

청소년 자살예방을 위한 교회교육의 기독교 상담적 방향과 과제*

Christian Counseling Directions and Tasks for Church Education to Prevent Youth Suicide

이혜정 (Heyjung Lee)**

ABSTRACT

This study aims to explore directions and tasks for an integrated approach that combines church education and Christian counseling, in order to prevent adolescent suicide in Korean society, where youth suicide rates have reached the highest level among OECD countries. First, by reviewing the concepts and types of adolescent suicide, as well as personal, environmental, and spiritual factors, the study confirms that adolescent suicide is a multidimensional and process-oriented crisis phenomenon. An analysis of current suicide prevention policies and programs—primarily implemented in schools, healthcare, and welfare sectors—reveals that, despite their strengths in short-term crisis intervention, they remain limited in spiritual restoration, sustained community care, and tailored interventions that take into account developmental stages and everyday life contexts.

As an alternative, the study outlines the fundamental concepts of Christian counseling, its understanding of human nature, and the meaning of spiritual restoration, and suggests that concepts such as the *imago Dei* (the image of God), gospel-centered hope, cognitive restructuring, and identity restoration can function as protective factors in preventing adolescent suicide. Within a multilayered care system involving pastors (spiritual caregivers), Christian counselors, peer gatekeepers, parents, and professional institutions, this study argues that church education can serve as a unique platform for the early identification, prevention, and long-term recovery of adolescents at risk for suicide. It further contends that such a platform becomes effective when counseling expertise—grounded in standardized assessment tools such as the PHQ-9, SBQ-R, and

* 2025년 11월 7일 접수, 2026년 3월 4일 최종수정, 3월 7일 게재확정

** 고신대학교(Kosin University) 라이프대학 기독교상담학과 조교수, 부산광역시 영도구 동삼동, 516-36, 125001@kosin.ac.kr

C-SSRS—is integrated with the spiritual resources of the faith community.

In conclusion, by proposing Christian-counseling-oriented tasks and practical directions that churches can implement in the field of adolescent suicide prevention, this study seeks to contribute academic insights and practice-oriented implications for the formation of a life-respecting culture rooted in the Christian faith community.

Key words: Christian counseling, adolescents, adolescent suicide prevention, church education, respect for life

I. 들어가는데

한국생명존중희망재단의 자살통계연보(2025)자료에 의하면 청소년(9~24세)의 자살율이 10만명당 11.7명이며, OECD 회원국 연령 별 자살률을 살펴보면 20대, 30대, 40대, 70대, 80대 연령에서 모두 1위로 드러났다. 우리나라는 2019년부터 2022년까지 자살사망자 수가 연간 약 13,000명 수준이었던 것에 비해, 2024년 자살사망자는 14,872명 이상으로 증가하였으며, 인구 10만 명당 자살률은 약 27.3명으로 추정된다(The Korea Times, 2025. 9. 25). 10대·20대 자살율의 지속적인 악화는 10대의 경우 14년에 10만명 당 4.5명이었던 것에 비해 23년에는 10만명당 7.9명(75.6% 증가)¹으로 집계되었다. 이러한 현상은 국가와 사회적 차원에서의 적극적이고 다층적인 개입이 절실함을 시사한다.

이와 같은 심각한 사회적 현상에 대응하기 위해 자살 예방을 위한 다양한 노력이 지속되어 왔다. 특히 청소년을 대상으로 교육부는 학생 정서·행동특성검사, 자살징후 조기 발견 검사지의 개발 및 보급, 학생 대상 자살예방 교육 및 관련 정보지 배포 등 다각적인 정책을 추진하고 있다. 여성가족부 산하 청소년상담복지개발원은 초등학교 시기부터 자살예방을 위한 연구와 예방 프로그램(황순길 외, 2017)을 지속적으로 제공하고 있으며, 각 지역 청소년상담복지센터에서는 청소년 위기 문제 심화를 반영하여 ‘자살·자해 집중심리클리닉(서미 외, 2023)’ 사업을 운영하고 있다. 또한 생명의 전화와 같은 민간단체를 중심으로, 자살 예방 교육, 상담, 캠페인도 사회 곳곳에서 활발히 이루어지고 있다. 정책적 차원에서는 보건복지부를 중심으로 제5차 자살예방기본계획을 수립하여, 생명존중 안심마을 조성, 지역 내 자원 연계와 자살 고위험군 발굴 및 예방 상담 서비스 지원, 상담전화 109와 정신건강 상담 전화의 24시간 운영 강화 등을 추진하고 있다(보건복지부, 2023).

그러나 이러한 국가 정책과 개입에도 불구하고, 우리나라의 자살률은 여전히 감소하지 못하고 전체적으로 증가 추세를 보여 그 효과성이 제한적이라는 비판이 제기된다. 이에 제5차 자살예방기본계획(2023)에서는 기존의 보편적 접근을 넘어, 지역 맞춤형 자살예방정책을 위해 생명존중안심마을 조성, 자살 유발 정보 모니터링 제도, 생애주기별·생활터별 대상자 맞춤형 자살예방 정책 등을 강조하고 있다. 특히 지자체 자살예방 리더십 강화 및 전달체계 확립, 지역별 맞춤형 대책 수립 및 이행력 확보, 지역사회 고위험군 발굴 및 연계의 활성화를 추진과제로 하여 모두가 모두를 지키는 사회, 생명보호가 일상이 되는 대한민국의 비전을 통해 2024년 28.3명에서 2034년에는 17명 이하로 자살률을 감소하고자 하는 목표를 가지고 있다² 상담과 예방 교육 차원의 접근에 생애주기와 생

1) 2025 국가 자살 예방 전략(2025.9.12.). 보건복지부: <https://www.mohw.go.kr/synap/doc.html?fn=202602121440501801.pdf&rs=/upload/result/202602/>

2) Ibid. pg10

활터전, 지역 특성을 고려한 다층적 개입의 도입이 함께 이루어지도록 하는 것이다.

이러한 관점에서 볼 때, 지역사회 곳곳에 자리한 교회는 중요한 의미를 지닌다. 교회는 죄로 인해 하나님과 단절되어 죽음의 길로 나아가던 인류가 예수 그리스도의 십자가 죽으심과 부활의 구속 사역을 성령께서 주시는 믿음으로 말미암아 사망에서 생명으로 옮겨졌음(요 5:24)을 믿고 고백하는 성도의 공동체³로서 하나님께서 세상에서 불러내신 공동체라고 할 수 있다. 박재은(2025)은 헤르만 바빙크의 ‘개혁교의학(제 4권)’을 토대로 ‘축소적 확장’을 견지하는 역설적 교회론을 설명하면서 교회가 ‘본질로의 회귀’로서의 축소를 통해 실제적으로는 ‘사회적 확장’이 이루어지는 과정을 다루고 있다. 교회의 본질은 빛과 생명이 되시는 진리의 말씀에 근거하며 교회가 본질에 집중할 때에 ‘사회적 영향력’이 역으로 확장되는 ‘축소적 확장’이 이루어지는데 이는 인간 본성의 깊이 자리 잡은 ‘종교성’이 바르게 견드려지는 데서 비롯한 자연스러운 확장성이라 할 수 있다.⁴ 이러한 교회의 본질에 입각한 확장성은 하나님을 아는 지식, 회복의 은혜를 경험하는 신앙, 그리고 이웃 사랑을 실천하는 심층적·영적 돌봄 등으로 확장된다.

실제로, 기독교 내에서 자살위기의 청소년 개입에 대한 연구는 제한적이다. 자살 문제에 대한 기독교적 이해(제해중, 2015), 기독교생과 자살과 목회상담의 연관성(김충렬, 2010) 등에 대한 연구가 있으나 그 시급성에 비해 미흡한 실정이다. 이에 본 연구는 기독교상담적 접근을 통하여, 이미 오랫동안 구원과 회복을 매개로 전인격적 돌봄을 수행해 온 교회 교육의 효율성을 제고하고, 교회 내 청소년의 정신건강 증진과 자살위험군 지원에 있어 교회가 감당할 수 있는 독특하고 중요한 역할과 과제에 대한 고찰을 문헌 연구를 통해 탐색하고자 한다.

3) 두란노 성경주석: https://www.duranno.com/bdictionary/result_vision_detail.asp?cts_id=15159 : .교회는 하나님께서 특별히 부르셔서 이전과는 달리 구별된 삶을 살기로 작정한 사람들이 모인 모임이며, 하나님의 약속에 그 근거를 둔 구원의 공동체를 말한다. 개혁성경에 교회라고 번역된 헬라어는 ‘엑클레시아(ekklesia)’로서 ‘부름받아 나온’, ‘부르심’, ‘택함 받은’ 등의 뜻이다.

4) 종교는 모든 사람이 가진 특징이다. 인간이 아무리 타락했다 하더라도 하나님의 존재를 의식하며 이로 인해 하나님께 예배해야 할 의무 역시 갖는다(중략). 인간은 자신의 이성과 양심, 생각과 의지, 필요와 애착 속에서 영원에 근거하며 살아간다. 종교야말로 이 자신에 반박할 수 없는 증거다. 인간들은 강제로 종교를 떠맡지 않으며 누군가로부터 속아서 종교를 갖는 것도 아니다. 오히려 종교는 인간 본성으로부터 자연스럽게 피어올라온다 (Bavinck, 『계시철학』, 287-288, 박재은, 2025, 재인용)

II. 본론

1. 청소년 자살의 이해

(1) 청소년 자살의 개념과 유형

청소년기본법에 의하면 청소년의 연령은 9세부터 24세까지로, 신체적, 인지적, 정서적, 사회적 발달이 급속도로 이루어지는 중요한 시기이며, 이 시기는 호르몬 변화로 인한 급격한 신체 발달과 함께 추상적 사고능력이 발달하여 자기중심적 사고에서 벗어나게 된다. 또한 자아정체성을 비롯한 심리적 혼란, 또래 관계 등의 사회적 적응에의 도전과 좌절 등 부모로부터 독립과 함께 불안정성과 감정의 변화, 가치관과 신념 형성 등에 개인차를 가지게 된다. 우리나라 청소년의 경우 학업 스트레스와 정신건강 문제가 자살의 주요 원인으로, 그 근처에는 가정불화, 대인관계 갈등, 건강위험행동 등이 복합적으로 작용한다. 특히 청소년의 불안정하고 도전적 발달과정 속에서 급격한 생애 위기와 정체성 혼란은 청소년의 충동적 자살 위험을 높인다(보건복지부, 2025).

WHO에서는 자살을 ‘치명적인 결과를 초래하는 자해 행위’로 정의한다. 그러나 청소년의 경우 자살행동의 목적이 반드시 자신의 생명을 끊는 것에 있는 것은 아니다. 때로 자살행동은 삶의 의미와 희망의 상실이나 분노 등의 감정을 표현하기 위한 목적을 갖기도 한다(조성연·조한익, 2017). 한국 청소년 자살률은 글로벌 평균뿐 아니라 OECD 고소득국 평균과도 비교해도 매우 높은 수치이다(WHO, 2025). 고의적 자해로 구분되는 자살뿐 아니라 죽음을 목적으로하지 않고 자신을 스스로 해하는 자발적 자해 문제까지 다루게 되면 더욱 심각한 상황이다. 한국청소년상담복지개발원 청소년사이버상담센터의 ‘사이버 아웃리치’는 사이버상에서 24시간 청소년들의 어려움을 발굴하고 상담을 하고 있는데 2022년 사이버 아웃리치를 통해 온라인에서 자살 및 자해로 상담받은 건수가 1년에 5384건으로 집계되었다(국민일보, 2023). 이들 중 모두가 자살을 시도하는 것은 아니지만, 자살에 이르기까지의 과정인 자살사고, 자살계획, 자살시도 단계에 있는 청소년들을 모두 포함해 본다면 온라인 상담에서 자해 및 자살 관련 상담 건수가 5,000건을 넘어설 정도로 도움이 필요한 아이들이 많은 현실임을 알 수 있다.

최근에는 자살을 과정으로 이해하여(Maris, 2002) 슬픔과 절망에서 자살에 대하여 생각하는 단계, 고민에서 구체적 계획을 세우는 단계, 계획 한 바를 시도하는 것에 이르는 단계 등으로 구분하고 각 과정마다 개입을 위한 구별된 접근 방안이 제안되고 있다. 물론 자살사고와 자살행동은 모두 심각한 현상임은 틀림없으나 각 단계 별 위기정도와 예방을 위한 접근 방식은 차이가 있다(서미 외, 2023). 또한 생애주기별로 인간의 발달단계에 따라 자살의 원인과 사고에는 차이가 있으며 청소년

에 경우, 더 쉽게 심리적 불균형의 상태에 빠지는 발달적 적응의 어려움을 간과할 수 없다(김성연 외, 2024). 청소년들은 때로 타인에게는 하찮게 보이지만 당사자에게는 큰 위기로 인식할 수 있는 문제들 속에서 자살에 대하여 생각하게 되기도 한다.

청소년 자살의 유형은 도피성자살, 보복성 자살, 자기처벌성 자살으로 구분하여 이해할 수 있다(김충렬, 2008). 먼저 도피성 자살은 청소년이 문제로 인식되는 상황에서 벗어나기 위한 방편으로 선택한 것으로 도무지 오르지 않는 성적과 이로 인한 내적 고통에서 벗어나려는 시도, 타인에게 보복하려는 등의 목적으로 시도된 것이다. 둘째, 보복성 자살은 자신을 힘들게 하는 타인을 벌주려는 가해적 성격의 반전 살인으로서의 시도인데 이는 자신을 믿어주지 않는 공동체, 부모의 잔소리와 꾸중 등에 대한 반박과 연관이 있다. 마지막으로 자기 처벌성 자살은 양심에 가책을 유난히 받는 이른 바 착하다고 알려진 청소년들이 선택하는 죽음으로서 자신의 능력에 비해 부모의 기대심리가 높을 때, 이에 따른 대응적 방책으로 나타날 수 있으며, 그 외에 독립성의 부족, 기존의 우울증, 기타 정신건강 문제 등과 연관된다.

(2) 청소년 자살·자해의 요인

청소년의 자살(자해)의 원인은 개인적 요인, 가정환경적 요인, 또래 및 학교요인, 사회 요인 등 관 계적 측면에서, 장애나 진단명이 아닌 여러 가지 요인들의 상호 작용으로 결정되는 다차원적 행동으로(Silverman et al., 2007) 볼 수 있다. 한국청소년상담복지개발원(2023)의 연구에서는 자살(자해)시도 청소년을 대상으로 심층 인터뷰를 통해 ‘불안정한 심리상태’, ‘자기 파괴적 대처’, ‘삶에 대한 절망감’, ‘단절과 상실’, ‘사회 및 환경적 스트레스’, ‘역기능적 가족관계’ 등의 인과적이며 맥락적 조건을 구분하여 제시한 바가 있다.

이처럼, 청소년 자살(자해)에 영향을 주는 요인은 다양하나 이를 ‘개인적 요인’, ‘환경적 요인’, ‘영적 요인’으로 구분하여 살펴보면 다음과 같다.

먼저 청소년 자살의 ‘개인적 요인’ 중에는 급격한 발달로 인한 혼란, 과중한 학업 및 진로 불안, 외 모에의 불만이나 대인관계 스트레스에 의해 자신감 상실이나 자기 비하 등의 비관적 성격이나 우울 감으로 이어지는 경우를 들 수 있다. 이러한 우울은 그대로 드러나기보다는 괜찮은 척하는 가면 우울이나 원인을 알 수 없는 통증을 동반하는 신체화 증상, 잦은 짜증과 분노 등 이전과는 다른 행동 양상으로 드러나기도 한다. 청소년 자살의 경우에는 심각한 우울과 낮은 자존감으로 인하여 위급한 상황에 효과적으로 대응하고 해결하기보다는 충동적으로 자신의 상황을 모면하기 위하여 자살을 선택하는 경우가 있다. 즉 청소년의 자살은 대부분이 사전 계획 없이 성인이 충분히 납득할 수 없는 사소한 이유로도 기분에 따라 충동적으로 이루어 질 수 있으며(Van Pelt, 1988) 가정과 친구들 사이

에 표정이나 말투, 행동의 변화 등 일반적 자살징후가 잘 드러나지 않을 수 있다. 그러나 청소년의 우울증, 불안 및 충동 조절의 실패는 자살 사고 및 행동과 밀접한 관련이 있으며, 이러한 심리적 증상은 자살 위험도를 높이는 주요 개인의 심리적 변수로 꾸준히 보고되고 있다. 우울과 불안은 개인의 절망감과 고립감 증폭에 기여하며, 충동 조절 실패는 자살 시도의 충동적 특성을 설명하는 데 중요한 역할을 한다(O'Connor & Nock, 2014).

청소년을 둘러싼 자살의 ‘환경적 요인’에는 학교 부적응, 사회적 고립, SNS 중독 등이 있으며, 스마트폰 중독과 자기통제 부족 또한 자살생각에 영향을 끼치는 주요요인이라 볼 수 있다(김재엽·황현주, 2015). 가정과 연관된 환경적 요인에는 자살을 했거나 시도한 가족 구성원이 있는 경우(자살한 청소년의 20-30% 정도), 부모와의 대화가 부족하고 가족 내 폭력이나 불화가 심한 경우, 부모의 과도한 기대로 인한 비판과 죄책감에 시달릴 경우, 가족 내 법적 문제나 정신건강의 문제 등이 청소년의 자살 시도에 영향을 주는 것으로 밝혀졌다(신혜정 외, 2014).

학교 환경에서의 과중한 학업 부담으로 인한 경쟁의식과 진로 스트레스도 불안, 충동성, 우울과 같은 심리 정서적 요인들을 매개로 하여 청소년의 자살생각에 영향을 준다(오동균·권순용, 2019). 또래 관계 내에서 강자에 대한 분노나 약자에 대한 복수심이나 왕따나 학교폭력 등의 괴롭힘으로 인한 문제는 청소년의 정서적 안정과 자아정체성 형성에 부정적 영향을 미쳐 자살위험을 증대시킨다. 더욱이, 개인의 사회적 소속감 저하는 심리적 고립과 외로움, 절망감으로 이어지며, 이는 자살행동의 촉진 요인으로 작용한다(채민정, 2024).

청소년의 자살을 부추기는 요인으로 다양한 정보를 쉽게 획득하는 인터넷 사용의 용이성도 문제가 된다. 언론매체의 자살에 대한 미화는 베르테르 효과를 가져올 수 있는데 실제로 공인(연예인, 유명 인사 등)의 죽음이 보도되면 자살자가 증감한다. 자살계획과 도구에 대한 보도, 생명 경시 풍조, 자해·자살 사이트 등, 유해 정보 습득의 용이성으로 인해 청소년들이 부정적인 정보에 노출되어 영향을 받는 것이다. 이에 2024년 11월 개정된 ‘자살보도 보도준칙 4.0’에 의하면 자살사건을 가급적 보도하지 않는 것, 기사 제목에 ‘자살’이라는 단어 대신 ‘사망’이라는 표현을 하는 것, 자살을 미화하거나 합리화하지 않는 것 등을 명시하고 있다. 특히 청소년의 자살은 인간관계에 많은 영향을 받고 있으므로 더욱 신중하게 보도되어야 한다(보건복지부, 2024). 최근에는 14세 소년이 AI 챗봇 ‘캐릭터 AI’와의 대화 후 자살한 사건이 발생하여 AI의 위험성과 사회적 영향력을 재고하게 되기도 했다. AI에 캐릭터 챗봇이 누군가에겐 위안의 기술이 될 수 있지만, 사회적 네트워크를 재구성하여 사용자와 관계성을 가지는 능력이 있으며, 실질적으로 생명을 앗아가는 사례도 알려진 바 있다.⁵ 실

5) 2024년 2월 미국 플로리다에 사는 14세 학생이 AI 캐릭터와 대화 중 자살하는 사건이 보도됨. <https://www.theguardian.com/technology/2024/oct/23/character-ai-chatbot-sewell-setzer-death>.

제로 많은 청년들이 정서적 외로움과 타인에 대한 불신으로 인하여 챗봇이나 관계성을 경험하는 플랫폼을 이용하고 있으므로 인간의 사회적 네트워크를 재구성하는 고위험 AI 기술에 대하여 청소년을 위한 가이드라인의 필요성이 부각되고 있다(이성규, 2024). 청소년기는 죽음에 대하여 자신은 예외로 생각하는 개인적 우화와 같은 사고를 지니고 있거나, 인터넷의 확산과 환타지 게임이나 소셜 등의 영향으로 현실 압력이나 위기 상황에서 죽음을 도피수단으로 받아들이거나 자살 행동에 의존하여 문제를 해결하려는 성향으로 인해 자살에 대한 생각이 강화되기도 한다.

마지막으로 청소년 자살의 위험을 조절하는 중요한 변수로 ‘영적 요인’을 살펴볼 수 있다. 신앙의 결여 혹은 영적 위기는 청소년의 자아 혼란을 심화시키며, 심리적 약화를 초래할 가능성이 크다. 반면에 종교적 신앙과 영성은 내담자가 내적 갈등을 극복하고 삶의 의미와 희망을 재발견하는 데 긍정적인 역할을 하며, 이는 정신건강 회복의 중요한 요소라 할 수 있다(Balboni et al., 2022 ; 이미션 외, 2011). 특히 예배의 참석은 우울, 자살, 약물 사용장애 발생률 감소와 일관된 연관성을 가지며, 공동체에서 얻는 사회적 지지, 낙관적 사고, 삶의 의미와 목적의식의 증가, 자살을 금지하는 도덕적 신념은 보호 효과를 매개하는 것으로 나타난다. 신앙공동체 내의 사회적 연결은 삶의 만족도를 높이고 외로움과 고립감을 줄이는데 중요한 역할을 한다(Vander Weele, 2017).

(3) 기존 자살예방 접근의 한계

자살의 원인은 위에서 살펴본 바와 같이 다양한 상황과 원인에 의해 발생하는 현상이므로 이에 대한 예방적 접근도 체계적이고 다각적인 사회적 노력이 요구된다. 우리나라의 자살예방 접근은 크게 학교나 회사 등의 집단을 대상으로 자살 사인에 대한 이해와 개입방안, 자살예방을 위한 학급별 자살예방 교육 및 개인상담으로의 접근 등이 진행되고 있으며, 그 외에도 생명존중 교육, 스트레스 대처 교육을 병행한 다양한 자살예방 프로그램이 학교에서 필수로 진행되고 있다.⁶ 또한 사회적 인식개선과 자살예방 인식의 확산을 위한 마라톤⁷ 자살 예방 캠페인 등도 이루어지고 있다. 하지만 기존의 자살예방 프로그램은 대부분 학교나 의료기관에서의 심리적 개입에 집중하여 이루어지고 있으며 인간의 근원적 영성 회복과 공동체 내 지속적 지원 시스템 구축에 한계가 있다. 즉각적 위기 대응에는 전문적 개입에 의한 강점을 보이나, 장기적 회복과 개인 맞춤형 영적 돌봄이 부족한 상황이라 할 수 있다. 실제로 자살생각은 영성이 높을수록 적게 나타나며(최순옥·김숙남, 2011) 영성은 마음의 회복에 긍정적 영향을 끼친다. 포스트모던의 시대를 살아가며 다양성을 추구하는 이 시대의 사람들은 진리를 부인하는 것 같으나 도리어 예배를 통해 하나님의 임재를 체험하고 진리를 체험하

6) 자살예방 교육 의무화를 주요 내용으로 하는 ‘자살 예방법 개정’에 따라 자살예방 의무교육 대상 추가, 교육 방법, 실시 횟수, 결과 제출 방법 등 법률에서 위임된 사항과 교육 의무화 시행에 필요한 사항을 규정(공포: 2023.7, 시행: 2024.7.12.)

7) 20th 자살예방 캠페인 생명사랑 밭길걷기: <https://walkingovernight.com/>

기를 원한다(김충렬, 2010). 예배에 참여하기를 원하고 일방적으로 받아들이는 것을 거부하며 관계를 중시하고 이미지를 선호하는 것이다. 결국 하나님을 만나고 경험하고, 그 안에서 적극적으로 하나님과 관계 맺으며 살아가기 원하는 다음 세대들에게 교회에서의 믿음의 경험이 중요하며, 이는 삶의 고통 속에서 자살이라는 돌이킬 수 없는 극단적 행위를 문제 해결의 마지막 방법으로 여기는 청소년들을 돕는 강력한 자원이 될 수 있다.

2. 청소년을 위한 자살예방에의 기독교상담적 접근

(1) 기독교상담의 기본 개념과 청소년 상담적 접근

기독교상담은 심리치료와 신앙의 돌봄을 함께 다루어 인간의 영적·심리적 온전성의 전인적 회복을 지향한다. 성경에서 이야기하는 복음의 메시지를 통해 내담자가 생명의 존엄을 자각하고, 절망에서 희망으로 나아가는 변화를 이루도록 지원한다. 기독교(목회)상담은 기독교 세계관과 성경에 근간하여 신앙과 성서적 가치를 바탕으로 이루어지는 상담 활동으로서 일반상담에서의 문제를 해결하고자 하는 목적 그 이상의 역할을 제공한다(강연정, 2019). 기독교상담자는 내담자의 어려움에 대한 공감과 이해를 통하여 문제 해결의 과정을 함께 헤쳐 나가는 역할을 하면서 동시에 내담자의 삶에 비성경적인 생각과 감정과 행동과 의지의 영역을 점검하고 성경적 결정으로 교체해 나가는 역할을 하게 된다. 이를 통해 내담자는 하나님의 형상을 지닌 존재로서의 본연의 온전함을 회복하도록 촉진하고 전인적 건강을 회복해 나갈 수 있다. 즉 내담자의 실제적 고통과 고민을 다루고 성장에 도움을 줄 뿐 아니라 궁극적으로 천국의 영광을 위한 도움을 주는 것을 목적으로 하는 상담 활동인 것이다(강연정, 2019).

그러므로 기독교 상담자들은 내담자의 신체적, 감정적, 인지적 측면의 어려움을 다룰 뿐 아니라 하나님과의 관계성 안에서 자신의 삶 속에 숨겨진 하나님의 의도와 질서를 찾아가는 과정을 함께 한다. 그 과정 안에는 우리를 하나님의 형상을 닮은 존재로 온전하게 창조하신 하나님, 죄로 망가진 우리를 회복시키시고자 목숨을 바치신 예수님의 사랑과 헌신의 십자가 사건, 죽음에서 부활하심과 그 후 함께 하시는 성령의 역사하심에 대한 깊은 이해가 들어있다. 하나님께서 그 형상대로 인간을 창조하시고 우리를 불러 구원하시고 새로운 피조물로 회복시켜 나가신다는 믿음과 영적 시야의 확장은 내담자로 하여금 단순히 현재 다루고 있는 문제의 해결만이 아니라, 미래에 하나님의 걸작품 이자 소명을 이를 존재로서 인식하도록 돕는다(김영한, 2010).

반면에 기독교 세계관 외에 다양한 상담이론에 근간이 되는 세계관들은 결국 인간의 이성에만 집착하는 실증주의, 구조주의, 체계주의, 실용주의, 허무주의, 인본주의, 포스트모던의 해체주의 등의

철학과 문화적 접근이 삶의 재교육에 과정에 적용되어 각기 다른 삶의 가치와 방향으로 나아가도록 영향을 줄 수 있다. 기독교세계관 안에서 이루어지는 상담 작업은 약자에 대한 포용과 고통 중 구원하시는 하나님의 경륜, 이를 통한 하나님 나라의 도래와 연관된다.

기독교상담은 성경을 통해 청소년들의 방어적 모습, 즉 부모의 애정어린 관심과 도움을 실패에 대한 질책으로 받아들이거나 지혜에 대한 무관심 등(Tripp, 1997), 충족되지 못한 욕구의 좌절을 줄이려는 무의식적 책임 전가의 모습을 은혜 안에서 직면케 하시고 다시 회복시키시는 하나님의 구속과 경륜⁸하시는 이야기가 들어있다.

청소년들은 세상과 자신과 하나님에 대한 제한된 이해를 지니고 있으며, 충동적 행동의 가능성이 높고 단순하고 경직된 사고로 인하여 적응에의 어려움을 쉽게 경험할 수 있다. 또한 부적응 상황 속에서 자신의 고통을 타인이 이해하거나 도움 요청을 할 수 있다는 생각을 하지 못한다. 그러므로 기독교 상담은 청소년이 당면한 일상생활 속 문제에 대하여 다양한 방법을 모색하고 즉각적 도움을 주거나 위기 속 청소년들의 안정적 생활을 보장해 주는 동시에 진리에 근거한 삶의 지혜를 길러주고 나아가 기독교적 세계관 안에서 주어진 상황을 해석할 수 있도록 돕는 작업이 병행되어야 한다. 청소년들에게 자살에 대한 성경적 관점이라는 주제를 통해서 생명의 주인은 하나님이시고 인간은 어떤 경우에도 생명을 스스로 끊을 수 없는 소중한 것이라는 것과, 자살의 결과라는 주제를 통해서 자살의 결과가 얼마나 주위를 슬프게 하고 주위 사람들에게 파멸의 씨앗을 심는 심각한 행동인지를 인식하게 하는 등의 적극적 교육이 제시되어야 한다(이은규, 2010).

특히 청소년은 보여지고 만져지고 느껴지는 세계에 대한 관심에 의해 지배되기 쉽다. 그들에게 영적 세계라는 더욱 중요한 것이 전혀 비현실적으로 보이기도 한다. 이들은 보이는 세계가 영적 세계보다 더 진정한 것이며 보이는 세계가 영원하리라 믿는 경향이 있다(Tripp, 1997).

그러므로 청소년들에게는 보이지 않는 영적 세계에 대하여 인식하는 것과 동시에 친구들과 교회 공동체 안에서 하나님과의 관계, 자신과의 관계, 친구와 공동체와의 긍정적 관계 경험을 통해 영적 감각을 배워나가는 것이 필요하다. 나아가 공동체와 함께 하는 예배와 교제를 통해 삶의 모든 상황을 주관하시며 역사하시는 하나님의 주권과 경륜을 경험함으로써 하나님을 더 알아가는 과정에서 영성의 형성과 성장을 경험할 수 있으며, 이는 자신의 문제에 영적 대응력을 향상시키는 중요한 보호요인이 될 수 있다.

8) 위키백과: 경륜(dispensation)이란 신의 계획안에서 신의 뜻을 이루기 위한 신의 역사이다. 신학적으로는 하나님의 거룩하신 뜻(계획)과 다스림과 관련해, 세상 만물의 운행과 질서를 주장하시고 온 역사를 주관하시며, 인간 구원의 계획과 실행 등에 관여하시는 하나님의 거룩한 역사(섭리)를 가리킨다(엡1:9; 골1:25; 딤후1:4). 아브라함, 이삭, 야곱을 이어 성경 속 이스라엘의 이야기들은 구속사의 관점에서 타락-고통-회개-구원-회복의 과정을 나타내고 있으며 이후 신약에 예수그리스도를 통하여 완성되어가는 것을 볼 수 있다.

(2) 기독교상담에서의 자살예방적 접근

성경은 죽음에 대해서 죄의 결과임을 알려준다. 그러므로 죽은 자들은 하나님을 찬양하지도 못하고 하나님과의 단절된 관계, 즉 스올이라는 죽음의 자리에 있다. 그럼에도 그곳도 하나님의 통치의 자리이다. 신약에서는 성도의 죽음에 대하여 하나님 안에 감추인 것으로 평안, 사랑 평화의 자리임을 이야기 한다(조성돈, 2020). 하나님 안에서 관계가 회복될 때에야 인간은 죽은 것이 아니라 살아 있는 존재이다. 그래서 하나님은 살아 있는 자의 하나님이라고 한다.

히브리 전통에서 인간은 영, 혼, 육으로 나뉘는 것이 아니라 총체적 존재이다. 따라서 죽음도 이러한 존재의 끝이다. 그러나 성경은 죽음 이후 부활을 이야기한다. 죽음이 인간의 한계를 나타낸다면 부활은 하나님의 능력을 드러낸다. 그래서 전적인 죽음 이후 육체적 부활을 포함하는 온전한 부활이 기다리고 있다. 예수의 부활은 이처럼 죽음 이후 잠자는 상태에 있는 인간들의 부활을 보여주는 첫 열매이며, 예수 안에서 죽은 자와 산 자들의 코이노니아를 이루어 간다(조성돈, 2020). 이처럼 성경이 이야기하는 생명과 죽음, 죄와 죽음에 대한 명확한 인식은 영원히 살 것만 같은 청소년기에 인간의 한계를 이해하고 겸손히 하나님을 찾도록 돕는다. 김선균(2021)은 기독교상담적으로 생명을 다룸에 있어 창조주와 인간 생명의 기독교적 이해를 돕는 것과 그리스도인으로서의 정체성을 확립하여 내 안에서 일어나는 자살에 대한 결과물들을 다룰 수 있음을 설명하면서 결국 성경적 상담에서 제시하는 ‘사랑하라’(내담자 문제의 원인과 과정 및 사랑의 관계 형성을 위한 진입구 찾기, 하나님의 사랑을 경험하도록 돕기, 내담자의 고통과 문제에 동일시하기, 성경적 수용), ‘알라’(내담자의 상황, 반응, 사고, 동기 등을 확인하고 이해하기), ‘보라’(하나님의 말씀의 거울을 통해 내담자가 자신을 발견하게 도와주고 하나님의 숨겨진 뜻을 이해하여 나가는 직면과 내담자에 대한 고려-고백-결단-변화), ‘행하라’(심리치유의 변화를 경험하도록 상담자가 내담자를 돕는 과정)를 통한 상담적 적용점을 제시하였다.

기독교청소년의 자살사고와 내면화된 수치심과 하나님 이미지, 그리고 자기용서는 모두 밀접한 관련성이 있다. 기독교청소년의 내면화된 수치심은 자살사고와 유의미한 정적 상관관계를 지니며, 내면화된 수치심과 하나님 이미지는 부적상관을 보이며, 내면화된 수치심과 자기용서도 부적관계에 있는 것으로 나타났다. 또한 하나님 이미지와 자기용서는 정적상관을, 자살사고와 하나님 이미지는 부적상관을, 자기용서와 자살사고는 부적상관을 보인다. 결국 자살사고가 있는 기독교청소년에 대한 개입에서 내면화된 수치심, 왜곡된 하나님에 대한 이미지를 다루며, 높은 내면화된 수치심을 가진 청소년이라도 용서의 과정을 통해 자살사고가 낮아질 수 있음을 알 수 있다(동희원, 2021). 오운선(2009)은 청소년 자살예방을 위한 기독교 위기상담방법으로 청소년 자살위기 상황 예측 및 평가, 위기상담의 관계형성(참여적 이해, 용납과 수용, 적극적 경청), 문제해결을 위한 위기개입(문제

의 핵심 파악과 명료화, 직면과 소망 심어주기, 문제 해결을 위한 목표수립과 행동시행), 상담종결과 추후상담 등을 제시하고 있다. 그 외에도 자살의 예방적 접근을 위하여 가족상담을 비롯하여 감정 인식과 표출, 인지왜곡 다루기, 성격적 결함이나 환경적 한계 등에 대하여 상담적 접근을 통해 도움을 줄 수 있다.

3. 청소년 자살예방을 위한 교회교육의 기독교상담적 과제

(1) 청소년 발달의 전초기로서 교회교육의 기독교상담과의 통합적 접근

에릭슨(Erikson)의 심리사회적 발달이론에 따르면 청소년기는 정체성 대 역할 혼란 단계로, 이 시기에 안정적인 자아정체성을 형성하지 못하면 미래에 대한 불안과 혼란이 지속 될 수 있음을 강조하였다. 교회교육은 청소년의 이러한 발달적 특성들을 고려하여 단순한 지식의 습득이 아닌, 공동체적 신앙 활동과 기독교세계관에 의거한 가치관의 확립, 믿음의 내면화와 삶의 적용을 통한 정체성 확립을 도울 수 있다. 실제로 신앙 공동체에 소속되어 있는 청소년은 그렇지 않은 청소년에 비해 우울감, 불안, 자살 사고가 현저히 낮으며, 회복탄력성(resilience)과 삶의 만족도가 높다고 보고된다(Koenig, 2023). 그러므로 사춘기를 지나고 있는 청소년들의 발달에 맞춤형 교회교육 방향성은 매우 중요하다 할 수 있으며 특히 기독교 청소년들의 자살예방을 위하여 매우 중요한 의미를 지닌다.

일반상담이 제공하는 청소년 자살예방에 대한 접근은 다양하고 효과적인 부분도 많으나 인간의 영적 부분을 다루지 못하는 한계가 있다. 일반적으로 기독교상담은 말씀과 기도, 찬양의 활용을 통하여 일반상담의 현장에서 다루지 못하는 영적 실천의 원리들이 활용되어(안경승, 2016) 일반상담과 차별화된다. 그러나 위기 앞에서 때로 내담자는 변치 않는 진리, 영원의 소망, 신념, 가치관, 죽음과 생명에 대한 근원적 대답을 원한다. 그 근원에는 하나님을 알고, 하나님의 역사하심을 믿고, 죄인을 구원시켜 하나님 나라의 백성으로 빚으시며 함께 동행 해 주시는 하나님에 대한 기대가 있다(안경승, 2023). 이러한 측면에서 교회교육은 위기에 처한 청소년의 정체성 혼란, 우울, 삶의 의미 상실 등 고통의 상황에서 하나님을 예배하고 찬양하며, 기도와 성경말씀을 통해 하나님을 경험하여 하나님의 시선으로 위기를 이해하며, 삶의 의미를 재확인하게 돕는 영적 회복을 가져온다는 측면에서 기독교상담과의 협력적 적용이 가능하다.

청소년들의 낮은 자아존중감은 우울, 불안, 낮은 성취수준과 연관성이 있으며 자기부정, 자아 불만족, 자기경멸로 이어질 때 자살 위험이 극대화된다. 특히 부모와의 부적절한 의사소통은 자살생각에 큰 영향을 준다(이민석, 2024). Coopersmith(1981)는 개인의 존중감은 타인으로부터 사랑과

수용을 받는다는 느낌인 중요도(significance), 자신의 유능함과 성취감을 인식하는 능력(ability), 자신의 도덕적, 윤리적 가치를 소중히 여기고 자부심을 지닌 미덕(virtue), 환경이나 타인에게 영향을 미친다고 느끼는 감각인 영향력(power)의 4가지 차원이라고 제시하였다. 그러나 우리나라 청소년들이 경쟁과 중독 사회, 깨어지고 미성숙한 가족과 관계 속에서 위의 4차원을 충족해가기는 어려울 것이다.

하지만 교회교육과 기독교상담에서 인간의 존중감의 핵심은 인간이 하나님의 형상(Imago Dei)으로 창조되었다는 신학적 진리이다. 창세기 1장 27절의 “하나님이 자기 형상 곧 하나님의 형상대로 인간을 창조하시되 남자와 여자를 창조하셨다”에서 시작된 하나님의 경륜과 구속의 역사는 모든 개인의 절대적 가치와 존엄성의 신학적 근거를 제공하며 이는 coopersmith의 자아존중감 4차원과도 연관성을 두고 고려해볼 수 있다.

먼저, 존재적 중요도의 인식이다. 복음은 인간이 죄와 사망에서 생명으로 옮겨지는 과정에서 그리스도의 희생과 승리가 우리에게 전가되었음을 이야기한다. 이를 믿음으로 받아들이는 모든 사람은 복음 안에서 자신의 한계를 뛰어넘는 구원의 역사를 통해 존재적 중요도를 경험할 수 있다.

둘째, 능력에 의한 차별이 아닌, 조건 없는 수용 경험이다. 성적 저하, 또래 관계 실패, 외모 콤플렉스 등의 문제로 자신을 평가절하하는 청소년에게 자신의 존재가 성적이나 외모의 문제로 평가되는 것이 아니며, 창조주이신 하나님의 사랑받는 자임을 전할 수 있다. 교회 공동체 안에서 진리에 맞대로 자신을 바라보는 법을 훈련하면서 청소년도 자신을 수용하는 법을 터득하게 되는데, 이는 자신의 능력이 아니라 하나님의 형상을 닮은 인간으로서의 인식과 구원의 능력의 전가됨에 대한 경험이 될 수 있다.

셋째, 용서와 화해의 미덕이다. 많은 청소년이 자살을 고려하는 배경에는 자신에 대한 자책감, 타인에 대한 원망, 하나님에 대한 원망 등이 숨어 있다. 말씀의 선포와 적용은 회개와 용서, 순종과 화해의 복음을 통해 이러한 감정들을 직면하고 건강하게 처리하도록 돕는다. “하나님이 그리스도로 말미암아 믿음의 선물을 통해 용서와 구원을 허락하셨으므로 우리도 자신과 타인을 용서하고 수용할 수 있다”는 메시지는 청소년의 심리적 부담을 경감시켜 미덕과 영향력의 향상에 도움이 될 수 있다.

넷째, 소명을 통한 영향력의 인식이다. 하나님의 형상을 닮고 그리스도로 구원받은 이들은 소명을 따라 살면서 세상의 빛으로, 소금으로 살아가게 된다.

이처럼 말씀의 선포와 기독교적 자존감의 이해는 현재의 문제 환경과 상황을 새롭게 해석하고 의미를 부여하며 왜곡된 자기존중감을 회복케 하는 요소를 지닌다.

그러므로 교회교육과 청소년상담의 통합적 접근은 청소년들은 진리의 말씀에 근거한 기독교인으로서의 정체성과 기독교 세계관의 정립 및 삶의 가치확립을 통한 삶의 의미 재구성 및 자기존재에의 가치 회복을 도울 수 있다. 청소년의 발달에 자살 재발 방지뿐 아니라 자살 예방에 가장 중요한 심리적 요소 중 하나인 자기효능감과 회복탄력성(황순길 외, 2017)을 증진시키는 핵심 전략과 일맥상통함을 알 수 있다.

(2) 인지 재구성으로서의 교회교육의 기독교상담과의 통합적 접근

자살 위험군에 속한 청소년들에게 삶에 대한 의미의 재구성은 가장 핵심적인 치료적 개입의 출발점이 될 수 있다. 앞에서 언급한 바와 같이 자살을 생각하는 이들이 모두 진정 죽음을 원하는 것이 아니다. 죽고 싶다고 생각하지만 동시에 더 잘살고 싶은 마음이 좌절된 것이고, 지금에 만족하지 못하는 것이다. 실제로는 자살 사고, 자살 계획, 자살 시도가 있었던 학생은 없었던 학생보다 우울이 높고, 자살에 대하여 허용적 태도를 가진다. 외모 만족도, 주관적 정신 건강, 신체건강, 여가 만족도가 낮으며 자살이 허용가능한 것이라 생각하는 경향이 있다(이상은 외, 2021). 때로 청소년들의 자살에 대한 생각은 절망에 빠진 청소년이 도움을 요청하는 것이기도 하다. 그러므로 청소년의 자살 예방에서 중요한 것은 청소년들이 어려움의 상황에서 도움을 요청하고 자신의 생명을 소중히 여기는 것이다(황순길 외, 2017). 그런데 의외로 많은 청소년들이 생명을 소중히 여기는 의식이 매우 약하여 죽음이 자신의 선택이라는 생각을 가지고 있으며, 자신과 타인의 생명을 적극적으로 지키는데 어려움을 가지기도 한다(김선미, 2023) 이러한 생명 경시 현상이나 자신의 죽음을 스스로 선택할 수 있다고 생각하는 지극히 인본주의적 사고는 우리의 생명이 하나님께서부터 나왔고 하나님 손에 있음(욥12:10, 시36:9)을 부인하는 왜곡된 생각과도 연관성을 가진다.

때로 청소년들은 죽음을 자신이 선택할 수 있다고 여길 뿐 아니라 친구의 죽음에 대한 선택에 대하여 개입하지 않으려는 태도를 가지기도 한다(김선미, 2023). 누구든 자신의 삶에 대하여 선택권이 있다는 생각, 다양한 선택에 대하여 지나치게 관용적인 포스트모던적 시대적 흐름 안에서 아이러니하게도 죽음을 단순화하여 생각하여 비극적 결정이 도래하는 충격적 결과를 간과하게 되는 것이다. 청소년들은 죽음을 개인적 사건으로만 바라보는 단순하고 방관적 시각에서 벗어나, 타인의 삶과 우리의 삶이 분리되지 않고 유기적이라는 공동체적 측면에서 접근할 필요가 있다. 극단적 선택의 기로 앞에서 거절감이나 반항심, 낙심으로 인해 어느 누구에게도 도움을 요청할 수 없을 것이라는 왜곡된 생각에서 벗어나, 연약한 자를 위하여 말할 수 없는 탄식으로 친히 간구하시며, 보호하시고 합력하여 선을 이루시는 하나님(롬8:26-28)에 대하여 인식할 수 있도록 도와야 한다.

자살을 생각하는 위기의 청소년들은 어두운 터널에 새로운 삶의 의미를 제공해 줄 누군가가 필요하고 그러한 도움을 받기 위해 교회에 간다. Van Pelt(1988)는 이러한 위기 상황의 청소년들을 대하는 목회자(양육자)에게 다음과 같은 상담의 요소: ‘받아주기(accepting)-확신시키기(reassuring)-들어주기(Listenign)-찾아내기(Processing)-초점맞추기(focusing)-계획하기(planning)’를 제안한다.

먼저 ‘받아주기’란 칼 로저스가 말한 대로 ‘그 사람에게 무조건적인 적극적 관심을 보이는 것’이다. 이는 기계적으로 아이들에게 참견하지 않고 아이들로 그들이 아이가 될 수 있는 자유를 허용하는 것이다. 두 번째 ‘확신시키기’란 위기의 순간에 하나님께서 해결해 주실 것에 대한 오해가 아니라, 이미 하나님께서 그의 아들 예수그리스도 안에서 해결하셨다는 소망을 주는 것과 연관된다. 이는 잘못된 희망을 주는 것과 구분된다. 세 번째 ‘들어주기’란 위기에 처한 사람이 자신의 생각과 감정을 말할 기회를 얻는 것과 연관된다. 듣는 것은 전적 관심을 요구하며 말하는 이는 자신의 고통스러운 것을 진정으로 들어주는 상대를 통해 자신의 왜곡된 감정과 생각, 삶의 의미를 스스로 통찰하는 기회를 얻게 된다. 네 번째 ‘찾아내기’란 마음이 상한 자에게 가까이 하시고 충심으로 통회하는 자를 구원하시는 주님(시편 34:18)께로 인도하는 것으로서 위기의 대상에 대한 최대의 정보: 억눌린 부정적 감정, 자살생각의 위험의 정도 등을 파악하는 것이며 ‘받아주기-확신시키기-들어주기-찾아주기’까지의 과정은 상담에서 관계의 형성과 내담자 이해의 부분에 속하기도 한다. 예를 들어 상담자가 “넌 왜 자살을 생각해?”, “그런 생각은 이상하다”는 판단적 반응을 보이면 청소년은 더욱 고립되고 방어적이 된다. 반면, 상담자가 비판 없이 경청하면서 “그런 고통이 있었구나”, “그렇게 힘든 감정을 느껴봤구나”이라 공감하면, 청소년은 비로소 자신의 진정한 마음을 드러내고 도움을 받으려 한다. 이때에야 비로소 스트레스 대처 방법, 도움 요청 방법 등 실제적으로 자살예방을 위한 교육이 진행될 수 있으며 청소년은 자신을 점검해보고 대처방안을 실험, 학습할 수 있다. 실제로 공감·수용 기반 상담을 받은 청소년은 상담에 대한 신뢰도가 높고, 자살 사고 및 시도 위험이 현저히 감소하며, 회복 과정에서 상담자와의 관계 자체가 치유적 요소로 작용한다(서미 외, 2023)

다음으로 ‘초점맞추기’란 위기 속에서 현재 상황의 근원적 요인을 직면하지 못하는 이들을 돕는 것을 의미하며 마지막으로 ‘계획세우기’는 인지 재구성의 마지막 적용단계라 할 수 있다. 실제로 상담의 과정에서 초점맞추기와 계획세우기를 통해 자살생각의 근원적 문제를 다루게 되면 죽음이 아닌 다른 방법을 찾을 수 있다. 억압된 분노를 건강하게 발산해야하는 것인지, 자신의 문제가 독특하고 이상한 것이 아니라, 청소년이 공통적으로 경험하는 보편적인 것임을 확인하면서 안도와 위로를 얻어야 하는 것인지, 누구도 이해하지 못하고, 아무도 도울 수 없을 것이라 믿는 믿음에서 벗어나 자신의 이야기를 누군가가 듣고 있으며, 이해해 준다는 경험을 하는 것인지 내담자의 근원적 문제

에 초점을 맞추게 된다는 것이다.

계획세우기에서는 목회자(양육자)를 대상으로 다음의 자살예방을 위한 안전계획(Safety Planning) 교육 과정의 적용이 필요하다 할 수 있다. 자살충동 신호 인식⁹(“내가 자살 생각을 할 때의 생각 패턴, 감정 상태, 신체 반응은 어떤가?”), 대처기술 습득(위기상황에서 깊은 호흡하기, 찬물에 얼굴 담그기, 신뢰할 수 있는 사람과 통화 하기 등), 신뢰할 수 있는 사람의 목록이나 전문기관을 정하여 도움이 필요할 때 즉시 도움을 청할 수 있는 사람이나 기관의 연락처를 정리해 놓기 등의 실제적 변화의 방안들이 제공될 수 있다. 또한 위기상담의 청소년들에게는 정신과 치료나 개인상담을 실제적으로 안내하고 개입하는 선생님과 목회자가 필요하다.

그러므로 교회교육 내에서의 기독교 청소년을 위한 자살예방적 접근은 청소년들이 진정한 자존감을 세우고, 하나님 안에서 자신의 삶의 의미를 마주하고, 믿음 안에 소망을 발견하는 것으로 이어진다. 아무도 도와주지 않는 절망과 위기의 순간에 도움 요청을 할 수 있고, 도움을 받을 수 있다는 생각의 변화, 즉 하나님의 도우심에 대한 신뢰와 믿음의 인지 재구성이 필요하다. 청소년이 지나고 있는 인생의 질풍노도의 시기 속에서 진정한 복음을 깨달아 자신의 문제보다 크신 주님을 경험하고, 개인과 공동체와 하나님 나라에 대한 소명에까지 정립된 청소년은 자신과 타인의 생명을 가버리지 않을 수 있다.

(3) 공동체적 돌봄: 목회자(영적 양육자)와 기독교 상담자, 부모 및 또래 네트워크가 협업하는 플랫폼의 역할

자살예방은 개인적 차원에서의 치료만으로는 부족하며, 공동체적 차원에서의 지속적, 다층적 돌봄 체계가 필수적이다(제 5차 자살예방 계획, 2023). 특히 사회적 민감성이 높고, 또래와의 교류가 중요한 청소년 시기에는 공동체에 소속되어 생명의 소중함을 함께 공감하고 인식하는 접근이 필요하다 할 수 있다.

그러므로 교회 공동체를 이끌어가는 목회자(영적 양육자)는 영적 돌봄과 상담의 최전선에 있다고 할 수 있다. 공동체 안에서 진리의 선포와 영혼돌봄의 소명으로 자살위험군에 속하는 내담자들을 발굴하고 돕는 역할을 할 수 있다. 때로 자살위험군에 속한 청소년과의 상담이 진행되더라도 상담 초기에는 ‘신앙적 안전망과 영적 지지’ 제공을 가장 잘 제공할 수 있는 중요한 위치에 있다. 목회자는 내담자의 영적 상태 및 심리적 고통을 포착하는 역할을 담당하며, 다양한 성경 구절, 기도, 목회적 위로를 통해 내담자에게 희망을 준다. 실제로 영적 자원의 활용은 삶에서 하나님을 경험하고 하나님에 대한 인식을 확대하고 지속하도록 돕는다(안경승, 2016).

9) 보고듣고말하기(자살예방교육): <https://edu.kfsp.or.kr/course/active/online/list.do>

또한 기독교상담자는 교회교육에 적극 협력하여 표준화된 평가도구(PHQ-9, SBQ-R, C-SSRS 등)를 활용하여 정량적 위험도를 산출, 자살 위험도 평가를 사전에 실시하고 위기개입 및 치료 계획을 담당할 수 있다. 먼저 PHQ-9(Patient Health Questionnaire-9)¹⁰은 9개 항목으로 구성된 우울 선별 도구로, 최근 2주간 우울 증상의 빈도와 정도를 평가한다. PHQ-9은 총점 0~27점으로, 10점 이상이면 경증, 15점 이상이면 중증 우울 신호로 간주되며, 자살 위험과의 상관관계가 높다. 교회 상담 현장에서 상담 초기 단계에 PHQ-9을 실시하여 내담자의 우울 수준을 객관적으로 파악하고, 필요 시 정신의료기관 의뢰 판단의 근거로 사용할 수 있다.

또한 SBQ-R(Suicide Behaviors Questionnaire-Revised)은 4개 항목의 간단하면서도 신뢰도 높은 자살 위험 선별 도구로, 생애 자살 생각 여부, 과거 1년 자살 생각 빈도, 자살 시도 가능성, 자살 시도 시 심각도를 평가한다(이혜선·권정혜, 2009). 일반인을 대상으로는 7점 이하의 점수를, 8점 이상 시 고위험군으로 분류된다. SBQ-R은 신속한 위험도 선별에 효과적이어서, 교회의 상담실이나 청소년 모임에서 간단하게 실시할 수 있다는 장점이 있다.

마지막으로 C-SSRS(Columbia-Suicide Severity Rating Scale)은 컬럼비아 대학교에서 개발한 가장 광범위하고 신뢰도 높은 자살 위험 평가 도구로, 5개 하위 요인(죽음의 소망, 일반적 자살 생각, 자살 방법 없는 자살 생각, 자살 의도 있는 생각, 구체적 계획과 의도 있는 자살 생각)을 평가한다(장한아 외, 2014). C-SSRS는 평가 점수 범위가 0~5점이며, 3점 이상(중등도 이상 자살 생각)은 고위험군으로 간주 된다. 이 도구는 전문가 면접형과 자기 보고형 모두 있어 임상적 유연성이 높으며, 교회 상담자가 정기적으로 실시하여 위험 변화를 추적하는데 사용할 수 있다.

이러한 평가 도구들을 교회 상담에 통합할 때의 핵심은 기계적인 점수 계산을 넘어서, 각 평가 결과를 신앙적 맥락과 연결하는 것이다. 예를 들어 PHQ-9에서 높은 점수가 나온 청소년의 경우, 상담자는 우울 증상 자체뿐 아니라 그 우울이 영적 영역(삶의 의미 상실, 하나님과의 분리감, 종교적 신앙의 부재)과 어떻게 연결되어 있는지 탐색한다. 이러한 영적 영역에의 탐색의 과정 속에서 하나님의 뜻과 구원과 성화로의 이끄심에 대한 생각이 확장 되어갈 수 있으며, 상담의 과정에서 기도, 성경 말씀 묵상 등을 적극 사용할 수 있을 것이다. 이러한 기독교상담적 접근은 내담자의 고통을 함께 공감하고 함께 신앙의 성숙으로 나아갈 수 있도록 지지하는 과정을 통하여 교회 내의 신앙 공동체와의 연대를 경험함으로써 개인적 고통의 문제 해결 뿐 아니라 하나님과의 관계 및 이웃과의 관계 속 소속감과 안정감을 통한 회복을 경험하도록 도울 수 있다.

또한 상담자는 위의 도구들을 통해 내담자의 위험 수준을 분류하고, 각 수준에 맞는 대응 전략을

10) 국가트라우마센터: https://nct.go.kr/distMental/rating/rating02_2.do

제시해야 한다. 저위험군(SBQ-R <7, C-SSRS <2)의 경우 정기적인 영적 상담과 교회 활동 강화, 중위험군(SBQ-R 7~8, C-SSRS 2~3)의 경우 주 1~2회 개별 상담과 안전 계획 수립, 고위험군(SBQ-R ≥ 8, C-SSRS ≥4)의 경우 즉시적 위험 평가 후 필요 시 응급실 의뢰 또는 전문 위기상담을 진행하는 등 평가 결과에 따른 개입 방안을 조율할 수 있다. 이렇게 임상 도구와 신앙 상담을 통합하는 접근은 교회 내 기독교 상담의 과학적 신뢰성을 높이면서도, 동시에 청소년의 영적 차원의 필요를 놓치지 않는 장점이 있다. 결과적으로 이 통합적 접근법은 자살 위험도를 객관적으로 평가하면서도, 영적 회복과 공동체 지지를 통해 내담자의 전인적 회복을 도모할 수 있게 한다.

기독교상담자 및 기독교상담 기관과 목회자의 긴밀한 협력체계가 구축된다면, 교회를 대상으로 자살 예방을 위한 심리상담적 접근과 신앙적 돌봄을 결합한 맞춤형 상담프로그램과 예방교육도 진행될 수 있다. 또한 목회자를 대상으로 위기 상황에 대한 영적 접근과 동시에 전문 치료와의 적절한 분담과 역할 구분 교육, 교회 공동체와의 연계를 통한 교회 내 다양한 자원과 인력의 도움을 활성화 하는 방법, 자살 예방을 위한 예배와 설교: 생명 존중, 희망, 영적 자원에 대한 설교 주제 개발 등 청소년 자살예방을 위한 주제를 다루어 준비되어지는 것이 중요하다.

청소년 자살예방을 위한 중요 자원으로 주일학교 교사와의 친밀한 관계를 들 수 있다. 교회 목회자와 봉사자를 대상으로 또래 지킴이 프로그램(대화법 익히기, 자살생각 및 청소년 스트레스에 대한 신호 알아채기, 정서적 지원의 방법 등)을 교육하면서 동시에 공동체성의 수립에 이바지할 수 있다. 예를 들어 중앙자살예방센터의 ‘보고 듣고 말하기(보든말)¹¹ 교육’ 등을 참고하여 자살고위험군의 ‘언어적 신호’(더 이상 살고 싶지 않다, 난 짐이 될 뿐이야, 곧 모든 것이 끝날 거야 등의 죽음에 대한 직접적 언급), ‘정서적 신호’(극심한 절망, 무력감, 무가치함의 호소, 감정기복의 심화, 우울과 불안 증상의 악화, 이전과 완전히 다른 갑작스러운 평온함 등), ‘상황적 신호’(상실의 경험, 심각한 질병 진단, 경제적 위기 상황, 대인관계의 단절 및 심각한 갈등, 법적 문제의 발생 등), ‘행동적 신호’(소중한 물건의 정리, 기부, 갑작스러운 유언장의 작성, 위험행동의 증가, 자살 도구 수집, 사회적 고립 등)에 대한 교육과 함께 공감적 대화를 이끌어 나가는 법을 훈련받는다면 훨씬 효과적으로 위기의 청소년들을 도울 수 있으며 동시에 도움을 통한 간증과 공동체 경험이 생겨날 수 있다. 이와 같은 다층적, 유기적, 체계적 돌봄은 개인적 심리치유를 넘어 공동체적 연대와 신앙적 소속감 회복에 핵심적 역할을 하며, 개별 내담자에게 맞춤형 종합 돌봄 체계를 제공하는 중요한 계기를 제공할 수 있다.

청소년 또래 멘토링은 또래 청소년이 같은 연령대의 다른 청소년을 돕는 비형식적 상담 및 지지 관계이다. 청소년 또래 멘토링은 멘토와 멘티 모두에게 긍정적 심리적·사회적 효과를 발휘한다. 예

11) 보고듣고말하기(자살예방교육): <https://edu.kfsp.or.kr/course/active/online/list.do>

를 들어 멘토의 경우 책임감, 성취감, 자존감 강화, 정서적 친밀감과 관계 기술 발달, 진로 및 학습에 대한 영감과 방향성 제시, 타인에 대한 배려와 이해의 증가로 인한 정서 발달 촉진 등의 효과성을, 멘티의 경우 정서적 안정감과 심리적 격려를 통해 집중력, 학습태도, 대인관계 등에 긍정적인 변화를 가져올 수 있다(김경준 외, 2013).

특히 고위험 청소년을 대상으로 멘토링을 통해 학업 성적 향상, 학교생활 흥미, 학교 적응 향상 등의 결과도 보고된 바 있다(최정일, 2008). 이를 통한 예방적 효과로는 다음의 세 가지를 생각해 볼 수 있다. 첫째, 조기 위험 신호 감지로 같은 또래인 멘토는 일반 어른보다 친구의 미묘한 행동 변화(말수 감소, 과도한 슬픔, 죽음 언급, 학교생활 회피 등)를 더 빠르게 감지할 수 있다. 둘째, 접근성 강화로 청소년들은 선생님이나 부모보다 또래에게 자신의 고민을 더 쉽게 터놓는다(구종학, 2009). 셋째, 지속적 지원으로 멘토 관계는 공식적 상담보다 자연스럽게 지속적이어서, 위기를 극복한 후에도 청소년의 회복을 지원할 수 있다. 최근에는 이러한 또래상담적 방법을 변형하여 SNS기반 청소년 24시 전문상담과 함께 메타버스 기반 청소년 고민 나눔 ‘힐링톡톡’, ‘감정가게’¹² 등 위기청소년에게 친밀하게 다가가 멘토링을 제공하는 상담 플랫폼도 활성화되고 있다(백민정, 2025)

마지막으로 청소년의 1차적 보호자인 부모의 역할은 자살예방에서 매우 중요하다. 부모가 청소년의 자살 위험 신호를 인식하고 적절히 대응하면, 위기 상황이 극적으로 개선될 수 있다. 부모 교육 프로그램의 내용에는 말수 감소, 갑작스러운 성격 변화, 죽음에 대한 언급, 안 하던 자해 행동, 극단적 선택에 대한 암시 등 청소년 자살의 경고 신호를 알아채는 것, “너 혹시 자살 생각해?”라는 직접적 질문과 비판과 책망이 아닌 경청의 태도, 즉시 전문가 도움 요청의 중요성 등 위험한 상황에서의 대응법, 가정 내 보호 요인으로서의 기능 강화를 위한 부모-자녀 의사소통 개선, 감정 표현의 자유 보장, 가족 활동 활성화, 부모 자신의 우울, 불안, 스트레스 등 정신건강과 웰빙의 삶의 태도 점검 등이 필요하다(서미 외, 2023).

이처럼 교회 내에는 위기 청소년을 둘러싼 목회자, 기독교상담자, 부모, 또래 등 보호요인으로 작동할 수 있는 네트워크가 유기적으로 연결되는 또 하나의 독특한 플랫폼으로의 역할이 가능하다.

III. 결론

본 연구는 급격한 사회 변화와 경쟁 심화, 디지털 환경의 영향 속에서 청소년 자살이 한국 사회의 심각한 문제로 대두되고 있음을 전제하고, 이를 청소년 발달 특성과 영적 차원을 포괄하는 교회교

12 힐링톡톡: <https://healingtalktalk.com/>, 감정가게; <https://www.banggooso.com/es/home/>

육과 기독교상담적 관점에서 재조명하였다. 청소년 자살은 개인의 정신병리나 일시적 충동만으로 설명될 수 있는 현상이 아니라, 발달적 취약성과 가족·학교·사회 환경, 디지털 미디어와 문화, 영적 공허가 상호작용한 결과라는 점에서 다차원적 접근이 요구된다. 현재까지의 자살예방 전략은 주로 학교와 의료·복지체계를 중심으로 위기 상황에서의 선별과 개입에 집중되어 왔으나, 영성 회복과 정체성 형성, 공동체 기반의 지속적 지지라는 차원은 상대적으로 충분히 다루어지지 못하였다.

이러한 한계를 보완하기 위하여 본 연구는 기독교상담과 교회교육을 통한 청소년 자살예방의 방향과 과제를 살펴보았다. 먼저, 인간을 하나님의 형상으로 이해하는 관점은 청소년의 생명과 존재를 단순한 성취나 기능의 차원이 아닌, 하나님과의 관계 속에서 존엄한 가치로 재정의하게 하며, 이는 낮은 자아존중감과 내면화된 수치심, 자기혐오와 절망을 완화하는 근본적 자원이 될 수 있다. 더불어 복음적 소망과 용서, 관계 회복에 기초한 상담 작업은 왜곡된 자기개념과 하나님 이미지, 타인에 대한 인식을 재구성하면서 자살사고의 감소와 회복탄력성 증진에 기여할 수 있는 가능성을 보여 준다.

또한 교회교육을 청소년 발달의 전초기지로 이해하고, 말씀·기도·찬양·공동체 경험과 상담적 개입이 통합된 교육 패러다임의 필요성을 제기하였다. 교회는 단순한 종교교육의 장을 넘어, 위기 상황에 있는 청소년이 자신의 고통을 안전하게 드러내고, 도움을 요청하는 법을 배우며, 신앙적 세계관 안에서 삶의 의미를 재구성하는 영적·심리적 성장의 공간이 될 수 있다. 이때 자살을 ‘개인의 선택’으로 단순화하는 문화적 흐름을 비판적으로 성찰하고, 생명과 죽음을 하나님 주권의 관점에서 이해하도록 돕는 인지 재구성 작업이 병행될 때, 교회교육은 생명존중의 윤리와 공동체적 책임 의식을 함양하는 교육적 기능을 수행하는 플랫폼으로서의 역할을 할 수 있다. 이는 목회자(영적 양육자), 기독교 상담자, 또래 지킴이, 부모, 전문기관이 유기적으로 협력하는 네트워크 안에서 이루어지는 것으로, 목회자는 영적 돌봄과 설교, 예배를 통해 생명과 소망의 메시지를 선포하는 동시에, 위험 신호를 조기에 포착하여 적절한 전문적 도움과 연계하는 ‘영적 게이트키퍼’로서의 기능을 수행할 수 있다. 기독교 상담자는 PHQ-9, SBQ-R, C-SSRS 등 표준화된 평가도구를 활용하여 자살위험을 체계적으로 선별·평가하고, 신앙적 자원과 심리학적 기법을 통합한 개입을 설계함으로써 교회 내 상담의 전문성을 제고할 수 있다. 더불어 또래 지킴이 프로그램과 부모교육은 청소년의 생활세계 가까이에서 위험 신호를 민감하게 감지하고, 관계적 지지망을 촘촘히 형성하는 실천적 전략이 될 수 있다.

이와 같은 논의를 종합할 때, 청소년 자살예방을 위한 기독교상담적 과제는 단순한 위기상담 기법의 제공을 넘어, 인간·생명·고통·구원에 대한 기독교적 세계관을 토대로 청소년의 정체성과 영성을 형성하고, 교회 공동체가 지속적인 돌봄과 동행을 실천하는 신학적·교육적·상담적 통합 사역

이라 할 수 있다. 향후 연구에서는 본 연구에서 제시한 이론적 논의를 바탕으로, 교회 현장에서 적용가능한 구체적 프로그램의 개발과 효과 검증, 다양한 교단과 지역 교회를 대상으로 한 실증 연구, 그리고 다문화·디지털 세대 청소년을 포괄하는 확장된 모델에 대한 탐색이 필요하다. 이러한 후속 연구와 실천을 통해 교회는 청소년들이 절망의 지점에서 생명과 소망의 복음을 경험하도록 돕는 생명공동체로서의 사명을 더욱 충실히 감당할 수 있을 것이다.

“이 논문은 다른 학술지 또는 간행물에 게재되었거나 게재 신청되지 않았음을 확인함.”

참 고 문 헌

- 강연정 (2019). 기독교 상담의 통합적 원리와 특징. **복음과 상담**, 27(2), 7-33.
- 구종학 (2009). **기독교청소년 자살 예방을 위한 정체성확립에 관한 연구**. 석사학위논문. 칼빈대학교.
- 김경준·김지혜·김영지 (2013). 청소년 또래멘토링의 효과에 대한 질적 연구. **한국청소년연구**, 24(3), 287-321.
- 김선균 (2021). **기독교 상담학 견지에서 본 자살에 대한 심리치유적용 연구**. 석사학위논문. 한일장신대학교.
- 김선미 (2023). **친구의 죽음을 통해 상실을 경험한 청소년에 대한 현상학적 연구**. 석사학위논문. 한국교통대학교.
- 김성연·이보라·이주영·이동훈 (2024). 청소년 자살 위험요인: 생물심리사회모델에 기반한 델파이 연구. **한국심리학회지: 건강**, 29(5), 715-741.
- 김영한 (2010). **21C 기대의 올바른 지침서 기독교 세계관**. 숭실대학교 출판부.
- 김재엽·황현주 (2015). 청소년의 스마트폰 중독이 자살생각에 미치는 영향: 자기통제력의 매개효과 검증: 자기통제력의 매개효과 검증. **한국청소년연구**, 26(4), 59-84.
- 김충렬 (2008). 기독교인의 자살과 그 대책 - 목회상담의 관점에서-. **신학과 실천**, 16, 63-98.
- 김충렬 (2010). **자살과 목회상담**. 학지사.
- 동희원 (2021). **기독교 청소년의 내면화된 수치심이 자살사고에 미치는 영향: 하나님 이미지와 자기용서의 연속다중매개 효과**. 석사학위논문. 숭실대학교.
- 박재은 (2025). 헤르만 바빙크의 교회론적 통찰로 고찰한 축소적 교회 위기 극복 방안: '축소적 확장' 개념을 중심으로. **기독교철학**, (43), 217-252.
- 보건복지부 (2022). **2022 보건복지 통계연보**.
- 보건복지부 (2023). **제5차 자살예방기본계획**.
- 보건복지부 (2024). **자살예방 보도준칙 4.0 발표**.
- 백민정 (2025). 토론 2 가상공간에서의 자살예방전략: 메타버스를 활용한 청소년상담 멘토링 힐링톡톡을 중심으로. **한국정신건강사회복지학회 학술발표논문집**.
- 서미·김은하·최수정·채민정·이태영 (2023). **자살시도 위기청소년 상담개입 매뉴얼**. 청소년상담복지개발원.
- 신혜정·정익중·이상아·이향연·박재연 (2014). 청소년의 우울, 자살생각, 자살계획, 자살시도에 영향을 미치는 요인. **학교사회복지**, 27(0), 25-50.
- 안경승 (2016). 기독교 상담과정의 독특성. **복음과 상담**, 24(2), 221-253.

- 안경승 (2023). 기독교상담에서 신학복원을 위한 제언. **복음과 상담**, 31(3), 131-155.
- 오동균·권순용 (2019). 청소년의 학업 및 진로 스트레스, 불안, 충동성, 우울, 자살 생각의 인과적 관계. **미래청소년학회지**, 16(4), 29-45.
- 오윤선 (2009). 청소년 자살 예방을 위한 기독교 위기상담. **복음과 상담**, 12, 147-173.
- 이미선·오경자 (2011). 스트레스가 우울에 영향을 미치는 과정에서 개인적 및 영적 의미의 조절 효과. **한국심리학회지**, 30(4), 1039-1051.
- 이민석 (2024). **청소년의 부모-자녀 간 긍정적 의사소통(TSL)과 자살생각의 관계: 자아존중감, 또래와의 관계, 교사와의 관계의 매개효과를 중심으로**. 석사학위논문. 대구대학교.
- 이상은·이은진·함옥경 (2021). 자살 태도, 삶의 인식, 우울이 청소년의 자살에 미치는 영향. **Journal of the Korea Convergence Society**, 12(7), 305-315.
- 이성규 (2024). AI 캐릭터 챗봇과 두 번째 죽음. **주간경향**, (1603), 19-19.
- 이은규 (2010). 기독교청소년 자살예방에 대한 고찰. **신학과 실천**, 259-285.
- 이혜선·권정혜 (2009). 한국판 자살생각척도 (K-BSI) 의 타당화 연구. **한국심리학회지: 임상**, 28(4), 1155-1172.
- 장한아·박은희·전덕인·박희정·홍현주·정명훈·홍나래 (2014). 한국판 컬럼비아 대학 자살 심각도 척도(C-SSRS)의 타당도 연구: 우울장애 환자를 대상으로. **Korean Journal of Clinical Psychology**, 33(4), 799-817.
- 제해종 (2015). 한국 사회의 자살 문제에 대한 기독교적 답변. **한국콘텐츠학회논문지**, 15(2), 552-566.
- 조성돈 (2020). 기독교의 죽음 이해와 자살예방. **종교문화학보**, 17(1), 1-20.
- 조성연·조한익 (2017). 반주가 스트레스 반응에 미치는 영향: 심리적 경직성과 대처 유연성 매개효과를 중심으로. **상담학연구**, 18(6), 37-62.
- 최경일 (2008). 한부모 가정의 청소년과 교사 간 멘토링프로그램의 효과성 연구. **청소년복지연구**, 10(1), 47-67.
- 최순옥·김숙남 (2011). 대학생의 자살생각과 영성. **한국간호교육학회지**, 17(2), 190-199.
- 채민정 (2024). 청소년 자살생각, 자살시도의 영향요인 분석: 스트레스, 외로움, 절망감의 상호작용효과. **청소년상담연구**, 32(1), 51-73.
- 한국생명존중희망재단 (2025). 자살통계연보. 보건복지부, 한국생명존중희망재단. 11-135000-100164-10.
- 황순길·이귀숙·이혜정 (2017). **초등학생 자살예방 프로그램 개발**. [KYCI] 청소년상담연구.
- Balboni, T. A., VanderWeele, T. J., Doan-Soares, S. D., Long, K. N., Ferrell, B. R., Fitchett, G. & Koh, H. K. (2022). Spirituality in serious illness and health. *Jama*, 328(2), 184-197.

- Coopersmith, S. (1981). *Self-esteem inventories*. Consulting Psychologists Press.
- Koenig, H. G. (2023). A response to the Paal et al. Rejoinder: Religiosity and risk of Parkinson's disease in England and the USA. *Journal of Religion and Health*, 62(6), 4215-4221.
- Maris, R. R. M. (2002). *Suicide and neuropsychiatric adverse effects of SSRI medications: methodological issues*. In Scientific Symposium.
- O'Connor, R. C. & Nock, M. K. (2014). The psychology of suicidal behaviour. *The Lancet Psychiatry*, 1(1), 73-85.
- Silverman, M. M., Berman, A. L., Sanddal, N. D., O'carroll, P. W. & Joiner Jr, T. E. (2007). *Rebuilding the tower of Babel: a revised nomenclature for the study of suicide and suicidal behaviors*. Part 1: Background, rationale, and methodology. *Suicide and Life-Threatening*
- Tripp, P. D. (1997). *Age of opportunity: A biblical guide to parenting teens*. Presbyterian and Reformed Publishing Company.
- VanderWeele, T. J. (2017). Religious communities and human flourishing. *Current directions in psychological science*, 26(5), 476-481.
- Van Pelt, R. (1988). *Intensive care: Helping teenagers in crisis*. Zondervan Publ. WHO(2025) Health-at-a-glance-https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2025/11/health-at-a-glance-2025_a894f72e/8f9e3f98-en.pdf.
- 국민일보 (2023.6.1.). '사이버 아웃리치' 상담사들의 24시'. https://www.kyci.or.kr/boardManagement/board.asp?menuCategory=5&board_menu=view&boIdx=6995&bid=bid_7&rowNumber=38
- Korea times (2025.9.25.). Number of suicides in Korea hits 13-year high in 2024 <https://www.koreatimes.co.kr/southkorea/society/20250925/number-of-suicides-in-korea-hits-13-year-high-in-2024>.

청소년 자살예방을 위한 교회교육의 기독교상담적 방향과 과제

Christian Counseling Directions and Tasks for Church Education to Prevent Youth Suicide

이혜정 (고신대학교)

논문초록

본 연구는 청소년 자살률이 OECD 최고 수준에 이른 한국 사회의 현실 속에서, 청소년 자살예방을 위하여 교회 교육과 기독교상담의 통합적 접근을 위한 방향과 과제에 대하여 고찰하는 것을 목적으로 한다. 먼저 청소년 자살의 개념과 유형, 개인적·환경적·영적 요인을 검토함으로써 청소년 자살이 다차원적·과정적 특성을 지닌 위기 현상임을 확인하였다. 이어 현재 학교와 보건·복지 영역을 중심으로 시행되고 있는 자살예방 정책과 프로그램의 내용을 분석한 결과, 단기 위기개입의 강점에도 불구하고 영성 회복과 지속적 공동체 돌봄, 생애주기과 생활터전을 고려한 맞춤형 개입이라는 측면에서 한계를 지니고 있음을 논의하였다.

대안적으로 본 연구는 청소년 발달의 전초기로서의 교회교육과 기독교상담의 통합적 접근, 인지 재구성으로서의 교회교육의 기독교상담과의 통합적 등이 자살을 예방하는 보호 요인으로 기능할 수 있음을 제시한다. 더 나아가 목회자(영적 양육자), 기독교 상담자, 또래 게이트키퍼, 부모, 그리고 전문 기관들로 구성된 다층적 돌봄 구조 안에서 교회 교육이 PHQ-9, SBQ-R, C-SSRS와 같은 표준화된 평가 도구에 근거한 상담 전문성과 영적 자원을 통합할 때 자살 위험 청소년의 조기 발견, 예방, 그리고 장기적 회복을 위한 독특한 플랫폼이 될 수 있음을 논증하였다. 본 연구는 이를 통해 교회가 청소년 자살예방의 현장에서 수행할 수 있는 기독교상담적 과제와 실천 방향을 제안함으로써, 신앙 공동체 기반의 생명존중 문화 형성에 학문적·실천적 함의를 제공한다.

주제어: 기독교상담, 청소년, 청소년 자살예방, 교회교육, 생명존중