

# 여성흡연자의 흡연행동 특성과 금연프로그램 참여 동기유발 전략

박아현\*, 최지혜\*\*, 김혜경\*\*\*†

\*서울시 통합건강증진사업지원단 팀장, \*\*서울특별시 건강증진과 주무관, \*\*\*이화여자대학교 융합보건학과 부교수

## Smoking characteristics and motivational strategies in cessation interventions for female smokers

Ah Hyun Park\*, Jihae Choi\*\*, Hyekyeong Kim\*\*\*†

\*Team manager, Expert Group on Health Promotion for the Seoul Metropolitan Government

\*\*Manager, Seoul Metropolitan Government

\*\*\*Associate professor, Department of Health Convergence, Ewha Womans University

**Objectives:** This study aimed to analyze the smoking characteristics of female smokers and to provide strategies for effective smoking cessation programs by examining what motivates female smokers to quit smoking. **Methods:** Data were collected through focus group interviews with 22 female smokers by age group. **Results:** The study found that smoking patterns were different by age group, and the main reason for smoking in all age groups was stress relief. Across all age groups, the smell of smoking was cited as the main disadvantage of smoking. Female smokers were more concerned about their skin beauty than their health. They also pointed out that the current messages in smoking cessation campaigns and programs for female smokers were not only ineffective but rather antagonistic. **Conclusion:** It is necessary to revise the content of smoking cessation campaigns and to develop tailored smoking cessation programs to motivate women to quit smoking. Furthermore, environmental change strategies should be incorporated into the program, in addition to individual-level intervention to support smoking cessation.

**Key words:** female smokers, smoking characteristics, Focus Group Interview, tailored smoking cessation program

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

세계보건기구 보고서(WHO, 2019)에 따르면, 2007년에서 2017년에 이르는 지난 10년 동안 성인 남성 흡연율은 37.1%에서 32.7%로, 여성 흡연율은 8.0%에서 5.8%로 감소한 것으로 나타났다. 흡연이 폐암과 후두암을 비롯해 심혈관계 질환에 이르기까지 각종 질환을 유발하는 원인으로 알려지면서 각

국가들은 흡연율을 낮추기 위해 다양한 정책들을 펼쳐 왔다. 우리나라도 2005년 세계담배규제 기본협약(FCTC) 비준에 따라 금연 정책을 강화해 왔으며, 이에 따라 성인 남성 흡연율은 2007년 45.1%에서 2017년 38.1%, 2018년 36.7%로 다른 국가들과 비슷하게 지속적인 감소세를 보여주고 있다. 하지만 여성흡연율의 경우는 2007년 5.3%에서 2017년 6.0%, 2018년 7.5%로 증가하는 양상을 보여준다(Ministry of Health and Welfare[MOHW] & Korea Center for Disease Control and Prevention[KCDC], 2019).

Corresponding author: Hyekyeong Kim

Department of Health Convergence, Ewha Womans University, 52, Ewhayeodae-gil, Seodaemun-gu, Seoul, 03760, Republic of Korea

주소: (03760) 서울시 서대문구 이화여대길 52 이화여자대학교 융합보건학과

Tel: +82-2-3277-4646, Fax: +82-2-3277-2867, E-mail: hkkim@ewha.ac.kr

• Received: June 8, 2020

• Revised: June 24, 2020

• Accepted: June 25, 2020

여성 흡연율의 증가에도 불구하고 여성 흡연을 바라보는 시각은 대부분 개인과 모성 건강 차원에 초점이 맞춰져 있다 (Jung, 2015). 여성 흡연은 흡연에 의한 일반적인 건강 위협 외에도 조기 폐경이나 유방암, 자궁경부암 등 여성 질환의 위험 요인을 증가시킨다. 또한, 임신 중 흡연은 유산과 조산, 저체중아 출생 가능성을 증가시키는 것으로 알려져 있다 (Flemming, Graham, Heirs, Fox, & Sowden, 2013; Jeong et al., 2010; Kim & Jo, 2008).

하지만 여성 흡연을 이해하는 데 단지 개인의 건강이나 모성과 연결하는 것만으로는 한계가 있다. 현재의 여성 흡연율 증가 추세는 보다 복합적인 이해가 필요하다. 국민건강영양조사 결과에 따르면, 남성의 경우 연령대가 낮아질수록 흡연율이 감소하는 추세를 보이는 데 반해 여성의 경우 연령층이 낮아질수록 흡연율이 계속 높아지고 있음을 확인하게 된다. 특히 20대의 흡연율이 10.9%로 두 자릿수에 진입하였음을 주목할 필요가 있다. 남성의 경우 1970년대 출생 코호트까지 흡연율이 높아지다 이후 줄어들고 있으나 여성의 경우 1970년대 이후 출생 코호트에서 흡연율이 지속해서 높아지고 있는데(MOHW & KCDC, 2019), 이는 여성의 사회진출 증가와도 맥을 같이 한다. 국가별 흡연 패턴 분석 결과는 여성의 취업률이 증가할수록 흡연율이 증가함을 보여준다(Sreeramareddy & Pradhan, 2015). 이러한 양상을 고려한다면, 최근 들어 나타나는 20대 여성 흡연율의 증가는 여성의 흡연 시작 시기가 빨라지고 있으며 향후 지속적인 흡연 가능성을 높여 여성흡연율의 지속적인 증가를 예측하게 한다.

여성의 경우 흡연에 대한 사회적 낙인으로 인해 일반적으로 남성보다 흡연 사실을 숨기는 경향이 있어 여성 흡연율이 과소보고 됨을 고려한다면 실제 여성 흡연율은 알려진 것보다 훨씬 더 높을 수 있다. 일례로 니코틴 대사물질인 코티닌 값을 통해 조사한 여성 흡연율은 13.9%로 자가보고형 설문조사 결과인 5.9%보다 2.4배가량 높게 나타났다(Jung-Choi, Khang, & Cho, 2012).

이러한 여성 흡연율의 과소보고는 여성 흡연에 대한 사회의 비판적 시각과도 맞물려 있다. 여성의 흡연에 대한 사회적 낙인은 여성 흡연을 은폐시키고(Douglas & Robert, 2016) 있으며, 여성흡연자들은 타인의 시선에 영향을 많이 받아 흡연 사실을 숨기게 됨으로써 금연 시도나 금연지원 서비스의 혜택을 누리기도 어렵게 된다. 예전보다 많이 완화되었다고는 하지만, 여성 흡연에 대한 부정적인 사회적 규범은 여성 흡연

자들에게서 독특한 흡연 행동을 유발한다. 마음 놓고 흡연할 장소가 없는 여성들은 짧은 시간 한꺼번에 많이 흡연(폭연, binge smoking)하는 양상을 보인다던가 혼자 있을 때 갑자기 강한 흡연 욕구를 느끼거나 상황에 따라 흡연(occasional smoker)하는 경향을 보인다(Suh, 2007).

또한 여성 흡연을 부정적으로 보는 사회규범은 여성들의 금연을 어렵게 만든다. 일반적으로 흡연자들이 금연하기 위해서는 사회적 지지가 필요하다고 알려져 있으나, 흡연 사실을 노출하기 꺼리는 여성들은 금연 시도 시 주변으로부터 도움을 요청하기 어려우며, 설령 금연을 시도한다고 하더라도 면대면 금연 상담이나 금연 프로그램에 참여를 주저하게 된다(Kwak & Whang, 2016). 여성 흡연자들이 궤련에서 전자담배로 흡연하는 담배 종류를 바꾼 이유가 타인의 시선 때문이라는 최근의 연구 결과(Sun, 2018) 역시 여성 흡연자들이 사회적 영향에서 자유로울 수 없음을 설명해 준다.

하지만 여전히 여성 흡연자들이 어떻게 흡연을 시작하게 되었으며, 여성 흡연자들의 금연을 유도하기 위해서는 어떠한 전략이 필요한지에 대한 연구는 부족하다. 특히 그동안 우리나라의 금연지원서비스가 높은 성인 남성 흡연율로 인해 대부분 남성 위주의 서비스에 초점이 맞춰져 있고, 사회적 시선으로 인해 여성 흡연자들의 금연 시도가 저조하다는 걸 상기해 보면, 여성 흡연자들의 금연을 위해서는 여성들의 관점에서 고안된 프로그램 개발이 절실하다 하겠다.

따라서 이 연구는 여성 흡연자들의 목소리를 통해 여성 흡연자들의 흡연 요인을 분석하고 여성 흡연자들이 필요로 하는 금연 유도 요인이 무엇인지를 파악하고자 하였다. 이를 바탕으로 여성흡연자의 관점에서 여성 흡연에 대한 인식과 흡연을 지속하는 원인을 이해하고, 여성 흡연자 대상 금연 프로그램을 개발하는데 필요한 기초 자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구 목적

이 연구는 여성 흡연자들을 대상으로 흡연 실태 및 흡연과 금연에 대한 인식과 태도를 심층적으로 파악하고 여성 흡연자의 특성과 요구도를 고려한 효과적인 여성 금연 프로그램 개발을 위한 실질적인 방법을 모색해 보고자 한다.

이에 따라 이 연구에서 주목하는 연구문제는 ‘여성 흡연자들의 흡연 동기는 무엇인지’, ‘여성 흡연자가 생각하는 흡연과 금연에 대한 태도는 어떠한지’, ‘여성 흡연자를 위한 금연 프로그램 개발을 위해서는 어떠한 점을 고려해야 하는지’이다.

## II. 연구방법

### 1. 연구자의 경험 성찰

이 연구는 여성 흡연자의 흡연 요인을 파악하고 금연 유도를 위한 방안을 알아보기 위해 질적 연구인 현상학적 연구 방법을 활용하였다. 연구자들은 보건학과 건강 관련 학문을 전공한 자들이며, 지역사회통합건강증진사업 운영에 직·간접적으로 관여하고 있다. 통합건강증진사업 중 금연사업은 주로 보건소 금연클리닉을 통해 이루어지고 있는데, 보건소 금연클리닉에서는 여성 흡연자를 대상으로 금연지원 서비스를 제공하는 데 있어 어려움을 지속적으로 호소하였다. 이 과정에서 연구자들은 여성 흡연자들의 어떤 특성이 일반적인 금연지원 서비스의 제공을 어렵게 하는지에 대해 궁금증을 가지게 되었다. 여성 흡연율이 꾸준히 증가하는 상황에서 어떻게 하면 여성흡연자들에게 보다 효과적인 금연 프로그램을 제공할 수 있을 것인가에 대한 고민은 이를 심층적인 연구로 이르게 하는 계기를 제공해 주었다.

### 2. 연구 대상

연구 대상자는 현재 흡연 중인 여성으로, 연구 참여에 동의한 22명을 대상으로 심층 면접을 진행하였다. 조사 대상자는 사전 정보 파악을 통해 조사일 기준 흡연 경력이 1년 이상이며 하루 평균 5개비 이상 흡연하고 있는 여성 흡연자 중 각 그룹 조건에 맞는 자로 선정하였다. 연구 대상을 모집하면서 연령별 특성이 여성 흡연의 실태와 흡연과 금연에 대한 인식 및 태도에 차이가 있을 것으로 판단하여 연령대별로 20~25세, 26~34세, 35~44세의 흡연 여성 그룹으로 구성하여 그룹별 동질성 및 그룹 간 차별성을 확보하였다. 실제로 국민건강영양조사에 따르면 이들 연령대의 흡연율이 상대적으로 증가하는 것을 확인할 수 있다. 또한 흡연 패턴이 사회적 지위에 따라 달라짐을 고려하여 아직 학생이거나 취업을 준비 중인 20대 초반 그룹과 사회생활을 하고 있으나 아직 미혼인 20대 중반에서 30대 초반의 그룹, 사회생활을 시작한 지 10년 이상 되었으며, 기혼자를 포함하는 30대 중반~40대 초반의 그룹으로 구분하여 연구대상자를 모집하였다. 연구참여자들은 흡연 경력이 1년 이상이며, 하루 평균 5개비 이상 흡연 증으로, 최소 1회 이상의 금연 시도 경험이 있었다. 연구 참여자의 특징은 다음의 <Table 1>과 같다.

<Table 1> Characteristics of the study participants

		unit: n(%), Mean±SD		
		Group I (N=7)	Group II (N=8)	Group III (N=7)
Age(year)	20's	7 (100.0)	6 ( 75.0)	0 ( 0.0)
	30's	0 ( 0.0)	2 ( 25.0)	3 (42.9)
	40's	0 ( 0.0)	0 ( 0.0)	4 (57.1)
	Mean±SD	23.6±1.9	28.5±2.2	40.7±2.4
Occupation	Emoloyment	1 ( 14.3)	3 ( 37.5)	5 (71.4)
	Unemployment*	3 ( 42.9)	4 ( 50.0)	2 (28.6)
	Student	3 ( 42.9)	1 ( 12.5)	0 ( 0.0)
No. of cigarettes comsumed per day		10.3±4.8	10.1±5.1	10.6±5.3
Age of smoking initiation(year)		20.0±1.3	20.0±3.3	24.4±5.7
Marital status	Married	0 ( 0.0)	0 ( 0.0)	3 (42.9)
	Others**	7 (100.0)	7 (100.0)	4 (57.1)

Note. \* included freelancer, housewife, job-search  
 \*\* included never married, divorced, or separated

### 3. 자료 수집 및 분석

이 연구의 자료 수집을 위해 표적집단 심층면접(Focus Group Interview)를 실시하였다. 자료 수집 기간은 2019년 10월 22일~23일까지이며 연구 참여 그룹별로 심층면접을 진행하였다. 각 그룹별 심층 면접 진행 시간은 1시간 30분에서 2시간 사이였으며, 심층 면접은 일면경과 CCTV가 설치된 FGI 전용 공간에서 진행되었다. FGI 이전 약 10분간 기초 정보를 수집하고, 참석자 소개 및 FGI 주의사항 안내 등을 실시하였다. FGI 진행은 정성조사 경력 25년의 전문 모더레이터가 담당하였으며, FGI 전 과정을 연구진이 참관하여 진행하였다.

면담은 참여자의 첫 흡연 경험과 흡연 경력 및 현재 흡연량을 묻는 질문으로 시작하여 흡연의 동기와 흡연 장소, 흡연 시간 등 현재 흡연 패턴을 파악하였다. 또한 흡연자들의 흡연 편익과 가치를 알아보기 위해 흡연 욕구가 심해지는 상황을 물어보고, 흡연으로 인한 불편한 점과 그에 따른 대처 방법을 확인하였다. 흡연에 대한 인식을 알아보기 위하여 흡연 노출에 대한 태도와 주변 환경에 대한 질문이 뒤를 이었으며, 금연 시도 경험을 서로 나누면서 금연에 실패한 요인을 스스로 분석해 보고 본인이 원하는 금연 프로그램에 대한 아이디어를 제시하도록 하였다.

FGI 내용은 현장에서 영상 녹화 및 음성 녹취하였으며, 사후에 스크립트가 그룹별 녹취록을 작성하였다. 이와는 별개로 연구자들 역시 현장에서 메모 노트를 이용하여 주요 내용을 기록하였다. 자료 분석은 녹취록을 바탕으로 기술된 내용 중 질문별로 의미 있는 문장이나 구를 추출한 후, 추출된 문장 혹은 구를 의미 단위별로 재분류하였다. 이후 각 주제별 그룹 간 차이를 분석하였으며, 이 과정에서 연구자 간 논의를 통해 최종 분석 내용을 확인 및 정리하고, 전후 맥락과 관계성을 고려하여 내용을 구조화하였다.

### 4. 윤리적 고려

이 연구는 연구자가 소속된 기관의 생명윤리위원회 승인(IRB No. EWhA-201910-0036-01)을 받아 진행하였다. FGI에 참여하는 연구참여자의 권리보호를 위해 참여자들에게 연구의 목적 및 방법을 설명하고, 연구 참여는 자발적인 동의로 이루어지며 원하는 경우 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있음을 알렸다. 또한 FGI 과정에 대한 녹화가 이루어짐

을 알리고, 면담 내용에 대한 비밀을 유지할 것과 익명성을 보장함을 설명한 후 서면으로 된 연구참여 동의서에 자필 서명을 받았다. FGI 진행 도중에 참여자가 민감해하는 질문의 경우 답변을 강요하지 않았으며, 참여자의 답변으로 인한 피해가 없고 해당 내용은 연구의 목적으로만 사용됨을 상기시켜 주었다. 연구참여자의 비밀 유지 및 익명성 보장을 위해 개인 식별이 가능한 정보는 코드화하였으며, FGI를 통해 수집된 정보는 학문적인 용도로만 사용하며 타인에게 노출되는 것을 방지하기 위해 제한된 연구진만 해당 자료에 접근 가능함을 참여자들에게 설명하였다.

## Ⅲ. 연구결과

### 1. 흡연 현황 및 주요 흡연 행동 특성

#### 1) 최초 흡연 및 상시 흡연 시기와 동기

참석자들의 최초 흡연 시기는 대략 17세에서 20세 사이로 고등학교 시절 친구들과 호기심으로 시작하는 경우가 가장 많았으며, 20세를 전후하여 최초 흡연을 한 경우가 그 뒤를 잇고 있었다. 참석자들은 대부분 호기심과 친구의 권유, 친구들과 어울리기 위해 흡연을 처음 시작하였으며, 그 뒤로 간헐적 흡연을 하다가 상시적 흡연에 이르렀다고 보고하였다.

“17살 때 고등학교 때 친했던 친구들이랑 놀다가 그냥 피길래 같이 따라서 핀 정도. 담배가 맛이 다 다르잖아요. 그래서 과일향 나는 담배가 있다고 하길래 궁금해서 피게 됐어요. 그냥 아무 생각 없었어요.” (20~25세 그룹)

“성인 돼서 21살인가 22살에 대학교 졸업쯤에 폼이요. 친구 중에 한 명이 피는 애가 있었어요. 열 받는 일이 있어서 열 받을 때 해 보면 속이 시원하다. 그래서 하나 쥐 봐라. 했죠” (35~44세 그룹)

최초 흡연 동기가 대부분 호기심인 데 반해, 상시 흡연의 이유로는 ‘스트레스 해소’를 들고 있는데, 취업 고민이나 개인적 스트레스 때문에 흡연을 시작하거나 직장에서의 스트레스를 동료들과 같이 해소하는 수단으로 흡연을 하는 것으로 나타났다.

2) 주요 흡연 행동 특성

흡연자들의 흡연 장소로는 학생의 경우 '학교'에서 흡연하는 경우가 많았으며, 직장인의 경우에는 '회사 흡연실'이나 '흡연 구역'에서 주로 흡연한다고 보고하였다. 학교나 회사 외의 흡연 장소로는 집 주변이나 골목 등에서 주로 흡연을 하는 것으로 나타났으며, 이 외에도 '흡연이 가능한 카페'나 'PC방', '공공장소의 흡연 구역' 등 흡연이 가능한 공간을 일부러 찾아다니면서 흡연하는 특성을 보였다. 특히 소속이 없는 취업준비생이나 무직자의 경우 학생이나 직장인보다 외부 시선에 대한 의식 정도가 좀 더 민감한 경향을 보였다.

흡연자 주변인들의 흡연 여부를 살펴본 결과, 연령대와 관계없이 가족들은 흡연자보다 비흡연자가 많았으며, 특히 부모 중 어머니의 경우 대부분 비흡연자여서 흡연 노출에 대한 걱정이 있는 것으로 나타났다. 20대 초반의 경우 친구들이 대부분 흡연자여서 친구들과의 집단 흡연이 성행하는 것으로 나타났으며, 이로 인해 흡연량이 증가하고 간헐적 흡연자에게 흡연을 부추기는 효과가 있는 것으로 분석되었다. 20대 후반 이상의 취업준비생이나 무직자의 경우 친구들과의 동반 흡연보다 혼자 흡연하는 경우가 더 많았으며, 자녀가 있는 40대 기혼 직장인의 경우는 직장에서만 흡연하고 가정 내에서는 비흡연을 유지하는 특징을 보였다. 이들은 특히 자녀에게 흡연 노출을 매우 꺼려 퇴근 후에는 흡연을 전혀 하지 않으며,

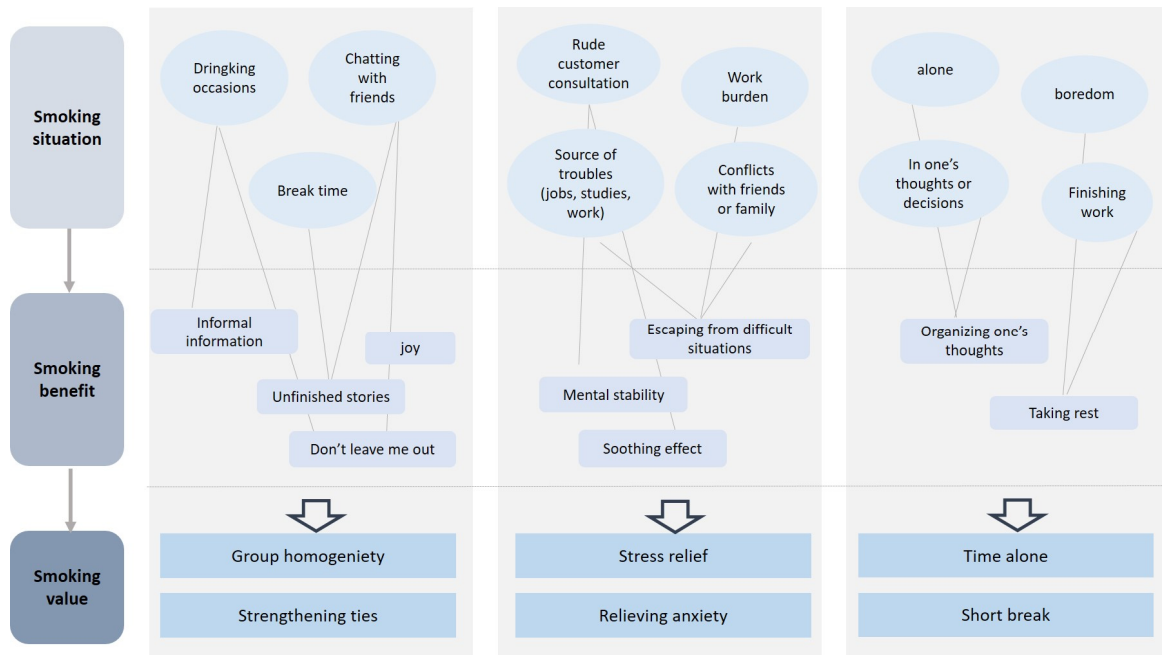
휴일에도 흡연하지 않아 일반적인 흡연자의 흡연 특성과는 사뭇 다른 양태를 보여주었다.

“집 앞이나 학교에 테라스 같은 데가 있어서 공부를 하면서 필 수 있는 데가 있어요. 거기에서 펴요. 과제 하면서 피고, 게임 하면서 피고, 뭘 시켜 먹으면서 피고, 하루 3~4시간 되는 것 같아요.” (20~25세 그룹)

“저도 직장에서만 피고 집에서는 몰라요. 5~6개비 정도. 회사 흡연실이 따로 마련돼 있어요. 하루에 흡연으로 보내는 시간은 한 시간 정도고요.” (35~44세 그룹)

3) 흡연 이유와 흡연의 편익

흡연자들이 생각하는 흡연의 편익과 가치를 파악하기 위해 사다리 기법(laddering technique)으로 흡연의 상황-흡연의 편익-흡연의 가치를 질문하여 분석한 결과, 친구들과의 술자리 흡연이나 집단 흡연 시 친구 간의 '동질감'과 '유대 강화'의 가치를 느끼는 것으로 보이며, 다양한 갈등 관계나 고민, 부담 상황에서의 흡연은 '스트레스 해소'와 '불안감 해소'를 위한 것으로 나타났다. 이 외에도 혼자 생각을 하거나 휴식할 때에도 흡연 욕구가 높아지는데, 흡연을 통해 '혼자만의 시간'을 즐기거나 '생각을 정리'하려는 목적이 있는 것으로 분석되었다.



[Figure 1] Smoking benefits and values in smoking situations

## 2. 흡연과 금연에 대한 태도

### 1) 흡연의 불편익과 대체 방법

연령대를 막론하고, 참석자들은 흡연으로 인한 불편함에 대해 공통적으로 '담배 냄새'로 인한 주위 사람들의 눈치를 쬐었다. 참석자들은 담배 냄새로 인해 주위 사람들에게 피해를 준다는 인식이 강하였으며, 특히 가족이나 직장 동료, 비흡연 친구들에게 담배 냄새가 불편을 주는 것에 대한 부담감을 토로하였다. 30대 후반 이후 흡연자들은 건강에 대한 우려를 표하기도 하였으나, 일반적으로 생각하는 암이나 심혈관계 질환에 대한 우려의 강도보다 피부 미용에 대한 불편함에 대한 호소가 더 강하였다.

흡연을 대체할 수 있는 것으로 운동이나 산책, 커피나 껌, 사탕과 같은 기호식품 섭취 등이 제시되긴 하였으나 힘이 들고 시간이 많이 소요된다거나 담배만큼 효과가 없다는 부정적인 태도를 견지하여 상대적으로 흡연의 장점을 부각하고자 하는 것을 발견할 수 있었다.

“운동으로도 풀 수 있는데 스트레스받으면 운동으로 풀 때 있거든요. 운동으로 푸는 것보다 운동을 하려면 30분에서 1시간 걸리면 이걸 시간도 빠르고 운동은 체력적으로 힘들잖아요. 이걸 힘든 것도 없고 빠르게 끝낼 수 있기 때문에 더 찾는 거 같아요.” (20~25세 그룹)

“담배가 기회비용이 적게 드니까. 차 한 잔 마시면 4500원. 말씀하신 것처럼 건물 한 바퀴 돌고 하면 시간이 더 들고 담배는 한 갑을 사면 4500원인데 그걸로 이를 동안 피울 수 있잖아요. 시간이라든가 가격적인 면에서 다른 것에 비해 돈이 적게 들고 시간도 적게 들고.” (35~44세 그룹)

### 2) 흡연 노출에 대한 태도와 주변 환경

면담에 참여한 여성 흡연자들은 같이 흡연하는 친구나 동료 외에 현재 흡연 사실을 주변 사람에게 노출하는 것에 대해 부정적이거나 부담을 느끼며 되도록 노출하지 않으려고 하는 경향을 보였다. 특히 가족(부모 포함)에게는 흡연 사실을 비밀로 하길 바라며, 현재 부모가 자신의 흡연 사실을 인지하지 못한다고 대답한 흡연자가 다수였다. 이들은 대부분 부모가 흡연을 싫어하기 때문에 자신의 흡연으로 인해 부모와의 마찰을 피하고자 하였다. 직장인들도 보수적이고 위계적인 직장 생활에서 흡연으로 인해 선입견이 생기거나 사소한 흠집 잡히는 것을 두려워하며 직장 상사들에게 흡연 사실을 노출하

고 싶어하지 않았다. 자녀가 있는 기혼자의 경우에는 자녀에게 자신의 흡연이 노출되는 상황을 가장 두려워하였으며, 흡연 사실을 드러내지 않기 위해 집에서는 흡연을 하지 않을 뿐 아니라 냄새 관리에도 매우 신경을 쓰고 있었다.

“가족들한테는 얘기를 못 하겠고 주변에 회사 다닐 때 작년까지는 회사에서도 숨겼어요. 어린 여자애가 담배 핀다고 하면 안 좋게 생각하시길래 말 안 했어요.” (20~25세 그룹)

“동생한테 숨기고 싶었는데, 들켰어요. 엄마한테는 숨기고 싶어요. 잔소리가 심해서.” (26~34세 그룹)

“저는 딸이요. 초등학교 다녀요. 엄마가 담배 피는 거 보고 따라 하지 않을까 염려도 있고요. 회사 스트레스 업무적인 걸로 피는 거라서 굳이 집에 담배 핀다고 알리고 싶지 않았어요.” (35~44세 그룹)

### 3) 금연 경험 및 실패 요인

참석자들은 모두 한 번 이상의 금연 시도 경험이 있었다. 연령이 높고 흡연 기간이 상대적으로 길수록 금연 시도 횟수는 증가하였는데, 20대 초반 흡연자들은 금연을 시도한 이유로 경제적인 부담과 담배 냄새가 싫어서라고 답하여 내부적인 요인보다 외부적인 요인에 의한 금연 시도가 더 많은 것으로 나타났다. 20대 후반 이후의 흡연자들은 20대 초반 흡연자들보다 상대적으로 흡연 기간이 길어서인지 금연을 시도한 계기로 건강상의 이유를 가장 많이 꼽았다. 아침에 일어날 때 답답함을 느끼거나 가래가 심해지고 피부가 안 좋아지는 걸 느껴서 금연을 시도한 적이 있다고 답한 것이다.

금연을 시도하였으나 실패한 원인으로는 20대와 30대 초반의 경우 친구와 다투다가 혹은 흡연하는 친구들과 어울리다 다시 흡연한다고 답하여 스트레스 상황에서 즉흥적인 흡연이 다시 발생하거나 주변인들의 영향을 받아 흡연하는 것으로 나타났다. 30대 후반 이후의 흡연자들도 금연을 포기하는 상황은 비슷했으나 주변인의 영향보다는 흡연 욕구 때문에 스스로 금연을 포기하는 경우가 좀 더 많이 나타났다. 금연 실패 경험을 바탕으로 금연 방해 요소를 정리하면 주변 흡연자의 영향, 금연 의지 부족, 흡연의 대체 방법 부재 등으로 나뉘 볼 수 있다. 주변 흡연자의 영향을 받는 사람들은 이전에 같이 흡연한 친구나 동료들과의 관계가 자신의 금연으로 인해 손상이 가는 것을 두려워하는 것으로 나타났는데, 특히 20대 초반의 경우에는 주변 흡연자의 영향을 상대적으로 더 많이

〈Table 2〉 Reasons of smoking cessation and the cause of the failure

Group	Reasons of smoking cessation	Cause of the failure
Group I (20~25 years old)	economic burden	arguing with friends and stress
	leaving of absence from school	annoying with boyfriend
	bitter taste of cigarettes	give up
	declining the physical strength	smoking friends
	the smell of cigarettes	stressful situation
Group II (26~34 years old)	staying with parents	sudden smoking desire
	the smell of cigarettes	living with smoking friends
	a new year's resolution	rapid loss of will to quit smoking
	with boyfriend	smoking smell
	health reasons	dating with smoking boyfriend
Group III (35~44 years old)	the smell of cigarettes	disappearing the reason for quitting smoking
	skin troubles (dry, aging)	weakening the will to quit smoking
	health reasons, switch to e-cigarettes	desire to smoke
	getting worse of health	to communicate with smoking colleagues
	worried about health	

받는 편이었다. 금연 시 금단현상을 우려하거나 금연 실패에 대한 막연한 두려움이 존재하는 소극적 금연자층에서는 금연 의지가 부족해 실패하는 경우로 분석되었다. 또한 주로 흡연 경력이 오래되고 금연 시도가 많았던 흡연자층에서는 흡연만큼 쉽고 간편한 대체 방법을 찾지 못해 금연을 포기하는 경우가 많았다. 더불어 금연 시 체중 증가에 대해 걱정을 하기도 하였으나, 금연을 방해하는 핵심 요소는 아닌 것으로 분석되었다.

“대체할 게 없고 스트레스 대체할 수 있는 게 현재로서는 없는 거 같고. 친구들 관계에서도 술을 안 마시다 보니까 직장 생활할 때나 뭐가 있을 때 저를 찾게 되더라고요. 흡연할 때에는 같이 피고 싶어해요. 저도 제 친구들 찾고 친구들도 저를 찾게 되는데 그러면서 관계가 좋아지는데 그게 없으면 허전한 거 같아요.” (20~25세 그룹)

“금연 시도를 하잖아요. 지레 겁먹는 거예요. 내가 실패해서 다시 피게 되면 안 피는 동안이 아까운 거예요. 그게 억울한 거예요. 어차피 필 건데, 끊는 기간이 억울해.” (26~34세 그룹)

#### 4) 금연의 편익

흡연자들이 인식하는 금연의 편익은 ‘건강한 생활’, ‘피부 미용에 좋음’, ‘담뱃값 절약에 따른 경제적 이익’, ‘주변 위생에 도움’ 등으로 요약할 수 있다. 금연을 하면 머리가 맑아지고 아침에 개운하게 일어날 수 있는 등 자신의 신체 상황이 좋아지고 건강해질 것 같은 기대를 하고 있으며, 피부 미용에 대한 기대감도 나타내었다. 건강한 생활과 피부 미용에 좋은 편익이 20대 후반과 30대 흡연자층에서 더 많이 나타났다면, 경제적 이익에 대해서는 20대 초반 층과 35~44세의 기혼자층에서 더 많이 언급되는 특징을 보여주었다.

금연 시 담배 냄새가 나지 않아 주변 사람을 신경 쓰지 않아도 된다는 점은 전 연령층에서 고르게 인식하고 있어 금연에 대한 여성 흡연자들의 보편적인 편익으로 파악할 수 있었다. 또한 여성흡연자들이 인식하는 금연의 편익은 미래의 건강한 모습보다는 현재의 모습이 긍정적으로 변하는 단기적이고 현시적인 편익을 주로 인식하고 있어 여성 흡연자들을 대상으로 하는 금연 프로그램은 현시적인 변화에 초점을 맞춰야 함을 유추해 볼 수 있었다.

“냄새가 안 나니까 주변 사람들 눈치 안 봐도 될 것 같아요.”(20~25세 그룹)

“피부가 엄청 좋아질 것 같아요. 전에 그랬던 경험이 있어요. 수분이 올라오더라고요.” (26~34세 그룹)

“머리가 맑아질 거 같아요. 아침에 일어날 때 개운할 거 같아요. 안 뻤을 때 생각해 보면.” (35~44세 그룹)

“정부 차원에서 금연사업을 하는 게 여성 대상으로 하는 게 애초에 캠페인도 잘못됐다고 생각해요. 물론 뭔가 여성, 남성 중심으로 금연사업이 이루어지는 건 맞는데 그래서 필요하기는 한데 여성에 대해서 흡연하지 말라고 하고 금연해야 하는 이유를. 담뱃갑에도 그려져 있잖아요. 기형아를 낳을 수 있고 내가 죽을 수 있고 이런 식으로 하니까 그 부분이 마음에 안 들어서 끔고 싶다가 낳지도 않을 건데 기분 나쁘게. 이런 생각 하게 되거든요.”(20~25세 그룹)

### 3. 여성흡연자 대상 금연프로그램 개발 방안

#### 1) 기존 금연프로그램에 대한 평가

FGI 참석자들이 모두 한 번 이상의 금연 시도 경험이 있는데 반해, 실제 금연 프로그램에 참여한 흡연자는 22명 중 5명에 지나지 않아 적극적으로 금연 노력을 하는 사람은 많지 않은 것으로 나타났다. 금연 프로그램에 참여한 경험이 있는 이들은 주로 학교나 보건소에서 주관하는 금연 프로그램에 참여했다고 응답하였는데, 금연 패치나 보조제를 지급받아 사용하였으나 자신의 의지 부족과 금연 프로그램에 대한 낮은 만족도로 인해 금연에 성공하지 못하였다고 하였다.

금연 프로그램에 참여해 본 경험이 없는 참가자들은 금연에 대한 이유나 동기가 없고, 금연 프로그램 효과에 대한 불신과 익명성이 보장되지 않을 것을 우려하는 등 다양한 이유로 금연 프로그램에의 참여를 꺼렸다.

“저도 패치하고 사탕 같은 거 조그만 것 주셨는데 저도 그거 붙여 봐도 별로 생각이 덜 날 거라고 하셨는데 그건 못 느끼겠고 그렇게까지는 모르겠고 어차피 우리가 아무리 많이 퍼도 하루 이틀이면 안 될 수 있고 며칠은 조절이 되잖아요. 그 정도로 중독은 아니니까. 그거 안 해도 내가 안 피고 싶으면 패치 안 붙여도 하루 이틀 정도는. 그거 하면 조금 더 돼야 하는데 그런 게 없다 보니까. 내가 굳이 붙여서 까지 해야 하나 하는 생각이 들었어요.”(35~44세 그룹)

“동네 사람들이 알 까봐 못 갔어요.”(35~44세 그룹)

주목할 만한 점은 FGI에 참여한 20대 여성들이 대부분이 현재 진행되는 금연 프로그램이 자신들과 별 관계가 없다고 느끼며, 현재의 여성 대상 금연지원 서비스가 임신과 출산 관련 흡연 폐해를 강조(기형아 출산, 태아 건강에 위험 등)하면서 금연을 유도하는 것에 대해 반감을 보이고 있었다. 30대 이상의 경우에도 가입기 여성의 흡연에 대해 죄책감을 유발하는 금연지원 서비스에 대해 불편한 감정을 토로하였다.

#### 2) 젠더 감수성을 고려한 금연 프로그램 개발

참석자들에게 여성을 대상으로 하는 금연 프로그램 개발 시 고려했으면 하는 사항들에 대한 질문에는 20대의 경우 동기부여와 관심 있는 유인 요소가 필요하다고 응답하였으며, ‘기형아 출산’이나 ‘태아 건강에 위험’과 같은 임신과 출산 관련 접근에 대해 반감을 표해 보다 유연한 접근이 필요해 보였다. 30대 이상의 참여자들 역시 임신과 출산 등과 연관 짓는 현재의 여성 대상 금연 프로그램이 죄책감이나 불안감을 조장하고 있다는 지적을 하였으며, 당면하는 변화가 아닌 10년, 20년 뒤의 암 예방과 같은 피상적인 내용으로는 금연 동기를 유발하기 어렵다고 답하였다. 30대 이상의 흡연자들은 피부 미용에 대한 관심이 20대보다 상대적으로 많았으며, 금연 프로그램 참여 시 익명성 보장에 높은 관심을 보여 흡연 사실 노출에 민감한 것으로 나타났다.

“10년, 20년, 30년 뒤에 암에 걸릴 확률보다는 담배 피웠을 때 당장 몇 달 그때를 강조하는 게 도움이 될 거 같은데.”(20~25세 그룹)

“흡연 부작용 얘기할 때 여성 대상 얘기할 때 보통 태아, 임신했을 때 애에 대해 얘기를 하는데, 그게 아니라 내 몸에 안 좋은 점을 얘기했으면 좋겠어요.”(26~34세 그룹)

“미용, 보상. 지금 현재 상태에서 담배로 인해서 얼마나 나 빠졌는지. 당뇨나 암 같은 얘기는 너무 먼 이야기 같거든요. 지금까지 피웠는데, 내 몸에 얼마나 나타나 있는지 진단해줬으면 좋겠어요.”(26~34세 그룹)

“직장 다니는 사람은 퇴근 후에 보건소 가기가 힘들어요. 우리 6시에 끝나면 그쪽도 6시에 끝나고.”(35~44세 그룹)

#### 3) 가시적 보상을 중심으로 하는 금연프로그램 개발

여성 흡연자 대상 금연프로그램 개발과 관련해 참여자들은 건강과 미용 관련 프로그램이 포함되었으면 하는 바람을 가



장 많이 제시하였고, 그에 대한 선호 역시 높게 나타났다. 예를 들면 흡연자의 피부 노화나 변색 등을 진단하여 금연의 필요성을 알려준다거나, 비흡연자와의 피부 상태나 치아의 변색 정도 등을 비교하여 금연 동기를 유발하는 것이 10년, 20년 뒤의 암이나 심혈관계 질환 예방 보다 훨씬 현실적이고 와닿는다고 응답했다.

금연 프로그램 참여시의 보상이나 혜택 역시 건강과 피부 미용 관련 혜택을 선호하였는데, 금연 프로그램 참가자에게 피부관리나 토닝 이용권을 제공하거나 개인 맞춤형 트레이닝 제공 등이 참여자들이 제안한 내용이었다.

또한 참가자들은 금연 프로그램을 면대면이 아닌 온라인상에서 비대면으로 진행하는 것을 선호하였는데, 그중에서도 스마트폰 앱을 개발하여 접근성을 높임과 동시에 비대면을 통한 익명성을 확보하는 것이 필요하다고 하였다.

“실제로 흡연자가 금연했을 때 피부의 수분도 측정을 하면 확실히 효과가 있거든요. 눈에 모르는 사람이 봐도 피부 뭐 했냐고, 레이저 하고 왔냐는 소리도, 제가 경험을 했다 보니까 그런 걸 하면 좋지 않을까요.” (26~34세 그룹)

“어플이 괜찮은 거 같아요. 자세히 돼 있으면 제가 볼 수 있고 이 정도 왔으니까 이 만큼만 하면 되겠다는 이런 자료도 손쉽게 볼 수 있고 전국에 어떻게 사람들이 하고 있는지. 거기에서 커뮤니티가 돼서 만나지는 못하지만 볼 수 있으니까 힘든 점 공유하는 걸 올리고.” (20~25세 그룹)

“보건소 못 가는 이유가 익명성이예요. 저는 핸드폰 얘기하는데 요즘 유튜브 많잖아요. 그건 제가 핸드폰은 개인적인 거잖아요. 제 거잖아요. 저만 핸드폰으로 보고 핸드폰으로 할 수 있는 그런 것이 좋아요.” (35~44세 그룹)

#### IV. 논의

여성흡연자들의 흡연 경험을 살펴보면, 흡연이 집단 내에서의 유대감을 형성하거나 친밀감을 유지하는 역할을 하는 것을 확인할 수 있다. 응답자 대부분이 호기심과 더불어 또래 집단과 어울리기 위해서 흡연을 시작하였는데, 이는 또래집단 흡연이 흡연자에게 흡연이란 행동 자체에서 느껴지는 동질감과 흡연자들끼리 공유하는 동류의식이 있다는 기존 논의와도 일관되었다. 이러한 현상은 여성 흡연자들만의 특성이라기보다 흡연자 전반의 특성으로 볼 수 있다. 또래 집단의 흡연은

호기심과 충동이라는 속성과 동경과 모방이라는 속성과 연결되어 있기 때문이다(Soh, 2012).

흡연의 특성에서 20대 초반은 친구들과 동반흡연을 하는 경우가 많았고, 20대 후반 이상은 혼자 흡연하는 경우가 더 많다고 응답하였다. 또한 집단 흡연 시의 편익으로 친구(동료) 간의 ‘동질감’과 ‘유대 강화’를 언급하였고, 혼자 흡연하는 경우는 스트레스와 불안감 해소를 주된 편익으로 제시하였다. 혼자 생각을 하거나 휴식할 때 흡연을 하게 된다는 참여자도 다수 있었고, 많은 여성흡연자들이 이 부분에 공감을 표현하였다. 이러한 연구 결과는 남성은 니코틴 부족을 보완하려고 흡연하는 경향이 큰 반면, 여성은 감정을 다스리기 위해 또는 흡연 계기(cigarette-related cues)에 대한 반응으로 흡연하는 경향이 있다는 연구 결과와 일관된 결과였다(Perkins, Karelitz, Giedgowd, & Conklin, 2013). 부정적인 정서 상태를 경험할 때 발생하는 흡연 충동은 남성에 비해 여성에서 더 강하기 때문에 스트레스나 불안감이 유발되는 상황에서의 스트레스 관리 등 감정관리기술의 발달은 여성을 대상으로 한 금연 프로그램에서 필수적 요소라 할 수 있다. 따라서 금연클리닉이나 금연치료에서 니코틴 대체요법이나 약물치료에 중점을 두는 현재의 금연 프로그램에서 여성의 금연성공률은 남성에 비해 저조할 가능성이 높다(Perkins, 2001). 금연 프로그램 참여자들을 대상으로 한 연구에서 여성은 남성에 비해 스트레스 관리 수단으로 흡연을 하는 경향이 더 강했다는 연구 결과도 이러한 연구 결과를 뒷받침하는 결과였다(McEwen, West, & McRobbie, 2008).

연구 대상자 중 40대 기혼 직장인은 직장에서만 흡연하고 가정 내에서는 비흡연을 유지하는 특성을 보였다. 본 연구진이 수행한 이전의 연구 결과(Kim et al., 2018)에서도 다수의 흡연 직장인이 가정에서는 흡연하지 않거나 흡연 욕구 자체를 느끼지 않는다고 응답하였다. 이러한 결과를 통해 기혼 여성 흡연자들은 간접흡연 폐해에 대해 인지하고 있으며, 가정이라는 환경에서 비공식적인 흡연 규제 또는 금연지지가 작용한다는 점을 알 수 있다. 같은 연구에서 직장인들의 주요 흡연 원인이 습관, 스트레스 해소, 휴식에 의한 것이었음을 고려한다면 앞서 강조한 스트레스 해소, 휴식을 위한 흡연 외에도, 직장에서의 일과 중 하나로 흡연을 하는 습관으로서의 흡연 행태를 변화시키는 전략 또한 필요하다. 또한 기혼 여성흡연자들이 지닌 가정 내 비흡연이라는 주관적 규범을 바탕으로 금연 시도를 유도하는 상담 전략이 주요할 것으로 판단된다.

여성 직장인의 흡연 유발요인을 파악할 때, 직장의 환경적 특성을 중요하게 고려할 필요가 있다. 앞서 언급한 Kim 등 (2018)의 연구에서, 여성 직원의 비율이 높은 사업장의 스트레스 유발 환경진단 결과에서, 조직의 폭력성 즉 업무 수행 중에 언어적 폭력, 신체적 폭력, 왕따나 괴롭힘 경험 수준이 5점 만점에 3.83점으로 조사되어 전체 사업장 2.47점보다 높은 수준이었다. 여성 직원의 흡연율도 40.7%에 달해 다른 사업장의 여성 직원 흡연율에 비해 유의하게 높았다. 여성 흡연자에게 직장은 흡연의 원인을 제공하며 동시에 흡연 장소를 제공하는 등 금연의 장애 요인 유발 생활터라 할 수 있으므로 직장인 여성의 흡연 예방과 금연을 위한 노력은 개인 수준의 개입을 넘어 특수한 직장환경에서 발생하는 조직사회의 요인을 파악하고 관리하려는 조직수준의 개입이 강화되어야 한다.

흡연자의 금연동기를 유발시키기 위해서는 흡연의 위험에 대한 인식을 강화할 필요가 있다. 연구 대상자들은 여성흡연에 대한 외부의 시선에 민감하였으며, 가족에 대한 자신의 흡연 노출을 우려하였고 자신의 담배 냄새를 흡연의 불편으로 지적하였다. 여성 흡연자들은 흡연 사실을 주변 사람에게 노출하지 않으려고 하는 경향을 보였고 특히 가족이나 직장 상사에게의 노출을 극도로 꺼리는 경향을 보였다. 자신의 담배 냄새를 주요 불편이라 지적한 점도 사회관계에서 흡연자로 낙인되는 효과를 우려하고 있음을 의미하였다. 이러한 인식의 특성은 계획된 행동론의 주관적 규범(Record, Harrington, Helme, & Savage, 2018), 범이론적 모형의 사회적 해방 개념(Kim et al., 2017)을 적용한 금연 메시지를 통해 금연에 관한 사회적 압력에 대한 인식을 강화하는 프로그램 전략의 필요성을 의미하는 것이라 해석된다. 금연프로그램에서 일반적으로 강조하고 있는 흡연의 건강위험, 외모면에서의 부정적 영향은 30대 후반 이후의 여성 흡연자의 인식 특성이므로 조사되어, 건강에 대한 우려, 피부미용에 대한 부정적 영향의 인식을 강화하는 전략은 40대 이후 여성들의 인식개선에 적절한 내용인 것으로 보였다.

불건강한 행동의 개선을 유도하기 위해서는 불건강 행동결과의 위험성 강조 이상의 전략이 필요하다. 금연실천을 촉진하기 위해서는 의사결정균형(decisional balance)을 개념을 적용하여(Prochaska et al., 1994), 금연의 긍정적 결과기대를 강화하는 동시에 금연의 부정적 결과, 즉 흡연이 주었던 편익을 건강한 방법으로 충족시킬 수 있다는 인식이 강화되어야 한다(Goldberg, Halpern-Felsher, & Millstein, 2002).

여성 흡연자들이 인식하는 금연의 긍정적 결과는 미래의 건강한 모습보다는 현재의 모습이 긍정적으로 변하는 단기적이고 현실적인 편익을 주로 인식하고 있어 여성 흡연자들을 대상으로 하는 금연 프로그램은 현실적인 변화에 초점을 맞춰야 함을 유추해 볼 수 있었다. 이는 사회인지이론에서 긍정적 결과기대를 형성할 때, 건강행동 실천의 즉각적인 편익이 강조되는(Kim et al., 2017) 중재전략의 적용이 필요함을 의미한다.

본 연구의 대상자들은 흡연을 대체할 수 있는 방안으로 명상, 운동 등이 있을 수 있음을 인지하고는 있었으나, 담배만큼 효과가 있는 방법은 없다는 태도를 보였다. 이에 더하여 스트레스 해소나 휴식의 측면에서 시간이나 비용을 고려한다면 흡연이 가장 경제적이어서 다른 대안을 선택할 수 없다는 입장을 표현하였다. 흡연자가 흡연을 지속할 수밖에 없는 이유는 흡연이 주는 편익임을 고려할 때 각 흡연자별로 차별화된 흡연 대체방법 마련이 필수적이라 하겠다.

연구 대상 여성 흡연자들은 경제적 부담, 담배 냄새가 싫어서, 건강상의 이유 등으로 금연 시도의 경험이 있었으나, 20, 30대 초반은 스트레스 상황에서의 반응으로 또는 주변인들의 영향으로 재흡연을 하였다고 보고하였다. 반면에 30대 후반의 여성들은 주변인의 영향보다는 흡연 욕구 때문에 스스로 금연을 포기하는 경우가 더 많았다. 젊은 여성흡연자들은 상대적으로 흡연기간이 짧아 중독성, 습관성으로 흡연을 하기보다는 상황(환경)의 자극에 의해 흡연하는 경향이 있음을 알 수 있었다. 흡연을 유발하는 스트레스 상황, 주변인의 흡연 또는 흡연 압력에 영향을 받는 것이다. 상대적으로, 30대 후반 이후는 흡연기간이 상대적으로 길어 중독성이나 습관성일 가능성이 크고 이로 인해 스스로 금연을 포기하는 것으로 보인다. 금연 실패 경험을 바탕으로 금연 방해 요소를 정리하면 주변 흡연자의 영향, 금연 의지 부족, 흡연의 대체 방법 부재 등으로 정리될 수 있다. 금연서비스에 참여한 573명의 흡연자(여성이 48%)를 대상으로 한 연구에서, 여성은 남성에 비해 금연과 관련된 위험인식과 편익인식의 수준이 유의하게 높았다. 남녀 모두에서 금연의 편익에 대한 인식수준이 높은 사람들은 금연 동기의 수준이 유의하게 높았고, 금연의 위험인식 수준은 금연 동기 수준과 음의 상관관계를 보였다. 특히 여성의 경우 위험인식과 동기유발 수준의 연관성이 더 강했다. 따라서 금연과 관련된 위험과 편익에 대한 인식의 특성을 미리 진단하는 것은 낮은 금연 의도와 연관되어

있는 인식과 믿음을 파악하고 수정하기 위한 전략 개발에 도움이 된다고 볼 수 있다(McKee, O'Malley, Salovey, Krishnan-Sarin, & Mazure, 2005)

금연 프로그램 참여경험은 이후의 금연 동기와 성공에 영향을 미친다. 연구참여자들은 특별히 금연을 해야 할 이유가 없다고 생각하여 금연 동기 수준이 낮았으며, 금연 프로그램 효과에 대한 불신과 익명성이 보장되지 않을 것을 우려하는 등 다양한 이유로 금연 프로그램에 참여를 꺼려하였다. 젊은 여성흡연자들은 대부분이 현재 진행되는 금연 프로그램이 자신들과 별 관계가 없다고 느끼며, 현재의 여성 대상 금연지원 서비스가 임신과 출산 관련 흡연 폐해를 강조하는 것에 대해 반감을 보이고 있었다. 30대 이상의 경우에도 가임기 여성의 흡연에 대해 죄책감을 유발하는 금연지원 서비스에 대해 불편한 감정을 토로하였다. 여성흡연자들은 금연을 유도하는 과정에서 여성의 몸이 개인의 몸이 아닌 사회적 몸, 즉 임신과 출산을 위한 몸임을 각성시키는 것을 불편해하였다. 여성 흡연자들은 흡연이 여성의 몸에 가하는 신체적 해로움을 넘어 여성의 흡연이 미래의 어머니로서 가져야 할 도덕적 책임을 저버리는 데 대한 죄책감을 유도하는 것에 대해 부정적인 시각을 드러내고 있었다. 이는 여성의 몸이 개인의 몸에서 '임신할 몸'으로 전환되는 것으로 한국 사회에서 여성의 몸이 '자궁'의 상징에서 벗어나지 못하는 점(Kim, 2015)에 대해 비판적인 시각을 드러내는 것으로 판단된다. 실제로 여성 흡연자에 대한 남성의 시각을 살펴본 연구에서도 여성의 흡연을 어머니로서 부적절한 행동으로 직시하고 있었으며, 여성에게 '어머니임(motherhood)'을 강조하는 상징적 권력에 의해 여성 흡연에 대한 사회적, 법적 기대에 의한 통제가 이루어지고 있음을 시사하였다(Lee & Shin, 2019).

이러한 점들을 고려해 본다면 여성에게 특화된 금연 프로그램이 임신, 양육과 관련된 부분만을 확대하여 강조하는 전략에는 주의를 기울일 필요가 있다. 하지만 여성의 금연을 촉진시키는 요인으로 임신과 자녀양육은 지속적으로 강조되고 있다(Smith et al., 2016). 한 연구(Jarvis, 1996)는 한 명의 자녀를 둔 여성흡연자의 금연성공률이 비슷한 연령대의 자녀가 없는 여성의 성공률에 비해 40% 더 높았으며, 자녀가 3명 이상인 여성의 경우는 성공률이 120% 더 높았다는 보고를 하였다. 미국의 연구결과들은 임신 마지막 3달 동안의 흡연율은 2000년 이후 10년간 드라마틱하게 감소되었음을 보고하고 있다(Tong et al., 2013). 따라서 임신을 계획하고 있거나,

자녀가 있는 여성의 경우는 여전히 임신과 자녀양육과 관련된 흡연의 위험성 간접흡연의 노출, 소셜모델링의 부정적 영향을 지속적으로 강조할 필요가 있다.

연구참여자들은 금연 프로그램에 대한 요구사항에서 건강과 미용 관련 프로그램이 포함되었으면 하는 바람을 표현하였다. 국가 간의 종단적 자료를 비교한 연구에 따르면, 여성은 남성에 비해 금연에 성공할 가능성이 31% 적었는데(Smith et al., 2015) 이유는 금연 후에 발생하는 체중증가 때문이라고 보고하였다. 이러한 문제발생을 예방하기 위한 체중관리 전략 등 건강관리(Harris, Zopey, & Friedman, 2016), 미용 등에도 도움이 되는 프로그램을 연계하는 방안도 고려되어야 한다.

금연 프로그램 전달방식과 관련하여 여성 흡연자들은 온라인상에서 비대면으로 진행하는 것을 선호하였는데, 여성흡연자 대상 프로그램의 서비스 전달은 스마트폰 앱을 개발하여 접근성을 높임과 동시에 비대면을 통한 익명성을 확보하는 것이 필요하다고 하겠다.

금연 프로그램의 효과성을 분석한 126개의 RCT에서 2개의 연구에서만 여성의 금연성공률이 높았고, 59개의 연구에서는 여성의 성공률이 남성의 성공률이 더 낮았다. 또한 장기적인 금연유지의 측면에서는 여성의 성공률이 더 낮은 것으로 보고하고 있다(Smith, Bessette, Weinberg, Sheffer & McKee, 2016). 이는 여성의 경우 금연의 노력에서 재흡연으로 갈 확률이 더 높음을 의미한다. 여성의 금연성공률을 높이고 재흡연을 예방하기 위해서는 흡연자 개인 수준의 흡연 이유, 특성, 금연의 편익에 대한 인식, 금연의 위험에 대한 인식, 금연장애요인, 장애요인 극복 기술 등의 발달이 필요할 것이다. 이 외에서 주변인의 흡연 압력, 직장이나 학교의 흡연 관련 환경의 특성 등에 대한 파악과 관리가 필요하겠다. 즉 다수준적인 접근 전략의 개발이 요구된다. 연구의 대상 중 20대 초반 여학생 흡연자의 경우, '학교'에서 흡연하는 경우가 많았고, 그 이유로 대학 캠퍼스에서 외부의 시선을 덜 받는 흡연장소 찾기가 외부보다 용이함을 지적하였다. 현재 대부분의 우리나라 대학 캠퍼스는 법정 금연구역으로 지정되어 있지 않다. 대학캠퍼스의 금연정책에 관한 기존의 연구결과(Seo, Macy, Torabi, & Middlestadt, 2011)는 대학캠퍼스 금연정책의 도입이 학교구성원 전체의 흡연을 감소뿐 아니라 친구들의 흡연에 관한 인식, 흡연 규범의 개선에도 긍정적인 효과가 있음을 제시하였고 아울러 금연 정책에 대한 태도도

긍정적으로 개선됨을 강조한 바 있다. 따라서 대학캠퍼스의 금연 정책 도입은 대학사회의 올바른 금연규범을 형성하고, 흡연자의 금연 동기를 유발과 강화를 지지하는 금연환경조성의 필수 요소로 활용되어야 한다.

이 외에도 여성 흡연은 우울증과 상호 관련이 있다는 선행 연구(Kim & Kim, 2007)나 금연 변화 단계에 따른 자기 효능감과 상관관계(Lee, Park, & Seo, 2003)를 고려한다면, 자기효능감 역시 여성 흡연자의 금연 동기유발과 강화를 위한 프로그램 개발에 중요한 요소라 하겠다(Ha, Park, Choi, & Yang, 2016). 따라서 후속 연구에서는 여성흡연자의 삶의 질과 자기효능감을 고려한 금연 프로그램 개발에 대한 논의가 지속되어야 할 것이다.

## V. 결론

여성 흡연율의 증가에도 불구하고 여성 흡연자를 대상으로 한 금연 프로그램의 효과는 입증되지 못하고 있다. 그 이유 중 하나는 여성 흡연자의 요구에 기반한 금연 프로그램을 제공하고 있지 못하기 때문이다. 이 연구는 여성 흡연자들의 흡연 요인을 분석하고 여성 흡연자들의 금연 유도 요인이 무엇인지를 심층적으로 파악하여 효과적 금연 프로그램의 근거자료를 제공하려는 목적으로 시도되었다.

연구 목적을 위해 현재 흡연 중인 여성 22명을 연령대별로 구분하여 포커스 그룹 인터뷰를 진행하였으며, 주요 결과는 다음과 같다. 20대 초반인 경우는 친구들과 동반 흡연하는 경우가 많았고, 20대 후반 이후는 혼자 흡연하는 경향을 보였다. 흡연 이유와 편익에 대해서는 스트레스 해소와 불안감 해소가 가장 많았으며 휴식을 취하거나 혼자만의 생각을 정리할 때 주로 흡연하는 것으로 조사되었다. 담배만큼 휴식과 스트레스 해소에 적절한 것은 없다는 의견이 지배적이었다. 연령대를 막론하고 흡연의 불편익으로 담배 냄새를 지적하였는데 담배 냄새로 인해 본인이 흡연자임이 노출되는 것에 대한 걱정을 표현하였으며, 건강에 대한 우려보다는 피부미용에 대한 우려가 더 컸다. 금연 시도와 관련해서는 특별히 금연할 이유가 없으므로 흡연을 지속한다는 응답이 많아, 이들이 금연을 심각하게 고려해 볼 수 있는 계기를 마련할 수 있는 홍보전략이 필요함을 확인하였다.

연구의 주요 결과를 바탕으로 흡연자들의 금연에 대한 요

구도와 현재 금연 프로그램의 불편성 등을 바탕으로 여성을 대상으로 하는 금연 프로그램 개발에 핵심적인 고려요소는 크게 네 가지로 나뉠 수 있다. 관심 사항에 즉각적인 도움이나 효과를 나타낼 수 있는 가시성, 흥미와 관심을 가지고 참여할 수 있는 흥미성, 시간과 장소를 구애받지 않는 편리성, 익명을 보장받으면서도 참여자들 사이의 지지를 획득할 수 있는 관계성이 그것이다.

이 연구는 질적 연구로 소수의 여성흡연자를 대상으로 실시되어, 연구 결과가 전체 여성흡연자의 특성을 대변한다고 볼 수 없다. 특히 상대적으로 젊은 연령층의 서울 소재 여성 흡연자만을 대상으로 하고 있어 50대 이상의 중장년층이나 지방 및 비도시 지역 여성흡연자의 흡연 행태에 대한 고찰은 미흡한 것이 사실이다. 하지만 이는 현재 국민건강영양조사에서 확인할 수 있듯이 70년대 생 이후의 코호트에서 지속적으로 여성 흡연율이 높아지고 있으며, 20대 여성의 경우 흡연율이 두 자릿수에 진입했다는 것을 고려하여 최근 여성흡연율 증가에서 가장 주목해야 하는 20~40대 여성을 대상으로 그들의 흡연 행태와 금연에 대한 인식을 파악하고자 하였다. 여성흡연자 대상 FGI를 통해 현재 여성의 금연 유도를 위한 주요 메시지의 내용이 금연 동기유발에 효과가 없을 뿐 아니라 오히려 반감을 불러일으킨다는 사실을 파악하여, 대상자 중심의 상담 및 캠페인의 내용을 전반적으로 수정 및 보완할 필요가 있음을 제안할 수 있었다. 또한, 학교나 직장의 환경을 흡연하기 좋은 환경으로 지적하였음을 고려한다면 개인 수준의 증재를 넘어선 조직수준 이상의 금연 지지적 환경조성의 노력이 필요할 것이다. 연령대별로 흡연자의 네트워크가 구성되어 있어, 같이 흡연함을 통해 동질감과 소속감이 강화된다는 점은 더이상 흡연을 개인의 문제로 인식해서는 안 되며, 인구 집단의 사회적 문제로 인식하고 접근하여야 함을 강조하여야 할 것이다.

## References

- Douglas, N. E. & Robert, T. F. (2016). Stigma and outdoor smoking breaks: Self-perceptions of outdoor smokers in Manhattan. *Social Theory & Health, 14*(3), 275-292. doi: 10.1057/sth2015.33.
- Flemming, K., Graham, H., Heirs, M., Fox, D., & Sowden, A. (2013). Smoking in pregnancy: a systematic review of qualitative research of women who commence

- pregnancy as smokers. *Journal of Advanced Nursing*, 69(5), 1023-1036. doi: 10.1111/jan.12066.
- Goldberg, J. H. Halpern-Felsher, B. L. & Millstein S. G. (2002). Beyond invulnerability: The importance of benefits in adolescents' decision to drink alcohol. *Health Psychology*, 21(5), 477-484. doi: 10.1037/0278-6133.21.5.477.
- Ha, Y. M., Park, K. S., Choi, H. O., & Yang, S. K. (2016). Self-efficacy and preparation of smoking cessation in service and sales woman smokers working in department stores. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, 25(3), 168-176. doi: 10.5807/kjoh.2016.25.3.168.
- Harris, K. K., Zopey, M., & Friedman, T. C. (2016). Metabolic effects of smoking cessation. *Nature Reviews. Endocrinology*, 12(5), 299-308. doi: 10.1038/nrendo.2016.32
- Jarvis, M. J. (1996). The association between having children, family size and smoking cessation in adults. *Addiction* 91(3): 427-434. doi: 10.1046/j.1360-0443.1996.91342712.x
- Jeong, J. H., Jeon, E. J., Lee, J. H., Han, J. Y., Kim, Y. S., Won, Y. S., & Seo, M. A. (2010). A phenomenological study on smoking experience among female college students. *Korean Journal of Health Education and Promotion*, 27(3), 1-12.
- Jung, J. D. (2015). A study on reform of the regulatory legislation of tobacco products: Comparison on the "Code de la sante publique" of France. *Journal of Law and Politics research*, 15(4). 1121-1164. doi: 10.17926/kaolp.2015.15.4.1221.
- Jung-Choi, K. H., Khang, Y. H., & Cho, H. J. (2012). Hidden female smokers in Asia: a comparison of self-reported with cotinine-verified smoking prevalence rates in representative national data from an Asian population. *Tobacco Control*, 21, 536-542. doi: 10.1136/tobaccocontrol-2011-050012.
- Kim, H., Kim, K., Nah, E. H., Ahn, J. H., Lee, J., & JeKarl, J. (2018). Development of a smoke-free workplace program for the promotion of smoking cessation among employees. Seoul: Ewha Womans University·Korea Health Promotion Institute.
- Kim, K. W. (2015). Making a Polluted Space and Body: Labor Control in a Call Center and the Process of Developing the Stigma of Female Smoking. *Korean Cultural Anthropology*, 48(2), 45-87.
- Kim, M., Ko, S. D., Kim, Y. B., Kim, H., Park, N. S., Sohn, A. R., . . . Lee E. H. (2017). *Health education and health promotion*. Seoul: Gyechuk.
- Kim, T. S., & Kim, D. J. (2007). The association between smoking and depression. *The Korean Journal of psychopharmacology*, 18(6), 393-398.
- Kim, Y. S. & Jo, H. S. (2008). Smoking Behavior and Related Factors of Female Smokers from Public Health Center in Incheon. *Korean Journal of Health Education and Promotion*, 25(3), 125-138.
- Kwak, M. Y & Whang, E. J. (2016). The Effect of Smoking Cessation Coaching Program based on Motivation Stage to Stop Smoking of Patients at a Public Hospital. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 17(4), 188-198.
- Lee, E. & Shin, S. R. (2019). Korean Men's Perspective of Women Smoking. *Journal of Qualitative Research*, 20(1), 49-59.
- Lee, Y. M., Park, N. H., & Seo, J. M. (2003). Process of change, self efficacy and decisional balance corresponding of stage of change in smoking cessation in industrial workers. *The journal of Korean Academic Society of Adult Nursing*, 15(3), 483-492.
- McEwen, A., West, R., & McRobbie, H. (2008). Motives for smoking and their correlates in clients attending stop smoking treatment services. *Nicotine & Tobacco Research*, 10(5), 843-850. doi: 10.1080/14622200802027248.
- McKee, S. A., O'Malley, S. S., Salovey, P., Krishnan-Sarin, S., & Mazure, C. M. (2005). Perceived risks and benefits of smoking cessation: Gender-specific predictors of motivation and treatment outcome. *Addictive Behaviors*, 30(3), 423-435. doi: 10.1016/j.addbeh.2004.05.027.
- Ministry of Health and Welfare & Korea Center for Disease Control and Prevention. (2019). National Health Statistics: The Seventh Korea National Health and Nutrition Examination Survey. Sejong; Chungbuk: Author.
- Perkins, K. A. (2001). Smoking cessation in women: Special considerations. *CNS Drugs*, 15, 391-411.
- Perkins, K. A., Karelitz, J. L., Giedgowd, G. E., & Conklin, C. A. (2013). Negative mood effects on craving to smoke in women versus men. *Addictive Behavior*, 38(2), 1527-1531. doi: 10.1016/j.addbeh.2012.06.002.
- Prochaska, J. O., Velicer, W. F., Rossi, J. S., Goldstein, M. G., Marcus, B. H., Rakowski, W., . . . Rossi, S. R. (1994). Stages of change and decisional balance for 12 problem behaviors. *Health Psychology*, 13(1), 39-46. doi: 10.1037/0278-6133.13.1.39.
- Record, R. A., Harrington, N. G., Helme, D. W., Savage, M. W. (2018). Using the theory of planned behavior to guide focus group development of messages aimed at increasing compliance with a tobacco-free policy. *American Journal of Health Promotion*, 32(1), 143-152. doi: 10.1177/0890117116687467.
- Seo, D. C., Macy, J. T., Torabi, M. R., & Middlestadt, S. E.

- (2011). The effect of a smoke-free campus policy on college students' smoking behaviors and attitudes. *Preventive Medicine, 53*(4-5), 347-352. doi: 10.1016/j.ypmed.2011.07.015.
- Smith, P. H., Bessette, A. J., Weinberger, A. H., Sheffer, C. E., McKee, S. A. (2016). Sex/gender differences in smoking cessation: A review. *Preventive Medicine, 92*, 135-140. doi: 10.1016/j.ypmed.2016.07.013.
- Smith, P. H., Kasza, K. A., Hyland, A., Fong, G. T., Borland, R., Brady, K., . . . Cummings, K. M. (2015). Gender differences in medication use and cigarette smoking cessation: Results from the international tobacco control four country survey. *Nicotine & Tobacco Research, 17*(4), 463-472. doi: 10.1093/ntr/ntu212.
- Soh, H. (2012). Exploring young adult smokers' cognitive structure of smoking behavior for effective anti-smoking communication campaign messages. *The Korean Journal of Advertising, 23*(4), 77-96.
- Sreeramareddy, C. T. & Pradhan, P. M. S. (2015). Prevalence and social determinants of smoking in 15 countries from north africa, central and western asia, latin america and caribbean: Secondary data analyses of demographic and health surveys. *PLoS ONE, 10*(7), e0130104. doi: 10.1371/journal.pone.0130104.
- Suh, K. H. (2007). Updates in the Smoking and Smoking Cessation of Korean Women. *The Korean Journal of Health Psychology 12*(4), 695-713.
- Sun, P. H. (2018). Survey on the perception of electronic cigarette. *Tobacco Forum, 17*, 18-36.
- Tong, V. T., Dietz, P. M., Morrow, B., D'Angelo, D. V., Farr, S. L., Rockhill, K. M., & England, L. J. (2013). Trends in smoking before, during, and after pregnancy-Pregnancy Risk Assessment Monitoring System, United States, 40 sites, 2000-2010. *Morbidity and Mortality Weekly Report, 62*(6), 1-19.
- WHO (2019). WHO Report on the Global Tobacco Epidemic 2019: Executive summary.

■ Ah Hyun Park:	<a href="https://orcid.org/0000-0003-2861-3506">https://orcid.org/0000-0003-2861-3506</a>
■ Jihae Choi:	<a href="https://orcid.org/0000-0001-8694-8895">https://orcid.org/0000-0001-8694-8895</a>
■ Hyekyeong Kim:	<a href="https://orcid.org/0000-0002-6246-9942">https://orcid.org/0000-0002-6246-9942</a>