

청소년의 비자살적 자해에 관한 연구동향 -국내학술지 중심-

김정숙*, 홍상옥**
영남대학교 가족주거학과, 영남대학교 교수**

Research Trends on Non-suicidal Self-Injury in Adolescents -Focusing on Domestic Academic Journals-

Jung-Sook Kim*, Sang-Ook Hong**

Department of Family Residence at Yeungnam University*
Professor Yeungnam University**

요약 본 연구의 목적은 비자살적자해(Non-Suicidal Self-Injury: NSSI)와 관련한 논문을 분석하여 연구적 성과와 한계점을 검토하고 향후 연구 과제를 제시하는 데 있다. 연구에 필요한 분석 대상 논문은 자해 관련 문헌 연구가 시작된 2010년부터 현재까지 국내학술지를 중심으로 분류절차를 거쳐 수집하였다. 분류범주(일반적 특성, 연구대상, 연구변인, 프로그램 활용)에 따라 분석한 결과 첫째, 비자살적자해와 관련한 국내연구는 2017년(3편) 증가하기 시작한 이후로 2019년과 2022년을 거쳐 꾸준한 증가 양상을 보이고 있다. 둘째, 연구대상의 특성에 변화가 나타나기 시작했다. 이전의 선행 연구들이 자해를 경험한 청소년이 주 대상이었다면 초기성인기(대학생)까지 확대되었고 자해 중단경험을 가진 대상과 상담자, 부모로 연구대상이 다양해졌다. 셋째, 다양한 연구방법들이 나타나기 시작했다. 양적연구가 활발하던 2017년에 비하여 다양한 질적 연구방법들을(내러티브, 현상학, 근거이론, 메타분석, 사례연구) 적용한 연구가 진행되었다. 마지막으로 연구 결과에 대한 논의와 후속 연구를 위한 제언을 추가하였다.

주제어 청소년, 자해, 비자살적 자해, 자살, 연구동향

Abstract The purpose of this study is to analyze NSSI (Non-suicidal Self-Injury) and upcoming papers to review research achievements and endpoints and current problems. Analysis data necessary for the study were collected through the classification procedure as domestic suspension during the mandatory period related to self-harm from 2010 to the present. As a result of analysis according to classification categories (general characteristics, study subjects, research variables, program utilization), first, domestic studies related to non-suicidal self-harm increased steadily through 2019 and 2022 after increasing in 2017 (three articles) showing shape. Second, changes in the characteristics of the research subjects began to appear. If previous studies had mainly focused on adolescents who experienced self-harm, it was expanded to early adulthood (college students), and the subjects of the study diversified to include those who had experienced self-harm cessation, counselors, and parents. Third, various research methods began to appear. Compared to 2017, when quantitative research was active, research was conducted that applied various qualitative research methods (narrative, phenomenology, grounded theory, meta-analysis, case study). Finally, discussion of the research results and suggestions for future research were added.

Key Words Non-suicidal Self-Injury: NSSI, Adolescents, Research Trend

Received 31 Mar 2023, Revised 14 Apr 2023
Accepted 18 Apr 2023
Corresponding Author: Sang-Ook Hong
(Yeungnam University)
Email: sanguk@yumail.ac.kr
ISSN: 2466-1139(Print)
ISSN: 2714-013X(Online)

© Industrial Promotion Institute. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

중앙응급의료센터에 의하면 자해나 자살 시도로 응급실로 실려 들어온 10대는 2015년 2,291명에서 2019년엔 2배 이상인 4,598명으로 증가했다. 단순 비교로도 2배에 달하는 수치이지만 전 연령대의 자해 시도와 비교해도 높은 증가율이다[1]. 이러한 통계들을 반영하듯 최근 자해를 주제로 한 연구들이 증가하고 있으며 특히 2017년 교육부는 학생정서행동 특성 검사에서 위기군에 대하여 자살 이외 자해를 묻는 문항을 추가하였고 2018년 전체 중학생 51만4710명 중 4만505명(7.9%)이 '자해 경험이 있다'고 답했다[2].

자해 행동은 자살하려는 의도가 없는 가운데 자신의 신체를 고의적으로 훼손하는 행위를 말한다[3]. 자신의 신체조직에 스스로 해를 가하는 행위라는 면에서 자살과 유사하다고 생각할 수 있다. 입구 또는 관문(The Gateway Theory)으로 자해를 약화된 자살 행동으로 자살의 연속선인 관점에서 보기도 하지만[4] 많은 임상가, 연구자들은 두 행동을 구분해서 접근해야 한다는 입장을 취하고 있다. 이들은 자해와 자살 행동이 치사율, 동기, 행동과 인지적인 면에서 서로 다르다는 연구들을 주장하고 있으며[5,6]. 자해를 하는 경험하는 사람들은 자해를 하는 동안 자살 사고를 그 어느 시점에서든 하지 않는다고 보고하고 단지 고통스러운 순간을 견디려는 것이지 죽으려는 의도가 아니라고 구분지어서 보고하고 있다[7]. DSM-5 역시 자해를 규정할 때 '후속연구를 위한 조건(Condition for Further Study)'에서 자살행동장애(Suicidal Behavior Disorder)과 구분지어 논의하고 있어[8] 자해행동은 자살 의도의 유무에 따라 자살적 자해와 비자살적 자해로 구분할 수 있다[9].

비자살적 자해로 규정되는 행동들은 주로 깨물기(입, 입술, 손, 팔 등), 때리기, 상처가 날 때까지 때리기, 상처 난 곳을 힘껏 꼬집기, 칼로 긁거나 피부에 무엇인가를 새겨 넣기, 불로 지지기 등 스스로 신체에 직접적인 해를 입히는 행동들이 포함되며[10] 그 외에도 벽이나 책상에 머리를 부딪거나 몸에 난 상처를 돌보지 않고 방치하는 행동들이 있다[11].

청소년의 비자살적 자해의 동기 요인으로 개인내적 취약성과 대인관계적 취약성을 들고[12], 보호요인은 상처에 대한 인식, 삶의 목표, 자기(self)회복, 사회적 지지

로 각각 나타났다[13].

국내 청소년들이 처음 비자살적 자해를 시작하는 연령은 12~14세로 보고되며 22.8% 정도의 수치가 이에 속한다. 이러한 수치는 중국 17%, 미국 14%, 영국 10%에 비교해 볼 때 매우 높은 편이다[14]. 청소년 상담복지개발원에서 집계한 자해청소년 상담지원 실적은 2017년 누적 상담 횟수가 8,352건으로 2019년은 27,976건에 비하여 1년 사이에 3배로 급증하여 상담 현장에서 느낄 수 있는 청소년 자해 문제 역시 심각하다 할 수 있다[12].

청소년들은 자살 시도 이전에 자신과 삶에 대해 낙담하고 혐오하는 사고를 하게 되고 이러한 생각이 혐오스러운 자신의 몸을 학대하는 자해로 연결되면서 조절에 실패한 자해 행동이 자살시도로 이어지기도 한다는[15] 선행연구는 자살의도가 없다고 하더라도 자해가 충분히 중요한 문제임을 시사하고 있다.

본 연구의 목적은 청소년의 비자살적 자해와 관한 연구동향 조사를 통해 자해 문제에 대한 연구경향을 파악하여 효과적인 상담개입과 예방을 위한 후속적 연구 방향을 제시하고자 한다.

2. 연구방법

2.1 분석대상 논문 선정과 수집 과정

본 연구에서는 청소년의 자해, 비자살적 자해와 관련한 논문을 분석 대상으로 선정하였다. 한국교육학술정보원(RISS), 국회도서관, DBpia(누리미디어), KCI(한국학술지인용색인), KISS(한국학술정보), 교보문고 스킨라 서비스를 이용하여 분석 대상 논문을 수집하였다.

1차적으로 '자해'를 검색어로 RISS에 게재된 학술지 논문 734편과 국회도서관 데이터베이스에서 동일 검색어로 원문이 있는 자료 694편을 수집하였다. 2차 검색에서 '자해', '청소년', '청소년 자해', '청소년 비자살적자해'를 각각 검색어로 사용하여 검색된 논문 중에서 분석준거에 따른 대상 논문을 선별하는 작업을 거쳤다.

2000년부터 2023년까지 '청소년 자해'와 관련한 학술지 게재 논문은 총 157편이었으며, 시기를 2000년 이후로 정한 것은 2000년 이전 자해 관련 논문 수가 미미하다고 보고한 선행연구를 참고하였다[16].

학위논문과 중복 게재된 논문을 연구 대상에서 제외하였고 수집 과정에서 연구목적에 맞지 않거나 원문이

공개되지 않아 내용 확인이 힘든 논문들은 대상에서 제외하였음을 밝혀 둔다.

2.2 분류 기준

연구대상 논문들을 분석하기 위해 선행연구들의(청소년 자해에 관한 연구동향[16], 대학생의 심리적 안녕감에 관한 연구동향[17], 청소년 자해 관련 국내 연구동향[18]) 분석 근거들을 참고하여 본 연구의 목적에 부합하는 새로운 범주들을 추가하였다. 일반적인 특성(학술지 게재 연도, 학술지 주제분류), 연구대상(연령별, 대상 특성별), 연구방법(양적, 질적, 혼합, 메타분석, 기타), 연구변인(독립, 종속, 매개)을 분류 기준에 맞게 빈도를 조사하였고 특히 논문에서 프로그램을 만들거나 적용한 논문들을 따로 분류하여 세부 내용을 조사하였다.

분류하는 과정에서 분석 내용의 신뢰도와 타당도를 위하여 연구자 2인(상담전공 교수 1인, 평정자 1인)이 함께 논문을 선정하고 상담전공 교수 1인의 감수를 받았다. 분류범주 및 세부범주는 <표 1>과 같다.

<표 1> 분류범주 및 세부범주

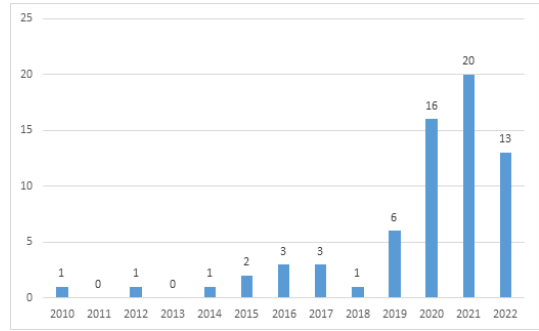
분류범주	세부내용
일반적 특성	학술지 게재 연도
	학술지 주제별 분류
연구대상	연령 : 초등학교생, 청소년, 대학생, 성인
	연구대상의 특성 : 청소년(자해경험/일반), 내원청소년, 학생정서행동특성 관리군, 대학생(자해경험/일반) 성인(자해경험/일반) 자살·자해 상담경험 상담자 및 사례관리자, 자해경험 청소년 부모
연구방법	양적연구, 질적연구, 혼합연구(양적+질적), 메타분석
연구변인	독립변인/종속변인/매개변인
프로그램	게재연도, 연구분야, 기대효과, 검증척도

3. 연구결과

3.1 일반적 특성

청소년 자해를 연구한 논문이 최초 발행된 것은 1982년이며 본 연구에서 대상으로 하는 논문 68편(2000년~2023년 3월 게재)의 연도별 논문 게재 사향은 [그림 1]과 같다. 2017년 3편으로 증가하였고 이후 2019년부터 꾸준히 증가하기 시작하여 2021년 20편으로 가장 많은 논문들이 게재되었다. 2017년 이후로 2018년 감소하

는 경향이 있었으나 2020년, 2021년, 2022년까지 10여 편이 넘는 논문들이 꾸준히 발표되고 있다.



[그림 1] 연도별 논문 게재

자해를 주제로 한 연구는 1980년대 정신과학 분야에서 처음 시작되었고 연구 대상은 주로 비행 청소년[19], 징병검사 수검자[20] 등 특정 집단을 대상으로 연구되었다. 본 연구에서는 KCI(학술연구재단)의 주제별 범주 8개를 기준으로 자해 논문이 발행된 빈도를 확인하였다. 학술연구재단 주제 분류별 논문 발행 현황은 <표 2>와 같다. 사회과학(심리과학, 기타사회학, 교육학, 사회복지학, 정책학, 사회학) 영역에서 78.3%로 압도적으로 많은 연구가 있었고 2019년부터 정신과학과 간호학을 중심으로 의약학 분야에서 15.5%에 해당하는 10편의 논문이 연구되었다. 사회과학과 의약학 분야에서 대부분의 연구들이 진행되었고 그 외에도 생활과학(2), 인문학(1), 복합학(1) 분야에서도 연구논문들이 게재되었다.

<표 2> 학술연구재단 주제 분류별 논문 발행 현황

분류	사회과학					
	심리과학	기타 사회과학	교육학	사회 복지학	정책학	사회학
2010	1					
2011						
2012						
2013						
2014						
2015	1	1				
2016	2	1				
2017	1		1			
2018		1				

2019	1	1	2	1		
2020	6	3	3	2		
2021	2	6	3	1	1	1
2022	1	3	3	1		
2023			1			
계	15	16	13	5	1	1
(%)	(23.0%)	(24.6%)	(20.0%)	(7.7%)	(1.5%)	(1.5%)
분류	의약학		인문학	복합학	자연과학	
	정신과학	예방학	간호학	기독교 신학	학제간 연구	생활과학
2010						
2011						
2012						
2013						
2014	1					
2015						
2016						
2017		1				
2018						
2019	1					
2020			1	1		
2021	1		1		1	1
2022	2		2			1
2023						
계	5	1	4	1	1	2
(%)	(7.7%)	(1.5%)	(6.3%)	(1.5%)	(1.5%)	(3.2%)

3.2 연구대상의 학령별 연구 빈도

중고등학생을 대상으로 한 연구가 28건(51.9%)으로 가장 많았고 초등학교 고학년(10세~12세)을 대상으로 한 연구도 1편(1.9%) 조사되었다. 그 외에도 초기성인 기라고 할 수 있는 대학생 대상 연구가 5건(9.3%), 성인을 대상으로 한 연구가 11건(20.3%)으로 중고등학생 대상에 이어 두 번째로 많았다. 기타에 속한 대상은 연구 대상의 연령층이 초등, 중등, 고등이 혼재되어 있거나 학교 밖 청소년과 재학 중인 청소년들이 함께 연구된 사례이다. 그 외 연구대상 논문 68편 중 조사에 포함되지 않은 14편은 연구 대상이 없는 논문들로 분류에서 제외하였다. 세부 내용은 <표 3>과 같다.

<표 3> 연구대상 학령별 연구빈도

연구대상학령	초등	중고등	대학	성인	기타	합계
빈도	1	28	5	11	9	54
비율(%)	1.9	51.9	9.3	20.3	16.6	100

3.3 연구대상의 대상특성별 분류

연구대상에 따른 분석에서 연구의 대상이 되는 표본의 특성별로 <표 4>와 같이 분류하였다. 먼저 청소년, 대학생, 성인은 각각 자해의 경험 유무에 따라 분류하였고 그 외에도 대상의 특성이 의미가 있다고 판단되는 자해 청소년의 부모, 자살·자해상담 경험이 있는 상담자군을 따로 분류하였다. 의약학 분야의 연구논문에서 발견되는 내원한 청소년 대상과 대상특성이 혼재되거나 소설 속의 주인공 등 대상을 특정 짓기 어려운 유형을 따로 기타로 분류하여 집계하였다.

<표 4> 연구대상 대상특성별 분류

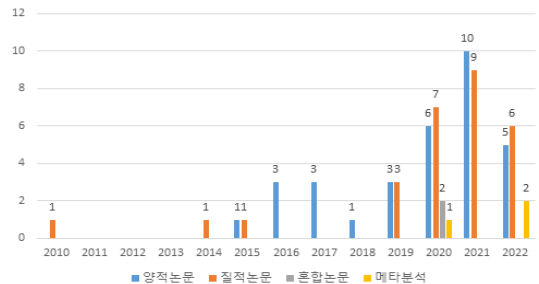
대상 특성	자해경험	일반
청소년	23	11
대학생	3	2
성인	2	2
상담자: 자해 및 자살 상담		4
자해청소년의 부모		2
내원청소년(우울 혹은 응급실)		2
정서행동 관심군		2
기타: 대상특성을 특정할 수 없는 경우		4

* 청소년은 초등~고등학교 과정까지 포함하였음.

자해경험유무를 합해 청소년이(34건) 가장 많이 연구되었고 대학생(5), 성인(4), 상담자(4), 부모(2), 내원한 청소년(2), 정서행동 특성검사 관심군(2) 등 다양한 연구 대상들이 조사되었다.

3.4 연구방법에 따른 분류

논문의 연구방법 분석은 양적연구, 질적연구, 혼합연구, 메타분석으로 분류하였다. 그 결과는 [그림 2]와 같다.



[그림 2] 연구방법에 따른 분류

먼저 양적연구와 질적연구, 혼합연구, 메타분석 방법으로 나누어서 살펴본 결과 논문 총 68편 중 양적연구를 이용한 연구(n=33, 48.5%)가 가장 많았으며, 질적연구(n=28, 41.2%), 메타분석(n=3, 4.4%), 혼합연구(n=2, 3%)의 순으로 분류되었다. 특히 질적연구는 2019년 이후로 꾸준히 증가하여 2019년 이후 집계에서는 연구 방법으로 가장 많이 활용되었다. 또 2020년(1편), 2022년(2편)으로 메타분석을 활용한 연구들이 자해를 주제로 한 연구에서도 나타나기 시작했다.

3.5 프로그램 개발 및 적용

본 연구에 포함된 논문들 중 자해행동에 직접적인 개입에 대한 연구로서 프로그램이 개발되거나 개입프로그램들에 대해 고찰한 논문은 모두 5편이었다. 세부내용은 <표 5>와 같다.

<표 5> 자해개입을 위한 프로그램 개발 관련분류

논문상세		세부 내용	
논문	게재 연도	연구 분야	기대 효과 / 사용척도
1. 자해행동청소년을 위한 단기개입프로그램	2017	사회과학 심리과학	정서인식 정서표현 조절개선 / 정서인식표현조절척도, 자살생각척도, 공격성 척도, 자해기능평가
2. 청소년의 자해행동 예방을 위한 마음챙김기반 정서관리 훈련효과	2017	의약학 예방의학	고통감내력척도, 자해행동척도, 인지적정서 조절전략척도, 자살사고질문지
3. 고위험(자살 시도 및 자해) 청소년 개인 맞춤형 그레이트+ 프로그램의 효과	2020	사회과학 심리과학	스트레스 해소, 회복탄력성증가 / 청소년자살위험성예측척도, 스트레스대처방식 척도, 자아존중감척도
4. EBP기반 자살자해 청소년상담클리닉 운영모형개발	2020	사회과학 심리과학	개인상담 개입모형 개발 / 청소년행동평가(K-YSR), 비자살적자해척도, 청소년자살위험성예측척도, 자존감척도
5. 자살의도가 없는 자해의 근거기반 치료	2019	사회과학 심리과학	자해개입 방법에 대한 문헌연구

청소년 자해에 대한 문제개입을 위한 프로그램(3편), 개인상담 모형개발(1편), 자해개입 프로그램적용에 대한 국내외 문헌 고찰(1편)이 조사되었고 프로그램의 연구 목적 및 기대효과는 정서조절 기능향상이 가장 많았다.

3.6 연구변인에 따른 분류

양적 연구논문에서 사용된 변인별 분류를 살펴보면 <표 6>과 같이 분포되어 있다.

<표 6> 연구변인에 따른 분류

독립변인	종속변인	매개변인
개인내적(n=78: 76.5%)		
<ul style="list-style-type: none"> 스트레스(1) 우울(1) 처벌민감성(1) 강화민감성(1) 인지적 정서조절(1) 자해행동경험(3) 자해행동의 자살의도유무(1) 충동성(1) 분노(1) 인지적 회피전략(1) 감정표현 불능증(1) 일상적 스트레스(1) 정서인식명확성(1) 정서조절전략(1) 기질(1) 	<ul style="list-style-type: none"> 자해(20) 불안(3) 우울(5) 일상적 스트레스(2) 스트레스(1) 고립감(1) 부적응적정서조절 전략(1) 해리경험(1) 자해동기(1) 자해빈도(1) 자해특성(1) 자기통제(1) 자살사고(2) 	<ul style="list-style-type: none"> 부적응적인지정서 조절전략(2) 생리적 스트레스(1) 자기통제력(1) 자아 존중감(1) 고통 감내력(2) 스트레스(1) 통제가능성(1) 해리경험(1) 적응적 정서조절(1) 스트레스대처방식(1) 고통 감내력부족(1) 정서표현 양가성(1) 외로움(1) 정서조절능력(1) 적응적 인지정서 조절전략(1) 자살적 자해결과기대(1) 정서조절관(2) 정서인식명확성(1)
사회환경(n=24: 23.5%)		
<ul style="list-style-type: none"> 복합위상(3) 부모애착(1) 불안장애(1) 코로나(1) 지각된 사회적 지지(1) 부정적 부모양육행동(1) 유년기무효화환경(1) 가족표출정서(1) 지각된 부모애착(1) 사회적지지(1) 모의비지적반응(1) 가족관계(1) 부모방임(1) 부모학대(1) 	<ul style="list-style-type: none"> 가정 내 분위기(1) 학교생활만족도(1) 불안장애(1) 복합위상경험(1) 사회적지지(1) 사회적지지(1) 	<ul style="list-style-type: none"> 사회적 지지(1) 부모에 의한 학대경험(1) 사회욕구충족 및 중동기(1)
33 (32.4%)	45 (44.1%)	24 (23.5%)

다양한 선행 연구들은 주요 변인들을 통해 자해와 관련된 동기 요인들을 탐색해왔다. 본 논문에서 Nock과 Prinstein의 자해 4기능(개인내적 정적 강화, 개인 내적 부정 강화, 사회적 정적 강화, 사회적 부정 강화)[21] 과

국내 척도 연구에 사용된 2요인 구조(개인내적 동기, 사회적 동기)[10]를 참고하여 개인내적 요인과 사회환경적 요인으로 나누어 각각 빈도를 조사하였다. 개인내적 요인에 해당하는 변인은 78회(76.5%) 집계되었으며 사회·환경적 요인으로 분류되는 변인들은 24회(23.8%)로 나타났다. 종속변인으로 자해가(20회) 압도적으로 많이 사용되었다.

4. 결론 및 제언

본 연구에서는 2010년부터 현재까지 국내 학술지에 게재된 청소년 비자살적자해와 관련한 연구동향을 알아보기 위해서 연도별 논문 게재 현황, 학술지인용색인 주제 분류별 게재 빈도, 연구대상의 연령과 특성, 연구방법, 연구변인, 프로그램적용 논문 등에 대하여 분석하였다. 본 논문에서 조사한 바와 같이 청소년 비자살적 자해와 관련한 연구는 2019년 이후 매우 많은 변화를 나타내고 있다.

첫째, 게재연도별 논문의 수와 주제분류별 논문 빈도를 살펴 본 결과 2017년 이후 조금씩 증가하던 자해 관련 논문들이 2019년 이후 논문의 수가 급증하는 가운데 꾸준히 10 여편 이상 지속적으로 연구되고 있다는 점은 청소년 자해에 대한 문제를 인지하고 개선하려는 노력의 영향으로 파악할 수 있을 것이다. 한국상담복지개발원이 보고한 바와 같이 자해 관련 상담이 대폭 상승하여 자해행동을 하는 청소년들이 증가한 실정과 함께 2017년 학생정서행동 특성검사에서 자해관련 문항을 추가하는 등 청소년 자해문제에 공교육 차원에서 적극적으로 개입하며 자해 문제를 수면 위로 노출한 긍정적인 변화로 해석할 수 있을 것이다.

둘째, 연구대상의 연령별, 대상특성별 분석을 통하여 연구대상은 청소년이 가장 많았고 대학생, 성인 순으로 나타났다. 이러한 결과는 자해행동이 청소년과 초기 성인기에 가장 많이 보고된다는 선행 논문[22]과 비추어 볼 때 바람직한 연구방향이라고 할 수 있다. 더불어 2019년 이후 연구들은 초기 성인기인 대학생,(5명, 9.3%)으로 연구대상이 확대되어 다양한 연구 주제로 연결되었다. 그동안 선행 연구들이 자해행동의 위험요인들에 대하여 고찰하였다면 중등시기에 자해를 경험한 대학생을 대상으로 한 연구들을 통해 자해 중단을 위한 주요 요인들을

탐색하는 방향으로 연구영역이 확대되고 다양해졌다고 할 수 있다. 또한 대상 특성에 대한 분석을 통하여 당사자인 자해경험 청소년에(34편) 대한 연구가 가장 많음을 확인할 수 있었다. 그밖에도 주변인들을 통한 해결 요인을 찾기 위해 자해청소년의 부모, 자살 및 자해 사례를 다루는 담당자들을 위한 연구와 대처 매뉴얼들이 연구되어 실질적인 효과를 기대할 수 있게 하였다.

셋째, 연구방법별 동향을 분석한 결과 전체 논문들 중 양적 연구가 33편(48.5%), 질적연구가 28편(41.2%), 혼합연구가 2편(2.0%), 메타분석 연구가 3편(4.4%)이었다. 양적연구가 많은 수를 차지하고 있으나 2019년 이후 질적 연구에 대한 관심이 커지고 있으며, 이는 개인적 경험인 자해에 대한 내면적인 의미와 영향에 대해 심층적인 이해를 위해 적절한 방법이기 때문이다[23].

넷째, 연구변인별 동향 분석은 자해행동의 위험요인의 두 가지 대표적 요인인 개인내적 문제와 사회환경적 요인으로 나누어 각각 빈도를 조사해 보았다. 개인내적 요인에 해당하는 변인은 77개(76.2%)이며 각각 불안, 우울, 스트레스, 인지적 정서조절, 충동성 등이 고르게 조사되었고 종속변인으로 자해가(20개) 압도적으로 많이 사용되었다. 사회·환경적 요인으로 분류되는 변인들은 24개(23.8%)이며 부모애착, 사회적지지, 부모방임, 부모학대, 가정 내 분위기, 학교생활만족도, 복합외상 등이 고르게 분석되었다.

마지막으로 자해문제 개입과 관련한 프로그램 개발 연구에서 개입을 위한 프로그램(3편), 개인상담 모형개발(1편), 자해개입 프로그램적용에 대한 국내외 문헌 고찰(1편)이 조사되었다. 구조화된 프로그램 개발은 청소년비자살적자해행동에 직접 도움을 주는 가장 현실적 대안이므로 더 많은 연구들이 필요한 영역이라 할 수 있다.

이상의 연구결과를 바탕으로 향후 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 2019년 이후 자해 관련 다양한 연구방법의 논문들이 나오기 시작하여 학술지 게재 논문에 제한되지 않고 연구 범위를 확장하여 학위 논문을 포함하여 분석하는 것이 경향성을 이해하는데 더 도움이 될 것이다.

둘째, 청소년의 자해 문제는 당사자에 집중된 대상 범위를 넓혀 다각도로 자해에 관련한 정보를 수집하는 연구들이 필요할 것이다.

셋째, 많은 선행 논문들은 각각 자해행동을 이해하는

문헌연구, 정서적, 인지적 동기 요인들을 찾는 연구, 내담자의 사례를 심층적으로 서술하거나, 치료적 개입을 위한 프로그램 운영 및 개발을 검증하는 연구들을 수행하였다. 하지만 자해 문제에 대하여 효과적인 개입에 대한 연구들은 여전히 부족하며 특히 학교 현장에서 사례담당자가 직접 활용할 수 있는 구조화된 치료적 모델이 필요하다. CBT, DBT와 같은 인지행동모델에 대한 효과도 확실하게 보고되지 않았고 약물치료에 대한 근거도 확립되지 않은 것이 현재 자해문제의 현실이라고 할 수 있다[12]. 향후 청소년 자해행동의 문제해결을 위해 다양한 분야에서 다양한 표본들로 연구들이 시행됨으로써 더 의미 있는 자료들이 축적되어야 할 것이다. 이런 점에서 최근 정신과학 분야에서 연구논문들이 나오기 시작한 것은 매우 고무적인 현상이라고 할 수 있다. 마지막으로 자해행동을 시작과 중단까지 이해할 수 있는 표준화된 기준을 갖추기 위해 자해행동과 관련한 중단 연구가 필요하다. 자해하는 청소년들의 자해동기 요인 뿐 아니라 자해행동을 유지하게 하는 요인과 자해행동을 중단하게 하는 요인을 동일한 표본으로 추적 연구하는 시도들이 고려되어야 할 것이다.

청소년 자해 문제에 대하여 연구가 활발해지기 시작한 2010~2023년까지의 논문들을 살펴보면 청소년 자해에 대한 체계적 이해를 도모하고자 하였다. 또한 자해문제 연구에 대한 경향성의 흐름을 통해 치료적인 상담개입을 위한 후속 연구를 위한 방향을 제시한 점은 본 연구의 의의라 할 수 있다.

References

- [1] 박성민 (2021). “상처는 흉터 대신 날개 남겨 더 멀리 날기 위한 과정일 뿐”. 동아일보
<https://www.donga.com/news/article/all/20211016/109734680/1>
- [2] 이재호 · 조운영 · 전정운(2018), “중고생 7만명 ‘자해경험’...우리 아이는 상관없다고요?”. 한겨레21
http://www.hani.co.kr/arti/society/society_general/869668.html
- [3] Klonsky, E. D. (2007). The functions of deliberate self-injury: A review of the evidence. *Clinical Psychology Review*, 27(2), 226-239.
- [4] Stanley, B., Gameroff, M. J., Michalsen, V., & Mann, J. J. (2001). Are suicide attempters who self-mutilate a unique population?. *American Journal of Psychiatry*, 158(3), 427-432.
- [5] Favazza, A. R. (1996). *Bodies under siege: Self-mutilation and body modification in culture and psychiatry*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.
- [6] Favazza, A. R., & Rosenthal, R. J. (1983). Diagnostic issues in self-mutilation. *Psychiatric Services*, 44(2), 134-140.
- [7] Favazza, A. R. (1998). The coming of age of self-mutilation. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 186(5), 259-268.
- [8] American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders-5th edition: DSM-5*. Washington, D.C.: American Psychiatric Publishing.
- [9] 이동귀 · 함경애 · 배병훈(2016). 청소년 자해행동: 여중생의 자살적 자해와 비(非)자살적 자해. *한국심리학회지*, 24(4), 1171-1192.
- [10] 권혁진 · 권석만(2017). 한국판 자해가능 평가지의 타당화 연구: 대학생을 중심으로. *한국심리학회지*, 3(1), 187-205.
- [11] 서 미 · 김지혜 · 이태영 · 김은하(2019). 비자살적 자해와 극복과정 경험에 대한 질적 연구: 상담경험이 있는 청소년을 대상으로. *상담학연구*, 20(4), 179-207.
- [12] 이해정 · 지윤미 · 최태영(2019). 청소년 비자살적 자해의 임상적 특성과 치료적 개입, *생물치료정신의학*, 28(1), 5-17.
- [13] 김수진(2017). 비자살적 자해의 위험요인과 보호요인 개관. *청소년학연구*, 24(9), 31-53.
- [14] 백연우(2022). 청소년의 비자살적 자해경험에 대한 질적 메타연구. *청소년학연구*, 29(12), 23-57.
- [15] 강경미(2010). 청소년 자해행동의 치료 및 예방과 기독교 상담학적 방안. *성경과 신학*, 56, 99-123.
- [16] 임경문 · 김혜경 · 백운진 · 이윤주(2020). 청소년 자해에 관한 연구동향. *인문사회21*, 11(1), 717-732.
- [17] 김명숙 · 홍상욱(2022). 대학생의 심리적 안녕감에 관한 연구동향. *산업진흥연구*, 7(4), 25-31.

- [18] 이문영 · 배용순(2020). 청소년 자해 관련 국내 연구 동향. 학교사회복지, 50, 53-78.
- [19] 임현택 · 민병근(1982). 비행청소년의 자해행위에 관한 사회정신의학적 연구. 중앙의대지, 7(1), 47-56.
- [20] 박제민(1991). 반복 자해 청소년의 통각 역치. 신경정신의학, 30(5), 873-884.
- [21] Nock, M. K., & Prinstein, M. J.(2004). A functional approach to the assessment of self-mutilative behavior. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72(5), 885-890.
- [22] Nock, M. K.(2009). Why do people hurt themselves? New insights into the nature and function of self-injury. Current Directions in Psychological Science, 18, 78-83.
- [23] 김수진 · 김봉환(2015). 청소년 내담자의 반복적 자해 행동의 의미탐색: '고통으로 고통을 견디기'. 상담 및 심리 치료, 27(2), 231-250.

김 정 숙 (Kim, Jung Sook)



- 2021년 02월: 영남대학교 가족주거학과 가족복지상담 박사 수료
- 2023년 4월 현재: 달성아동가족상담연구소
- 관심분야: 아동상담, 가족상담
- E-Mail :dongljokan@naver.com

홍 상 옥 (Hong, Sang Ook)



- 2022년 10월 : 영남대학교 생활과 학대학 가족주거학과 교수
- 1990년 3월 : 일본 오사카 시립대학 학술박사(생활복지학전공)
- 현재: 한국복지상담학회 회장
- 관심분야: 가족코칭상담 및 복지, 부모교육
- E-Mail: sanguk@yu.ac.kr