

상담ISC

청소년 사회심리적외상(PTSD) 대응체계 구축 및 종사자 관련역량 확보방안



상담인적자원개발위원회

청소년의 심리적 어려움이
해를 거듭할수록 심화하고 있습니다.

특히 세월호, 지진, 태풍이라는 큰 재난과
친구, 가족 등 가까운 사람의 죽음(자살 또는 사고)이라는
상실감으로 인한
심리적 트라우마 경험이 증가하고 있습니다.



외상경험이란?

- 외부적인 충격으로 인해 개인의 실제적이거나 위협적인 죽음, 심각한 상태 또는 신체적 안녕을 위협하는 사건을 직접 본인이 경험했거나 다른 사람에게 일어나는 것을 목격한 경우
- 그로 인한 강렬한 두려움, 무기력감, 공포 등의 감정을 경험한 경우 포함

트라우마(Trauma)란?

- 사고나 사건으로 인한 정신적인 충격 때문에 불안해지고 무력감을 느끼며 마음의 상처로 남는 것
- 그리스어로 '상처'라는 뜻, 일반적인 의학용어로는 '외상'이라는 뜻, 심리학에서는 '심리적 외상'이라는 뜻

외상 후 스트레스 장애(PTSD)란?

- 외상경험 이후 신체 항상성이 깨져 과도한 놀람 반응, 사건과 관련된 침습적 기억의 회상, 수면의 어려움, 과잉 각성 상태의 지속 등 스트레스 반응이 지속되는 것
- 외상 발생 이후 대부분은 한 달 이내 반응이 감소하지만, 일부는 자발적 회복 없이 스트레스 반응이 지속되는 심리적 후유증 등이 이어짐



청소년이 경험하는 정신건강 문제 유형을 볼까요?

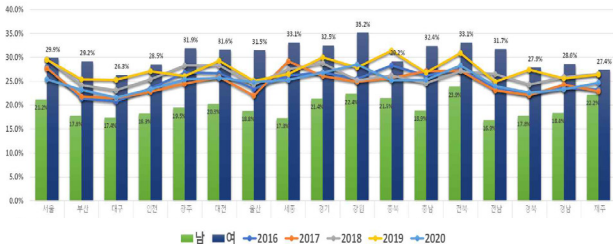
구분	전체	성별		연령별			
		남자	여자	15-19세	20-29세	30-39세	40-49세
수일간 지속되는 우울감	30.3	24.6	36.2	32.5	38.9	37.1	30.2
생활에 불편을 줄 정도의 기분 변화	30.2	26.0	34.6	36.5	38.8	38.7	30.7
자제할 수 없는 분노표출 (폭력 행위 등)	13.7	13.9	13.5	12.6	12.5	21.5	15.9
수일간 지속되는 불안	27.9	23.5	32.4	33.0	33.6	35.4	26.0
수일간 지속되는 불면	24.9	22.6	27.3	18.1	28.5	35.7	23.5
심각한 스트레스	37.6	33.7	41.6	45.6	44.5	49.5	36.2
자살생각(진지하고 구체적으로)	9.5	8.5	10.6	14.0	13.5	9.8	10.2

(국가 정신건강 현황 보고서, 2019 조사)

‘심각한 스트레스 경험’ 응답 비율이 45.6%로 가장 높습니다!

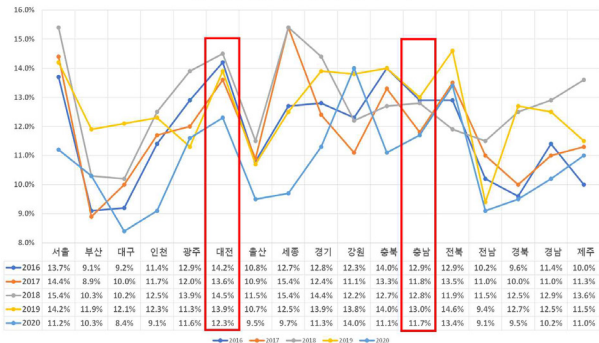


그러면 청소년의 우울감 경험률은 어떨까요?



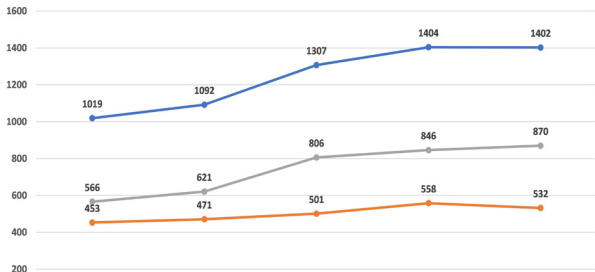
청소년 우울감은 최소 2주 이상 흥미를 잃고 일상생활을 영위하기 힘들 정도로 우울감을 경험하는 것을 의미합니다.

그러면 청소년의 자살 사고율은 어떨까요?



전국 청소년 10명 가운데 1명은 지난 1년간 극단적인 선택을 한 차례 이상 생각하고, 이들 중 일부는 실제 자살 시도까지 한 것으로 조사됐습니다(2020년 기준).

그러면 청소년의 외상 후 스트레스 장애 현황은?



(건강보험 심사평가원, 2021 진료 인원)

최근 5년간 PTSD 진료를 받은 10~19세 아동·청소년은
연평균 약 7.6% 증가했습니다.

남학생은 연평균 약 3.5%, 여학생은 연평균 약 10.8% 증가했습니다.

이에 따라

현재 청소년상담복지센터를 중심으로

여러 청소년 관련 상담기관에서 청소년 사회심리적외상에 관한
상담 및 지원을 위해 노력하고 있습니다.

하지만 아직까지 부족한 점이 많은 게 현실인데요.

현장전문가들과 논의한 결과

우리의 현황은 다음과 같습니다!



청소년 사회심리적외상 지원사업 현황

인식 부족

- 가정·학교·지역사회에서 사회심리적외상(PTSD) 개념 알고, 심리·정서적 변화 고려한 교육과 상담 필요성 인식해야

인력운영의 부적절성

- 기존 상담인력이 일상적 업무로 수행하기에는 높은 전문성 요구하므로 관련 사업 정착시키고 활성화시킬 수 있는 전담인력 필요

상담사 소진 예방에 대한 인식 및 지원 미비

- 외상사건 개입은 상담사로서도 심리적 소진이 크므로, 2차 외상사고로 이어질 우려

시스템 미흡

- 긴급대응체계 운영 시 컨트롤타워 전문기관 필요
- 청소년트라우마 예방교육 및 긴급 개입에 대한 요구는 증가 추세인 반면 사업 운영에 필요한 시스템 구축 미흡

청소년 사회심리적외상에 대한 지원은 확대되어야 합니다!

청소년 사회심리적외상 지원 발전방안

법제화

- 지엽적 상담 및 지원을 국가 차원의 체계적·포괄적 정책으로 발전
- 청소년 사회심리적외상에 대한 법적 근거 마련해 국가와 사회의 책무성 강화

범부처 협력체계 구축

- 범부처에 중요성과 민감도 인식시켜 지원방안 마련
- 범부처 협력체계 및 전달체계 구축 통해 다각적·효과적 지원정책 실행

지원체계 구축

- 지역사회 내 긴급대응체계 구축 통한 다학적·다각적 접근 필요
- 컨트롤타워 기능 명시해 책임과 권한 부여함으로써 집행력 공고히

청소년 사회심리적외상에 대한 지원은 확대되어야 합니다!

청소년 사회심리적외상 지원 발전방안II

전문상담사 양성 시스템 구축

- 외상상담 전문가 양성 위한 근본적 교육정책 도입 교육훈련기관 및 연구기관 부족해 전문가 양성 기회 제한적
- 각 대학 교육과정 내 심리적외상상담 영역 추가하고, 학회 차원에서도 전문가 양성 및 관리 시스템 마련

전문상담사 소진예방 지원

- 상담자의 심리적 치유 및 소진 위한 법적근거 마련해 상담사의 심리 건강권 확보

실태 및 지원방향 연구

- 심리적 회복의 골든타임 놓치면 외상후스트레스장애로 발전
- 청소년 심리적외상에 대한 실태조사 실시해 사회적 공감대 형성
- 실태조사 및 연구조사 실시해 현황 점검하고, 다각적 기관 협력으로 적절한 지원방안 마련해 효과성 검증

