들을 대상으로 조사하여 보호행동전략의 영향력을 검증한 연구는 거의 없다.

본 연구에서는 보호행동전략을 사용하는 것이 일반 성인들이 경험하는 음주폐해 발생에 영향을 끼치는지를 경험적으로 검증하고자 한다. 또한, 선행연구들을 통해 음주폐해에 영향을 끼치는 요인으로 알려진, 인구 사회적 변인과 음주동기의 영향을 통제하여, 보호행동 전략사용의 영향을 살펴보고, 하위영역별 영향력 차이가 있는지를 살펴보았다.

II. 선행연구 고찰

1. 보호행동전략

보호행동전략(Protective Behavioral Strategies :

PBS)은 음주로 인해 발생하게 되는 심각한 폐해를 막기 위해 개인이 선택하여 사용할 수 있는 구체적인 행동 전략이다[19][20].

보호행동전략을 사용하면 음주폐해를 예방하는데 효과적인 것으로 알려져 있다. 보호행동전략은 음주로 인해 발생할 수 있는 위험성을 예방하는데 도움이 되는 구체적인 행동들을 실천하는 것을 의미한다.

3개의 하위영역으로 나뉘어지는데 먼저, 음주 후 발생할 수 있는 매우 심각한 위험성들을 줄이기 위한 영역(Serious Harm Reduction)이 있다. 이 영역은 음주운전이나 음주 후 발생할 수 있는 각종 범죄의 대상이 되지 않기 위한 행동전략이나 신체적 위험성을 줄이기 위한 전략들이다. 대리운전 이용, 친구와 함께 귀가, 음주운전자 차량 동승 거부, 음주 후 귀가 시 친구 동행, 술 마시기 전에 음식을 먹는다는 문항 등이 포함된다. 다음으로 음주량을 제한하는 영역(Limiting/ Stopping drinking)은 과음을 하지 않기로 결정을 한다거나, 많이 마셨을 경우 친구에게 알려두기, 미리 정한 시간에 술자리에서 일어나기, 물 함께 마시기와 같은 문항들로 구성된다. 마지막으로 음주방법(Manner of Drinking) 제한 영역에서는 술 마시는 게임을 하지 않는다, 술을 섞어 마시지 않는다, 원샷을 하지 않는다 등과 같은 술자리에서의 행동적 변화와 직접적인 관련이 있는 것들이 해당된다.

보호행동전략을 많이 사용할수록, 음주량과 음주문제가 감소하는 경향이 나타났고, 폭음을 많이 할수록 보호행동전략은 사용하지 않는 것으로 나타나[11][12] 보호행동전략의 사용이 음주폐해를 줄이는데 중요한 역할을 하고 있음을 알 수 있다. 우리나라 대학생들을 대상으로 한 연구에 따르면, 음주동기와 음주행동 간의 관계에서 보호행동전략이 영향을 미치고 있다. 음주동기가 높은 대학생들은 음주빈도도 높고, 음주량도 높지만, 보호행동전략을 사용하는 경우 음주빈도, 음주량이 유의미하게 감소하는 등 보호행동전략의 영향을 연구하였다[13][16-18]. 그러나 우리나라 성인들의 경우 대학생들과는 음주동기가 다르고, 스트레스의 정도와 원인이 다르므로 대학생들을 대상으로 한 연구 결과를 성인들에게도 일반화하기는 어렵다.

2. 음주동기

음주행태, 음주폐해에 영향을 미치는 많은 요인들 중 강력한 예측변인 중 하나는 음주동기이다[21]. 음주동기는 음주 행동에 직접적인 영향을 주는 변인으로, Cox와 Klinger는 '4요인 음주동기 모형'을 제시하였다. 음주동기를 4가지 하위영역으로 구분하였는데, 스트레스를 해소하기 위해 음주를 하는 대처동기, 사람들과의 관계를 형성하기 위한 사교동기, 긍정적인 감정을 유지하거나 높이기 위한 고양동기, 사회적 비난이나 거부를 회피하기 위한 동조동기로 나뉘어진다고[22]. 우리나라에서도 4가지 음주동기 유형의 타당성을 입증하고, 음주동기가 음주정도와 음주문제에 영향을 미친다는 것이 검증되었다. 대처동기, 고양동기, 동조동기, 사교동기의 경우 음주동기가 높을수록 음주수준이 높아지고, 음주문제 역시 증가하는 것으로 나타난다[21][23].

특히 대처동기는 행동상의 문제와 대인관계의 문제에 대한 가장 강력한 예언 변인이며, 폭음과 문제음주를 일으킬 가능성이 높다[21]. 사교동기의 경우 연구결과가 일관적으로 나타나지 않고 있다. Cooper는 사교적 음주동기는 음주량과 유의미한 정적 상관관계가 있는 반면, 음주문제와는 유의미한 관계가 없다고 하였고[24], 사교동기가 높을수록 음주 수준이 높아지는 것으로 나타난 연구 결과도 있다[23]. 술을 마시는 음주동기가 음주폐해에 영향을 주는 정도와 영향은 대상과 사회의 문화적 특성에 따라 달라질 수 있다.

3. 인구사회적 특성

음주행태(음주빈도, 음주량, 폭음빈도)는 성별, 연령 등 인구사회학적 특성에 따른 차이가 나타난다. 남성의 경우 사회적 음주가 많은 특징을 보이며, 여성의 경우에는 부정적 정서를 낮추기 위한 음주가 우세하다[25-27]. 우리나라의 경우 음주행태는 60대 이상을 제외하고 연령이 증가함에 따라 음주빈도도 증가하는 경향을 보인다[28]. 이 외에도 인구사회적 변인 중 결혼여부, 가구소득, 교육수준 등의 변인은 연구에 따라 영향을 끼치기도 하고 그렇지 않은 경우들도 나타난다[29-31].

이상을 종합하여 다음의 가설을 설정하였다.

〈연구가설〉 보호행동전략의 사용은 음주폐해에 영향을 끼칠 것이다.

가설 1. 심각한 폐해감소 전략은 음주폐해를 줄일 것이다.

가설 2. 음주량제한전략은 음주폐해를 줄일 것이다.

가설 3. 음주방법제한전략은 음주폐해를 줄일 것이다.

III. 연구방법

1. 조사대상

본 연구를 위하여 2020년 11월 24일부터 30일까지 20세 이상 70세 미만 남녀 2,000명(남성 1,013명, 여성 987명)을 대상으로 조사하였다. 주민등록인구통계를 기준으로 전국 17개 시·도와 성별, 연령대의 비율을 고려하여 비례배분으로 표본을 할당하였다.

조사 업체가 보유한 패널들을 대상으로 조사 안내 이메일을 발송하고, 조사에 참여할 의사가 있는 연구대상자들에게 온라인 설문을 실시하였다. 연구의 목적, 조사 문항, 개인 정보의 활용, 조사참여로 인한 불편이나 이익 등에 대한 안내를 하고 조사가 진행되었으며, 윤리적인 문제가 발생하지 않도록 충분한 고려가 이루어졌다. 기관 생명윤리위원회(IRB)의 승인(2020-HR-048-02)을 받았다.

2. 측정도구

2.1. 음주폐해

음주폐해는 AUDIT-K(Alcohol Use Disorder Identification -Korean Version)의 문항 중 알코올의 유해한 사용(harmful use), 의존증상(dependence symptom) 영역을 측정하는 각각 4문항, 3문항을 합산하여 측정하였다. 총 10개의 문항 중 음주행태(음주빈도, 음주량, 폭음빈도) 문항을 제외한 7개 문항이다.

AUDIT는 세계보건기구(WHO)에서 음주량 및 빈도와 폐해 수준을 다면적으로 평가하기 위해 개발한 척도[32]로 전 세계적으로 널리 활용되고 있으며, AUDIT-K는 이를 한국어로 번안한 척도이다[33]. 각 문항별로 0점~4점을 부여한다. 점수가 높을수록 알코

올 사용으로 인해 해로움이 발생(필름 끊김, 타인에게 해를 끼침, 술을 줄이거나 끊도록 권유 받음)하거나, 의존증상(마시기 시작하면 멈출 수가 없음, 술 때문에 평소 할 수 있었던 일에 실패함, 해장술을 마심, 죄책감을 느낌)이 높음을 의미한다. 본 연구에서 음주폐해 영역의 신뢰도(Cronbach's alpha)는 .897로 나타났다.

2.2. 음주수준

음주수준은 AUDIT의 음주행태 3문항[32]인 음주빈도, 음주량, 폭음빈도의 3문항을 활용하였다. 각 문항별로 0점-4점으로 응답되었으며 점수가 높을수록 음주빈도, 음주량, 폭음빈도가 높음을 의미한다. 음주수준은 문항을 합산하지 않고 각 각의 측정값을 직접 투입하였다.

2.3 보호행동전략

보호행동전략은 Martens 등이 개발한 보호행동전략 척도(Protective Behavioral Strategy Scales : PBSS)를 활용하였다[34]. 보호행동전략은 폐해감소 전략(Serious Harm Reduction) 7문항, 음주제한 전략(Limiting/Stopping Drinking) 7문항, 음주방법(Manner of Drinking) 제한 전략 5문항의 3개 하위 영역으로 구성되며, 19개 항목으로 측정하였다. 각 문항들은 5점 척도로 측정되었으며, 보호행동 전략 사용이 많아질수록 점수도 높아진다. 본 연구에서 전체 보호행동전략의 신뢰도의 Cronbach's alpha는 .874였으며, 하위 영역별 신뢰도는 심각한 폐해감소전략 .686, 음주제한전략 .805, 음주방법제한전략 .791로 확인되었다.

2.4 음주동기

음주동기는 Cox와 Klinger가 개발한 설문을 신행우 등이 타당도를 검증한 음주동기 척도(Drinking Motive Scale)를 사용하였다[35][36]. 이 척도는 대처동기, 사교동기, 고양동기, 동조동기의 4가지 하위 영역으로 구분되며, 각 동기별 4문항씩 총 16문항 5점 척도로 구성되어있다. 점수가 높을수록 해당 음주동기가 강한 것을 의미한다. 본 연구에서는 전체 음주동기의 신뢰도(Cronbach's alpha)는 .910으로 나타났고, 각 영

역별로는 고양동기 .807, 사교동기 .866, 동조동기 .812, 대처동기 .844로 모두 높은 편이었다.

IV. 연구결과

1. 인구사회적 특성

연구 대상의 인구사회적 특성을 살펴보면 [표 1] 과 같다. 남성과 여성의 비율은 50.7%, 49.4%로 비슷하였고, 연령별로도 비슷한 분포를 보였다. 조사대상의 73.9%는 대학재학 이상으로 나타났고, 가구의 월소득은 200~400만원 미만 구간이 31.7%로 가장 높게 나타났다. 혼인상태를 보면 배우자가 있는 대상자들이 61.4%로 나타났다.

표 1. 인구사회학적 특성 (단위: 명, %)

구분		사례수	비율
성별	남성	1,013	50.7
	여성	987	49.4
연령대	20대	362	18.1
	30대	371	18.6
	40대	448	22.4
	50대	464	23.2
	60대	355	17.8
학력	고졸 이하	522	26.1
	대재 이상	1,478	73.9
가구 월 소득	200만원 미만	191	9.6
	200~400만원 미만	633	31.7
	400~600만원 미만	578	28.9
	600~800만원 미만	339	17.0
	800~1,000만원 미만	159	8.0
	1,000만원 이상	100	5.0
혼인상태	유배우	1,227	61.4
	무배우	773	38.7
직업	사무직	969	48.45
	판매, 기술직	457	22.85
	주부, 학생, 아르바이트, 무직 등	574	28.7

2. 기술통계

주요변수들의 기술통계 값은 [표 2][표 3]과 같다. 음주빈도의 경우 1달에 2~4회가 가장 높은 비율을 차지하여 36.1%로 나타났고, 음주량은 3~4잔을 마신다고 응답한 비율이 가장 높아 26.5%였다. 폭음빈도의 경우

1달에 1회 미만이라고 응답한 경우가 26.3%로 가장 높게 나타났다.

표 2. 음주행태(음주빈도, 음주량, 폭음빈도)의 분포 (단위: 명, %)

음주빈도		음주량		폭음빈도	
전혀 없음	364(21.7)	1~2잔	420(25.1)	전혀없음	352(21.0)
1달에 1회 미만	206(12.3)	3~4잔	443(26.5)	1달에 1회 미만	440(26.3)
1달에 2~4회	604(36.1)	5~6잔	304(18.2)	1달에 1회	417(24.9)
1주에 2~3회	362(21.6)	7~8잔	242(14.5)	1주일에 1회	386(23.1)
거의 매일	138(8.2)	9~10잔	265(15.8)	거의 매일	79(4.7)

음주동기는 하위영역별 평균값이 고양동기 2.91, 사교동기 3.39, 동조동기 2.69, 대처동기 3.14로 나타나 사교동기가 가장 높고, 동조동기가 가장 낮았다. 즉, 사교적 목적을 위해 술을 마시는 경우가 가장 많은 것으로 볼 수 있고, 다음으로 부정적인 감정들에 대처하기 위해 음주하는 것을 알 수 있다.

표 3. 음주동기, 보호행동전략, 음주폐해의 기술통계

척도	하위영역	평균	표준편차
음주동기	고양동기	2.91	0.85
	사교동기	3.39	0.78
	동조동기	2.69	0.85
	대처동기	3.14	0.951
보호행동 전략	심각한 피해 감소	3.62	0.64
	음주량제한	3.36	0.73
	음주방법제한	3.57	0.77
음주폐해	음주폐해	0.82	0.89

보호행동전략 사용 정도를 보면, 심각한 피해감소의 경우 3.62, 음주제한 3.36, 음주방법제한 3.57로 나타났다. 보호행동전략은 점수가 높을수록 보호행동을 많이 사용함을 의미하는데, 심각한 피해를 줄이기 위한 행동들을 가장 많이 하고 있으며, 다음으로 음주방법을 제한하는 행동, 음주량을 제한하는 보호적 행동을 많이 하고 있는 것으로 나타났다. 음주폐해의 경우 평균 0.82로 나타나 1달에 1번 미만에 약간 못 미치는 수준이었다.

3. 주요 변인 간 상관관계

주요 변인 간의 단순상관관계를 살펴본 결과는 [표 4]와 같다. 음주행태인 음주빈도, 음주량, 폭음빈도 간의 상관이가 가장 높게 나타나고 있는데 음주량과 폭음빈도 간 상관이가($r=.679, p<.01$)로 나타났다. 음주동기 하위영역들의 상관도가 높은 것으로 나타나고 있는데 고양동기와 대처동기 간의 상관이가 높게 나타났다($r=.616, p<.01$). 보호행동전략 하위영역 변인들 간에서는 심각한 음주폐해 감소와 음주량 제한 간의 상관이가 높고($r=.610, p<.01$)유의하였다.

음주폐해와 음주행태(음주빈도, 음주량, 폭음), 음주동기는 정적상관(+)을 보였으며, 음주폐해와 보호행동전략은 부적상관(-)을 갖는 것으로 나타났다.

4. 가설의 검증

가설 검증을 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.

모형 1은 인구사회적 변인인 성, 연령, 결혼상태, 학력수준, 직업, 가구 월 소득을 변수로 투입하였고, 모형 2는 인구사회적 변인에 더하여 음주폐해에 영향을 끼치는 것으로 알려진 음주행태(음주빈도, 음주량, 폭음빈도), 음주동기를 추가하였다. 마지막 모형 3은 인구사회적 변인, 음주행태(음주빈도, 음주량, 폭음빈도), 음주동기와 보호행동전략 사용 수준을 하위영역별로 구분하여 투입하였다.

각 단계별 변인투입에 따른 모형 유의성은 유의한 것으로 나타나, 투입변인들이 음주폐해에 끼치는 영향을 확인할 수 있는 유의한 모형인 것으로 나타났다.

다중공선성을 확인하는 VIF 값이 모두 3을 넘지 않는 것으로 확인되어 다중공선성의 문제는 발생하지 않았다. 모형 1은 8.1%의 설명력을 보였으며, 모형 2의 경우 43.2%, 모형 3은 44.9%의 설명력을 보였다.

인구사회적 변인을 투입한 모형 1에서는 성, 연령, 결혼상태, 학력수준, 직업 변인이 유의하였다. 모형 2에서는 연령, 학력수준, 직업이 유의한 영향을 끼치는 것으로 나타났고, 추가로 투입된 음주수준의 경우 음주빈도, 폭음빈도가 음주폐해에 유의한 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 보호행동전략의 사용 수준이 음주폐해에 끼치는 영향을 확인하기 위한 모형 3의 결과를 조금 더 자세히 기술하면 다음과 같다.

인구사회적 요인 중 성별과 결혼상태는 유의한 영향을 끼치지 못하는 것으로 나타났다. 연령은 음주폐해에 부(-)적인 영향을 끼치는 것으로 나타나 연령이 낮을수록 음주폐해가 높았다($\beta=-.113, p<.001$). 사무직군 종사자들이 판매직 또는 기술직군에 종사하는 대상자들보다 음주폐해의 수준이 낮은 것으로 나타났다($\beta=-.067, p<.01$). 대학재학 이상인 경우, 고졸 이하보다 음주폐해 수준이 낮았다($\beta=-.054, p<.001$).

음주수준의 경우 음주폐해에 정(+)적 영향을 끼치는 것으로 나타나 음주수준이 높아질수록 음주폐해에 끼치는 영향도 커지는 것을 확인할 수 있었고, 폭음빈도($\beta=.395, p<.001$)가 가장 큰 영향을 끼치며, 다음으로 음주빈도($\beta=.070, p<.01$)였다. 다만, 음주량($\beta=.025, n.a$)의 경우 통계적으로 유의하지 않았다.

음주동기 역시 음주폐해에 유의한 영향을 끼치는 것으로 나타났으며, 하위영역에 따라 음주동기가 폐해에

표 4. 주요 변인 간 상관관계

	1. 음주빈도	2. 음주량	3. 폭음빈도	4. 고양동기	5. 사고동기	6. 동조동기	7. 대처동기	8. 심각한 폐해감소	9. 음주량제한	10. 음주방법제한	11. 음주폐해
2	.480**										
3	.650**	.679**									
4	.320**	.150**	.286**								
5	.181**	.162**	.148**	.556**							
6	.092**	-.013	.134	.560**	.501**						
7	.316**	.225**	.303**	.616**	.457**	.383**					
8	-.106**	-.137**	-.158**	.023	.141**	.062*	-.019				
9	-.235**	-.333**	-.282**	-.021	.013*	.141**	-.127**	.610**			
10	-.189**	-.318**	-.300**	-.127**	-.076**	-.069**	-.116**	.462**	.551**		
11	.413**	.367**	.564**	.371**	.146**	.328**	.332**	-.204**	-.208**	-.288**	1.000

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

끼치는 영향은 그 방향성이나 크기, 유의성 정도에 차이가 있었다.

표 5. 모형별 회귀분석 결과

	모형1			모형2			모형3		
	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β
(상수)	1.762	.125		.156	.133		.918	.170	
성별 ^a	.271***	.044	.152	-.024	.037	-.014	-.054	.037	-.030
나이	-.015***	.002	-.220	-.008***	.002	-.112	-.008***	.002	-.113
결혼상태 ^b	-.100*	.051	-.055	-.014	.040	-.008	-.038	.042	-.021
최종학력 ^c	-.231***	.052	-.111	-.125***	.042	-.060	-.112**	.041	-.054
직업 (사무직) ^d	-.146**	.054	-.082	-.124**	.043	-.069	-.119**	.042	-.067
직업 (기타) ^d	-.298***	.062	-.146	-.113*	.049	-.055	-.103*	.049	-.050
가구수입 ^e	.179	.093	.046	.083	.073	.021	.091	.072	.023
음주빈도				.053**	.018	.073	.051**	.018	.070
음주량				.026	.017	.041	.016	.017	.025
폭음				.312***	.023	.413	.298***	.022	.395
고양동기				.098**	.029	.090	.086**	.029	.088
사교동기				-.213***	.028	-.175	-.184***	.028	-.152
동조동기				.283***	.025	.266	.283***	.025	.266
대처동기				.089***	.023	.091	.086***	.023	.088
폐해감소전략							-.141***	.034	-.099
음주량제한							-.004	.034	-.003
음주방법제한							-.075*	.029	-.062
R2		0.081			0.432			0.449	
Adj. R2		0.077			0.427			0.443	
F		21.051			90.029			79.407	

(준거범인) a.여자, b.유배우, c.고졸미만, d.판매/기술직 등, e. 주부, 학생, 아르바이트, 무직 등, f.1000만원 이상
*p<.05, **p<.01, ***p<.001

고양동기, 동조동기, 대처동기는 음주폐해와 정(+)의 관계를 나타내어 음주동기가 높을수록 음주폐해의 수준이 높았다. 음주폐해에 가장 크게 영향을 끼치는 것은 동조동기($\beta=.266, p<.001$)였으며, 다음으로는 고양동기($\beta=.088, p<.01$)와 대처동기($\beta=.088, p<.001$)로 나타났다. 사교동기의 경우 다른 음주동기와는 달리 음주폐해와 부(-)적 관계를 갖는 것으로 나타났는데($\beta=-.152, p<.001$) 이는 사교적 동기가 클수록 음주폐해는 낮다는 것을 의미한다. 연구가설을 검증하기 위해 보호행동전략의 영향을 살펴 보았다. 보호행동전략의 사용은 음주폐해와 부(-)적 관계로 나타나 보호행동전략을 사용할수록 음주폐해는 줄어드는 것으로 나타났으나 크기와 유의성은 하위영역별로 차이가 있었다. 보호행동전략 중 가장 큰 영향을 끼치는 것은 심각한 폐해 감소의 영역($\beta=-.099, p<.001$)이었으며 통계적으로도 유의하였다.

다음은 음주방법의 제한 영역($\beta=-.062, p<.01$)으로 술 마시는 게임하지 않기, 원샷하지 않기, 술을 섞어 마시지 않기 등과 같은 행동이 음주폐해를 줄이는데 영향이 있는 것을 알 수 있었다. 음주량 제한 영역($\beta=-.003, n.a.$)은 다른 보호행동전략 영역에 비해 상대적 영향력도 적고, 통계적으로도 유의하지 않았다. 연구가설들의 검증결과를 정리하면 다음과 같다.

표 6. 연구가설의 검증 결과

가설	결과
〈 보호행동전략의 사용은 음주폐해에 영향을 끼칠 것이다 〉	
1 심각한폐해감소 전략의 사용은 음주폐해를 줄일 것이다	채택
2 음주량제한 전략은 음주폐해를 줄일 것이다.	기각
3 음주방법제한전략은 음주폐해를 줄일 것이다	채택

V. 결론 및 제언

본 연구는 음주로 인한 폐해와 음주에 영향을 끼치는 요인들을 확인한 선행연구들을 토대로 주요변인들의 영향을 고려한 상태에서 보호행동 전략을 사용하는 것이 음주폐해에 어떤 영향을 끼치는지를 조사하여 영향력을 검증한 연구이다.

음주폐해를 예방하기 위해서는 술을 마시게 되는 상황에서의 직접적이고 구체적인 행동이 중요하므로 이를 강조하는 보호행동전략의 유용성에 관한 논의가 활발하다[37-39]. 본 연구는 보호행동전략의 사용에 관한 연구가 다소 부족했던 우리나라 성인들을 대상으로 보호행동전략이 음주폐해에 끼치는 영향을 파악하였다.

연구결과, 기존 선행연구들에서와 마찬가지로[40], 음주 수준은 음주행태(음주빈도, 음주량, 폭음)에 가장 크게 영향을 끼치는 핵심변인으로 음주 수준이 높을수록 음주폐해는 심각해지는 것이 확인되었다. 또한 음주 동기 역시 음주폐해에 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 기분을 좋아지게 하고자 하는 고양동기, 다른 사람의 강요에 의해 마시게 되는 동조동기, 스트레스와 같은 문제 해결의 방안으로 술을 마시는 대처동기는 모두 음주폐해와 정(+)적인 관계를 갖는 것으로 나타나 3영역의 음주동기가 높아질수록 음주폐해는 심각해지는 결과를 나타냈다. 다만, 사교동기가 음주폐해에 끼치는 영향은 결과가 다소 다르게 나타났다. 음주동기의 영향에 관해서는 일관되지 못한 연구결과가 나오고 있다[36][41][42]. 특히 본 연구에서도, 사교동기가 높을수록 음주폐해가 낮게 나타나고 있다. 이에 대하여 음주를 통해 사교적 목적을 달성하고자 하는 경우, 음주라는 술 마시는 행동에 몰입하기보다 관계적 요소와 상황을 증시하여 통제력이 강하게 발휘될 가능성이 있다. 즉, 음주폐해가 발생하게 되는 수준에 이르지 않도록 하는 또 다른 요인들이 영향을 끼치고 있을 수 있으므로 이 관계에 관한 보다 면밀한 관련 요인 탐색에 관한 연구가 필요하다.

본 연구를 통해 보호행동전략을 사용하는 것이 성인들에게도 음주폐해를 줄이는 중요한 수단이 될 수 있음이 확인되었다. 특히, 심각한 폐해를 감소시키기 위한 보호행동들을 사용하는 것이 음주폐해를 줄이는데 유

의한 영향을 끼치는 것으로 나타나 음주 후에는 대리운전을 이용한다거나 음주운전자의 차량에 동승하지 않도록 하는 구체적인 행동들이 강조되는 것이 필요하다. 음주 후 심각한 범죄에 노출될 가능성을 예방하기 위하여 친구나 신뢰할 수 있는 사람들과 동행하도록 하여야 한다. 우리나라의 경우 실제로 음주 후에 발생하는 각종 강력범죄들에 대하여 음주가 원인이 되고 있는데 대한 인식이 점차 높아지고 있어서[43][44] 심각한 폐해 감소 전략이 적극적으로 활용될 수 있도록 하는 것이 필요하다. 음주는 문화적 특성이 많이 반영되어 있으므로, 보호행동전략을 사용하는 것이 규범적인 문화가 될 수 있는 사회적 환경을 조성해야 한다.

또한 본 연구에서는 음주량 제한 영역의 구체적인 행동방안들이 음주폐해를 줄이는데 유의한 영향을 끼치지 못하는 것으로 나타났는데, 이는 우리나라의 특성상 술 마시기 전에 끝내는 시간을 정해두거나 음주량을 정하는 경우가 보편적인 문화로 자리 잡지 못했기 때문인 것으로 보인다. 그러나 금주가 아닌 절주에서 음주량을 줄이기 위해서는 특별한 노력이 필요하고 음주량이나 술 마시는 시간을 미리 정해두고 이를 주변에 알려 적극적으로 상황을 활용할 수 있도록 하는 콘텐츠를 마련하여 교육으로 활용한다면 음주폐해를 줄이기 위한 새로운 방법이 될 수 있을 것이다.

지금까지 우리나라는 성인들을 대상으로 해서는 술 마시는 방법에 관한 교육과 홍보가 강조되었는데, 원샷하지 않기, 폭탄주 마시지 않기 등과 같은 내용들만이 지속적으로 반복 강조되어 왔다. 지나친 반복으로 음주폐해를 줄이기 위한 내용들이 효과적으로 각인되지 못한 것이 사실이다. 이러한 내용들은 음주방법 제한이라는 중요한 보호행동 전략의 하나이지만 이제는 '다른 사람이 술 마시는 속도를 따라 가려고 하지 않는다.', '술 자리에 가기 전에 술을 마시지 않는다.' 등 다른 구체적 행동들을 교육하고 홍보할 필요가 있다.

이러한 맥락에서 보건복지부가 중점적으로 추진하고 있는 생활 속 절주실천수칙을 통한 음주방법 개선, 실제 행동 개선을 도모하고자 하는 캠페인과 교육[45]은 보호행동전략을 활용하고 있다고 할 수 있다. 이는 인지적인 측면 보다는 직접적인 행동으로 연결될 수 있는 음주행태적인 측면을 개선하고자 하는 것으로 이러한

전략의 유효성을 확인할 수 있었다. 다만, 수치의 내용이 음주방법에 관한 것으로 제한되어 있어서 보다 폭넓은 행동전략을 제시하고, 이를 적극적으로 교육·홍보하는 것이 필요하다.

본 연구는 음주행태 및 음주폐해에 관한 인지적 요인들을 주로 연구하거나 청소년들을 대상으로 또래 및 주변의 환경적 영향을 중심으로 연구되어 온 기존 연구 [41][42][46][47]들과는 달리 음주의 주요 대상이 되는 성인들에게 있어서 음주폐해를 줄이는 직접적이고 구체적인 개인차원의 행동전략의 사용이 실효적 영향이 있음을 검증했다는 의의가 있다. 인식의 변화를 통한 행동변화 보다 술자리에서 개인이 폐해를 줄이는데 효과적인 것으로 알려진 행동들을 실천할 수 있도록 구체적인 행동 방안을 교육 콘텐츠화 함으로써 보다 직접적인 음주폐해 예방을 위한 대응방안이 될 수 있을 것이다.

또한 최근 근거기반 정책 수행에 대한 요구가 늘어나는 상황에서 정부 차원에서 실시되고 있는 음주폐해예방 방안들이 음주로 인한 폐해를 줄이기 위한 보호행동전략에 근거하여 추진되고 있을 뿐 아니라, 이러한 전략들이 실제 유의한 영향을 끼치고 있음을 검증하여 현재 추진하고 있는 정책들이 효과가 있는 방안임을 제시했다는 실천적 함의도 갖는다.

다만, 본 연구는 횡단적으로 조사된 자료를 기반으로 하였으므로 보다 면밀한 관계를 파악하는 종단적 연구가 후속된다면, 보호행동전략 사용의 효과를 보다 면밀히 파악할 수 있을 것이다. 우리나라에서 성인들을 대상으로 한 보호행동전략을 조사하고 영향력을 검증하는 연구들이 아직 많이 부족한만큼 성인들을 대상으로 보호행동전략과 인지적인 요인들 간의 관계를 파악하는 연구들이 이어진다면 음주폐해를 예방하기 위한 보호행동전략의 다양한 활용을 모색할 수 있을 것이다. 마지막으로, 직업군적 특성을 반영하거나 지역적 특성을 파악해 볼 수 있도록 대상층을 보다 세분화하여 보호행동전략사용의 효과를 검증하고 대상층별로 음주폐해예방을 실천할 수 있는 방안을 모색하는 연구들이 필요하다.

참고 문헌

[1] 질병관리본부, *국민건강영양조사*, 2019.
 [2] 통계청, *사망원인통계*, 2018.
 [3] 도로교통공단, *교통사고분석통계*, 2018.
 [4] 이선미, 윤영덕, *주요 건강위험요인의 사회경제적 영향과 규제정책 효과평가*, 국민건강보험공단 건강보험정책연구원, 2016.
 [5] 권리아, 신상수, 신영진, "알코올가용성이 음주행태에 미치는 영향 : 도시지역을 대상으로 한 다수준 분석," *한국사회정책*, 제25권, 제2호, pp.125-163, 2018.
 [6] 이재경, "고위험음주술에 영향을 미치는 지역의 사회환경요인," *한국사회복지학회*, 제67권, 제1호, pp.165-187, 2015.
 [7] 이재경, 정슬기, "지역의 음주문제에 대한 사회환경적 접근 : 음주환경과 음주교통범죄와의 관계를 중심으로," *한국사회복지학회*, 제33권, 제4호, pp.397-414, 2015.
 [8] P. J. Gruenewald, L. G. Remer, and E. A. LaScala, "Testing a social ecological model of alcohol use: The California 50 city study," *Addiction*, Vol.109, No.5, pp.736-745, 2014.
 [9] 김광기, 제갈정, 이지현, "건강증진 관점에서 본 음주와 음주폐해감소정책," *한국보건교육건강증진학회*, 제33권, 제4호, pp.21-34, 2016.
 [10] K. P. Theall, R. Scribner, D. Cohen, R. N. Bluthenthal, M. Schonlau, S. Lynch, and T. A. Farley, "The neighborhood alcohol environment and alcohol-related morbidity," *Alcohol & Alcoholism*, Vol.44, No.5, pp.491-499, 2009.
 [11] S. L. Benton, J. Schmidt, F. B. Newton, K. Shin, S. A. Benton, and D. W. Newton, "College student protective strategies and drinking consequences Retrieved from," *Journal of Studies on Alcohol*, Vol.65, No.1, pp.115-121, 2004.
 [12] C. E. Werch and D. R. Gorman, "Relationship between Self-Control and Alcohol Consumption Patterns and Problems of College Students," *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, Vol.49, No.1, pp.30-37, 1988.

- [13] 양난미, 남동엽, "한국 대학생의 음주예방행동전략 척도 타당화 연구," 한국심리학회지:일반, 제31권, 제4호, pp.1157-1174, 2012.
- [14] N. P. Barnett, J. G. Murphy, S. M. Colby, and P. M. Monti, "Efficacy of counselor vs computer-delivered intervention with mandated college students," *Addictive Behaviors*, Vol.32, No.11, pp.2529-2548, 2007.
- [15] M. E. Larimer, C. M. Lee, J. R. Kilmer, P. M. Fabiano, C. B. Stark, I. M. Geisner, K. A. Mallett, T. W. Lott, J. M. Cronce, M. Feeney, and C. Neighbors, "Personalized mailed feedback for college drinking prevention: a randomized clinical trial," *J Consult Clin Psychol*, Vol.75, No.2, pp.285-293, 2007.
- [16] 홍다솜, 양난미, "대학생의 음주동기와 음주정도의 관계에서 예방행동전략의 매개효과," 한국심리학회지:일반, 제32권, 제4호, pp.931-948, 2013.
- [17] 신지원, 양난미, "대학생의 충동성과 문제음주 사이의 관계: 음주동기와 예방행동전략의 매개효과," 상담학연구, 제15권, 제5호, pp.1831-1848, 2014.
- [18] 배성희, 양난미, "대학생의 문제음주와 성격 5요인, 음주효과 기대, 예방행동전략: 음주동기의 군집비교," 상담학연구, 제16권, 제2호, pp.213-232, 2015.
- [19] M. P. Martens, A. G. Ferrier, M. J. Sheehy, K. Corbett, D. A. Anderson, and A. Simmons, "Development of the Protective Behavioral Strategies Survey," *Journal of Studies on Alcohol*, Sep, Vol.66, No.5, pp.698-705, 2005.
- [20] M. P. Martens, K. Taylor, K. M. Damann, J. C. Page, E. S. Mowry, and M. D. Cimini, "Protective behavioral strategies when drinking alcohol and their relationship to Negative Alcohol-Related Consequences in College Students," *Psychology of Addictive Behaviors*, Vol.18, No.4, pp.390-393, 2004.
- [21] 신행우, "음주동기와 음주문제 관계," 한국심리학회지:문화 및 사회문제, 제5권, 제1호, pp.93-109, 1999.
- [22] M. L. Cooper, "Motivations for alcohol use among adolescents: Development and validation of a four-factor model," *Psychological Assessment*, Vol.6, No.1, pp.117-128, 1994.
- [23] 신원우, 유재영, "음주동기 유형이 음주문제에 미치는 영향," 사회복지연구학회지, 제35권, 제35호, pp.363-387, 2007.
- [24] L. M. Cooper, J. M. Russell, M. R. Skinner, Frone, and P. Mudar, "Stress and Alcohol Use," *Journal of Abnormal Psychology*, Vol.101, No.1, pp.139-152, 1992.
- [25] 이정진, 문은수, 박제민, 이병대, 이영민, 정희정, 최윤미, 정영인, "성별과 연령에 따른 음주행동 관련 요인," *생물치료정신의학*, 제20권, 제1호, pp.54-62, 2014.
- [26] 하영미, 정미라, "남성근로자의 음주동기, 음주거절 효능감, 직무스트레스가 문제음주에 미치는 영향," 한국직업건강간호학회, 제24권, 제1호, pp.45-56, 2015.
- [27] D. L. Thombs, K. H. Beck, and C. A. Mahoney, "Effects of social context and gender on drinking patterns of young adults," *Journal of Counseling*, Vol.40, No.1, pp.115-119, 1993.
- [28] 임선영, 조현섭, 이영호, "여성 알코올중독자의 중독 과정에 대한 사례연구," 한국심리학회지:임상, 제24권, 제4호, pp.869-886, 2005.
- [29] 이재경, 이래혁, "저소득층의 물질적 어려움과 음주," 한국콘텐츠학회논문지, 제16권, 제7호, pp.552-565, 2016.
- [30] 김영란, "한국보건교육학회 : 사회 문화적 변수들과 흡연, 음주, 대마초 사용 행동과의 관계," 대한보건협회 보건종합학술대회, pp.45-46, 1993.
- [31] 신원우, "성인 여성의 문제음주에 영향을 미치는 인구사회학적 요인," *예술인문사회융합멀티미디어학회*, 제7권, 제8호, pp.923-932, 2017.
- [32] T. F. Babor, J. C. Higgins-Biddle, J. B. Saunders, and M. G. Monteiro, *AUDIT : the Alcohol Use Disorders Identification Test : guidelines for use in primary health care*, WHO: Geneva, 2000.
- [33] 이병욱, 이충현, 이필구, 최문중, 남궁기, "한국어판 알코올 사용장애 진단검사(AUDIT: Alcohol Use Disorders Identification test)의 개발," *독정신의학*, 제4권, 제2호, pp.83-92, 2000.
- [34] H. Treloar, M. P. Martens, and D. M. McCarthy, "The Protective behavioral strategies scale-20:

improved content validity of the serious harm reduction subscale," *Psychol Assess*, Vol.27, No.1, pp.340-346, 2015.

[35] W. M. Cox and E. A. Klinger, "Motivational model of alcohol use," *Journal of Abnormal Psychology*, Vol.97, pp.168-180, 1988.

[36] 신행우, 한성열, "음주동기 척도 개발을 위한 예비연구," *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 제5권, 제1호, pp.77-92, 1999.

[37] M. R. Pearson, "Use of alcohol protective behavioral strategies among college students: a critical review," *Clinical psychology review*, Vol.33, No.8, pp.1025-1040, 2013.

[38] E. B. Brittany, K. S. Angela, and K. L. Andrew, "Protective behavioral strategies and alcohol consumption: Are all strategies equal?," *Alcoholism Treatment Quarterly*, Vol.36, No.1, pp.72-85, 2018.

[39] C. Tabernero, T. Gutiérrez-Domingo, B. Luque, O. García-Vázquez, and E. Cuadrado, "Protective behavioral strategies and alcohol consumption: The moderating role of drinking- group gender composition," *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol.16, No.5:900, pp.900, 2019.

[40] 이미라, "대학생의 음주실태와 음주문제와의 관계," *한국산학기술학회 논문지*, 제13권, 제10호, pp.4619-4628, 2012.

[41] 박동균, 박은미, "음주동기가 음주운전 행동에 미치는 영향," *치안정책연구*, 제24권, 제2호, pp.263-288, 2010.

[42] 박경민, 이민규, "대학생의 지각된 스트레스, 사회적 지지 및 음주동기가 음주 행동에 미치는 영향," *한국심리학회지: 건강*, 제10권, 제3호, pp.277-293, 2005.

[43] 정진화, 이윤석, "음주와 범죄의 관계: 알코올 소비량과 강간범죄의 관계를 중심으로," *한국경제통상학회*, 제36권, 제1호, pp.59-76, 2018.

[44] 김형중, "알코올과 범죄와의 상관성에 관한 연구: 음주범죄에 대한 허용성과 관용적 인식을 중심으로," *한국시민윤리학회*, 제25권, 제2호, pp.1-30, 2012.

[45] <https://www.khealth.or.kr/alcoholstop>, 2021.

[46] 강두선, 이은희, "위험지각태도모델을 활용한 음주

관련 인식 및 행동 유형화 연구," 제16권, 제2호, pp.37-67, 2013.

[47] 송아영, 송예원, 이재신, "청소년의 음주폐해 예방 중재가 음주 빈도와 문제행동에 미치는 효과," *한국콘텐츠학회논문지*, 제17권, 제2호, pp.687-695, 2017.

저 자 소 개

이 희 중(Hee Jong Lee)

정회원



- 2000년 2월 : 이화여자대학교 사회 복지학과(문학석사)
- 2016년 8월 : 연세대학교 사회복지학과(사회복지 박사)
- 2017년 5월 ~ 현재 : 한국건강증진개발원 선임전문원

〈관심분야〉 : 근로자, 음주, 보건복지정책

박 가 영(Ka Young Park)

정회원



- 2018년 1월 ~ 현재 : 한국건강증진개발원 주임전문원
- 2020년 9월 ~ 현재 : 연세대학교 사회복지학과 석사과정

〈관심분야〉 : 음주, 정신건강, 보건복지정책