

## 6. 자살에 대한 오해와 진실

### ● 학습목표

1. 자살에 대한 오해와 진실을 구분할 수 있다.
2. 자살의 정의를 알 수 있다.
3. 청소년 자살 실태와 심각성을 설명할 수 있다.

### 1. 자살에 대한 오해와 진실

#### 1) 자살에 관한 생각

자살의 정의에 대해 알아보기 전에 그동안 선생님이 자살에 대해 얼마나 알고 있었는지 확인해 볼까요? 학생들에게 자살에 대해 언급하는 것이 좋을까요? 아니면 언급하는 것 자체를 피하는 것이 좋을까요? 많은 분들이 자살에 대해 언급하는 것 자체를 피하려고 하는데, 오히려 자살에 대하여 공개적으로 언급하여 올바르게 이해시키는 것이 좋습니다. 그렇게 할 때 학생들이 자살생각에 대해 자기방어 의식을 가질 수 있고, 친구의 자살행동에 대해 경각심을 가질 수 있기 때문입니다.

다음 문항은 자살에 관한 일반적인 생각들입니다. 지금부터 각 문항의 내용이 과연 진실인지, 아니면 우리가 잘못 알고 있는 오해인지를 구별해 봅시다. 문항의 내용을 잘 읽어 본 후 각 문항이 진실이면 '○', 아니면 '×'에 표시해 보시기 바랍니다.

자살에 관한 생각			
문항	내용	○	×
1	자살에 관하여 자주 이야기하는 사람은 자살하지 않는다.		
2	한 번 자살을 시도해 본 청소년들은 계속해서 자살하려 한다.		
3	일반적으로 자살을 시도하려는 사람은 그 전에 다양한 방법을 통해서 명백한 신호를 보낸다.		
4	자살생각을 가지고 있는 청소년들은 일반적으로 정신질환을 앓고 있을 가능성이 높다.		
5	자살생각에 대해 질문하는 것은 자살시도를 부추길 수 있기 때문에 위험하다.		
6	자살은 청소년 사망 원인 중 1위를 차지한다.		
7	자살생각을 가지고 있는 청소년들은 정신병원에 가야 한다.		
8	자살생각을 가지고 있는 청소년들은 관계의 영역을 친구들에게만 국한하는 경향이 있다.		
9	자살생각을 가지고 있는 친구가 비밀을 유지해 줄 것을 요청하면 지켜		

	줘야 한다.		
10	자살을 시도하는 대부분의 청소년들은 소소한 스트레스나 사건들보다는 어떤 특정한 위기 때문에 그러는 경우가 많다.		

출처:Wodarski, Wodarski, & Duimus (2003).

#### 2) 자살에 대한 오해와 진실

'자살에 관한 생각'을 모두 완성하셨나요? 자살에 대한 올바른 상식을 통해 잘못 알고 있는 내용을 바로잡는 것에서부터 자살의 예방과 대응이 시작됩니다. 그럼 이제 각 문항에 대한 오해와 진실을 구체적으로 살펴보겠습니다.

가. 자살에 관하여 자주 이야기하는 사람은 자살하지 않는다(×)

그렇지 않습니다. 자살을 계획하고 있는 사람들은 주변의 친구들과 가족에게 어떠한 방법으로도 자신의 죽음에 대해 알리려는 경향이 있습니다. 따라서 주변의 친구나 가족이 죽음에 대해 자주 이야기하거나 유서 및 죽음에 관한 낙서 등을 남겼을 때 우리는 더욱 관심을 가지고 잘 살펴보아야 합니다.

나. 한 번 자살을 시도해 본 청소년들은 계속해서 자살하려 한다(×)

그렇지 않습니다. 물론 이전에 자살을 시도해 본 사람의 경우 자살 위험이 매우 높은 것이 사실이지만, 한 번 자살시도를 했다고 해서 지속적으로 자살을 시도한다고 볼 수는 없습니다. 오히려 이전에 자살을 시도해 본 경험자들이 힘들었던 위기 상황을 경험하고 나서 더욱 생명에 대한 애착을 갖고 살아가는 경우도 많습니다.

다. 일반적으로 자살을 시도하려는 사람은 그 전에 다양한 방법을 통해서 명백한 신호를 보낸다(○)

그렇습니다. 자살을 시도하려는 학생들 중 대부분은 어떤 방식으로든지 친구나 교사에게 그 신호를 보내곤 합니다. 그들은 "우리 가족은 내가 없으면 더 잘 지낼 거야." "내일이 되면 더 이상 아무런 문제가 없을 거야."와 같은 말을 하기도 하며, 예전과 다른 행동을 보이기도 합니다. 그리고 폭식과 단식으로 인한 체중과 기분의 급격한 변화가 나타나기도 하므로 그들이 보내는 신호를 놓치지 않도록 잘 살펴보아야 합니다.

라. 자살생각을 가지고 있는 청소년들은 일반적으로 정신질환을 앓고 있을 가능성이 높다(×)

그렇지 않습니다. 자살을 생각하는 청소년들은 정신질환자가 아니고 인생의 버거움에 대하여 고군분투하는 평범한 학생들입니다. 그들이 경험하는 일시적인 우울증상 또한 학생들에게는 지극히 일반적인 것이며, 현재의 어려움이 해결되는 과정에 접어들면 그 증상이 사라지게 됩니다. 그러므로 자살생각을 하고 있는 학생들을 지도할 때는 일상생활에서 일어나는 여러 가지 어려움 중에서 학생들이 가장 견디기 힘

든 부분들을 알아보고 생각해 볼 필요가 있습니다.

마. 자살생각에 대해 질문하는 것은 자살시도를 부추길 수 있기 때문에 위험하다(×)  
그렇지 않습니다. 자살을 생각하고 있는 사람에게 “무엇이 자신을 가장 힘들게 하나  
요?” “자살에 대해서 생각해 본 적이 있나요?”와 같은 구체적인 질문을 함으로써 자  
신이 가지고 있는 문제나 계획에 대해 말하도록 하는 것은 매우 중요합니다. 특히  
청소년들은 자신의 이야기를 귀담아 들어줄 한 사람만이라도 있다면 그 문제에 대  
하여 깊이 생각해 보려 하는 특성이 있습니다. 따라서 구체적이고 명료한 질문을  
통하여 관심을 가지고 있다는 것을 인식시켜 줄 필요가 있습니다.

바. 자살은 청소년 사망 원인 중 1위를 차지한다(○)  
그렇습니다. 통계청 자료에 의하면 지난 10년간 국내 자살자 수는 급증하여 자살문  
제가 심각한 사회문제로 등장하였습니다. 2009년부터 자살이 청소년 전체 사망 원  
인 중 1위를 차지하면서 커다란 사회적 문제로 대두되었습니다.

사. 자살생각을 가지고 있는 청소년들은 정신병원에 가게 될 것이다(×)  
그렇지 않습니다. 자살을 생각하고 있는 사람들은 다른 사람의 도움을 구하는 것을  
자신의 주체성을 상실하는 것으로 생각하는 경향이 높아서 두려워합니다. 그 결과,  
그들은 마음의 문을 굳게 잠거나 또는 다른 사람을 위협할 만한 정신질환 기록을  
가짐으로써 스스로를 지키려고 합니다. 따라서 그들에게 쉽게 이용할 수 있는 여러  
자원들에 대해 자세히 설명되어 있는 자살 예방 자료를 제공해 주거나, 지역 내에  
서 도움을 받을 수 있는 상담서비스를 안내해 주는 것도 중요합니다.

아. 자살생각을 가지고 있는 청소년들은 관계의 영역을 친구들에게만 국한하는 경  
향이 있다(○)

그렇습니다. 고등학교 학생들의 생활에 관한 연구에 따르면 청소년들의 관계 영역  
중에서 ‘친구’가 차지하는 비율은 응답자의 91%입니다. 하지만 친구들의 도움만으로  
자살을 예방하기에는 역부족입니다. 10대 자살 사고를 보면 가까운 친구들은 이미  
자살 위험에 대해 알고 있었지만 대처 방안을 몰랐고, 다른 곳에 알려 도움을 구하  
는 것은 친구에 대한 배신이라고 생각하고 있었습니다. 청소년들이 이러한 잘못된  
생각을 가지고 있는 이유와 그 해결방안에 대하여 논의해 볼 필요가 있습니다.

자. 자살생각을 가지고 있는 친구가 비밀을 유지해 줄 것을 요청하면 지켜줘야 한다(×)  
그렇지 않습니다. 자살을 생각하고 있는 청소년들은 친한 친구에게 자신의 자살생  
각에 대하여 이야기하는 경향이 높으며, 이를 비밀로 지켜달라고 요청하는 경우가  
많습니다. 하지만 이러한 요청은 신중히 다루어져야 하며, 친구와의 비밀을 지키는  
것은 결국 친구를 잃게 한다는 것을 알아야 합니다. 진정한 친구라면 이럴 때 어떻  
게 대처해야 하며 어떤 방법이 옳은 것인지 논의해 볼 필요가 있습니다.

차. 자살을 시도하는 대부분의 청소년들은 일상의 소소한 스트레스나 사건들보다는  
어떤 특정한 위기 때문에 그러는 경우가 많다(×)  
그렇지 않습니다. 자살 직전에 일어나는 위기 사건이라 하여도 아주 특별한 경우를  
제외하고는 일반적으로 오래 지속되었던 문제 상황과 크게 다르지 않습니다. 10대  
들에게 매일 일어나는 일상적인 스트레스를 그들이 효율적으로 대처할 수 있도록  
아낌없는 도움을 주어야 합니다.

## 2. 자살의 정의

### 1) 자살의 정의

이제 본격적으로 자살의 정의에 대해 알아보까요? 일반적으로 자살이란 ‘자발적으  
로 그리고 의도적으로 자신의 생명을 끊거나 끊으려고 시도하는 행동 혹은 그러한  
경향’을 말합니다. 자살은 한자로 自殺인데, 이는 ‘스스로(自) 죽이는 것(殺)’을 의  
미합니다. 자살을 영어로는 suicide라고 하는데, suicide의 어원은 라틴어의 sui(자기  
자신을)와 caedo(죽이다)의 두 낱말의 합성어입니다. 여기서 알 수 있듯이, 자살이란  
그 원인이 개인적이든 사회적이든, 당사자가 자유의사(自由意思)에 의하여 자신의  
목숨을 끊는 행위를 말합니다.

그럼 자살의 일반적인 정의 외에 다른 정의도 알아보겠습니다.

세계보건기구(WHO, 1968)에서는 자살을 “치명적인 죽음을 초래하는 자해행위”라고  
하였으며, Shneidman(1964)은 “의도적으로 자신을 죽이는 행동”이라고 했습니다.

### 2) 자살 관련 용어

이번에는 미국의 자살예방에 관한 정신건강센터 특별위원회 및 Shaffer와 Goul(1987)  
이 제시한 자살과 관련된 용어들을 살펴보겠습니다. 자살생각, 자살시도, 완결된 자살  
로 용어를 구분하여 살펴보고, 더불어 ‘남겨진 사람들’의 의미도 알아보겠습니다.

#### 가. 자살생각

자살생각이란 자살계획 및 자살시도 이전에 나타나는 인지적인 사고로, 자살행동에  
대해 몰두하는 생각을 말합니다. 광범위하게는 ‘인생이 가치 없다.’ ‘죽고 싶다.’ ‘죽  
었으면 좋겠다.’라는 생각부터 자살을 하려고 구체적으로 계획을 세우는 생각까지를  
포함합니다. 비록 자살생각이 자살시도 및 완결된 자살로 연결되지 않는다고 하더  
라도, 자살생각은 자살을 계획하고 실행하는 데 있어서 위험요인으로 작용합니다.  
따라서 자살생각을 인지하고 이러한 생각을 바꾸어 주는 것은 자살을 예방하는 데  
있어서 중요한 역할을 합니다.

#### 나. 자살시도

자살시도는 자살에 대한 생각, 계획 등이 구체적인 행동으로 나타난 경우로, 의도적

이고 실제적인 자해행동을 말합니다. 또한 죽고자 하는 목적 이외에도 타인의 관심과 자신이 원하는 것을 얻기 위해 감정적이고 충동적인 방법으로 자살을 시도하는 경우도 적지 않은 비율을 나타내고 있습니다. 특히 청소년기에 발생하는 자살시도의 경우에는 완결된 자살로 이어지기보다는 자살시도에 그치는 경우가 일반적입니다. 그러나 과거의 자살시도 경험은 완결된 자살로 나타나는 중요하고도 가장 위험한 요인임을 유념해야 합니다.

#### 다. 완결된 자살

완결된 자살이란 자살행동의 결과가 죽음으로 나타난 것을 의미합니다. Berman과 Jobes(1991)의 연구에 의하면 자살시도 비율은 여자가 남자에 비해 높은 반면, 죽음으로까지 이어지는 완결된 자살 비율은 남자가 여자에 비해 약 4배 정도 높다고 합니다. 이는 남자의 경우 자살행동의 수단으로 치명적인 방법을 택하기 때문인 것으로 밝혀졌습니다.

#### 라. 남겨진 사람들

남겨진 사람들은 자살 생존자라고도 불리는데 자신에게 중요한 사람을 자살로 잃은 후 삶의 변화를 겪게 된 사람을 말합니다. 직접적인 친분관계가 없어도 자살을 목격하였거나 혹은 자살의 징후를 알았으나 도움을 주지 못했던 사람과 같이 심리적으로 외상을 입은 사람들도 포함됩니다.

자살과 관련된 용어들을 살펴보았는데 혹시 베르테르 효과를 아시나요? 베르테르 효과는 동조자살(copysuicide) 또는 모방 자살이라고도 하는데 독일의 문호 괴테가 1774년 출간한 소설 『젊은 베르테르의 슬픔』에서 유래하였습니다.

이 작품의 남자 주인공 베르테르는 여자 주인공 로테를 열렬히 사랑하지만, 그녀에게 약혼자가 있다는 사실에 실의와 고독감에 빠져 끝내 권총 자살로 삶을 마감합니다. 이 소설은 당시 문학계에 새로운 바람을 일으키면서 유럽 전역에서 베스트셀러로 자리 잡았습니다.

그러나 이 작품이 유명해지면서 시대와의 단절로 고민하는 베르테르의 모습에 공감한 젊은 세대의 자살이 급증하는 사태가 벌어졌습니다. 그리하여 유럽의 일부 지역에서는 이 책의 발간이 중단되는 일까지 생겼습니다.

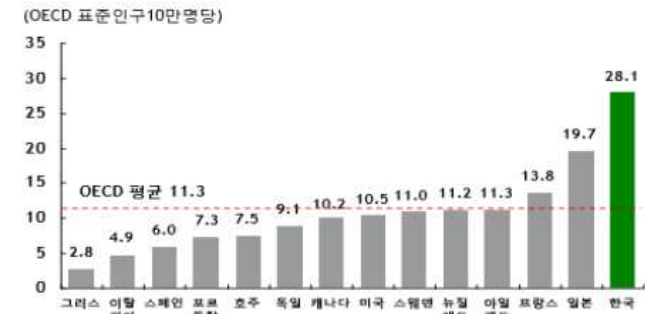
이처럼 베르테르 효과는 자신이 모델로 삼거나 존경하던 인물 또는 사회적으로 영향력 있는 유명인이 자살할 경우에 그 사람과 자신을 동일시해서 자살을 시도하는 현상을 일컫는 것으로, 1974년 미국의 사회학자 David Philips가 이름을 붙였습니다. 그는 20년 동안 자살을 연구하면서 유명인의 자살이 언론에 보도된 뒤에는 자살률이 급증한다는 사실을 토대로 이런 연구 결과를 이끌어 냈습니다.

### 3. 청소년 자살 실태

#### 1) 우리나라의 자살 실태

청소년의 자살 실태를 알아보기 전에 먼저 우리나라의 전반적인 자살 실태를 알아보겠습니다.

<OECD 국가 자살률 비교(2011년)>



\*출처: OECD(2011) OECD Health Data 2011: Statistics and Indicators for 34 Countries

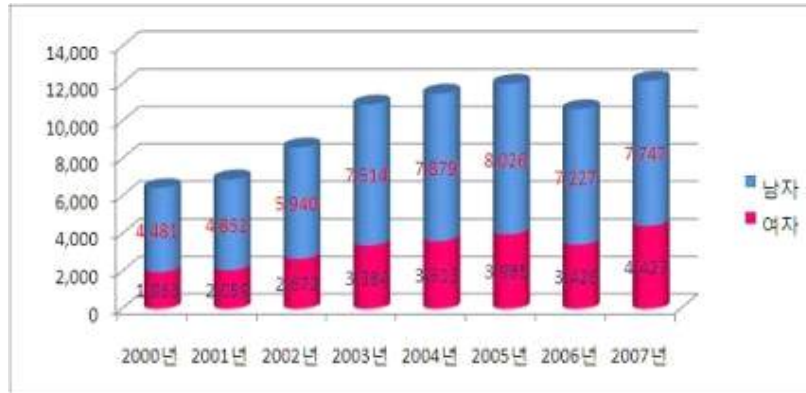
통계청이 발표한 OECD 국가 자살률을 살펴보면, 우리나라의 자살률은 2011년 기준으로 인구 10만 명당 28.1명으로 OECD 회원국 가운데 가장 높습니다. 또한 OECD 회원국 평균치인 11.3명에 비해서도 2배가 넘게 많습니다. 그리고 2위 일본 19.7명, 3위 프랑스 13.8명에 비해서도 그 수치가 매우 높으며 2003년 이후 계속해서 불명예스럽게 OECD 회원국 중 자살률 1위를 차지하고 있습니다.



[출처: 통계청, 2012]

우리나라 자살 실태와 관련된 통계청 자료를 좀 더 살펴보면, 1990년대 초반 이후 자살자 및 자살률이 증가하였고, 1998년을 기점으로 감소했지만 다시 2000년 이후 지속적인 증가추세를 나타내고 있어 우리나라의 자살률이 해마다 급증하는 속도가

실로 엄청나다는 것을 알 수 있습니다.



[그래프 2] 통계청, 00~07년도 성별 자살사망자수 변화추이

그리고 성별 자살 실태를 살펴보면 여자보다 남자의 자살사망자수가 약 2배 정도 높으나, 여성의 자살사망자 수가 계속 증가하고 있다는 것을 알 수 있습니다.

<2011년 연령별 3대 사망원인 및 구성비>

(인구 10만명당, 단위: %)

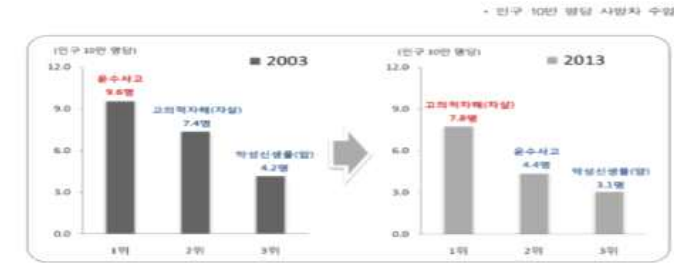
연령	1위		2위		3위	
	사망원인	구성비	사망원인	구성비	사망원인	구성비
1~9세	암	17.8	운수사고	14.2	선천기형	9.2
10~19세	자살	26.5	운수사고	22.6	암	14.6
20~29세	자살	47.2	운수사고	15.3	암	10.2
30~39세	자살	36.7	암	18.7	운수사고	8.1
40~49세	암	28.1	자살	18.1	간질환	8.4
50~59세	암	37.6	자살	10.1	심장질환	7.2

(출처: 통계청, 2012)

또한, 2011년 통계자료를 살펴보면 10대에서부터 30대까지 젊은 층의 사망원인 1위가 자살이고 40대와 50대는 사망원인의 2위를 자살이 차지하고 있습니다.

## 2) 청소년의 자살 실태

통계청이 발표한 2013년 청소년 3대 사망 원인을 살펴보면, 인구 10만 명당 '고의적 자해(자살)'가 7.8명으로 가장 많았습니다. 10년 전인 2003년에는 2위가 고의적 자해(자살)의 순이었는데 불과 10년 만에 순위가 바뀌었습니다.



【청소년(9~24세)의 사망원인】

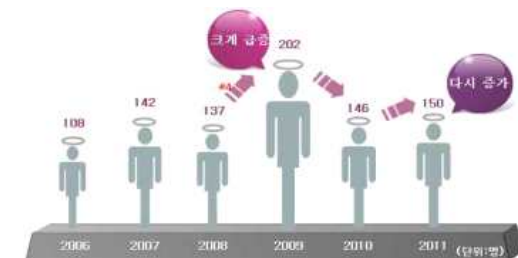
		(단위: 인구 10만 명당)		
		1위	2위	3위
2003	사망원인	운수사고	고의적자해(자살)	학성선명물(암)
	사망률	9.6	7.4	4.2
2012	사망원인	고의적자해(자살)	운수사고	학성선명물(암)
	사망률	8.0	4.9	3.4
2013	사망원인	고의적자해(자살)	운수사고	학성선명물(암)
	사망률	7.8	4.4	3.1

자료: 통계청, 「사망원인통계」, 과년도.

이번에는 청소년 자살과 관련해 또 다른 자료를 살펴보겠습니다.

<최근 6년간 초·중·고등학생의 자살자 수>

(단위: 명)



[출처: 교육과학기술부, 2012 국정감사자료]

교육과학기술부 자료에 따르면 2006년 학생 자살자 수는 108명, 2007년 142명, 2008년 137명에서 2009년 202명으로 크게 급증하였고, 2010년 146명으로 줄었다가 2011년 다시 150명으로 증가한 것을 볼 수 있습니다. 그런데 학생 인구의 수가

점차 감소한다는 것을 감안한다면 이렇듯 학생 자살자 수가 증가한다는 것은 우리 사회에 큰 영향을 미치고 있음을 알 수 있습니다.

<2006~2011년 학교 급별 자살자 수>

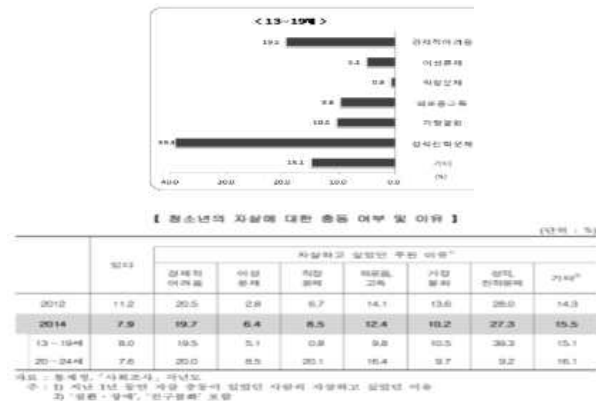
(단위: 명)



[출처: 교육과학기술부, 2012 국정감사자료]

그리고 자살한 학생의 수를 학교 급별로 살펴보면, 고등학생이 593명으로 전체의 67%, 중학생이 274명으로 30%, 초등학생이 17명으로 3%를 차지하고 있습니다. 따라서 고등학생이 전체의 2/3 이상을 차지하고 있으므로 고등학생을 대상으로 한 자살예방교육이 절실함을 알 수 있습니다.

그럼 학생들은 어떤 이유로 자살 충동을 느끼는 것일까요?

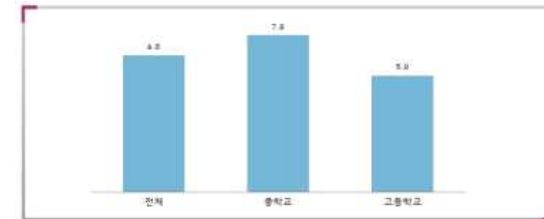


통계청 자료에 의하면 2014년 청소년 중 자살하고 싶었던 주된 이유는 '성적 및 진학문제(39.3%)', '경제적 어려움(19.5%)'순으로 나타났습니다. 따라서 학생들의 가장 큰 스트레스가 학교 성적 문제라는 점과 앞에서 살펴본 학생 자살자 중 고등학생이

가장 많았던 이유도 이 때문인 것을 알 수 있습니다. 그동안 수차례 입시제도 변화를 추구했음에도 여전히 우리 사회의 입시 위주 교육문화가 청소년들에게 얼마나 큰 고충이 되는지를 알 수 있습니다. 이번에는 좀 더 자세하게 중·고등학생을 대상으로 한 자살 계획률과 자살 시도율을 살펴보겠습니다.

<2011년 중·고등학생의 자살 계획률>

(단위: %)

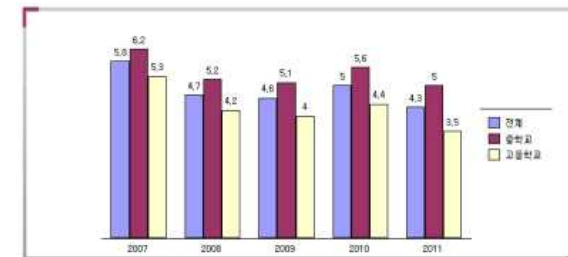


[출처: 통계청, 2012]

자살 계획률은 최근 12개월 동안 자살하기 위해 구체적인 계획을 세운 적이 있는 사람의 비율을 나타내는 것입니다. 2011년에 조사된 자살 계획률은 중학생이 7.8%로 고등학생 5.8%에 비해 높게 나타났습니다. 이는 자살을 구체적으로 고려하고 있는 학생의 비율이 적지 않음을 알 수 있습니다.

<최근 5년간(2007~2011년) 중·고등학생의 자살 시도율>

(단위: %)



[출처: 통계청, 2012]

또한 최근 5년간 자살을 시도한 중·고등학생의 자살시도율을 살펴보면, 대략 4%에서 5%대를 나타내고 있습니다. 이들은 실제로 자살을 시도했다는 점에서 자살 고위험군으로 분류할 수 있습니다. 그런데 자살시도율 역시 자살 계획률과 같이 중학생

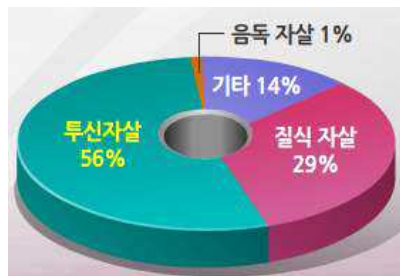


이 고등학생에 비해 높게 나타났습니다.

이처럼 학생 자살자 수에서는 고등학생이 절반 이상을 차지했음에도 불구하고, 실제 자살을 계획하거나 시도하는 비율은 중학생이 더 높게 나타나는 것은 무엇 때문 일까요? 통계 자료를 살펴보면 한 가지 유념해야 할 점은 고등학생들이 실제 자살을 시도할 경우 사망으로 이어질 확률이 높다는 것을 알 수 있습니다.

마지막으로 청소년이 주로 선택하는 자살 방법에 대해 살펴보겠습니다.

<2010년 청소년(10~19세) 자살 방법>



[출처: 통계청, 2012]

통계청 자료에 의하면 투신자살의 비율이 56%로 가장 많은데, 주목할 점은 다른 연령층에서는 투신자살이 11% ~18% 수준인데 비해 10대의 경우에는 투신자살이 절반 이상을 차지하고 있다는 것입니다. 이는 자살 방법의 접근성과 관련이 있는 것으로 분석이 되는데 10대의 경우 도시 지역의 아파트 생활자가 많고, 층동적인 자살시도가 많다는 점과 관련이 있다고 보여 집니다.

청소년기의 자살은 청소년기의 갈등과 특징을 그대로 반영합니다. 청소년들은 자살 충동을 행동으로 옮기는 경향이 높아서, 자신이 겪고 있는 스트레스의 수준이 높거나 해결 방법을 찾는 데 많은 어려움에 직면할수록 자살을 생각하고 시도함으로써 현실의 고통에서 벗어나고 싶어 합니다.

지난 10년간 우리나라 청소년 자살률이 꾸준히 증가하여 자살이 청소년 사망원인 1위가 되었습니다. 청소년기의 자살은 청소년의 성장발달과정에서 발생하는 여러 가지 스트레스에 대해 극단적이고 치명적인 대처결과로 나타날 수 있습니다. 자살은 결코 문제를 해결하는 올바른 선택이 아니며 사전에 충분히 막을 수 있는 방안이 있는 일이지요, 해마다 더 많은 수의 청소년들이 자살을 선택하는 것은 오늘날 우리 나라가 직면한 너무나 슬픈 현실이며 우리가 반드시 해결해야 할 선결 과제입니다.

## ● 여보세요!

DJ: 자살에 대한 오해와 진실에 대한 이야기와 자살의 정의, 청소년 자살 실태와 심각성에 대해 들으시니 어떠신가요?

엄마: 아, 우리 희정이에 대해 다시 한 번 생각해보게 되었어요.

DJ: 어떤 점을 다시 생각해 보셨는지 이야기해주실 수 있으시겠어요?

엄마: 네, 전 그동안 자살을 생각하는 아이들은 뭔가 정신적으로 문제가 있는 아이들일 거라고 생각했어요. 그래서 우리 희정이는 부모가 자식에게 관심이 많고 경제적으로 부족함이 없으니 자살에 대해 전혀 생각하지 않을 것이라고 생각하고 있었는데, 제 생각이 잘못 되었다는 것을 알게 되었어요. 자살을 생각하는 아이들은 정신질환자가 아니고 인생의 버거움에 대하여 고군분투하는 평범한 학생들이더라고요. 그들이 경험하는 일시적인 우울증상 또한 그 도래 아이들에게는 지극히 일반적인 것이고, 그런 어려움이 해결되는 과정에 접어들면 증상이 사라지게 된다는 것도 알게 되었습니다. 한마디로 우리 희정이라도 자살을 생각할 수 있겠구나.... 라고 생각하게 되었습니다.

DJ: 그럼 앞으로 어떤 점을 노력 하실 계획이십니까?

엄마: 네~ 우선 희정이가 일상생활에서 일어나는 여러 가지 어려움 중에서 가장 견디기 힘든 부분들이 무엇인지 희정이의 행동도 관찰해보고, 대화도 많이 해볼 생각입니다.

DJ: 네, 감사드립니다.

## ● 참고문헌

- 유형근 외, "자살하려는 아이들", 2012, 학지사
- 통계청, "2015 청소년 통계", 2015, 보도자료
- 시사저널, "누가 학생들을 막다른 길로 내몰고 있나?", 2010, 1088호
- 서강훈, "(사회복지자를 위한) 사회복지 용어사전", 2013, 이담북스

## ● 정리하기

### 1. 자살에 대한 오해와 진실

자살에 관하여 자주 이야기 하는 사람은 자살 하지 않는다, 한 번 자살을 시도한 청소년들은 계속해서 자살하려고 한다, 자살 생각을 가지고 있는 청소년들은 정신 병원에 가게 될 것이다, 자살 생각을 가지고 있는 친구가 비밀을 유지해 줄 것을 요청하면 지켜줘야 한다. 등은 우리가 알고 있는 것과는 달리 오해에 속하는 경우입니다. 그리고 자살을 시도하려는 사람은 그 전에 다양한 방법을 통해서 명백한

신호를 보낸다, 자살은 청소년 사망 원인 중 1위를 차지한다, 자살 생각을 가지고 있는 청소년들은 관계의 영역을 친구들에게만 국한하는 경향이 있다 등은 진실에 해당되는 경우입니다.

## 2. 자살의 정의

일반적으로 자살이란 '자발적으로 그리고 의도적으로 자신의 생명을 끊거나 끊으려고 시도하는 행동 혹은 그러한 경향'을 말합니다. 또한 자살 관련 용어 중 자살생각은 자살계획 및 자살시도 이전에 나타나는 인지적인 사고로서, 자살행동에 대해 몰두하는 생각을 말하고, 자살시도는 자살에 대한 생각, 계획 등이 구체적인 행동으로 나타난 경우로서, 의도적이고 실제적인 자해행동을 의미합니다. 그리고 완결된 자살이란 자살행동의 결과가 죽음으로 나타난 것이고, 남겨진 사람들은 자살 생존자라고도 불리는데 자신에게 중요한 사람을 자살로 잃은 후 삶의 변화를 겪게 된 사람을 말합니다. 청소년 자살 실태 중 2013년 청소년 사망원인은 자살, 운수사고, 암의 순으로 나타났고, 청소년이 자살하고 싶었던 가장 큰 이유는 성적 및 진학문제였습니다. 또한 최근 6년간 자살 학생 수는 고등학생이 전체의 2/3 이상을 차지하였고, 최근 5년간 자살 계획률과 자살 시도율은 중학생이 고등학생보다 높았으며, 청소년이 선택하는 자살 방법은 투신자살의 비율이 가장 높았습니다.