

청소년 생명존중교육 「생명톡톡」의 효과성 검증 연구

이중훈^{1,2} · 유광자³ · 박태희^{4*} · 이미나⁵ · 김은진⁶

¹대구광역시자살예방센터장, ²대구가톨릭대학교 의과대학 정신과학교실 교수, ³경남도립거창대학 간호학과 교수,
^{4*}대구광역시자살예방센터 부센터장, ⁵대구광역시자살예방센터 상임팀장, ⁶대구광역시자살예방센터 팀원

A Study on the Effectiveness Evaluation of Youth Life Respect Education “Life Talk Talk”

Jong-Hun Lee, MD, PhD^{1,2} · Kwang-Za Yu, PhD³ · Tae-Hee Park^{4*} · Mi-Na Lee⁵ · Eun-Jin Kim⁶

¹Daegu Metropolitan Suicide Prevention Center, Center Director

²Dept. of Psychiatry, Daegu Catholic University School of Medicine, Professor

³Dept. of Nursing, Gyeongnam Provincial Geochang College, Professor

^{4*}Daegu Metropolitan Suicide Prevention Center, Vicedirector

⁵Daegu Metropolitan Suicide Prevention Center, Executive Manager

⁶Daegu Metropolitan Suicide Prevention Center, Member

Abstract

Purpose: This study aimed to examine the effectiveness of a suicide prevention education program called “Life Talk Talk” among middle and high school students in D City.

Methods: The educational content of the “Life Talk Talk” program was compiled through nine rounds of consultations and meetings with suicide prevention experts.

Prior to the implementation of the program, consent was obtained from all research participants and their guardians. First, a pilot study was conducted with 100 middle and high school students located in D city, following which the present study was conducted from May to July 2023 with 1,400 middle and high school students in D city.

The effects of the program were evaluated by assessing the changes in suicidal ideation, help-providing abilities, and suicide prevention knowledge in the data collected both before and after the education. Statistical analysis included frequency analysis and a paired-sample t-test.

Results: The final analysis included 1,380 participants. In the general characteristics, 1,079 people (78 %) answered “yes” to the question about suicide prevention education experience.

The study found a significant decrease in suicidal attitudes ($t=-8.92$, $p<.001$) and significant improvements in emotional and cognitive attitudes of participants after the “Life Talk Talk” program. Additionally, all five items related to help-providing abilities ($t=-23.83$, $p<.001$) and suicide prevention knowledge ($p<.001$) showed significant improvement from before the program.

Conclusion: The significance of this study lies in demonstrating the effectiveness of the “Life Talk Talk” suicide prevention education program in reducing suicidal attitudes as well as improving help-providing abilities and suicide prevention knowledge. Therefore, to enhance the effectiveness of suicide prevention education, it is essential to regularly implement concise and engaging educational programs that capture the attention of adolescents.

Key Words : adolescent, life respect education, suicide prevention

*교신저자 : 박태희, dmh2012@dgmhc.or.kr

제출일 : 2023년 8월 4일 | 수정일 : 2023년 9월 19일 | 게재승인일 : 2023년 10월 6일

I. 서론

1. 연구의 배경 및 필요성

우리나라의 자살자 수는 2021년 1만 3,352명으로 전년 대비 157명 증가하였고, 자살률은 인구 10만 명당 26명으로 전년 대비 .3명 증가하였다(Statistics Korea, 2021). 전체적으로 자살률이 2011년 정점을 찍고 2017년까지 감소세로 전환하였다. 하지만, 2021년에는 전년 대비 소폭 증가한 것으로 나타나 코로나19 국가적 재난 상황 이후 앞으로 변화를 지켜볼 필요가 있다(Ministry of health & welfare, 2023).

2021년 우리나라 청소년 사망원인은 고의적 자해(자살), 악성 신생물(암), 운수사고 순으로 자살이 1순위로 나타났으며, 자살은 2011년 이후 현재까지 청소년의 사망원인 1위를 차지하고 있다(Statistics Korea, 2021).

최근 연도 기준(WHO의 2023 Mortality database를 활용하여 한국생명존중희망재단 산출) OECD 회원국 청소년 자살률 평균은 6명이고, 한국은 11.7명(2020년)으로 3위이며, OECD 평균보다 2배 높다(Ministry of health & welfare, 2023). 우리나라 청소년의 자살 주요 원인은 성인과 달리 부모와의 관계, 학업 스트레스, 가정 내의 불화, 교우관계 등의 사회 관계적 요인과 스트레스, 우울 등 심리적인 요인이 작용하고 있다(Kim, 2014). 이러한 문제의 해결을 위한 관심 끌기로 자해를 선택하기도 하고, 실제로 자살을 시도하기도 한다.

국내 청소년 자살률 중 9세 이하 자살률은 5년간 0명을 유지하고 있고, 10대는 2017년(4.7명)에는 4명대였으나, 2018년(5.8명)과 2019년(5.9명) 5명대였고 2020년(6.5명)에는 6명대 2021년(7.1명)에는 7명대로 증가 추세를 보이고 있다. 또, 최근 청소년 자해·자살시도로 응급실에 내원한 10대 청소년 현황을 살펴봤을 때, 청소년의 자살 및 자해 시도는 전년대비 4,442명에서 2021년 5,457명으로 81 %나 치솟았다(Ministry of health & welfare, 2023).

2012년 ‘자살 예방 및 생명존중문화조성을 위한 법률’ 제정 10년이 지났지만, 청소년 자살률은 여전히 높아 현실적인 대안이 절실하다고 볼 수 있다. 청소년기의 자살 시도는 자신을 둘러싼 다양한 내·외적 요인이 영향을 미친다. 불안, 우울, 신체화, 예민함, 자기비하, 충동 등 내

적 어려움(Tan 등, 2018)은 청소년기의 생물학적 취약성과 더불어 자살로 이어질 수 있다. 또한 부모와의 갈등, 친구 관계, 학교폭력, 온라인매체 등은 외적인 요인으로 자살생각에 충동성을 높인다. 청소년기는 성인과 달리 정서적으로 불안하며, 심리적인 갈등을 많이 겪게 되는 시기로 외부의 자극에 대해 상당히 민감하게 반응을 하게 되므로(Kim, 2015), 발달단계의 특성상 충동성이 높은 시기라 할 수 있다. 이러한 충동성은 오랜 시간 자살의 방법과 시기를 고민하기보다 즉흥적인 자살시도로 이어지는 경우가 많다(Lee 등, 2016).

그러므로 청소년이 자살 예방 교육을 통하여 자살사고나 자살 행동에 대한 지식을 습득하여 주변 친구들의 위기 상황을 발견하고, 전문가들에게 의뢰할 수 있는 1차적 활동을 할 수 있는 중요한 역할에 위치에 있다고 할 수 있다.

청소년 자살 예방 게이트키퍼 교육은 중앙자살예방센터에서 인증한 프로그램을 중심으로 실시하고 있는데, ‘보고 듣고 말하기 청소년용’ ‘아이러브유’ ‘친구사이’ ‘생명톡톡’ ‘나! 우리학교 게이트키퍼야’ 등 다양한 프로그램을 찾아 볼 수 있다(Korea Suicide Prevention Center, 2019). 이 프로그램들은 자살 예방의 필수적인 내용으로 위기상황, 위험신호, 보호요인에서 정보제공과 대처방법 등으로 구성되어 있으며, 다만 전달 방법과 내용면에서 차별화되어 있다고 볼 수 있다(Park 등, 2020).

Zalsman 등(2016)은 선행연구를 메타 분석한 결과 학교 기반으로 실시되고 있는 청소년 대상 게이트키퍼 교육이 효과가 있다고 보고하고 있다.

국내에서도 보건복지부에서 제1차 자살 예방 종합대책(2004~2008)과 제2차 자살 예방 종합대책(2009~2013)을 수립하면서 게이트키퍼 교육을 중요한 정책의 하나로 추진한 바 있다. 또한, 올해 보건복지부에서 발표된 제5차 자살 예방 기본계획(2023년~2027년)에 따르면 대상자 맞춤형 자살 예방 추진과제로 청소년 자살 예방 및 생명존중교육 강화가 발표됨에 따라 앞으로도 우리나라의 상황에 맞는 표준화된 프로그램이 필요하고, 자살 예방을 위한 여러 정책 중 게이트키퍼 양성을 통한 지역사회 자살의 조기 발견과 개입은 대부분의 나라에서 핵심적인 자살 예방 정책의 하나이다(Paik 등, 2014). 이와 관련된 D광역시에서는 2013년부터 2022년까지 자살 예방 게

이트키퍼를 238,838명 양성하였으며, 그 중 ‘생명톡톡 교육프로그램’을 활용한 게이트키퍼는 219,266명이 양성되었다. 이는 전체 자살 예방 게이트키퍼 양성(MHIS 정신건강 사례관리시스템)의 92 %를 차지하고 있다.

선행연구를 살펴보면 청소년 대상 게이트키퍼교육 프로그램 후 참여자의 자존감 향상, 자살사고 감소(Shin & Kim, 2013), ‘생명사랑 토티교실’ 프로그램 후 자살 예방 지식수준과 자살태도, 자살 예방 행동 수준의 긍정적인 변화 검증(Lee 등, 2017), 중학생 대상 자살 예방 게이트키퍼 교육프로그램 후 자살생각 감소, 도움 제공 유능감 향상이 되었다고 보고된 바 있다(Park 등, 2020). 선행연구에서 참여자들은 소수의 선택된 학생들이었다. 다수 많은 학생을 대상으로 ‘생명존중교육’의 효과성을 검증한 연구는 드물다.

2. 연구의 목적

본 연구에서는 청소년 생명존중교육 ‘생명톡톡’을 전문가 자문을 통하여 타당성을 확보하고, 교육의 효과성을 검증하기 위하여 청소년을 대상으로 생명존중교육

전·후 자살에 대한 태도, 도움 제공 유능감 및 자살 예방 지식에 차이를 검증하고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구설계 및 가설

본 연구는 청소년에 대한 생명존중교육의 효과를 알아보기 위하여 단일집단 사전·사후 설계를 사용하였다. 본 연구의 가설과 연구모형은 다음과 같다.

가설 1. 생명존중교육 ‘생명톡톡’을 받은 청소년은 교육 이전과 비교하여 자살태도 점수가 높아질 것이다.

가설 2. 생명존중교육 ‘생명톡톡’을 받은 청소년은 교육 이전과 비교하여 도움 제공 유능감이 높아질 것이다.

가설 3. 생명존중교육 ‘생명톡톡’을 받은 청소년은 교육 이전과 비교하여 자살 예방 지식이 높아질 것이다.

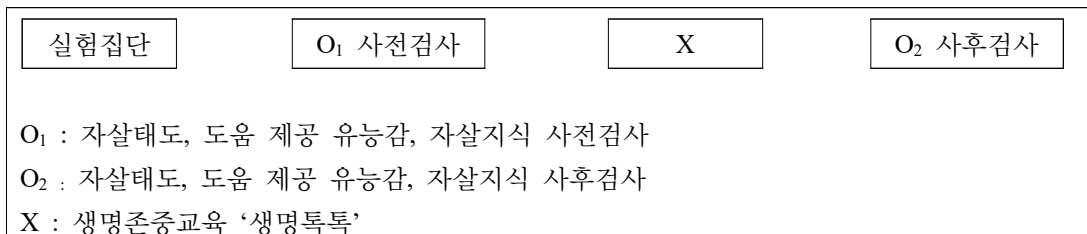


Fig 1. Research design model

2. 연구대상자

연구의 대상자는 D시 전체 중·고등학교를 대상으로 ‘생명존중교육’에 참여 의사를 밝힌 7개 학교 청소년을 대상으로, 교육 전에 담당 교사의 협조로 참여자와 보호자의 동의를 받았다. 표본 수 산출은 G-Power 3.1.9.7 프로그램을 이용하여 단측 검증 시 t-test을 적용하여 효과 크기 .01, 유의수준 .01, 검정력 .90으로 측정 시 필요한 대상자 수는 1,292명이 산출되었으며, 본 연구에는 생명존중교육 ‘생명톡톡’에 참여 의사를 밝힌 1,400명 중 교

육 참여와 설문 조사에 불성실하게 답변한 청소년 20명을 제외한 1,380명의 자료를 활용하였다.

조사 대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 1,380명의 중 성별은 여학생이 전체의 1,024명(74 %)으로 높게 나타났으며, 연령은 15세에서 16세가 586명(42 %)으로 가장 많았다. 동거 가족 수는 3명에서 4명이 사이가 1,057명(77 %)으로 가장 많았으며, 종교는 997명(72 %)이 ‘없다’에 응답하였고, 자살 예방 경험에 대한 질문에 ‘있다’에 1,079명(78 %)으로 높게 나타났다.

Table 1. Demographic characteristics (n=1,380)

Categories		Frequency (%)
Gender	Men	356 (25.80)
	Women	1,024 (74.20)
Age	13-14	419 (30.36)
	15-16	586 (42.46)
	17-18	375 (27.18)
Living together family	2 or below	94 (6.81)
	3-4	1,057 (76.59)
	5-6	216 (15.66)
	7 or above	13 (.94)
Religion	Exist	384 (27.83)
	Not exist	996 (72.17)
Suicide prevention education experience	Exist	1,079 (78.18)
	Not exist	301 (21.82)

3. 실험절차 및 방법

본 연구에 적용된 청소년 대상 생명존중교육은 학급을 기반으로 하는 가장 보편적인 단기 생명존중교육이다. 생명존중교육 ‘생명톡톡’ 프로그램은 2023년 5월부터 7월까지 진행되었다. 본 연구를 실시하기 전에 D시 광역자살예방센터에서는 기초정신건강복지센터에 근무하는 정신건강전문요원을 대상으로 ‘생명톡톡’ 강사양성 과정을 운영하였다. 강사양성을 마친 교육생 16명을

강사로 위촉하고, 교육 내용과 방법의 상이함을 우려하여 구체적인 교육 내용과 진행 방법에 충분히 논의하고, 동일한 교육 내용이 포함된 자료로 모의 시연을 거쳐 교육을 진행하였다.

본 연구에서 활용한 생명존중교육 ‘생명톡톡’은 자살 예방 교육의 질을 높이기 위해 아홉 차례에 걸친 전문가 자문 및 회의를 거쳐 완성되었으며, 2019년 2년의 준비와 철저한 검증과정에 따라 수정·보완을 거쳐 보건복지부 자살 예방 인증프로그램으로 인증을 받았다. 2019년

Table 2. Youth respect for life education manual <Life Talk Talk>

Youth respect for life education manual <Life Talk Talk>			
Training target	Teenager	Handiwork	PPT materials (including videos), workbook
Step	Program operation details		
Introduction (5 minutes)	<ul style="list-style-type: none"> - Instructor introduction - Introduction to the purpose and activities of the program - Warm-up (simple composition to increase attention, such as clapping, meditation, etc.) - Share your feelings 		
All dogs (40 minutes)	<ul style="list-style-type: none"> - Share experiences (ex: school violence, domestic violence, academic pessimism about grades, etc.) - Share how you reacted afterwards and what would happen if we were gone. - Watch the prepared video together and look for signs of suicide. - Share how to cope and how to ask for help - Demonstrate roles by providing specific examples 		
Organize (5 minutes)	<ul style="list-style-type: none"> - Share your thoughts - Final summary 		

개발 당시 D고등학교 학생 1학년 대상 무작위 추출 40명 대상 사전·사후검사에서 정신건강에 대한 인식, 자살 위험신호에 대한 지식과 태도, 대처 행동 및 기술에 대한 평가에서 유의한 결과가 있었다. 연구를 시작하기 전에 D시 중·고등학생 100명을 대상으로 예비연구를 진행하였다. 예비 연구 결과 자살태도, 도움 제공 유능감, 자살에 대한 지식 등에서 유의한 결과가 있었다.

생명존중교육 ‘생명톡톡’을 실시하기 전 담당 교사의 협조를 받아 모든 대상자와 보호자에게 사전에 연구의 목적과 절차에 대해 자세하게 설명하고, 실험 참여에 대한 동의서와 개인정보동의서를 받았다. 선정된 대상자들에게 ‘생명존중교육’의 내용을 사전에 설명하고, 교육 전에 자살태도, 도움 제공 유능감, 자살 예방지식에 대한 정도를 설문지로 측정하였고, 교육 1주일 후 같은 내용으로 사후 측정을 실시하였다. 생명존중교육 ‘생명톡톡’은 청소년을 대상으로 하는 1회기의 보편적인 교육으로, 중학생과 고등학생의 교육내용은 동일하며, 교육시간과 교육내용은 Table 2와 같다.

4. 연구도구

1) 자살에 대한 태도

청소년들의 생명사랑 인식 및 태도를 측정하는 검사는 George 등(1982)이 개발한 자살태도 척도의 요약 버전인 프록시 척도로 Lee 등(2017)이 자살태도의 하위 영역인 정서적태도와 인지적 태도 10문항을 요인분석 통하여 유의하게 적재된 8개 문항이다. Likert 4점 척도이며 ‘매우 동의하지 않음’의 1점에서 ‘매우 동의함’ 4점까지로 점수화(3, 4, 5번은 역문항)되어 있으며 점수가 높을수록 자살에 대한 태도가 긍정적임을 의미한다. 긍정적인 태도는 자살을 해서는 안 되는 행위로 받아들이는 것으로 해석된다. Lee 등(2017)의 연구에서는 Cronbach’s alpha는 .82이었으며, 본 연구의 신뢰도는 .78였다.

2) 도움 제공 유능감 척도

본 연구에서 도움 제공 유능감을 측정하기 위해 Baber와 Bean(2009)이 개발한 자살 문제에 대한 도움 제공 준비도 척도(preparedness to help scale)를 Kim(2013)이 한국

어로 번안한 버전을 그대로 사용하였다. 도움 제공 유능감 척도는 총 4개 문항으로 구성되어 있고, 원척도의 응답 범주는 Likert 5점 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’의 1점에서 ‘매우 그렇다’의 5점까지로 점수화된다. 점수가 높을수록 도움 제공 유능감 수준이 높은 것을 의미한다. 원척도의 내적 일관성 지수인 Kim(2013)의 연구에서 Cronbach’s α 값은 .79이었다. 본 연구에서 Cronbach’s α 값은 .84였다.

3) 자살 예방에 대한 지식

자살에 대한 지식수준은 교육 내용을 바탕으로 5개 문항으로 구성하였으며, Likert 4점 척도로 ‘매우 그렇다’의 4점에서 ‘전혀 아니다’ 1점까지로 점수가 높을수록 자살 예방에 대한 지식수준이 높은 것을 의미한다. 사전·사후 검사 결과에서 점수가 높아질수록 자살 예방교육의 효과성이 있다는 것을 의미한다. 자살 예방에 대한 지식수준척도는 생명존중교육 ‘생명톡톡’교육 내용을 바탕으로 작성한 설문지로서 Cronbach’s α 값은 .45였다.

5. 자료처리 및 통계분석

본 연구의 수집된 자료는 SPSS 23.0을 이용하여 분석하였고, 통계적 검증을 위한 유의 수준은 .05로 하였다. 연구 대상자의 일반적 특성은 빈도(%)분석을 하였고, 자살태도, 도움제공 유능감, 자살 예방 지식수준은 대응표본 t-test 검정을 실시하였다.

Ⅲ. 결 과

1. 생명존중교육 전·후 자살태도

생명존중교육의 효과성 검증을 위해 교육 전·후 자살태도에 대한 효과성을 검증한 결과 통계적으로 유의미하게 높게 나타났다($t=-8.93$, $p<.001$). 하위요인인 정서적 태도는 교육전보다 유의미하게 높았으며($t=-8.76$, $p<.001$) 인지적 태도에서도 교육 전보다 유의미하게 높게 나타났다($t=-7.72$, $p<.001$)(Table 3).

Table 3. Suicidal attitude before and after respect for life education (n=1,380)

Categories	Pre-inspection		Post-inspection		t	p
	M	SD	M	SD		
Suicidal attitude	27.01	3.82	28.10	3.95	-8.93	.000
Emotional attitude	13.61	2.05	14.09	2.12	-8.76	.000
Cognitive attitude	13.40	2.12	14.01	2.11	-7.72	.000

2. 생명존중교육 전·후 도움 제공 유능감

청소년 생명존중교육 ‘생명톡톡’ 프로그램 실시하기 전 도움 제공 유능감의 사전점수 평균13.62(SD=13.62),

사후검사 평균16.78(SD=16.78)으로, 교육 이후 유능감이 높게 나타나 유의확률 $p<.000$ 수준에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났다(Table 4).

Table 4. Before and after respect for life education competence in providing help (n=1,380)

	Pre-inspection		Post-inspection		t	p
	M	SD	M	SD		
Ability to provide help	13.62	13.62	16.78	16.78	-23.83	.000

3. 생명존중교육 전·후 자살 예방에 대한 지식

생명존중교육 전·후 자살 예방에 대한 지식의 변화를 살펴보면 자살 원인($t=-55.60, p<.001$), 자살 증상과 징후($t=-11.10, p<.001$), 자살에 대한 질문($t=-12.06, p<.001$), 비

밀 요청에 대한 대처($t=-19.58, p<.001$), 도움 받을 수 있는 기관($t=-24.21, p<.001$)에 대한 점수가 유의하게 높게 나타났다(Table 5).

Table 5. Knowledge of suicide prevention before and after life respect education (n=1,380)

Categories	Pre-inspection		Post-inspection		t	p
	M	SD	M	SD		
Causes of suicide	1.81	.73	3.39	.73	-55.60	.000
Signs and symptoms of suicide	3.26	.69	3.54	.65	-11.10	.000
Questions about suicide	2.76	.89	3.17	.91	-12.06	.000
Responding to confidential requests	2.16	.98	2.92	1.06	-19.58	.000
Organizations that can help	2.73	.85	3.44	.67	-24.21	.000

IV. 고찰

본 연구는 생명존중교육의 프로그램의 효과성 검증을 위하여 D시 소재 7개 학교 1,380명을 대상으로 50분간 생명존중교육 프로그램을 중재하여 자살태도, 도움 제공 유능감, 자살 예방지식 등을 알아보고자 실시한 단일집

단 사전·사후 설계이다. D시 소재 7개 중학교와 고등학교를 무작위 배정하여 진행하였다. 본 연구 결과를 바탕으로 논의하면 다음과 같다.

일반적 특성을 살펴보면 생명존중교육 경험이 ‘있다’고 답변한 대상자가 78 %으로 Park 등(2020)의 연구에서 나타난 53 %보다 높게 나타났다. 이는 최근 다양한 플랫폼

품을 통해 교육의 접근성이 높아졌고, 학교, 가정, 기초 정신건강복지센터와의 협력이 강화되고 있어 청소년들이 생명존중교육의 기회가 높아졌다고 볼 수 있다.

생명존중교육에 참가한 청소년의 사전·사후 자살에 대한 태도가 차이가 있었으며, 교육이후 자살에 대한 태도 점수가 긍정적으로 변화되었음을 알 수 있었다. 이러한 결과는 Lee 등(2020) 3명이 실시한 2회기 청소년 자살 예방 교육프로그램 효과성 검증에서 나타난 결과와 유사하였다. Lee와 Oh(2014)의 청소년 대상 학급 단위 자살 예방 프로그램 후 자살태도에 미치는 효과는 유의미하지는 않았지만, 긍정적으로 증가하였고, Park 등(2020)의 청소년 자살 예방 게이트교육 개발 및 효과연구에서는 실험군의 자살생각 점수는 대조군에 비해 유의하게 높아졌다는 결과가 있었다. 자살에 대해 기존에 생각하고 있던 잘못된 생각이나 태도의 변화는 자살 예방에 매우 중요하다. Lee 등(2021)의 연구에서도 자살태도는 자살 행동에 크게 영향을 미치는 것으로 나타났는데 자살에 대해 간섭하면 안 되는 것이 보편적이라고 생각할수록 자살생각은 높아졌다. 성인보다 청소년은 자살에 대해 허용적인 태도를 보이며, 자살시도를 했던 청소년은 좀 더 허용적이고, 자살과 관련된 외상이 없는 경우 자살을 이해하지 못하는 태도를 보였다. 자살에 대해 허용적인 태도를 보일 경우 자살 위험은 증가하는 것으로 나타났다(Lee 등, 2021; Yoon, 2016). 그러므로 자살 예방에 대한 지식과 더불어 올바른 자살태도를 함양하는 것은 주변의 자살 위험군 발견 시 직접적인 개입을 할 수 있는 행동 변화의 원천이 될 수 있다.

생명존중교육 사전·사후 도움 제공 유능감이 사전에 비하여 3.16점 높아져 유의미하게 나타났다. Park 등(2020)이 연구한 청소년 대상 자살 예방 교육의 효과에서 나타난 1.16점보다 높았고, Ryu(2017)의 게이트키퍼 교육 이후 나타난 결과와도 일치한다. 이러한 결과를 볼 때 참여자들이 교육을 받은 이후 주변에 자살 위험을 보이는 동료를 도와 줄 수 있다는 자신감이 높아진 것으로 판단된다. 청소년기는 부모가 인지하기 어려운 자살 위험신호를 쉽게 발견할 수 있는 시간적, 공간적 장점이 있다(Park 등, 2020). 본 연구의 생명존중교육은 위험에 처해 있는 동료에게 어떻게 다가가고, 무엇을 해야 할지에 대해 다양한 방법을 애니메이션으로 표현하여 청소년들의 이해도를 높였다.

청소년의 도움 제공 유능감을 높이기 위해서는 적극적으로 동료들과 소통하고, 동료를 이해하고 공감하기, 청소년이 위기상황에서 적극적인 대처를 할 수 있는 다양한 프로그램 개발이 필요하다. 도움 제공 유능감을 강화시킬 수 있는 청소년들이 선호하는 애니메이션, VR, 게임 등의 다양한 콘텐츠 개발이 요구된다.

생명존중교육 사전·사후 자살 예방에 대한 지식에 대한 질문 5개 문항의 점수는 사전과 비교하면 모두 상승하였다. 자살 원인, 자살 증상이나 징후, 자살에 대한 질문 필요성, 자살에 대한 비밀 요청에 대한 대처, 자살시도 시 도움을 요청할 기관에 대한 점수가 모두 유의하게 높게 나타났다. 그러나 5개의 문항으로 구성된 도구의 신뢰도는 미비하였다. 이는 Lee 등(2017)의 연구에서도 도구의 신뢰성은 떨어졌지만 결과는 유의하였다. 자살 예방에 대한 지식 문항 중 자살 원인에 대한 지식은 1.58점 상승하여 가장 높게 점수가 오른 것으로 나타났다. 청소년의 자살 원인은 개인·가정·학교와 관련된 복합적 요인에 의해 발생한다. 하지만 자살을 사회 전체의 문제로 함께 해결해야 할 문제라기보다 개인의 의지와 관련된 문제로, 치부하는 경향이 있다(Lee & An, 2015). 생명존중교육을 통하여 청소년들의 복합적인 문제를 이해하고 자살 원인에 대해 좀 더 깊이 있게 이해할 수 있었다고 사료 된다. 또한, 자살생각에 대한 비밀 유지 요청 시 ‘지킬 수 없다’에 대한 응답 점수가 사전보다 사후 점수가 76점 높게 나타났다. 청소년들은 주변 동료의 고민을 듣고 다른 사람들에게 공개한다는 것이 정보 누설로 오인할 수 있다. 자살에 대한 적극적인 개입이 중요하고 특히 전문적인 도움이 강조되므로 복합적인 원인을 가진 청소년 자살 예방을 위해서는 지역사회, 가족, 학교, 전문 기관 등에서 통합적인 개입이 필요하다고 사료 된다.

청소년을 대상으로 실시되는 자살 예방 교육은 5회기 이상의 중·장기프로그램(Lee & Oh, 2014; Shin & Kim, 2013)이 다수였다. 이러한 프로그램은 실제 학교 현장에서 적용이 어려울 수 있으며, 시간이 늘어날수록 학생들의 흥미와 집중도는 떨어질 수 있다. 본 연구에서 생명존중교육은 교실 단위에서 실시된 보편적인 생명존중교육으로 청소년기 자살 위험요인인 부모 관계, 친구 관계,

경제적, 외모 스트레스 등 다양한 요인(Kim & Cho, 2019)을 다루기에는 한계점이 있다. 하지만 짧고 효율적인 형태의 생명존중교육 ‘생명톡톡’을 통하여 청소년들의 생명존중에 대한 인식을 높이고, 자살 위험성 있는 주변인들에게 도움을 줄 수 있는 방법을 습득함으로써 자살 예방에 긍정적인 효과가 있다고 사료 된다.

V. 결론

본 연구는 청소년 생명존중 교육의 효과성을 검증하고자 자살태도, 도움 제공 유능감, 자살 예방 지식에 대한 중재 전과 중재 이후 사후조사를 비교하여 차이를 알아보고자 하였다. 생명존중 교육 중재 전과 후 사후조사를 비교한 결과 자살태도, 도움 제공 유능감, 자살 예방 지식에서 유의한 차이가 있음을 확인하였다. 생명존중 교육이 청소년의 자살 예방을 위한 보편적인 교육으로 유용하게 활용되기 위해서는 짧고 효율적인 다양한 콘텐츠 개발이 요구된다. 또한, 대조군을 선정할 지속적인 후속 연구가 필요하다.

참고문헌

Baber K, Bean G(2009). Frame works: a community based approach to preventing youth suicide. *J Commun Psychol*, 37(6), 684-696. <https://doi.org/10.1002/jcop.20324>.

George D, Daniel M, Laurie W, et al(1982). Attitudes toward suicide: a factor analytic approach. *J Clin Psychol*, 38(2), 257-262. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198204\)38:2<257::AID-JCLP2270380205>3.0.CO;2-I](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198204)38:2<257::AID-JCLP2270380205>3.0.CO;2-I).

Kim DH(2015). The effects of parental abuse and academic stress on adolescents' suicide ideation: mediating effect of aggression. *Korean J Youth Stud*, 22(11), 487-515.

Kim HS(2013). The effects of suicide related factors among female senior university students on helping behaviors:

focus on help-seeking and help-giving. *Korean J Soc Welfare Educ*, 21, 96-113.

Kim MK, Cho KW(2019). Factors affecting health risk behaviors, suicidal ideation, suicidal plans and suicidal attempts in adolescents. *Korean J Health Educ Promot*, 36(3), 61-71. <https://doi.org/10.14367/kjhep.2019.36.3.61>.

Kim WK(2014). Suicidal ideation of Korean elementary, middle, and high school students psychological variables that affect. *Stud Korean Youth*, 25(3), 199-231.

Lee GS, Jang EE, Kim EY(2016). Development of a suicide prevention program for adolescents. *Korea J Youth Counsel*, 24(2), 99-124. <https://doi.org/10.35151/kyci.2016.24.2.006>.

Lee HN, An ST(2015). Korean society's perception toward suicide: "us" and "them" represented in a tv documentary. *Health Soc Welfare Rev*, 35(4), 309-343. <https://doi.org/10.15709/hswr.2015.35.4.309>.

Lee JI, Oh SG(2014). The effects of 'suicide prevention program' on suicidal risk, suicidal attitudes of adolescent. *Youth Culture Forum*, 37, 81-101. <https://doi.org/10.17854/ffyc.2014.01.37.81>.

Lee MS, Yun MK, Kim SY, et al(2017). A study on the effectiveness of adolescent's suicide prevention program. *J Korean Neuropsychiatr Assoc*, 56(3), 127-134. <https://doi.org/10.4306/jknpa.2017.56.3.127>.

Lee SE, Lee EJ, Ham OK(2021). Effects of suicidal attitudes, perception of life, and depression on adolescents' suicide. *J Korea Converg Soc*, 12(7), 305-315. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2021.12.7.305>.

Lee SJ, Kim SA, Kim GU, et al(2020). Relationships among suicide traumatic experiences, attitudes toward suicide, depression, self-efficacy, and social support in general adults. *J Korean Acad Psych Mental Health Nurs*, 29(1), 1-13. <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2020.29.1.1>.

Paik JW, JO SJ, Lee SJ, et al(2014). The effect of Korean standardized suicide prevention program on intervention by gatekeepers. *J Korean Neuropsychiatr Assoc*, 53(6), 358-363. <https://doi.org/10.4306/jknpa.2014.53.6.358>.

- Park SW, Seo CH, Lee SK, et al(2020). Development and effectiveness of suicide-prevention-gatekeeper-education program for adolescents. *Korean J Youth Welfare*, 22(2), 115-137. <https://doi.org/10.19034/KAYW.2020.22.2.05>.
- Ryu JH(2017). A study of effects of the qpr suicide prevention gatekeeper program. Graduate school of Yongmoon University, Republic of Korea, Master's thesis.
- Shin EJ, Kim HS(2013). Relationships with friends, and suicide probability for high school students. *J Korean Acad Psychiatr Mental Health Nurs*, 22(3), 241-251.
- Tan L, Xia T, Reece C(2018). Social and individual risk factors for suicide ideation among Chinese children and adolescents: a multi level analysis. *Int J Psychol*, 53(2), 117-125. <https://doi.org/10.1002/ijop.12273>.
- Yoon GS(2016). The influence of attitude toward suicide on suicidal ideation and behavior of Korean college students. Graduate school of Jeonju University, Republic of Korea, Master's thesis.
- Zalsman G, Hawton K, Wasserman D, et al(2016). Suicide prevention strategies revisited: 10-year systematic review. *Lancet Psychiatry*, 3(7), 646-659. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(16\)30030-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(16)30030-X).
- Korea Suicide Prevention Center. Introduction to suicide prevention certification program, 2019. Available at <https://www.kfsp.or.kr/web> Accessed February 25, 2023.
- Ministry of health & welfare. Korea foundation for suicide prevention, 2023. Available at https://www.kfsp.or.kr/web/board/15/1100/?pMENU_NO=249 Accessed February 25, 2023.
- Statistics Korea. The statistics of causes of death in Korea(2021) Daejeon: statistics Korea, 2022. Available at <https://kosis.kr/index/index.do> Accessed February 25, 2023.