

초록

- **연구목적** : 본 연구는 서울 지역 고등학생의 자살사건 경험 후, 서울시 마음건강학교의 14개 프로그램 중 학교기반 자살사후중재프로그램(이하 '희망의 토닥임')에 참여한 학생들의 외상적 스트레스 감소에 대한 효과성을 검증하는데 목적이 있다.
- **연구방법** : 2016년 1월부터 2016년 11월까지 자살사건 발생 이후, '희망의 토닥임' 개입에 동의한 학교는 9개교(초등학교 2개교, 중학교 1개교, 고등학교 6개교)였으며 175명의 학생을 대상으로 프로그램을 실시하였다. 이중 사전사후 평가를 진행하여 외상적 스트레스의 변화 정도를 측정된 2개의 고등학교, 총 36명의 학생들을 통해 결과 값이 도출되었다. 평가도구는 은헌정 외(2005)가 개발한 한국판 사건충격척도(IES-R-K)를 활용하였으며, 평가도구의 하위변인은 회피(8문항), 침습(7문항), 과도각성(7문항)으로 구성되어 있다. 한국판 사건충격척도의 사전사후 변화를 검증하기 위해 SPSS 18.0을 통해 대응표본 t검정을 실시하였다.
- **연구결과** : 자살사건을 경험한 고등학생들의 '희망의 토닥임' 참여 효과는 통계적으로 유의한 결과가 도출되었다($p<.001$). 이는 '희망의 토닥임'이 고등학교 학생들에게 자살사건 이후 경험한 외상적 스트레스를 감소시키는데 긍정적인 영향을 미친다는 것이다. 또한 하위변인을 세분화하여 살펴보았을 때 프로그램 참여 후 회피($p<.001$), 침습($p<.001$), 과도각성($p<.001$)의 모든 영역에서 청소년들에게 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.
- **결론** : 서울시정신건강복지센터에서 개발한 [서울시 마음건강학교] 중 학교기반 자살사후중재 프로그램 '희망의 토닥임'은 청소년들이 자살 경험 후 주관적으로 느끼는 외상적 스트레스를 감소시키는데 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 더하여 자살의 모방과 전염을 예방하고 자살 고위험군 학생을 찾아내어 개입하며 학교사회의 기능을 정상화시키는 과정에서 매우 중요한 의미를 지니고 있다.
- **주요용어** : 자살사후중재, 외상 후 스트레스, 희망의 토닥임, 아동청소년 정신건강

Abstract

- **Objective** : The purpose of this study is to investigate the effects of the school-based post-intervention program (hereinafter referred to be as 'Comforting with Hope') in relieving traumatic stresses for the high-school students, who had experienced suicide attempts, among 14 Seoul Mental Health School Programs.
- **Methods** : For students' suicide attempts, which had occurred from January of 2016 to November of 2016, 9 schools (2 elementary schools, 1 middle school, and 6 high schools) applied for the program called 'Comforting with Hope' for proper intervention, and the program had been applied on 175 students in total. Among those, this study results were obtained from 36 students at 2 high schools by measuring the degrees of changes in their traumatic stress levels through the preliminary evaluation and the post evaluation. The Korean-version of the Impact of Event Scale, which was developed and revised by Eun Heonjeong et al. (IES-revised-K in 2005), was used as the evaluation tool. The lower factors of the evaluation tool consist of 8 avoidance-related questions, 7 intrusion-related questions, and 7 hyper-arousal-related questions. A paired sample T test was conducted through SPSS 18.0 in order to verify the changes before and after the Korean-version of the Impact of Event Scale.
- **Results** : The effects of participating in the program called 'Comforting with Hope' among the high-school students, who had experienced suicide attempts, are proved to be statistically significant ($p<.001$). It implies that the program called 'Comforting with Hope' has positive effects on high-school students in reducing their traumatic stresses after suicide attempts. Not only that, across all the lower factor areas, such as avoidance ($p<.001$), intrusion ($p<.001$), and hyper-arousal ($p<.001$), the program is proved to have statistically significant impacts on students.

1) 서울시정신건강복지센터

2) 서울시정신건강복지센터, 서울대학교병원 공공보건의료사업단