

학교기반 자살사후중재 프로그램 「희망의 토닥임」 효과성 및 경험 연구 : 상실과 함께 살아가기 위한 함께하는 애도

A Study on the Effect and Experience of the School-Based Suicide Post-Intervention Program “Comforting with Hope”
: Mourning Together to Live with Loss

장성진¹⁾, 김은희¹⁾, 박시하¹⁾, 손지훈²⁾, 조성준^{1,3,*)}

S.J. Jang MSW, E.H. Kim PRN, S.H. Park MSW, J.H. Sohn MD, Ph.D, S.J. Cho MD, Ph.D

초록

• **연구목적** : 본 연구는 학교기반 자살사후중재 프로그램 「희망의 토닥임」의 효과성과 프로그램에 대한 학교 측의 수용과정 및 개입을 통한 애도과정을 확인하는데 그 목적이 있다.

• **연구방법** : 먼저 「희망의 토닥임」효과성 확인을 위해 2011년~2017년 본인 및 보호자 동의하에 「희망의 토닥임」집단상담 프로그램에 참여한 서울지역 초중고생 771명을 대상으로 사건충격척도(IES-R-K), 우울척도(CES-D), 자살사고척도(SIQ)를 통해 자료를 수집하고 spss 24.0을 통해 대응표본 t검정을 실시하였다. 더불어 「희망의 토닥임」에 대한 학교 측의 수용과정 및 개입을 통한 애도과정 탐색을 위해 2017년 「희망의 토닥임」개입이 이루어진 학교의 교직원 3명을 대상으로 심층인터뷰를 실시하였고 수집된 내용은 Colaizzi(1978)의 현상학적 방법을 사용하여 분석하였다.

• **연구결과** : 「희망의 토닥임」집단상담 프로그램 실시 전후를 비교한 결과, 프로그램 참여 후 주관적 스트레스, 우울감, 자살사고가 감소하였고 이는 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 또한, 「희망의 토닥임」수용과정 및 개입을 통한 애도과정은 ‘외상사건의 경험’, ‘문제해결의 시행착오’, ‘함께하는 애도의 시작’, ‘회복으로 나아가기’의 4가지 범주로 분석되었다.

• **결론** : 학교기반 자살사후중재 프로그램 「희망의 토닥임」은 학교기반 자살을 경험한 초중고생의 주관적 스트레스, 우울감, 자살사고 완화에 통계적으로 유의미한 것으로 나타났으며, 「희망의 토닥임」을 통해 ‘외상에서의 회복’ 뿐 아니라 ‘성장’의 계기가 되는 것으로 볼 수 있다.

• **주요용어** : 학교기반 자살사후중재, 외상 후 스트레스, 수용, 애도, 희망의 토닥임

Abstract

• **Objective** : The purpose of this study is to verify the effectiveness of the school-based suicide intervention program, "Comforting with Hope", and the mourning process through the acceptance and intervention of the school.

• **Methods** : First of all, data were collected via the administration of IES-R-K, CES-D, and SIQ on 771 elementary and junior high school students in Seoul who participated in a group counseling program called "Comforting with Hope" between 2011 and 2017 with the consent of their parents and guardians. Following that, a paired sample t-test was performed by using SPSS 24.0. In addition, in-depth interviews were conducted with 3 school staff members who participated in "Comforting with Hope" intervention in 2017 to investigate the mourning process through the acceptance and intervention of the school. The collected data were analyzed using the phenomenological method as defined by Colaizzi (1978).

• **Results** : As a result of the pre-post comparison on the group counseling program, it was found that self-reported stress, depression, and suicidal ideation decreased, which was statistically significant. Also, the mourning process through acceptance and intervention was divided into four categories: experience of trauma, trial and error in problem solving, beginning to mourn together, and recovery.

• **Conclusion** : The school-based post-suicide intervention program, "Comforting with Hope," indicated statistically significant effects on the self-reported stress, depression, and the suicidal ideation of elementary and junior high school students who have experienced school-based suicide, and the study suggests that "Comforting with Hope" provides not only 'recovery from the trauma' but also an opportunity to experience 'growth'.

1) 서울시정신건강복지센터 (Seoul Mental Health Welfare Center)

2) 서울대학교병원 공공보건의료사업단 (Seoul National University Hospital Public Health Medical Service)

3) 서울대학교병원 정신건강의학과 (Seoul National University Hospital Neuropsychiatry)

*) 교신저자 (Corresponding author) : E-mail (sjcho0812@hanmail.net)

• **Keyword** : School-based post-suicide intervention, Post-traumatic stress, Acceptance, Mourning, Comforting with hope

1. 서론

1. 연구의 필요성

2018년 1월 23일, 우리나라 정부에서 발표한 자살예방 국가 행동계획 보고서에 따르면, 2016년 기준으로 10만 명당 자살률은 25.6명, 연간 자살사망자는 13,092명으로 나타났다. 하루 평균 36명, 매 40분마다 1명이 자살로 생을 마감하는 것인데 이는 교통사고 사망률(10.1명)의 2.5배이며 OECD 평균(12.1명)에 비해 2.1배에 이른다. 1985년부터 2015년까지 OECD 국가 중 자살률이 증가한 국가는 우리나라를 포함해 8개국에 불과하며 자살률 10명 이상 증가한 국가는 우리나라가 유일하다. 특히 청소년의 경우 1996년~2016년(1997년 제외) 10~19세의 사망원인 1위는 고의적 자해(자살)로 청소년 자살시도자는 자살사망자의 50~150배로 추정된다.

자살은 남은 사람들에게도 부정적인 영향을 미친다. 특히 공교육 제도 내의 청소년들이 주로 학교 내에서 관계를 형성할 것으로 가정한다면, 같은 학급에서 학교생활을 했던 친구들과 같은 학급이 아니더라도 이전에 알고 지내왔던 친구들, 같은 학년의 학생들, 다른 학년의 학생들과 교직원들도 크고 작은, 직간접적인 영향을 받을 것으로 예측할 수 있다(최미희 외, 2014). 많은 연구들에 따르면 가까운 사람들의 죽음, 이혼, 자신의 갑작스런 질병 등 빈번하게 발생되는 않으나 당사자의 일상생활에 큰 변화를 일으키는 중대한 생활사건이 청소년의 자살행동과 유의미한 관계가 있음을 보여주고 있다(De Wilde et al., 1992; Dixon, Heppner, & Anderson, 1991; Kelly, Lynch, Donovan, & Clark, 2001; Mazza & Reynolds, 1998; Sandin et al., 1998). 이에, WHO(2008)에서는 청소년은 성장발달 단계이기 때문에 또래의 자살로 많은 복합적인 변화를 겪기 쉬우며 실제로 자살자와 가까운 관계에 있었던 경우 자살자의 유가족과 비슷한 감정을 경험하고 애도 이후 장애를 보일 위험성이 있기 때문에 그에 대한 프로그램의 필요성을 강조하였다.

그러나 많은 학교에서는 남은 학생과 교직원이 충분히 애도할 수 있는 환경을 제공하는데 어려움을 겪는다. 2017년 7월, 서울특별시 교육청 학생생활교육과에서 발표한 2017년 학생자살예방대책에 따르면, 2011년~2016년까지의 초중고 자살자수는 113명으로(연 평균 18.8명) 특히 2016년에는 21명의 초중고등학생이 자살로 사망하였으나 외부기관에 자살 사후개입을 요청한 학교는 13 곳이며 이중 실제 개입이 이루어진 곳은 9곳에 불과하다. 여기에는 다양한 이유가 있을 수 있으나 2016년 본 기관에 해당 프로그램 문의 후 개입이 진행되지 않은 학교의 개입거부사유는 학교의 협조부족 및 폐쇄적 태도로 인한 것이었다. 또한, 자살에 대한 논의가 실제로 자살의 위험을 높인다는 오해로 인한 두려움이거나 또는 자살이 개인의 권리이며 자살로 인한 다른 개인들의 외상에 반응하는 것 역시 그들의 권리에 대한 위반이라는 생각과 관련이 있다고 보고한 연구결과와도 연관 지어 생각할 수 있다(이승연, 2007). 친구를 잃

은 자살생존자의 경험에 대한 질적연구에 의하면 청소년은 믿기지 않고, 계속 질문이 떠오르는 등의 애도반응을 경험하나 ‘치욕과 같은 학교’의 일상의 중심에는 ‘허용되지 않거나’, ‘강요되는 애도’가 주요 작용점이 되었으며, 그러한 폭력적인 애도는 스스로를 돌보지 못하고 고통을 삼켜야 하는 결과를 낳았다고 보고한다(이명훈, 2014). 이처럼 학교기반 자살사후중재는 청소년 자살과 함께 반드시 논의되어야 하는 내용이나 자살이라는 특성상 검증이 쉽지 않고 학교의 거부나 자살에 대한 편견으로 개입의 기회가 적은 한계점을 갖고 있다. 그러나 지속적인 연구와 개입을 통해 효과성을 검증하고 학교의 문턱을 낮출 수 있도록 하는 것은 반드시 필요한 일이다.

서울시정신건강복지센터는 2011년 학교기반 자살사후중재 프로그램 「희망의 토닥임」을 개발하였고, 2017년까지 7년간 시범운영하였다. 따라서 본 연구에서는 7년간의 개입 경험을 바탕으로 ‘학교기반 자살사후중재 프로그램 「희망의 토닥임」의 효과성을 확인’하고, 개입 시 가장 큰 장애물이었던 ‘프로그램에 대한 학교 측의 수용과정과 개입을 통한 애도과정을 확인’하고자 한다. 연구를 통해 「희망의 토닥임」의 효과성이 확인된다 하더라도 「희망의 토닥임」개입여부는 교직원의 의사결정에 달려있기에 학교 구성원의 자살 후 교직원이 경험하는 일련의 과정에 대한 이해와 개입을 통한 변화 근거 없이는 또 다른 한계에 부딪힐 수밖에 없기 때문이다.

이에, 본 연구는 학교기반 자살사후중재 프로그램의 필요성을 제기하고 학교 구성원 자살에 따른 학교의 변화과정 이해를 도모하여 보다 효과적인 학교기반 자살사후중재 개입의 기초자료로 사용될 수 있을 것이다.

2. 연구의 목적

본 연구는 혼합연구방법을 사용하여 학교기반 자살사후중재 프로그램의 효과성과 프로그램에 대한 학교 측의 수용과정 및 개입을 통한 애도과정을 확인하기 위해 계획되었으며 구체적인 연구목적은 다음과 같다.

1) 양적연구

: 2011년~2017년 운영된 학교기반 자살사후중재 프로그램 「희망의 토닥임」의 효과성을 확인한다.

2) 질적연구

: 학교 구성원 자살 후 학교 측의 「희망의 토닥임」수용과정과 개입을 통한 애도과정을 확인한다.