

노인·청소년의 자살

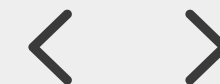
2318004 권여진 자료조사, PPT, 발표

2318009 김소현 자료조사, PPT

2318019 남동민 자료조사, PPT



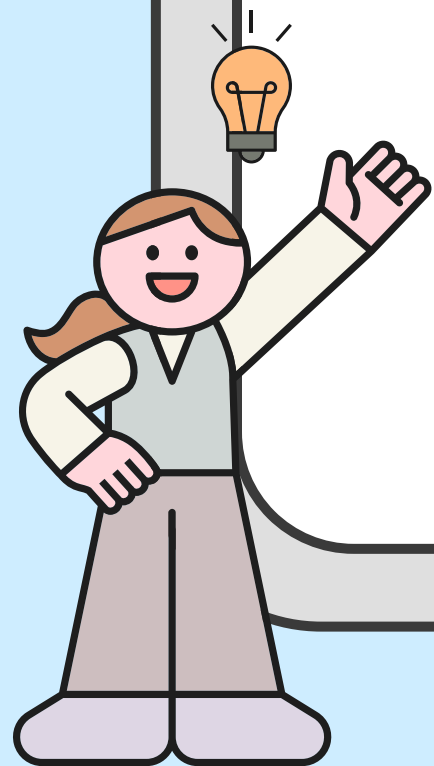
목 차



1. 자살이란?
2. 노인·청소년의 자살 실태-현재 상황 및 문제점
3. 노인·청소년의 자살자의 특징
4. 노인·청소년의 자살 예방 방법
5. 현재 정신건강분야 정책 및 서비스
6. 정책 및 서비스 부족한 점
7. 외국 관련 정책 및 서비스 소개
8. 앞으로 정책 및 서비스 개선방안

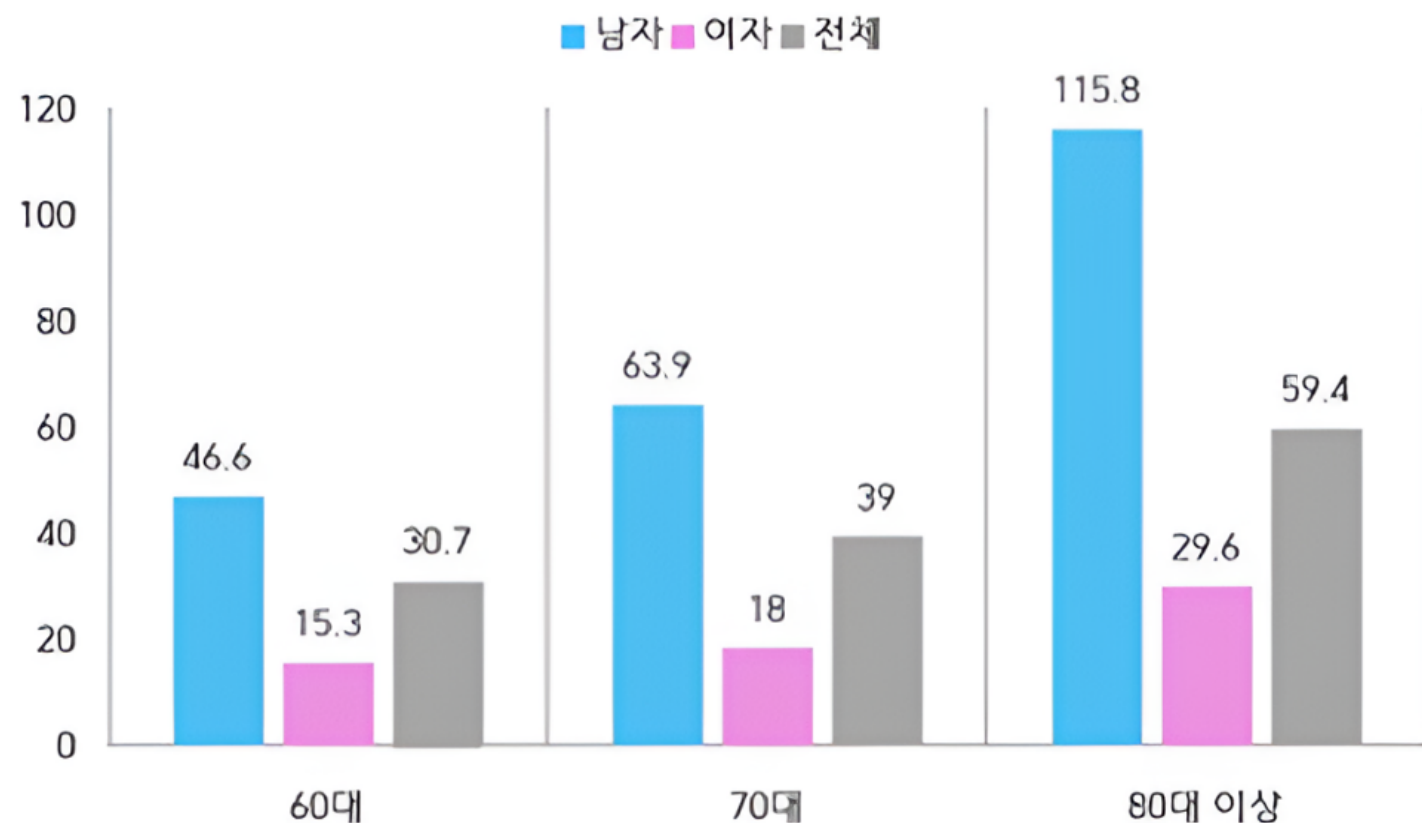
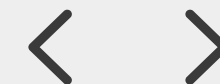
자살이란?

“ 자살이란 그저 한 개인이 이 세상을 살다가 스스로 죽어 없어지는 일이라고 간단한 문제가 아니라 개인에게 심한 고통을 주는 위기나 어려움을 탈출하려는 시도이다. ”





노인·청소년의 자살 실태-현재 상황



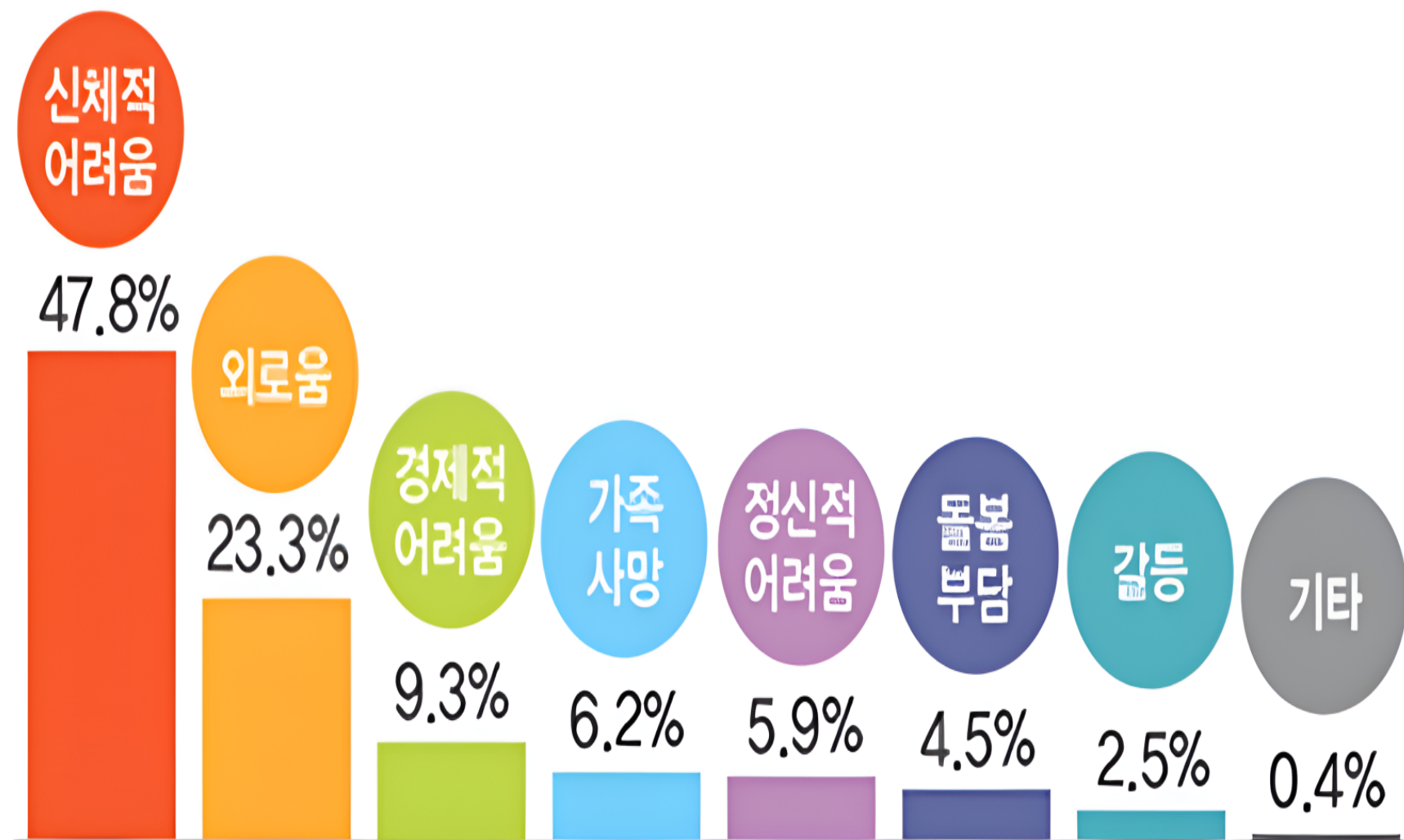
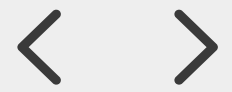
	60대	70대	80대 이상
남자	46.6	63.9	115.8
여자	15.3	18	29.6
전체	30.7	39	59.4

2023년 노인 자살현황

2023년 성별&연령대별 자살현황에서 노인의 자살률을 보면, 60대(30.7명), 70대(39명), 80대 이상(59.4명)으로 60대부터 80대 이상의 전체 자살률은 129.1명이다. 노인의 성별 자살률은 남자가 여자보다 자살률이 매우 높다는 것을 알 수 있다.

[출처: 통계청, 사망원인통계]

노인·청소년의 자살 실태-현재 상황



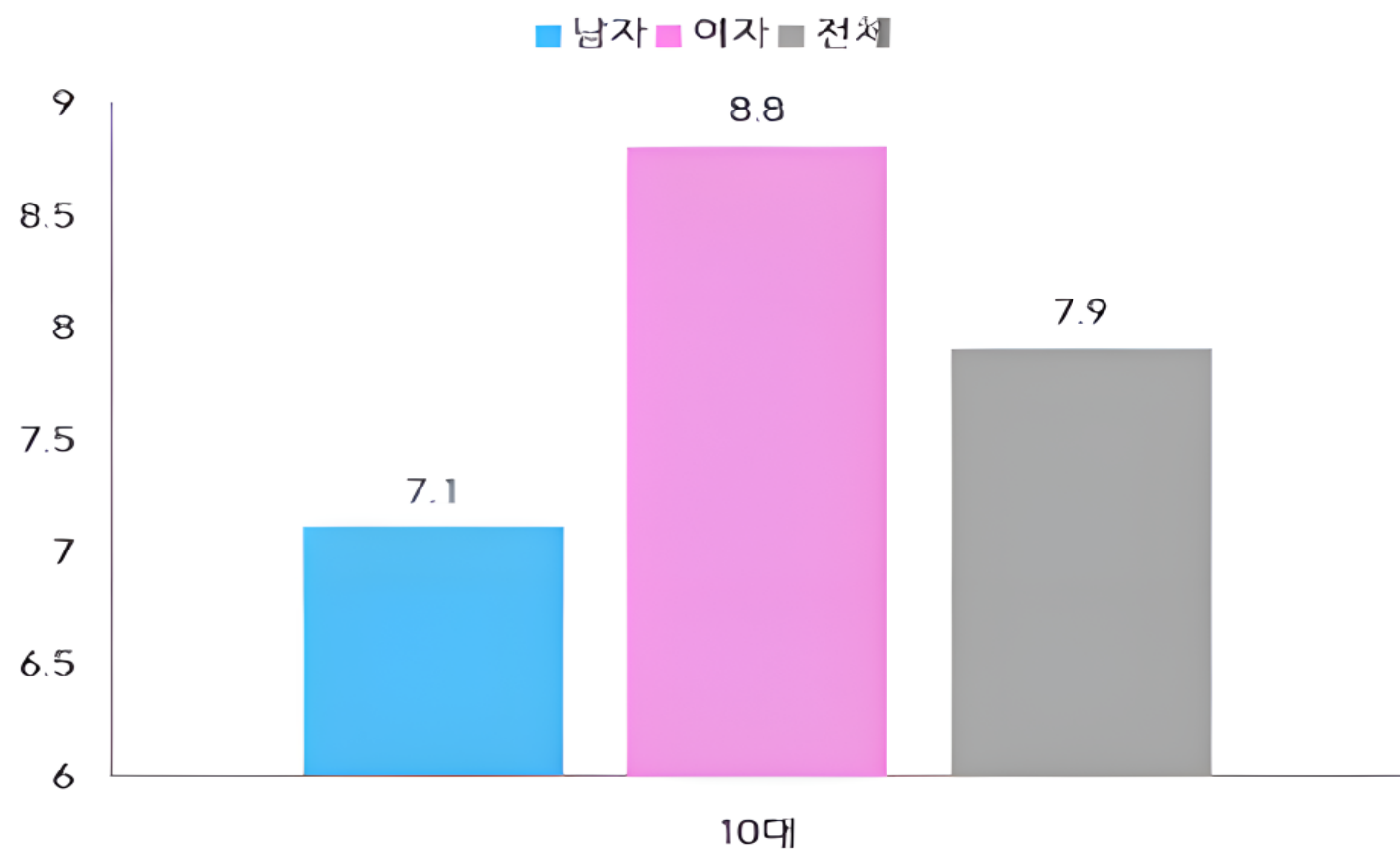
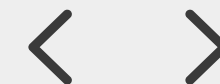
[출처: 2023년도 노인실태조사, 보건복지부]

노인 원인별 자살현황

노인이 자살을 생각하게 하는 주요 원인은 신체적 어려움(47.8%), 외로움(23.3%), 경제적 어려움(9.3%) 등으로 알 수 있다.



노인·청소년의 자살 실태-현재 상황



	10대
남자	7.1
여자	8.8
전체	7.9

2023년 청소년 자살현황

2023년 성별&연령대별 자살현황에서 청소년 보호법에 따라 청소년의 연령은 19세 미만으로 보아 10대 현황으로 보기로 한다.

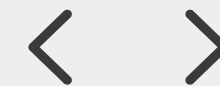
청소년의 자살률은 10대(7.9명)이다.

청소년의 성별 자살률은 남자보다 여자가 조금 더 많지만, 큰 차이가 없다는 것을 알 수 있다.

[출처: 통계청, 사망원인통계]



노인·청소년의 자살 실태-현재 상황



청소년 동기별 자살현황



정신적 /
정신과적 문제



기타

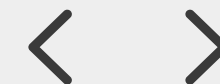


가정문제

[출처: 2024 청소년 통계, 여성가족부]



노인·청소년의 자살 문제점



‘자살’ = 한국의 사회적 문제 / OECD 회원국 중 자살률 가장 높은 나라

언론계: 자살보도 권고기준, 윤리강령 운영 중 -> 비판
자극적 보도, 단정적 표현 줄지 않음

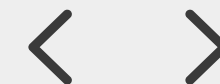
자살보도 문제점: 자극적 또는 긍정적 표현 난무, 부정적 결과 미보도 등
자살보도 권고기준 -> 금하고 있는 내용

유명인 자살보도 -> 부정적 영향 -> 신중

언론재단 -> 자살 관련 보도 개선, 이용자 보호 -> 구체적인 실천 방안 도출



노인 자살자의 특징



① 노인이 자살을 시도할 때 미수에 그치는 경우는 드물다.

- 자살 미수와 자살의 비율 -> 노년층 4:1
- 노인이 자살 실행할 경우 -> 죽음으로 이어질 확률 높음

② 노인의 자살은 사전에 치밀하게 계획된다.

- 급성적 자살: 건물에서 뛰어내리거나 독약을 마시거나 하여 죽는 것
- 만성적 자살: 의도적으로 자신을 돌보지 않는 방식으로 서서히 죽음에 이르는 것 (예: 아사)

③ 노인의 자살은 남은 가족에 의해 은폐되는 경우가 많다.

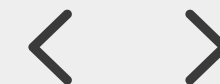
- 만성적 자살 선택한 경우 남은 가족은 수치심, 죄책감 -> 자살을 자연사로 은폐

④ 주변사람에게 자살신호를 보낼 확률이 낮다.

- 대부분의 연령대 자살자는 자살 실행하기 전 -> 주변에 자살신호 보냄
- 노년층의 경우 주변에 자살을 예측할 수 있는 실마리를 주지 않음



청소년 자살자의 특징



충동적 자살

자존심이 크게 상하는 사건이 있을 때, 자기 분노에 못 이겨 충동적으로 자살 행동을 하는 것이다.

모방적 자살

매스컴에서 노출되는 자살 사건들을 쉽게 흉내를 내거나, 모방하여 충동적으로 자살을 유발하기 쉬운 것이다.

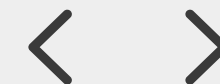
동조적 자살

또래 집단의 비슷한 상황 및 처지, 문제, 공유하는 가치관과 행동 양식을 보여주는 집단문화의 성격에 좌우되는 경향이 크다.

※ 청소년 자살의 경우는 예측이 어렵고, 자살 시도는 충동적으로 이루어진다 해도 자살생각과 자살 기도 등의 준비과정을 거치는 경우도 있기 때문에 계획적 자살의 특성을 보이기도 함.



노인의 자살 예방 방법



① 나의 마음을 이야기하기

어르신의 상황과 심정을 가장 가까운 주변 사람들에게 표현해 주세요.

② 주변 사람들과 자주 연락하기

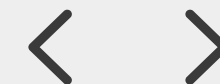
가족, 친구 등 진심으로 마음을 주고받을 수 있는 사람들과 소통해 보세요.

③ 마음이 힘들고 도움이 필요할 때 전문기관(전문가)에 도움 요청하기

도움 받을 수 있는 연락처를 미리 저장하세요.



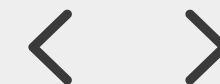
청소년의 자살 예방 방법



- ① 우울해지고 죽고 싶은 생각이 드는 시간과 장소 파악하기
자살 생각이 심해지는 시간과 장소를 파악해 보세요.
- ② 기분이 좋아질 만한 활동을 찾아서 해보기
산책하거나, 좋아하는 가수의 노래를 들어보세요.
- ③ 내가 편한 사람에게 도움 요청하기
친구에게 전화를 걸어 “힘들다.” “우울하다.”라는 이야기를 하는 것이 좋습니다.
- ④ 전문기관에 도움 요청하기
24시간 상담이 가능한 청소년 전화 1388, 청소년 사이버 상담센터를 이용하세요.



자살예방인식 개선 교육

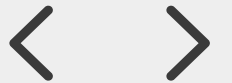


생명의 소중함과 가치, 자기이해와 돌봄, 도움요청에 관한 내용을 배우고
그 밖에 생명존중에 대한 건전한 가치함양에 필요한 내용을 교육합니다.

교육대상: 성인 / 청년 / 고등학생 / 중학생 / 초등학생(고학년, 저학년)



현재 정신건강분야 정책



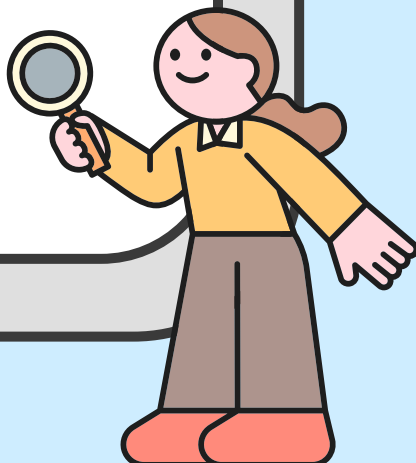
① 정책사업명: 제5차 자살예방기본계획('23~'27)

② 추진배경: 「자살예방 및 생명존중문화 조성을 위한 법률」 제7조에 따라 더욱 촘촘한 생명안전망을 조성하기 위한 제5차 자살예방기본계획 내 향후 5년간 자살예방정책 추진전략과 핵심 방향을 다룬 종합계획 수립

③ 사업개요

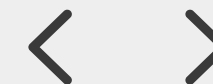
- 목적: 안전한 사회 구현을 위한 자살예방기본계획 정책방향을 5년마다 수립하여 제시
- 내용: 자살사망자 수 감소, 지역 맞춤형 자살예방정책 강화, 고위험군 집중관리를 목표로 <5대 추진전략 및 15대 핵심과제> 추진

④ 사업부서: 보건복지부 자살예방정책과





현재 정신건강분야 서비스



① 생명안정망 구축

- 생명존중안심마을 운영
- 생명존중 인식교육
- 민관협력 및 홍보활성화

② 자살위험요인 감소

- 정신응급 대응체계 구축
- 자살고위험군 치료강화
- 자살위해수단 및 자살 다빈도 장소 관리강화

③ 사후관리강화

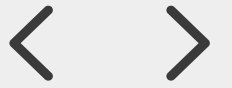
- 자살시도자 연계협력체계 구축
- 응급실기반 자살시도자 사후관리 사업확대
- 자살유족발굴을 위한 협력체계 구축
- 자살유족 사후관리강화
- 지역사회 사후대응 체계구축

④ 대상 맞춤형 자살예방

- 경제위기군 자살예방사업
- 정신건강위기군 자살예방사업
- 생애주기별 자살예방사업



현재 정신건강분야 서비스

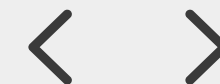


⑤ 효율적 자살예방 추진기반 강화

- 자살예방 연구강화
- 컨트롤타워 기능강화
- 자살예방시행계획 수립체계 개편
- 자살예방 인프라 확충
- 인력역량 강화와 보호



한국자살예방센터 주요사업



① 심리상담(전화, 사이버, 면접상담)

- 우울증
- 대인관계
- 부적응
- 진로문제 등

② 자살예방교육 / 세미나 및 학술대회 발제

- 생명존중 자살예방교육(초,중,고교, 대학생, 성인)
- 생명지킴이(Gate Keeper)교육(청소년/성인)
- 자살예방 세미나/학술대회 발제(학교, 학회, 단체)
- 자살예방 전문강사 양성

③ 연구 분야(논문, 전문서적 출판)

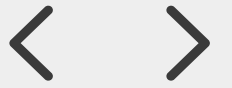
- 논문
- 학술지 기고
- 전문서적 출판

④ 홍보 분야(방송, 언론 매체)

- 방송
- 신문매체 인터뷰/홍보
- 신문매체 칼럼
- 기고, 기타



주요사업 중 부족한 점



① 상담 접근성의 한계

- 자살예방상담전화(1393)
- 일부 이용자 -> 부담, 익명성 부족
- 청소년 -> 문자, 온라인 채팅 선호
- 다양한 채널 -> 상담 서비스 확대 필요

② 심리적 지원의 한계

- 위기 상황 -> 초기 대응 중점
- 장기적인 심리 지원, 치료 연계 부족
- 지속적인 지원 필요
- 전문적인 프로그램, 치료 연계 강화

③ 지역 간 서비스 격차

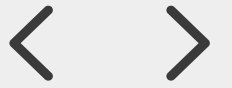
- 도시/농촌 지역 간 서비스 접근성 차이 有
- 농촌 -> 전문 인력 부족, 정보 접근 어려움
- 서비스 이용 -> 제약 有
- 지역 간 균형 있는 서비스 제공 필요

④ 사회적 인식 개선의 필요성

- 자살예방 노력 -> 사회적 낙인, 편견 존재
- 사회적 인식 -> 도움 요청 -> 장애물
- 생명 존중 문화 확산 -> 지속적 교육, 캠페인



정책 및 서비스 부족한 점



① 정신건강 인프라 부족

- 정신과 의사, 상담사 수 부족
- 지방이나 농촌 지역에서의 접근성 매우 낮음
- 정신의료기관 이용에 대한 사회적 낙인 존재

② 예산 및 인력 부족

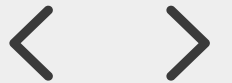
- 자살예방센터나 정신건강복지센터의 인력 과중
- 실질적인 예산 투입은 정책 목표에 비해 낮은 수준

③ 청소년 및 디지털 환경 대응 미흡

- 사이버불링, SNS를 통한 자해·자살 정보 확산에 대한 대응 체계 미흡
- 학교 내 정신건강교육 미비, 전문상담교사 부족



정책 및 서비스 부족한 점



④ 사후 관리 부족

- 자살 시도자 또는 유가족에 대한 심리사회적 지원이 제한적
- 재시도 예방을 위한 사례관리 시스템 부족

⑤ 정책 간 연계 미흡

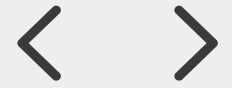
- 보건복지, 교육, 고용, 경찰 등 유관 기관 간 정보 공유 및 협력 부족
- 고위험군을 조기에 식별하고 개입하는 시스템이 단절되거나 분산

⑥ 남성 자살률에 대한 특화 대책 부족

- 중·장년 남성 자살률이 특히 높음에도 불구하고 성별 맞춤형 접근 부족



정책 및 서비스 부족한 점

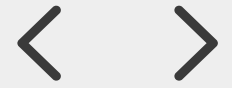


- 자살을 개인 차원으로 접근하는 것 -> 한계 有
- 개인 중심이 아닌 '사회적 자살률'에 집중할 것
- 개개인에 집중한 자살위험 요인 제거와 관리
- 정신적 문제에 대한 의료적 접근 -> 높은 자살률 대응 어려움
- 안전망 확충 불공정한 노동시장 개선 -> 사회경제 정책 토대 위에서 자살예방 정책

- 자살에 대한 인식 전환 -> 사회적 제도, 유가족 · 사별자에 대한 정책 부족
- 국가나 사회가 개입할 지점 -> 사회적 합의, 법 개정, 제도 정비 및 연구와 조사, 기획과 실무
- 여러 차원 유기적으로 결합 -> 자살률 감소 가능할 것



외국 관련 정책 소개



① 보건복지 영역 (미국 연방정부 보건복지부)

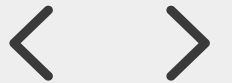
- 자살을 사회적 문제로 인식
- 자살 사망자가 교통사고보다 많다는 통계 기반
- 개인의 문제가 아닌 사회와 국가의 책임으로 간주하여 접근

② 공공·민간 협력 영역 (미국)

- 특정 집단 대상 자살예방정책 추진
- 공공과 민간 영역 간 연대적 협력 노력
- 국가 차원의 정책 개발, 실태자료 수집 및 연구 지원
- 시범사업 실시, 자살예방 서비스 강화
- 지역 주민 대상 교육 및 홍보 활동



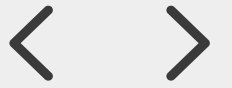
외국 관련 서비스 소개



- * 호주: 학교와 지역사회 기반으로 청소년 정신건강 프로젝트 '마음문제' 추진
- * 프랑스와 독일 등 10개국: 청소년 자살예방 인식증진 프로그램 'SEYLE' 공동 개발
- * 핀란드: 우울증 진료 의무화 -> 자살률 절반으로 줄임
 - 5만명의 전문가 투입 -> 자살자 심리부검사업 진행
 - 자살예방 프로그램을 전국에 적용 -> 자살률 절반으로 줄임
- * 일본: 자살대책기본법 제정, 자살종합대책대강 수립
 - 학생 교육과정 지침(학습지도요령) -> 학교자살예방교육
 - 국어·도덕 등 정규 교과목 수업, 체험활동 -> 생명존중, 자살예방 연계교육 실시



앞으로의 정책 개선방안



① 정신건강 인프라의 부족이 심각하다.

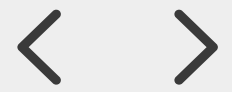
- 정신과 의사나 상담사 등의 전문 인력이 부족
- 농촌이나 낙후된 지역에서는 접근성이 매우 낮음
- 정신건강 전문 인력의 양성과 지역 간 의료 서비스 격차 해소 시급
- 사회 전반의 인식 개선을 위한 교육과 캠페인 이루어져야 함

② 예산 및 인력의 부족 또한 큰 문제다.

- 자살예방센터나 정신건강복지센터 인력 과중 상태
- 정책 목표에 비해 실제 예산 투입 수준 매우 낮음
- 정신건강 관련 예산 확보, 정책 목표 달성 여부에 따라 예산 배분
- 센터 등 관련 기관에 법적으로 인력 기준을 마련 -> 처우 개선 병행



앞으로의 정책 개선방안



③ 청소년과 디지털 환경에 대한 대응이 미흡한 점도 지적된다.

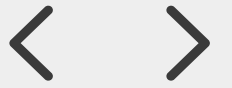
- 많은 청소년들이 SNS나 유튜브 등 디지털 플랫폼 -> 정보 접함
- 정신건강에 대한 올바른 정보는 제공되지 못함
- 학교 내 정신건강 교육 미비, 전문상담교사의 수 부족
- 학교 교육 과정에 정신건강 관련 내용 필수화
- 디지털 중독 예방을 위한 맞춤형 프로그램 도입

④ 자살 시도자나 유가족에 대한 사후 관리도 부족한 상태이다.

- 심리적·사회적 지원 제한적, 자살 예방을 위한 체계적인 사례관리 시스템 마련 X
- 자살 고위험군 조기 발견, 지속적으로 관리할 수 있는 통합 시스템 구축 필요



앞으로의 정책 개선방안



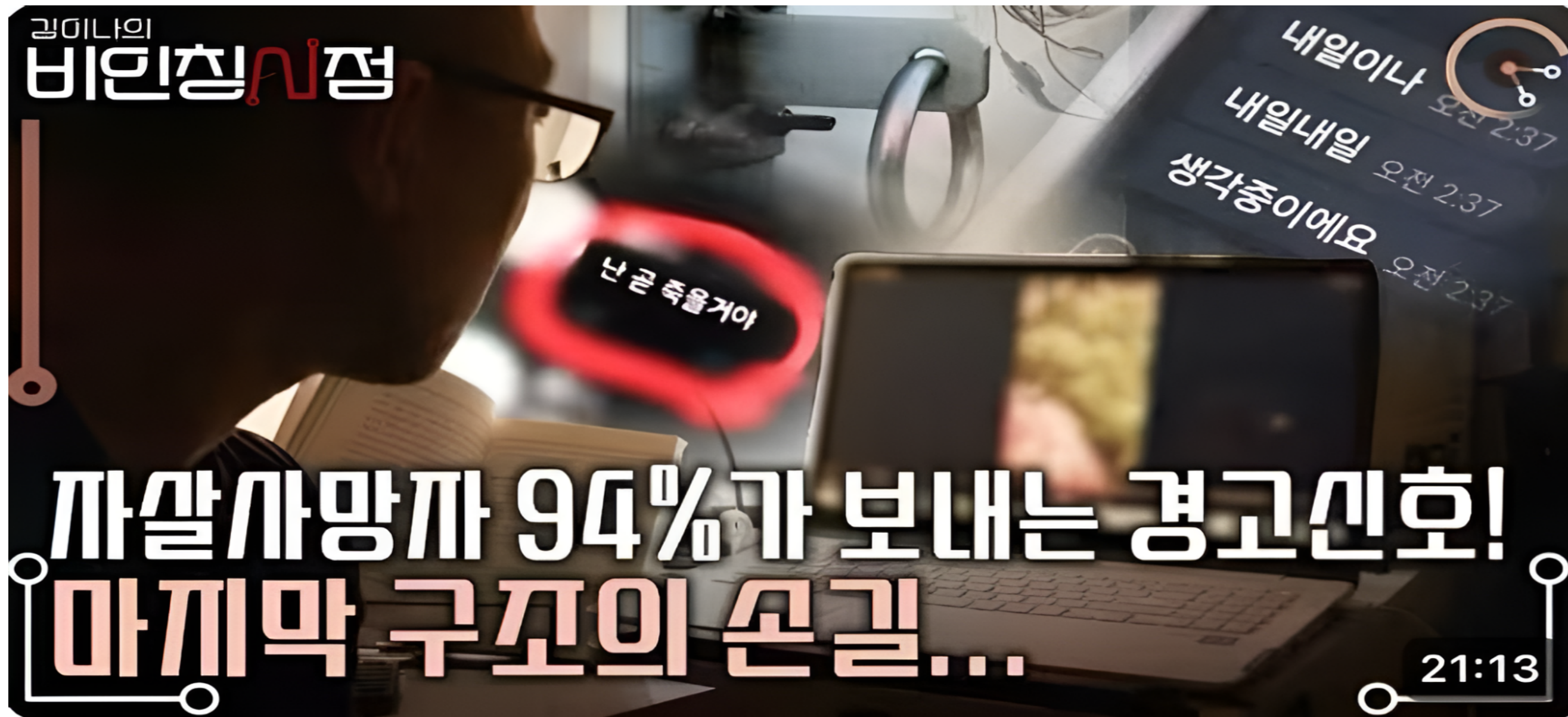
⑤ 정책 간 연계가 제대로 이루어지지 않고 있다.

- 보건소, 교육청, 고용센터, 경찰 등 다양한 유관 기관 간의 정보 공유 및 협력 부족
- 유관 기관 간 통합 네트워크 구축
- 고위험군 관련 데이터를 공유할 수 있는 통합 플랫폼 마련

⑥ 남성 자살률에 대한 대응이 부족하다는 점도 문제다.

- 중장년 남성의 자살률 높은 편 -> 적절한 접근 이루어지지 않음
- 감정 표현에 익숙하지 않은 남성의 특성 고려
- 비대면 상담이나 간접적 접근이 가능한 프로그램 개발
- 직장 중심의 정신건강 프로그램 운영 -> 실질적인 개입

관련 영상

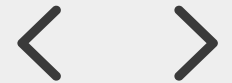


정신건강사회복지론 4조

질의 응답



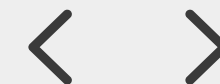
출 처



- 강릉시정신건강복지센터, “자살이란?”, <https://www.gnmind.com/page/hope2.php>
- 데이터줌 - 한국생명존중희망재단, “2023년성별&연령대별자살현황”,
<https://kfsp-datazoom.or.kr/korea02.do>
- 대전광역시정신건강복지센터, “자살예방정보”,
<https://www.djpmhc.or.kr/ebook/25004/index.html>
- 대전광역시정신건강복지센터, “자살예방정보”,
<https://www.djpmhc.or.kr/ebook/25001/index.html>
- 윤수현, 「한국 언론, 자살보도 어떻게 하고 있습니까?」, 「미디어오늘」, 2023-10-31,
<https://www.mediatoday.co.kr/news/articleView.html?idxno=313438>
- 진영선, 「노년:인생제2막의삶」, 경북대학교출판부, 2014, 120쪽
- 대전광역시정신건강복지센터, “자살예방인식 개선 교육”,
<https://www.djpmhc.or.kr/sub.php?menukey=54>
- 보건복지부, “제5차 자살예방기본계획”,
https://www.mohw.go.kr/board.es?mid=a10102010000&bid=0005&act=view&list_no=377606&nPage=1
- 대전광역시정신건강복지센터, “광역 자살예방센터 사업내용”,
<https://www.djpmhc.or.kr/sub.php?menukey=19>



출 처



- 한국자살예방센터, “자살예방 주요사업”, 자살예방.com
- 최한결, 「[기획] OECD 자살률 1위 한국... 여전히 관리 사각지대」, 「매일일보」, 2024-07-28,
<https://www.m-i.kr/news/articleView.html?idxno=1143977>
- 국회입법조사처, “「정신건강정책 혁신방안」의 실행을 위한 보완 과제”,
<https://www.nars.go.kr/report/view.do?cmsCode=CM0018&brdSeq=43721>
- 국회도서관 국가전략정보포털, “높은 자살률, 무엇이 문제이고 무엇이 문제가 아닌가 : 국민통합의 관점에서 본 한국의 자살률”,
<https://nsp.nanet.go.kr/plan/subject/detail.do?nationalPlanControlNo=PLAN0000032266>
- 김서현 · 임혜림, 「정신보건 : 미국과 영국의 공공영역 자살예방 주요 정책과 운영체계 연구 -한국 자살예방정책 운영에
의 함의 도출을 중심으로 -」, 서울시정신건강복지센터, 2012, p.51
- 박종헌, 「[자살공화국 대한민국③] 자살예방 정책...외국은 어떻게?」, 「메디컬투데이」, 2018-01-17,
<https://mdtoday.co.kr/news/view/179517959584920>
- [KBS 다큐].(2024.05.03.).자살률이 높아지는 계절, 봄... 자살을 시도하는 이들의 마지막 신호를 놓치지 않아야 한다!
| 김이나의 비인칭시점.유튜브.
<https://www.youtube.com/watch?v=OUomKaBxJiU>

정신건강사회복지론 4조

감사합니다.