

## 청소년 자해, 자살 사고, 자살 시도 경험에 대한 질적 연구\*

박 경 은

세명대학교 / 조교수

이 동 훈†

성균관대학교 / 교수

본 연구는 청소년 자해 및 자살 사고·자살 시도 경험에 대한 본질이 무엇인가를 탐구해 보기 위한 목적에 의하여 수행되었다. 이를 위해 자해 및 자살 사고·자살 시도 경험이 있는 청소년 20명과의 인터뷰를 실시하였고, 그 자료를 질적 연구 분석 방법 가운데 현상학을 통하여 분석하였다. 그 결과, 29개의 소주제와 9개의 대주제가 도출되었다. 본 연구의 참여자들은 ‘살아 있음을 일깨우기 위한 몸부림, 비자살적 자해’, ‘고통스러운 감정의 살풀이, 자살적 자해’, ‘갑자기 찾아온 자살 사고의 침습’, ‘시도를 준비하는 자살 사고의 축적’, ‘이성과 감정이 누락된 충동성, 자살 시도’, ‘목적이 이끄는 최후의 수단, 자살 시도’, ‘갈 길을 잃은 종착지, 자살 시도’, ‘초점의 변화와 희망을 발견한 내면의 힘’, ‘환경의 변화와 지지를 통한 외부의 조력’을 경험한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 앞선 연구들에서 밝히지 못한 비자살적 자해와 자살적 자해 경험의 차이 및 자살 사고를 넘어 자살 시도를 하게 되는 경험적 요소를 드러내 주었다는데 의의가 있다. 이를 선행연구와 비교 분석하는 가운데 논의하였고, 한계점 및 향후 추가되어야 할 연구에 대해서도 제시하였다.

주요어 : 청소년, 자해, 자살 사고, 자살 시도, 질적 연구

\* 이 논문은 2021년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (NRF-2021S1A3A2A02089682).

† 교신저자 : 이동훈, 성균관대학교 교육학과 교수, 외상심리건강연구소장, 서울특별시 종로구 성균관로 25-2 호암관 51112호, Tel: 02-760-0558, E-mail: dhlawrence05@gmail.com



Copyright ©2023, The Korean Counseling Psychological Association  
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

2022년 대한민국은 여전히 자살률 1위의 불명예를 안고 있다. 대한민국의 자살률은 OECD회원국 중 최고 수준으로, 인구 10만 명당 약 24.6명이 고의로 목숨을 끊는 것으로 나타났다. 가장 최근에 발간된 2022자살예방 백서에 의하면, 청소년 자살률은 OECD회원국 중 10위에 해당하지만, 10년이 넘도록 대한민국 청소년 사망 원인의 제 1순위는 자살(고의적 자해)에 의한 것으로 알려져 있다. 2019년 통계청 자료에 의하면 10세에서 19세 청소년의 자살은 2016년 744명이었던데 반해 2019년 876명으로 증가하였다. 2020년에는 전체 자살 사망자가 감소세를 보였으나, 10대에서 30대 청소년을 비롯한 청년층의 자살 증가세는 계속 이어지는 것으로 나타났다(중앙자살예방센터, 2020). 청소년의 자살로 인한 사망자 수의 성비는 여성이 47.4%, 남성이 52.6%로 나타나 남녀 성비의 차이는 크지 않은 것으로 나타났으나, 10대 남자 청소년의 자살률은 전년 대비 18.8%, 20대 10.2%, 30대 2.6%를 훨씬 증가하는 것으로 나타나 전년 대비 자살률이 상당히 높아지는 것을 알 수 있었다.

청소년의 자살을 보다 깊이 이해하기 위해서는 최근 청소년들 사이에 큰 문제가 되고 있는 자해를 비롯한 자살 사고와 자살 시도를 다각적으로 살펴볼 필요가 있다. 자해와 자살 사고, 자살 시도는 자살로 이어질 수 있는 주요한 변인이기 때문에, 이를 예방하고 대처하기 위한 대안을 찾기 위해서는 청소년들의 자살과 관련된 경험을 깊이 탐색해 볼 필요가 있다. 자해는 자살의 직접적인 경로로 이어지지 않을 것이라 생각할 수 있지만, 자해 또한 자살로 이어질 수 있고(Klonsky et al., 2013), 청소년의 자살 사고는 충동적 자살 시도로 이어질 수 있는 위험이 높은 것으로 알려져 있

다(이귀숙 등, 2016). 청소년 시기의 자살 시도는 이후 반복된 자살 시도로 이어질 위험성이 높아 더욱 관심을 기울일 필요가 있다(Reinherz et al., 2006). 자살 시도는 강력한 자살예측 변인으로(김정진, 2009; 김현순, 김병석, 2008; Maris et al., 2000), 자살 시도를 했던 사람은 4년 이내 그렇지 않은 사람에 비해 자살의 위험성이 약 30배 이상 증가하는 것으로 나타났다(Cooper et al., 2005). 청소년의 자살을 추적 조사하였던 연구에서는 1년 안에 자살 시도를 한 청소년의 재시도가 30%에 달한다는 결과를 보여주기도 했었다(Kidd et al., 2006). 청소년 자살에 영향을 미칠 수 있는 자해, 자살 사고, 자살 시도 각각의 변인과 관련된 연구들을 순차적으로 살펴보면 다음과 같다.

먼저 최근 청소년의 자해는 비자살적 자해와 자살적 자해로 나누어 살펴보면, 비자살적 자해 또한 자살로 이어질 위험성이 있어 주의가 필요하다(Klonsky et al., 2013; Joiner, 2005). 청소년의 낮은 스트레스 대처 능력 및 충동성은 자신의 신체 일부를 훼손하는 자해 행위로 이어지기도 한다. 이러한 행위는 최근 청소년들 사이에 유행처럼 번져나가 자해계(자해 하는 계정), 자해러(자해 하는 사람), 패션자해(패션과 같이 자해를 과시하는 것)와 같은 신조어가 등장했을 뿐 아니라(오윤서, 장유진, 2021), 해가 더해갈수록 자해를 시도하는 청소년의 수가 증가하여 더욱 큰 사회문제가 되고 있다(서미 등, 2020). 자해 행위로는 칼로 베거나 긁기, 태우기, 할퀴기, 때리기, (깨)물기, 피부 벗기기, 머리 뽑기 등이 있으며(Gratz & Chapman, 2007; Skegg, 2005), 여자 청소년이 남자 청소년에 비해 자해시도를 더 많이 하는 것으로 알려져 있다(Ross &

Heath, 2002).

청소년의 자해는 주변의 관심과 주의집중을 얻기 위한 동기로 치부되기도 했으나, 대부분의 동기는 우울, 불안, 분노, 좌절감 및 자기 혐오 등 심리 내면에 다스리기 힘든 정서를 잠재우기 위한 것으로 알려져 있다(Brausch & Gutierrez, 2010; Fox & Hawton, 2004; Penn et al., 2003; Ross & Heath, 2003; 오윤서, 장유진 2021). 그중에서도 불안은 자해의 전조 심리로 알려져 있는데(Haines & Williams, 2003), 신체적 통증과 피를 보는 행위를 통해 극도의 스트레스로 인해 야기된 심리적 고통이 줄어들 수 있다고 하였다(Froeschle & Moyer, 2004). 또한, 과도한 정서적 압박에 의해 해리 증상을 보일 때 자해를 통해 살아있음을 느끼게 될 수도 있다고 하였다(Yip, 2005). 자해는 상당히 중독성이 강한 행동으로, 신체의 손상을 치유하기 위해 활성화되는 엔도르핀의 생리적 영향(Galley, 2003) 및 긴장이 완화되는 심리적 경험의 강화(Haines & Williams, 2003)로 반복될 수 있다.

청소년 자해와 관련된 질적 연구들은 대부분 비자살적 자해와 관련된 것을 다루고 있다. 서미 외(2019) 연구에 의하면 비자살적 자해를 경험한 청소년들은 스트레스와 부정적 정서 및 감정 억제가 심한 상황에서 자해를 한 것으로 나타났다. 청소년기 자해 경험에 대한 합의적 질적 연구를 수행한 이인숙과 박재연(2021)의 연구에서도 대부분의 참여자들은 고통스러운 현실에서 자해를 반복적으로 생각하고, 우울하고 무가치한 감정과 생각에 휩싸여 자해를 시도하는 것으로 나타났고, 대부분의 참여자들은 피를 보는 것이 아프고 두려운 것이라고 하였다. 또한, 일부 참여자들은 부모님이 슬퍼하실 것을 상상하면서 기분이 좋아

지기도 하고 피를 보면서 무언가 해냈다는 카타르시스를 느끼게 되었다고 하였다. 대부분의 참여자들은 자해 이후 흉터를 부끄러워하고 한심함과 후회를 느끼며 자신의 행동을 감추는 것으로 나타났다. 김지윤 등(2020)의 연구에서도 청소년기의 비자살적 자해를 했던 참여자들은 신체적 고통을 통해 자살에 대한 두려움을 느끼고 칼과 피에 대한 두려움과 공포에 압도되며 자해에 대한 후회와 죄책감을 느꼈다고 하였다. 반면, 자해를 하는 당시의 심리 정서적 경험으로는 스트레스가 증폭된 상황에서 비자살적 자해를 통해 정서를 표출하고, 이를 통해 정서가 조절되는 경험을 하는 것으로 나타났다. 한편, 비자살적 자해와 자살적 자해를 비교할 수 있는 연구는 소개된 것이 없어 이를 보완할 수 있는 연구가 필요하다.

청소년의 자살 사고는 성인과는 다른 몇 가지 특징이 있다. 먼저, 청소년 시기의 발달적 특성에 해당하는 ‘충동성’은 기질이나 성격적 특성과는 다른 위험요인이 될 수 있다. 청소년은 주변의 사소한 자극이나 스트레스를 예민하게 받아들이고(김도희, 2015), 스트레스를 적절히 해소하기보다는 참거나 회피하는 방식으로 대처하는 경우가 많다(지승희 등, 2008). 또한, 청소년의 자살은 다른 연령대와 달리 스트레스가 다른 심리적 증상을 유발하지 않은 상태에서 자살 사고로 이어지는 충동적인 특성이 있고(김현순, 김병석, 2008), 자살의 여러 방법과 시기를 오랜 시간 고민하기보다는 자살 사고가 즉흥적인 자살 시도로 이어지는 경우가 많아 주의가 필요하다(이귀숙 외, 2016). 이러한 청소년의 특성을 이해할 수 있는 질적 연구는 미흡하여 자살 사고 및 자살 시도 경험이 있는 청소년의 실제 경험을 생생

한 목소리로 담은 연구의 필요성이 제기되어 왔기 때문에(천성문, 함경애, 2015) 본 연구에서는 이를 보완하고자 한다.

청소년정책연구원의 보고(서고운, 2021)에 의하면 청소년의 자살 사고에 영향을 미친 요인에는 우울, 불안, 학교폭력의 경험, 학업 스트레스와 부모의 학대 및 방임 등이 있다. 먼저 자살을 매개하는 심리정서적 변인으로 우울은 상당히 강력한 매개 변인으로 지목되어 왔다(강은실 등, 2004; 김교현, 2004; 전홍진 등, 2013; Fotti et al., 2006). 그러나 성인의 우울과 달리 청소년의 우울은 분노, 짜증 등의 외현화된 심리적 특성으로 나타날 수 있고, 알콜 및 약물남용의 문제(Hawton et al., 2012)를 비롯해 비행의 문제 행동을 수반하고 있어 초기의 정확한 진단과 개입이 이뤄지지 못하는 경우가 많다. 또한, 청소년 시기의 관계 어려움을 수반하는 사회 불안 요인을 비롯해 불안과 분노 등은 자살의 위험성을 높일 수 있다(Miller & Taylor, 2005), 특히, 청소년의 분노는 타인에 대한 보복의 심리로 이어져 자신의 죽음을 통해 타인의 죄책감을 불러일으키려는 수동 공격성이 내재된 특성이 있다(지승희 외, 2008). 높은 불안과 충동성, 감정 억압이 자살 사고 및 시도를 한 청소년들에게 주요하게 나타났음을 밝힌 연구(김현미, 2019)들이 있지만, 우울에 비해 다른 정신건강의 어려움은 많이 조명되지 못한 현실에 있다. 또한, 대다수의 연구들은 양적 연구 방식을 통해 자살을 매개하는 변인으로 우울을 다루고 있어, 성인의 우울과는 다른 청소년의 독특한 우울의 현상들을 생생하게 드러내 줄 수 없는 한계가 있었다.

심리정서적 요인 이외 외적 요인으로는 교우관계의 어려움(오승환, 이창한, 2010; 정익중

등, 2010)을 비롯해 학교폭력 피해 경험이 지목되고 있는데, 이러한 요인들은 자살 생각에 대한 충동을 높이는 것으로 알려져 있다(Turner et al., 2012). 한국청소년정책연구원에서 실시한 연구 결과(서고운, 2021)에서는 학교폭력 피해 경험이 자살 사고에 영향을 미치지 않지만, 자살 시도에는 유의미한 영향을 보이지 않아 추가적인 연구가 필요하다. 한국의 과도한 입시경쟁과 학업 스트레스는 청소년의 자살 위험을 높일 수 있는 요인으로 지목됐었다(김기환, 전명희, 2000). 학벌 중심의 사회 경쟁적 분위기를 비롯해 학업에 대한 과중한 압박은 청소년 자살 원인의 1순위로 지목되기도 했는데, 학업 스트레스는 극심한 우울을 야기하고, 이는 자살 사고와 극단적인 시도로 이어질 수 있다(박재연, 2010). 또한, 부모의 부부갈등 및 학대의 문제는 자살 사고 및 시도와 깊은 연관이 있는 것으로 알려져 있다(김원경, 2014; 김재엽 등, 2020; 오승환, 이창한, 2010).

자살 시도는 청소년을 둘러싼 다양한 내외적 요인이 영향을 미친다. 청소년의 우울, 불안, 예민함, 신체화, 자기비하, 충동성 등의 개인 내적 어려움(Tan et al., 2018)은 생물학적 취약성 및 환경적 취약성과 함께 발현될 때 자살의 경로로 이어질 수 있다(Underwood & Arango, 2011). 앞서 언급한 부모와의 의사소통의 문제(서상범, 2011)를 비롯해 아동·청소년 시기에 경험한 정서적, 신체적 학대는 트라우마로 자리해 자살의 위험성을 높일 수 있다(Zatti et al., 2017). 한편 최근 한국청소년정책연구원에서 실시한 연구 결과(서고운, 2021)에 의하면, 부모의 신체적·정서적 학대보다 청소년이 지각한 부모의 방임 수준이 높을수록 청소년의 자살 시도의 확률은 7.27배 높아

지는 것으로 나타났다. 따라서 자살의 위험을 보고한 청소년들의 부모를 통한 학대 및 방임의 경험을 어떻게 지각하고 있는지를 추가적으로 연구해 볼 필요가 있다.

청소년의 자살 시도와 관련해 충동성이라는 개인내적 요인을 비롯해 비행경험과 온라인 매체의 영향을 살펴볼 필요가 있다. 청소년의 자살 시도는 사전의 아무런 징후나 징조 없이 이뤄지는 경우가 많아 사전에 개입하는 것이 더욱 어려울 수 있다. 따라서 청소년의 충동성이라는 발달적 특성이 자살 시도에 어떻게 관여하는지를 지속적으로 세밀하게 탐구해 볼 필요가 있다. 또한, 2021년 청소년의 자살 원인을 탐색한 한국청소년정책연구원의 정책 연구 결과 보고(서고운, 2021)에 의하면 자살 시도에 영향을 미친 개인·심리적 변인으로 비행경험은 자살의 시도 확률을 15.34배 높이는 것으로 나타났다. 더불어, 한류 열풍의 중심에서 온라인 매체를 통한 유명 인사들의 자살 시도는 청소년 자살을 더욱 증가시키는 요인이 되었다. 2017년 아이돌 출신의 K군, 2018년 아이돌 출신의 S양과 K양의 자살은 청소년 자살에 영향을 미쳐 다른 해에 비해 자살률이 높아지는 결과를 보였다(통계청, 2019). 자아 개념이 확립되어 가는 청소년 시기의 연예인은 이상적 자아가 될 수 있으므로 연예인들의 자살 시도가 실제 어떠한 영향을 주는지 세밀하게 탐구해 볼 필요가 있다.

자살 시도 경험 자체를 다루고 있는 연구는 비교적 적게 진행되어왔으나, 몇 가지 주목해 볼 수 있는 연구들이 있다. 쉼터에 거주하는 8명의 청소년을 대상으로 인터뷰를 실시한 홍영수(2004)의 연구는 근거이론 분석방법을 통해 자살시도의 과정을 잘 드러내 주었다. 이를 통해 자살 행동 경험이 있는 청소년들은

생활 스트레스를 대처하는 방식이 회피적이었음을 알 수 있었다. 2회 이상 자살시도를 한 7명의 청소년을 대상으로 자살 시도 전과 후의 심리적 변화 및 자살 시도 극복 경험을 분석한 천성문 & 함경애(2015)의 연구에서도 심층적인 질적 분석을 통해 극복의 과정을 잘 드러내 주었다. 청소년 자살 시도 전과 실패 후의 과정을 심층적으로 탐구한 정주연, 박재연(2015)의 연구에서도 자살 시도 과정 속의 내적 경험을 세밀하게 드러내 주었다. 그러나, 이들의 연구결과에서 청소년들의 자살 시도 직전의 심리 내적 경험이 각기 다르게 나타나고 있음을 알 수 있었다. 천성문 & 함경애(2015)의 연구에서 우울이 대다수 참여자들에게 공통적으로 나타나는 현상이었던데 반해, 정주연, 박재연(2015)의 연구에서는 우울이 한 명의 참여자에게만 드물게 나타나고 있어 상이한 결과를 보여주고 있었다. 이외, 분노, 혼란스러움 및 두려움, 슬픔 등의 심리적 경험이 각기 다를 수 있어 추가적인 연구가 뒷받침 될 필요가 있다.

이상의 선행연구 검토를 바탕으로 본 연구의 필요성을 정리해 보면 다음과 같다. 첫째, 청소년 자살과 깊은 관련이 있는 자해, 자살 사고, 자살 시도를 앞선 연구들이 종합적으로 살펴보지 못했던 한계를 보완하여 이를 보다 깊이 있게 이해할 수 있는 질적 연구의 수행이 필요하다. 둘째, 앞선 연구들에서 비자살적 자해와 자살적 자해의 차이를 드러내 주지 못한 한계를 보완할 필요가 있다. 셋째, 성인의 자살과 다른 청소년 자살 사고의 특징을 드러내 줄 수 있는 연구가 필요하다. 넷째, 자살 시도의 강력한 심리정서적 변인으로 언급된 요인들이 청소년들에게 실제 어떻게 나타나는지 추가적인 연구가 필요하다. 다섯 번째, 선

행연구에서 제시한 다양한 심리정서적 변인의 차이점을 논의해 볼 수 있는 연구가 필요하다. 여섯 번째, 청소년의 자해 및 자살 사고와 자살 시도에 대한 경험의 의미와 본질을 깊이 이해하고, 앞선 연구들이 제시한 내외적 요인에 관한 논의를 확장해 볼 필요가 있다.

일곱 번째, 자해 및 자살 예방에 도움이 될 수 있는 요인을 지속적으로 탐구해 볼 필요가 있다. 자해 및 자살을 예방하는데 도움이 될 수 있는 보호 요인으로는 적응적인 스트레스 대처 능력(장은진, 2011) 및 자아 존중감(김수지, 2020) 등 개인 내적 요인 이외에도 친밀한 관계에 있는 가족 및 친구 등 주변의 사회적 지지는 가장 강력한 보호 요인으로 지목되고 있어(심미영, 김교현, 2005; Rufino & Patriquin, 2019; Wilson et al., 2019) 이를 확인해 볼 수 있는 추가적인 연구가 필요하다. 이러한 필요성을 근간으로 하여 본 연구에서 설정한 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, 자해 및 자살 사고와 자살시도 행동이 있었던 청소년의 경험은 어떠한가? 둘째, 자해 및 자살 사고와 자살시도 행동을 한 청소년 경험의 본질은 무엇인가?

## 방 법

### 연구 참여자

본 연구의 참여자는 온라인 및 지인 소개 등의 방식을 통하여 모집되었다. 온라인 모집은 블로그 및 구인정보 사이트를 활용하였다. 선행연구에 소개한 바와 같이 자해 경험을 비롯한 자살 사고, 자살 시도는 각각의 변인이 자살로 이어질 수 있는 위험이 있기 때문에,

각 요인들 중 하나의 요인이라도 경험한 참여자들은 본 연구에 참여할 수 있도록 하였다. 이에, 온라인 모집에서는 청소년 대상으로 자해 경험을 비롯한 자살 사고 및 자살 시도 경험이 있는 경우에 참여할 수 있으며 부모의 동의를 필수적이라는 점을 명시하였다. 온라인 모집 공고를 보고 지원한 학생들 가운데에는 현재 가출한 상황에 있거나 부모님과 함께 살고 있지 않아 동의를 얻지 못하여 참여자로 선정되지 못한 경우가 있었다. 또한, 자살과 관련된 사고 요인 중 ‘죽음’에 대한 생각을 해 보았을 뿐 한 번 이상의 뚜렷한 자살 사고의 에피소드가 없었던 경우는 본 연구 참여자로 선정에서 제외하였다. 죽음에 대한 사고 또한 자살에 주요하게 관여할 수 있는 요인에 해당하지만, 본 연구에서는 뚜렷한 자살 사고에서부터 자살 시도 및 자해 경험이 있는 청소년을 참여자로 선정하고자 하였다. 이러한 선정 과정에서 연구에 참여자로 선정되지 못한 지원자는 총 5명이었다.

지인을 통한 소개는 연구자가 이전에 수행한 경찰청 과제에서 알게 된 학교전담경찰관(SPO)의 소개를 통해 이뤄졌다. 학교전담경찰관은 청소년 전담의 형사 업무를 오랫동안 해왔으며, 여러 학생들을 개별적으로 잘 알고 있을 뿐 아니라 학생의 부모님들과도 친밀한 관계를 계속적으로 이어 왔었다. 연구자의 부탁으로 평소 자해 및 자살을 시도했거나 죽겠다는 이야기를 수시로 해 왔던 청소년들을 인터뷰에 참여하도록 독려해 주었고, 부모님의 동의를 얻는 과정까지 함께 해 주었다. 지인의 소개를 통해 모집된 학생들은 연구의 취지를 설명 듣고, 평소 자신과 같이 힘든 마음을 토로하거나 자해 및 자살 시도의 경험이 있는 자신의 친구들을 소개해 주었다. 이를 통하여

표 1. 연구 참여자 특성

사례	연령	성별	학년	스트레스 사건	자해 경험	자살 사고 및 자살 시도 경험	부모와의 관계	약물복용 및 상담경험
1	17	여	고등학생	관계 어려움	커터칼	자살 시도(칼)	부정적	상담경험
2	18	여	고등학생	관계 어려움	커터칼	자살 시도(약물)	부정적	약물복용
3	17	여	고등학생	학업스트레스 관계 어려움	커터칼/ 머리박기	자살 시도(약물)	부정적	약물복용 입원경력
4	17	여	중학생	교우갈등 부의 부재	커터칼	자살 시도(약물)	모(母)와는 긍정적	약물복용 입원경력
5	16	여	중학생	부모문제	커터칼/ 가위	자살 시도(약물)	부정적	약물복용
6	17	남	고등학생	비행 관계갈등	무	자살 사고	긍정적	무
7	17	남	자퇴	부모갈등	눈썹칼	자살 사고	부정적	무
8	15	여	중학생	부모문제 관계 어려움	커터칼	자살 사고(투신)	부정적	무
9	17	여	자퇴	교우갈등	무	자살 시도(투신)	긍정적	상담경험
10	17	여	고등학생	부모갈등	커터칼	자살 시도 (약물/투신)	부정적	약물복용 상담경험
11	17	남	고등학생	범죄연류	무	자살 사고	부정적	무
12	15	남	중학생	부모문제	커터칼	자살 사고	부정적	무
13	16	여	중학생	이성문제	커터칼	자살 시도(칼)	부정적	약물복용
14	17	남	고등학생	교우갈등 지인죽음	무	자살 시도(투신)	긍정적	무
15	17	남	고등학생	교우갈등 부모갈등	무	자살 사고	부정적	무
16	17	남	고등학생	비행 부모갈등	커터칼	자살 사고	긍정적	무
17	18	여	고등학생	부모갈등 교우갈등	커터칼	자살 시도(약물)	부정적	약물복용
18	18	남	고등학생	부모이혼 교우갈등	담배뽕	자살 시도(투신)	긍정적	무
19	15	여	중학생	교우갈등	커터칼	자살 사고	긍정적	무
20	15	남	중학생	부모이혼	무	자살 시도(투신)	부정적	무

본 연구에서 인터뷰를 실시한 학생들은 총 22명이 되었다. 그러나, 2명의 학생은 개인적인 사정으로 인하여 본 연구의 참여를 철회하는 것으로 하였다.

본 연구에 참여한 학생들은 15세에서 18세에 걸쳐 있었는데 중학생이 7명, 고등학생이 11명, 자퇴를 한 학생이 2명이었다. 남학생은 총 9명, 여학생은 11명으로 비교적 남녀의 성비가 균등하게 이루어졌다. 대다수의 참여자들은 부모 및 교우 관계의 갈등 문제를 갖고 있었고, 부모의 이혼 및 다툼, 부모의 학대 및 방임 등의 문제를 갖고 있었다. 참여자들 중에는 비행을 비롯한 범죄 등의 문제를 갖고 있는 학생도 있었다. 여섯 명의 참여자를 제외한 참여자들은 모두 자해 경험이 있었는데, 이는 선행연구(Ross & Heath, 2002)에 제시한 바와 같이 여학생들이 남학생들에 비해 자해의 경험이 많다는 것과 일맥상통한 점이다. 대부분의 참여자들은 커터 칼을 이용해 자해를 했고, 머리를 박거나 가위, 담배 빵 등을 이용해 자해를 하기도 했다. 자살시도를 한 참여자는 11명으로 대부분 약물복용의 경력이 있어 정신과에서 받은 약물을 한 번에 먹는 방식으로 시도한 경우가 많았다. 그 외 칼을 이용하거나 건물 옥상 및 한강에서 투신을 시도한 사례들이 있었다. 약물복용을 하거나 통원 및 입원 치료를 받은 참여자는 7명이었고, 상담경험이 있는 참여자는 3명이었다. 약물복용 및 상담경험이 없는 참여자는 11명이었다. 이러한 참여자들의 특성을 정리하여 제시해보면 표 1과 같다.

#### 자료 수집

자료 수집은 2022년 4월부터 2022년 9월까

지 이뤄졌다. 본 연구는 책임연구자 소속 대학의 생명윤리위원회(Institutional Review Board; IRB)의 승인을 받아 연구윤리를 준수하는 가운데 진행되었다. 질적 연구 수행을 위하여 본 연구에서는 참여자들과의 심층 인터뷰를 실시하였는데 IRB승인을 통해 완성된 설명문과 동의서를 바탕으로 연구의 목적과 취지를 설명하였고, 동의를 얻는 과정에서 인터뷰 도중 및 이후 언제든지 철회할 수 있는 권리가 있음을 알려 주었다. 더불어, 인터뷰 이후 심리적 어려움이 발생할 시 상담 및 적절한 지원을 받을 수 있다는 점, 인터뷰 이후 1개월간 지속적으로 연락을 취하여 문제가 있을 시 전문 진료 등의 연계할 것이라는 점을 상세히 설명하였다. 또한, 본 연구 참여에 대한 이익과 불이익 등을 상세히 설명하고 연구 목적 이외에 인터뷰 자료가 활용되지 않을 것이며, 개인정보와 관련된 부분은 철저히 비밀보장이 될 것이라는 점을 전달하였다.

본 연구에 참여한 학생들 가운데에는 연구자가 부모님과 연락하여 동의를 얻는 과정에서 별도로 몇 차례에 걸친 장시간 상담을 진행하기도 했다. 그만큼 부모님의 염려와 걱정이 깊어 여러 고민을 함께 나누었고, 참여자 및 참여자 부모 상담을 위하여 전문 상담기관을 소개하거나 직접 의뢰하였다. 인터뷰 방식은 동의 절차 이후 2명의 참여자만 온라인 줌으로 실시하였고, 나머지 참여자들은 모두 오프라인으로 실시하였다. 인터뷰 장소는 대부분 스터디카페 스터디룸(회의실)을 활용하였고, 스케줄 조정 과정에서 스터디 카페 예약이 어려운 경우 \*\*경찰서 사건 진술실을 활용하였다. 진술실은 최근 리모델링을 하면서 별도로 아늑한 분위기의 상담실을 마련하였고, 연구자는 지인인 학교전담경찰관에게



장소를 제공받아 인터뷰를 진행할 수 있었다. 모든 장소는 편안하고 조용한 분위기였으며, 소음이 없고 적절한 온도와 습도를 유지하였다.

모든 인터뷰는 최소 60분에서 최대 100분에 걸쳐 1차로 실시하였고, 미지한 부분에 대한 점진 및 추가 자료 수집이 필요한 경우에는 약 20분 내외의 2차 인터뷰를 실시하였다. 인터뷰 질문은 반 구조화된 형태로 구성했으며, 다음과 같은 질문을 바탕으로 참여자가 자유롭게 이야기를 이어갈 수 있도록 상황에 맞는 질문들을 함께 제시하였다. “자해는 언제 처음 시작하게 되었는지 궁금합니다.”, “그 당시에는 무엇이 힘들었나요?”, “자해를 할 당시 마음은 어떠했는지 궁금합니다.”, “자해를 하게 된 전후 상황은 어떠했나요?”, “그 당시 어떤 생각, 어떤 마음이 가장 많이 들었나요?”, “자살에 대한 생각이 언제 처음 들었는지 궁금합니다.”, “그 당시에는 무엇이 힘들었나요?”, “자살을 생각하게 된 전후 상황은 무엇이었으며, 심리적 경험은 어떠했나요?”, “무엇이 달랐다면 자살에 대한 생각을 하지 않았을까요?”, “처음 자살 시도를 하게 된 경험도 궁금합니다.”, “자살 시도를 할 당시에 무슨 일이 있었나요?”, “자살 시도를 하기까지 어떠했습니까?”, “자살 시도를 할 당시의 마음과 생각도 궁금합니다.”, “자살 시도는 어떤 방식으로 하려고 했었나요?”, “자살 시도를 하고 난 이후에는 어땠나요?”, “주변에 자해 또는 자살의 위기를 겪는 친구들을 보면 어떤가요?”, “이런 어려움을 가진 친구들에게는 무엇이 필요할까요?”, “현재 어려움을 이겨낼 수 있도록 도움이 되었던 것은 무엇입니까?” 다음의 질문들을 중심으로 인터뷰 한 녹음 파일은 모두 1주에서 3주 사이에 걸쳐 전사하였다.

## 분석 방법

본 연구는 청소년 자해 및 자살 시도의 경험이 갖는 본질을 이해하기 위하여 질적 연구 가운데서도 현상학을 활용하였다. 현상학은 일련의 사건이나 상황을 경험한 개인이 그것을 어떻게 인식하고 의미를 정립해 나가는가에 초점을 맞춘 방법이다(Husserl, 1948). 본 연구에서 설정한 청소년 자해 및 자살 시도의 경험은 지금의 시대를 살아가는 청소년들에게 어떻게 경험되고 있는가를 본질적으로 이해할 필요가 있다. 따라서 본 연구에서는 청소년의 자해와 자살 시도라는 독특한 현상이 갖는 경험의 본질과 의미를 보다 깊이 있게 탐구해 보기 위하여 질적 연구 분석방법 가운데서도 현상학을 선택하였다. 현상학은 “현상을 경험하는 주체가 체험한 것이 무엇인가?”, “그 체험이 어떠한가?”에 답하기 위한 시도를 한다. 따라서 본 연구에서는 “자해 및 자살 시도의 경험이 있는 청소년들이 그것을 어떻게 경험하는가?, 그 경험이 정말로 어떠한가?”에 답하고자 한다.

현상학 분석 방법으로는 Giorgi(1985)의 4단계 분석의 과정을 거쳤다. 이 과정을 수행하기에 앞서 연구자는 질적 연구 수행을 위하여 본 연구에 영향을 미칠 수 있는 연구자의 선지식을 점검하는 과정을 거쳤다. 연구자는 상담 현장에서 자해 및 자살 시도 경험이 있는 청소년들을 만나 온 경험이 있었다. 특히 연구자가 속해 있는 대학에서 후기 청소년에 해당하는 학생들의 자해 및 자살 시도의 위기는 적지 않게 접해 온 문제를 가운데 하나였다. 연구자는 자해 및 자살 충동의 어려움을 호소한 학생들의 문제를 해결해 나가기 위하여 심리 검사를 실시하고, 우울 등의 심리적 문제

가 과중된 경우 약물복용을 권유하기도 했었다. 연구자가 가진 선지식은 자해 및 자살 시도를 하는 청소년들의 심리적 문제로는 우울이 가장 많을 것이며, 심리적 고통이 상당히 심각할 수 있기 때문에 의학적 도움이 필요한 경우가 많을 것이라는 점 등이었다. 연구자는 이러한 선지식이 본 연구 수행에 영향을 미치지 않도록 하기 위하여, 관련된 선행연구를 충분히 살펴 보면서 모든 지식을 객관화하기 위한 노력을 기울였다. 이렇게 선지식에 대한 괄호치기(bracketing)를 충분히 한 후, 첫 번째로 인터뷰 한 내용을 전사한 자료를 반복적으로 읽어 나가며 공통된 주제가 있는지를 살펴 보았다. 그런 후 청소년의 자해 및 자살 시도 경험이라는 독특한 현상의 본질을 드러내 줄 수 있는 의미 단위를 묶어 나갔다. 특히 본 연구는 자해 및 자살 시도 경험을 모두 살펴 보고 있기 때문에 자해, 자살 사고 및 자살 시도 경험을 나누어 그 본질의 의미를 살펴보고자 하였다. 셋째, 앞선 과정에서 도출된 의미 단위들을 연구자의 언어로 변화시켜 현상의 본질이 더욱 잘 드러날 수 있도록 하였다. 넷째, 분석을 통해 모아진 자료들을 앞선 의미 단위들에 맞추어 제시하였다.

#### 과정 평가

본 연구 결과에 대한 타당도와 신뢰도를 확보하기 위하여 Guba와 Lincoln(1981)의 감사자 평가 방법을 활용하였다. 감사자는 서로 다른 성격을 가진 세 군집의 평가자들로 구성하였는데, 여기에 질적 연구 분석 방법으로 연구를 수행해 본 경험이 있는 연구자, 본 연구에 참여한 청소년, 본 연구에 참여하진 않았으나 주제에 부합한 청소년을 포함시켰다. 먼저, 본

연구 결과에 대한 검토를 위하여 질적 연구 분석 경험이 있는 연구자 2명에게 검토를 요청하였다. 그 결과 초반 분석 과정에서 자살 사고에 대한 분석을 하나의 범주로 유목화했던 것을 각기 다른 자살 사고의 성격이 드러나도록 범주를 분류하라는 피드백을 받아 본 연구 결과에 최종 반영하였다. 또한, 자살을 극복한 참여자들의 요인에서 외부요인과 내부요인을 명료하게 구분하는 것이 더욱 의미를 잘 전달할 수 있을 것이라는 피드백을 연구 결과에 반영하였다. 두 번째, 본 연구에 참여한 청소년 2명에게 본 연구 결과에 대한 검토를 요청하였다. 그 결과 감정이 누락된 충동성이라는 연구 결과가 너무나 와 닿았고, 간결하게 정리된 것을 보는 것만으로도 기분이 좋아지는 느낌을 받게 되었다고 하였다. 또한, 청소년들이 자해 자살을 하게 되는 원인을 잘 모르는 누군가에게 이 글이 도움이 될 수 있다는 것이 뜻깊고, 본 연구 결과를 통해 자신과 유사한 어려움에 처해 있는 다른 친구들에게 힘이 되기를 바란다는 점 등을 이야기해주었다. 세 번째, 본 연구에 참여하진 않았으나 자해·자살 경험이 있는 한 명의 청소년에게 본 연구 결과에 대한 검토를 요청하였다. 그 결과, 자신과 유사한 경험을 한 친구들이 있었다는 사실이 놀라웠고, 이제까지 모호하게 생각해 왔던 자신의 경험을 연구 결과를 통해 보다 명료하게 인식할 수 있게 되어 좋았다고 하였다.

#### 연구 결과

청소년 자해 및 자살 사고와 자살 시도의 경험은 29개의 소주제와 9개의 대주제로 범주

화되었다. 청소년 자해 및 자살 사고와 자살 시도 경험의 본질은 ‘살아 있음을 일깨우기 위한 몸부림, 비자살적 자해’, ‘고통스러운 감정의 살풀이, 자살적 자해’, ‘갑자기 찾아온 자살 사고의 침습’, ‘시도를 준비하는 자살 사고의 축적’, ‘이성과 감정이 누락된 충동성, 자살 시도’, ‘목적이 이끄는 최후의 수단, 자살 시도’, ‘갈 길을 잃은 종착지, 자살 시도’,

표 2. 청소년 자해 및 자살 사고와 자살 시도 경험의 주제

대주제	소주제
살아있음을 일깨우기 위한 몸부림, 비자살적 자해	[감정의 스나미를 잠재움] [쾌감의 중독] [유일한 통로의 버팀] [관심을 촉구하는 몸부림]
고통스러운 감정의 살풀이, 자살적 자해	[기댈 사람이 없는 외로움] [숨이 막히고 답답함] [억울하고 원망스러우며 화가 남] [밀려오는 우울감] [견디기 힘든 불안함과 두려움] [살고 싶은 소망의 공존]
갑자기 찾아온 자살 사고의 침습	[폭력이 촉발한 자살 사고의 침습] [갈등을 피하고 싶은 자살 사고의 침습] [복수심이 불러온 자살 사고의 침습] [떠난 이를 그리워하는 자살 사고의 침습]
시도를 준비하는 자살 사고의 축적	[가능한 수단과 방식의 시뮬레이션] [사고를 당하게 되기를 소망하는 상상]
이성과 감정이 누락된 충동성, 자살 시도	[이성 부재의 자살 시도] [두려움 상실의 자살 시도] [충동으로 이끌린 자살 시도]
목적이 이끄는 최후의 수단, 자살 시도	[복수심에 이끌린 분노의 표출] [관심과 사랑을 갈구하는 외로운 절규]
갈 길을 잃은 삶의 종착지, 자살 시도	[존재의 가치 상실] [지치고 무너져 내린 버팀] [참을 수 없는 감정의 이끌림]
초점의 변화와 희망을 발견한 내면의 힘	[미래에 대한 희망과 꿈의 발견] [긍정적인 생각에 집중하는 유연함] [전문적 도움을 요청한 자발성]
환경의 변화와 지지를 통한 외부의 조력	[타인의 삶을 통한 새로운 깨달음과 배움] [조력자의 지지를 통한 회복]

‘초점의 변화와 희망을 발견한 내면의 힘’, ‘환경의 변화와 지지를 통한 외부의 조력’으로 나타났다. 이러한 대주제는 비자살적 자해, 자살적 자해, 자살 사고, 자살 시도와 자살의 극복 경험으로 나누어 기술하였고, 이러한 대주제를 구성하는 소주제는 총 29개로 분류하였다. 이러한 분류를 표 2로 정리하여 제시하였고, 각각의 주제를 대표할 수 있는 참여자들의 진술을 예시로 기술하였다.

#### 살아 있음을 일깨우기 위한 몸부림, 비자살적 자해

참여자들은 자해를 통해 견디기 어려웠던 감정을 조절하고, 신체적 고통이 주는 쾌감으로 인해 자해시도를 반복하는 중독성을 갖게 되었다. 또한, 스트레스를 풀 수 있는 방식으로(“조금이라도 아프니까 스트레스가 풀리더라고요.” 사례13), 현재의 상황을 견딜 수 있는 유일한 수단으로 자해를 선택한 것으로 나타났다. 이러한 현상은 선행연구들(Brausch & Gutierrez, 2010; Fox & Hawton, 2004; Galley, 2003; Penn et al., 2003; Ross & Heath, 2003)에서와 같이 견디기 힘든 정서를 자해를 통해 해소하는 결과와 일맥상통한다. 그러나, 참여자들 가운데는 자해를 통해 주변의 관심을 촉구하는 모습을 보이기도 하였다. 이러한 결과는 자해의 동기가 주변의 관심과 주의집중을 얻기 위한 것이 아님을 강조한 선행연구들(Brausch & Gutierrez, 2010; Fox & Hawton, 2004)과는 견해를 달리한다. 이것은 최근 청소년들 사이에서 자해계, 자해러, 패션자해와 같이(오윤서, 장유진, 2021) 주변의 관심을 받기 위한 위험한 시도들이 적극적으로 표현되고 있음을 나타낸다. 또한 이러한 현상은 시대적

변화의 양상을 반영한다고도 볼 수 있다. 비자살적 자해를 질적으로 탐구한 선행연구들(서미 외, 2019; 이인숙, 박재연, 2021)에서도 성인 참여자들은 과거 청소년시기의 비자살적 자해 시도를 부끄럽고 감추고 싶은 것으로 여겼다고 하였다. 그러나 본 연구의 결과에 의하면, 최근 비자살적 자해를 시도하는 청소년들 중에서는 자신의 억압된 감정을 자해를 통해 해소함과 동시에 자해의 흔적을 주변에 알려 관심을 얻고자 하는 시도를 하고 있음을 알 수 있었다. 따라서 비자살적 자해를 시도한 청소년들의 감정 조절의 어려움 및 주변의 관심을 촉구하는 여러 욕구를 세밀하게 살필 수 있는 접근이 필요할 것이다.

#### 감정의 스나미를 잠재움

그냥 우울이라는 감정이 나를 지배할 때 (네) 그때 말고는 할 일이 없어요. 이 감정이 나를 지배하지 않는 한 저는 제 손으로 굶는 일은 없거든요. (네) 불안과 우울이 나를 잡아먹을 정도로 힘들지 않는 한 하지 않아요. (사례4)

#### 쾌감의 중독

저는 거기서 좀 희열을 느껴서 좀 상처 많이 괜찮아지는 느낌을 받아가지고 계속하다 보니까 중독으로 변했던 것 같아요. (사례3)

#### 유일한 통로의 버팀

제가 스트레스 받았던 거에 대해서 어디에 풀 데가 없으니까 그냥 자해로 결

국 갔었어요. (사례2)

### 관심을 촉구하는 몸부림

저는 그게 제일 컸어요. 제가 일부러 처음에 했을 때 안쪽에 안 하고 바깥쪽에 다 한 게 이거 엄마가 본다면은 그래도 약간 나한테 뭔가 관심을 가지지 않을까 해서. (사례5)

### 고통스러운 감정의 살풀이, 자살적 자해

참여자들은 고통스러운 감정이 몰려와 견디기 힘든 상황이 됐을 때 자살적 자해 시도를 하게 되는 것으로 나타났다. 비자살적 자해와 자살적 자해는 고통스러운 감정이 선행한다는 점에서 동일하지만, 견딜 수 없는 감정이 임계점에 도달했는지 여부에 따라 자살의 의도성이 달라진다. 비자살적 자해는 현재의 감정을 조절하기 위한 목적으로 시도되기 때문에, 자해시도 이후에 느껴지는 불안의 해소 및 신체적 고통이 주는 쾌감 등이 현재를 견딜 수 있는 힘으로 작용한다. 하지만, 자살적 자해는 자해를 통해서도 현재의 고통이 해소될 수 없을 것이란 감정에 압도되기 때문에 신체적 자각이 주는 해소의 효과는 크지 않은 것으로 나타났다. 자살적 자해는 죽음에 대한 깊은 고민과 방식에 대한 탐색 없이 충동적으로 이뤄지는 경우가 많고, 죽음이 결코 쉽지 않으며 살고 싶은 마음이 공존했다는 자각이 더욱 큰 고통이 된 것으로 나타났다. 이러한 결과는 선행연구에 소개한 자해가 심리내면에 다루기 힘든 정서를 잠재우거나(Brausch & Gutierrez, 2010; Fox & Hawton, 2004; Penn et al., 2003; Ross & Heath, 2003; 오운서, 장유진

2021), 불안을 조절하고 살아 있음을 느끼게 하는 기능(Froeschle & Moyer, 2004; Yip, 2005)을 한다는 것과는 다른 결과로 볼 수 있다. 본 연구의 결과에서 자살적 자해는 비자살적 자해와 달리 신체적 통증을 넘어 압도된 정서의 고통이 훨씬 더 크게 경험될 수 있음을 알 수 있었다. 따라서 자살적 자해에 대한 개입에서는 회피하고 억압한 정서가 자해로 해소되는 지점과 그렇지 않은 지점을 세밀하게 이해할 수 있도록 돕는 과정이 수반되어야 할 것이다.

### 기댈 사람이 없는 외로움

지금 친구 관계도 안 좋다 밖에 나가다가 집에 들어오면 저를 케어해 줄 사람이 없으니까 연락할 애들도 별로 없었고 그게 너무 스트레스 받는 거예요. 저 혼자서 풀 수 있는 문제가 아닌 것 같은데. (사례2)

### 숨이 막히고 답답함

아이들이랑 너무 답답해요. 그러니까 말도 안 통하고 그냥 계속 흑으로 지내다 보기도 하고 그러다 보니까 그게 너무 상처가 되니까 학교에 있으면 숨이 막힌 거예요. (사례1)

### 억울하고 원망스러우며 화가 남

혼하게 여기다 하기도 하고 너무 엄마랑 싸웠을 때는 그냥 제가 이렇게 해놓고 비참하게 죽어 있는 모습을 엄마가 그걸 봤을 때 내가 엄마 힘들어 너무 알

아주는 그런 뭐라 할까 약간 이런 생각으로 하고 싶었는데 좀... (사례8)

### 밀려오는 우울감

그냥 혼자 있을 때 그냥 죽고 싶어서 미칠 것 같고 진짜 당장 죽지 않으면 안 될 것 같고 말로 표현할 수 없는 그런 엄청 끔찍한 우울들이 있어요. (사례10)

### 견디기 힘든 불안함과 두려움

스트레스를 좀 많이 받아서, 그래서 좀 불안하기도 했었고, 뭐가 사이가 다 안 좋아질까 봐, 틀어질까 봐. 그래서 좀 불안해 있었는데, 거기서 도저히 이런 일이 터지니까 견디기가 좀 힘들었죠. (사례18)

### 살고 싶은 소망의 공존

칼을 아무리 대도 사람은 쉽게 죽지는 않는구나 라는 생각이 들어서 뭔가 사실 이제는 뭔가 저 스스로도 근데 마음속으로는 뭔가 죽어야겠다고 하는데 속으로는 솔직히 살고 싶은 마음도 있었었던 거예요. (사례1)

### 갑자기 찾아온 자살 사고의 침습

참여자들은 견디기 힘든 현실 속에서 갑자기 침습해 들어온 자살 사고를 맞닥뜨린 것으로 나타났다. 신체적, 언어적 폭력에 노출된 순간에 자살을 생각하거나 갈등이 있는 현실을 견디기 힘든 순간에 자살을 떠올리기도 하였다. 갈등이나 폭력 속에서 참여자들은 분노

와 복수심을 느끼며 갑작스럽게 자살을 생각하였고, 자신이 좋아했지만 이미 세상을 떠난 사람을 따라가고 싶다는 자살의 생각이 떠올라지기도 하였다. 이러한 현상은 선행연구에 소개한 바와 같이 청소년 자살은 스트레스가 다른 심리적 증상을 유발하지 않은 상태에서 자살 사고로 이어지는 충동성이 있다는 점(김현순, 김병석, 2008)과 일맥상통한다. 또한 참여자들은 스트레스가 되는 상황에서 느껴지는 심리적 반응을 회피하거나(지승희 등, 2008), 스트레스를 예민하게 받아들이고(김도희, 2015) 있음을 알 수 있었다.

### 폭력이 촉발한 자살 사고의 침습

사촌 동생 울렸다고 갑자기 화장실에 가두고 머리채 잡고 들어가서 뺨 때리고 이러는 거 보면서 “죽어버린다.” 이런 말 하나니까.. 그날 ‘아 난 죽어야겠다.’ 이 생각이 한 번에 딱 들어서 (사례10)

### 갈등을 피하고 싶은 자살 사고의 침습

6학년쯤에 엄마랑 아빠랑 크게 싸우면 그런 생각을 했어요. (사례12)

### 복수심이 불러온 자살 사고의 침습

네가 이따위로 엄마한테 쳐 이러니까 네가 정신병자보다 못한 존재인 거야 이러시면서 욕을 하시는 거예요. 거기서 되게 충격이 커 가지고 이 사람은 내가 죽어야지만 자기가 반성을 하지 않을까? 이 생각이 너무 들었던 거예요. (사례1)

### 떠난 이를 그리워하는 자살 사고의 침습

이제 새엄마랑 계속 싸우고 올면 친엄마가 보고 싶어져요. (축약) 그래서 ‘엄마 곁으로 돌아가고 싶다.’ 그 생각으로 ‘그냥 죽을까?’ 그 생각을 많이 했어요. (사례11)

### 시도를 준비하는 자살 사고의 추적

시도를 준비하는 자살 사고 또한 즉흥적인 특성이 있다. 참여자들은 가능한 자살의 수단과 방식을 생각하고, 사고를 당하게 되기를 소망하였다. 이러한 현상은 청소년의 자살이 여러 가지 방법과 시기를 심사숙고하기보다는 즉흥적인 자살 시도로 이어진다는 선행연구 결과(이귀숙 외, 2016)를 확장할 수 있는 결과로 볼 수 있다. 달리 말해, 청소년들의 자살 시도를 준비하는 여러 방식과 수단의 생각들 또한 상당히 즉흥적이고 충동적으로 침습해 온다는 점을 알 수 있었다. 참여자들은 죽을 수 있는 수단을 알게 되면 곧바로 구입을 시도하거나 행동으로 실천해 보려는 생각을 가졌고, 사고를 당해서 죽게 되기를 바라는 생각들 또한 차도를 보거나 차량을 보면 갑작스럽게 떠올라지는 충동적인 사고의 침습을 경험한 것으로 나타났다.

### 가능한 수단과 방식의 시뮬레이션

헬륨 가스를 사려고 했었는데 그게 제가 미성년자다 보니까 구매가 불가능하더라고요. 그래서 구매는 못했었고 그러면 뭐가 좋을까 하다가 그거 뭐지 제가 우연히 또 어디서 봤는데 비닐 봉지를

얼굴에 둘러서 묶어서 자면 다음 날에 일어나면 숨을 못 쉬어서 갈 수 있다고 하는데 (사례1)

### 사고를 당하게 되기를 소망하는 상상

이제 가다가 이제 정말 저만 이런지 모르겠는데 이제 갑자기 건다가 차에 걸까? 약간 이런 이런 생각 갑자기 들고 (사례5)

### 이성과 감정이 누락된 충동성, 자살 시도

청소년 참여자들의 자살 시도는 이성과 감정이 누락된 상태에서 이뤄지는 충동적인 특성이 있었다. 자살 시도를 하는 순간에 인지적 사고가 제대로 작동하지 않고, 죽음의 순간에 맞닥들이게 되는 두려움조차 느끼지 못하며, 갑작스럽게 찾아온 충동적인 생각을 실제 행동으로 이끄는 결과(“그냥 개네랑 싸울 때 계속 생각나고 그러니까.. 충동적으로 했어요.” 사례19)를 낳았다. 자살시도 경험을 질적으로 탐색한 정주연, 박재연(2015)의 연구에서 청소년들의 자살 시도 직전의 내적 경험으로 두려움을 드러내 주었고, 천성문, 함경애(2015)의 연구에서 우울, 분노, 혼란스러움, 한심함 등의 감정을 드러내 주었다. 그러나 본 연구의 결과에서 참여자들의 자살 시도 직전의 경험은 이성이 부재하고, 모든 감정의 흐름이 멈춘 상태를 경험하는 것으로 나타났다. 특히, 자살로 인해 느껴질 수 있는 두려움이 순간적으로 느껴지지 않는 두려움 상실의 경험이 자살을 시도할 수 있는 용기를 갖게 한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 선행연구에서 드러내지 못한 세밀한 자살 시도 직전 및 시도 당

시의 경험을 드러내 준 것이라고 할 수 있다.

### 이성 부재의 자살 시도

그래도 아직 죽기에는 너무 그렇기도 하고 그냥 제 스스로도 뭔가 이게 안 된다 라는 걸 또 알고는 있어요. 나 안 좋다 라는 것도 알고는 있는데 인지를 못하다 보니까.. (축약) 또 이성을 놓으면 죽어도 괜찮지 않을까.. (사례1)

### 두려움 상실의 자살 시도

집에 옥상에 가서 혼자 피우고 있는데 이게 내려다봐도 안 무서운 거예요, 밑에를. 집이 좀 높았거든요. 내려다 봐도 안 무서우니까. (얼마나?) 거의 한 8층 높이 정도 됐었어요. 근데 그러고 나니까 별로 안 무서운거예요. (사례2)

### 충동으로 이끌린 자살 시도

아니 그냥 그냥 학교에서 자면서, 옆드려서 그냥 어떻게 할까 뭐 이런 식으로 생각하다 그냥 뛰어야겠다. 이렇게 생각을 했어요. 정확하게는 충동적인 느낌인데, 그렇게 하다가 올라갔는데. (사례14)

목적이 이끄는 최후의 수단, 자살 시도

청소년 참여자들의 자살 시도는 자신의 좌절된 욕구를 다시금 관찰시키고, 관심과 사랑을 받고자 하는 목적에서 시도되는 경우가 있었다. 이러한 시도는 현재의 고통을 끝내기 위한 목적에서 시도되는 자살의 동기와는 차

이가 있다. 자신의 소망과 바람을 이뤄내기 위한 최후의 수단으로 자살을 시도하기 때문에 현재 문제를 대처하는 방식이 상당히 미숙한 것을 알 수 있다. 특히, 청소년 참여자들의 자살 시도는 자신의 분노를 이겨내지 못하고 상대에게 복수를 하기 위한 목적에서 시도되는 경우가 있었다. 이러한 결과는 청소년의 자살이 타인에 대한 보복의 심리로 이뤄질 수 있다는 점을 소개한 선행연구 결과들(정주연, 박재연, 2015; 지승희 외, 2007)을 뒷받침하는 결과로 볼 수 있다. 또한 관심과 사랑을 갈구하는 자살시도는 부모의 신체적, 정서적 학대보다 부모의 방임이 자살시도의 확률을 높일 수 있다는 선행연구(서고운, 2021)를 뒷받침할 수 있는 결과로 볼 수 있다. 목적이 이끈 자살 시도 또한 상당히 충동적이고 즉흥적으로 이뤄지기 때문에 위험한 결과를 초래할 수 있다.

### 복수심에 이끌린 분노의 표출

엄마랑 학교에 다녀와서 맨날 힘들다고 하면서 엄마한테 전학 좀 보내달라고 했는데, 엄마가 말을 안 들어서 울면서 대놓고 엄마 앞에서 식칼을 꺼내 왔어요. (사례20)

### 관심과 사랑을 갈구하는 외로운 절규

정신과를. 근데 또 약간 약을 받았어요. 근데 이제 치료는 되는 것 같지가 않고 엄마는 안 변하고 그냥 그대로 그냥 주말에 나가기만 하고 (중략) 그때 약을 여기 한 봉지에 두 알이 들어 있었는데 그거를 다섯 봉지를 한꺼번에 먹었어요.



이렇게 하면은 어떻게든 되겠지 해가지고. (사례5)

갈 길을 잃은 삶의 종착지, 자살 시도

참여자들은 막다른 골목에 이른 심정으로 자살을 시도하였다. 존재 가치가 상실된 자기 혐오 및 낮아진 자존감은 삶에 대한 절망을 과증시켰다. 청소년 시기의 자기 자신에 대한 존재 인식은 자아 정체감 발달에 중요한 역할을 한다. 본 연구에 참여한 청소년들은 취약한 자존감을 갖고 있었는데 생활상에 견디기 힘든 스트레스를 마주했을 때 존재 인식은 더욱더 약해져 자살에 대한 충동을 느끼게 된 것으로 나타났다. 참여자들은 지나친 희생으로 상처받기를 자처하였고(“남이 상처 받을 바에 제가 두 배 이상 받고자 하는 마음이 커가지고.” 사례15), 소심하며(“제가 성격이 낮도 엄청 많이 가렸고 요즘 일진 그런 애들 보면 무서워서 도망가고..” 사례2), 부당함에 맞서지 못하는 자신을 한심하게 여기고(“남한테 따지지를 못하니까. 제 스스로가 호구 같다고 느껴지고..” 사례1) 있었다. 또한 현재 문제를 적극적으로 대처해 나가거나, 스트레스를 관리해 나갈 수 있는 자원이 부족했던 것을 알 수 있었다. 이러한 결과는 청소년 자살의 문제를 대처해 나가기 위하여 자아 존중감(김수지, 2020)을 높이고, 적응적인 스트레스 대처 능력을 향상시켜 나가야 한다(장은진, 2011)는 점을 지지해 준다.

존재의 가치 상실

내가 이런 게 내 잘못이고 그런 자기 혐오가 엄청 심해서.. (사례4)

지치고 무너져 내린 버팀

이미 지칠 대로 지친데 갑자기 두 개가 또 이렇게 확 와버리면 저는 이제 기서 무너지는 거죠. (사례1)

참을 수 없는 감정의 이끝림

그냥 마냥 죽고 싶고... 그래서 가만히 참을 수가 없었어요. 앞으로 더 살아갈 날들이 너무 불안하고 그래서 마포대교에 가서 진짜 미친 사람처럼 울면서 난간을 또 넘었어요. (사례10)

초점의 변화와 희망을 발견한 내면의 힘

자해 및 자살 사고와 자살 시도를 했던 참여자들이 현재를 견디고 이겨낼 수 있었던 자원은 미래에 대한 희망과 꿈의 발견, 현재 긍정적인 일들에 집중할 수 있는 생각의 유연함, 전문적인 도움을 요청하는 자발성이 있었던 것으로 나타났다. 참여자들은 자신이 정말 좋아하고 잘할 수 있는 미래의 꿈을 발견함으로써 현재 고통에 집중했던 주의 초점을 전환할 수 있는 계기를 갖게 되었다. 생각의 유연함을 가진 참여자는 좋지 않은 일이 있었더라도 좋은 일들이 주는 긍정적인 기운에 집중해 볼 수 있었다. 무엇보다 전문적인 도움을 스스로 요청하였던 참여자들은 정신과에 의뢰하여 약물을 복용하거나 심리상담치료를 적극적으로 받고자 했던 자발성이 있었다. 이러한 참여자들의 내적 자원은 과거가 아닌 현재에 집중하는 것, 자신을 스스로 돌볼 수 있는 자생력에 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과는 선행연구에 제시하였던 자해 및 자살 예방에 도움이

되는 내적 자원으로서의 보호 요인인 스트레스 대처 능력(장은진, 2011) 및 자아 존중감(김수지, 2020)을 비롯한 새로운 요인으로 볼 수 있다.

### 미래에 대한 희망과 꿈의 발견

찾았다는 꿈이 너무 좋은 거죠. 이 꿈이라는 게 잘 수 있는 꿈일 수도 있고 내 직업에 대한 꿈일 수도 있잖아요. 저는 자면서도 음악에 대한 생각을 계속했던 것 같고 (사례4)

### 긍정적인 생각에 집중하는 유연함

긍정적으로 생각하면 잘 되는 것 같아요. 긍정적으로. 그냥 뭐 자기가 힘든 일이 있었다고 해도 좋은 일이 있으면 그 좋은 일을 제일 먼저 생각하는 그런 거? (사례2)

### 전문적 도움을 요청한 자발성

제가 진짜 안 되겠다 싶어 가지고 한번은 이제 정신과에 직접 진화를 혼자 했는데 약간 미성년자는 안 된다고 해서 이제 학교에 있는 상담센터에 제가 찾아갔어요. (사례5)

### 환경의 변화와 지지를 통한 외부의 조력

참여자들이 가장 많은 변화를 일으킬 수 있었던 것은 외부의 조력이 있었다. 자신과 다른 삶의 방식을 가지고 있는 사람을 보면서 긍정적인 삶의 에너지를 얻었고 그들을 모델

링 삼아 자기 삶의 변화를 만들어 나갔다. 특히, 참여자들은 현재 삶에 집중하여 하루 한 순간을 살아내는 타인의 모습이 새로운 자극이 되어 과거를 한탄하거나 미래를 불안해하지 않고, 지금 이 순간에 머물러 살아가는 경험을 해 볼 수 있었다. 조력자의 지지에는 참여자들에게 가장 큰 힘이 되었던 것으로 친구를 비롯한 부모, 선생님, 주변 지인의 도움이 있었다. 특히, 가족과의 관계 회복(“엄마도 미안하다고 너에 대해서 아는 게 없어서 미안하다고 그래서 이제 그만 됐어요. 자살에 대한 생각은..” 사례9)은 큰 보호 요인이 되었다. 이러한 외부의 자원은 선행연구에 소개한 바와 같이 친밀한 관계에서의 사회적 지지가 가장 강력한 보호 요인이 될 수 있다는 점(심미영, 김교현, 2005; Rufino & Patriquin, 2019; Wilson et al., 2019)을 지지한다. 그러나 참여자들 중에는 사람에 대한 강한 불신이 있어(“사람을 어떻게 믿나?” 사례17) 주변의 도움을 수용하지 못하기도 하였다. 따라서 이러한 외부의 조력이 자해 및 자살 시도를 하였던 참여자 내면에 변화를 촉진하는데 있어 타인에 대한 신뢰 등의 요인이 관여할 수 있음을 추후 더 고려해 볼 필요가 있다.

### 타인의 삶을 통한 새로운 깨달음과 배움

제가 12시간 동안 주짓수에 있다고 했었잖아요. 그때 같이 있었는데 일상, 일상을 같이 보내다 보니까 그 사람이 어떤 생각을 하고 나도 그렇게 해야지라는 생각을 하고 되게 그냥 말 그대로 오늘 밥 뭐 먹지 이 생각하시던 분이어서 같이 따라 하게 됐던 것 같아요. (사례3)

### 조력자의 지지를 통한 회복

친구 한 명이랑 얘기를 해봤어요. 제 마음을 털어놓고, ‘왜 나는 왜 이럴까?’ 이런 생각을 이야기했는데, 친구가 이런 말을 해주는 거예요. “너는 그냥 너 자신을 깎아 내리지 마라 자기 자신을 항상 1순위로 생각하고 자기 자신을 높게 평가하라” 이러는 거예요. 나는 거기서 그냥 많은 걸 깨달은 것 같아 가지고 그때부터 제 자신도 안 깎아 내리고...(사례15)

### 논 의

본 연구는 청소년 자해 및 자살 사고와 자살 시도 경험의 본질을 이해하기 위한 목적에 의하여 수행되었다. 이를 위하여 총 20명의 청소년을 인터뷰하였고, 그 결과 29개의 소주제와 9개의 대주제를 도출하였다. 자해는 비자살적 자해와 자살적 자해로 자해의 목적에 의해 분류될 수 있는데, 각각의 목적에 따라 참여자들의 자해시도 경험이 다를 수 있었다. 먼저, 비자살적 자해는 살아 있음을 일깨우기 위한 몸부림으로 시도되었고, 자살적 자해는 고통스러운 감정의 살풀이로 시도되었다. 자살 사고는 갑작스럽게 찾아오는 것으로 침습하는 특징이 있었고, 자살을 준비하기 위한 시도로 하나씩 쌓여져 축적되는 특징이 있기도 하였다. 청소년의 자살 시도는 이성과 감정이 누락된 충동성으로 경험되거나, 목적이 이끄는 최후의 수단으로, 또는 갈 길을 잃은 삶의 종착지로 경험되기도 하였다. 자해 및 자살 시도를 극복해 낼 수 있었던 힘에는 초점의 변화와 희망을 발견하도록 한 내면의

힘 또는 환경의 변화와 지지를 통한 외부의 조력이 있었던 것으로 나타났다. 본 연구에서 설정한 ‘청소년의 자해 및 자살 사고와 자살 시도의 경험이 어떠한가?’, ‘그 경험의 본질은 무엇인가?’ 라는 질문에 맞추어 도출된 결과에 대하여 논의해 보면 다음과 같다.

먼저 본 연구의 참여자들이 시도한 자해는 극단의 감정이 소용돌이처럼 엄습하는 가운데 자행된다는 점에서 감정의 부재 및 통제가 불가능한 상황에서 자행되는 자살 시도와는 차이가 있었다. 참여자들의 자해는 주로 칼로 베거나 긁는 등의 행위가 가장 많았으며, 선행 연구에서와 같이 여자 청소년들의 자해 행동이 남자 청소년들의 자해 행동보다 훨씬 더 많은 것으로 나타났다(Ross & Heath, 2002). 이러한 현상은 성별에 따른 사회적 인식이 자해 및 자살 시도 행위에도 영향을 미쳐 각기 다른 결과를 초래하고 있음을 나타내 준 것이라고 볼 수 있다. 본 연구의 남자 청소년 참여자들은 ‘죽을 거면 확실하게 한 번에 죽을 것이지, 왜 자해 같은 것을 하나?’, ‘자해는 자기 봐 달라고 하는 여자애들이나 하는 것’이라고 말하며 자해는 남성의 것이 아니라는 성별 정체성에 대한 인식을 자해 행위에 부여하고 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과는 주로 여자 청소년들이 자해를 하는 것에 대한 현상을 보다 깊이 있게 이해하고 자해에 대한 성별 인식의 차이를 이해해 볼 수 있도록 돕는 향후 연구의 필요성을 제시해 준다.

참여자들의 자해는 자살의 의도 유무에 따라 경험의 본질이 각기 다를 수 있었다. 극단의 감정으로 인해 자해를 하게 된다는 점에 있어 자해의 선행 조건은 감정 조절의 어려움이 동일하다고 볼 수 있지만, 감정에 압도되는 정도에 따라 자살의 유무가 달라지는

것을 알 수 있었다. 특히, 비자살적 자해는 감정의 스나미를 잠재우기 위해 시도되는 경우가 많았는데, 이러한 현상은 청소년들이 내면의 다스리기 힘든 우울, 불안, 분노 등의 정서를 잠재우기 위해 자해를 한다는 선행연구의 결과들(Brausch & Gutierrez, 2010; Fox & Hawton, 2004; Penn et al., 2003; Ross & Heath, 2003; 오윤서, 장유진 2021)과 일맥상통한 점이다. 선행연구에서와 같이 피를 보는 행위를 통해 신체적 통증을 느끼며 내면에 다스리기 힘든 정서를 조절할 수 있었고(Froeschle & Moyer, 2004), 자해를 통해 자신이 살아 있음을 느끼게 되었다는 것(Yip, 2005)은 자해가 유일한 버팀목이 되어 견디기 힘든 정서를 통제하는 수단이 되었음을 나타내 준 것이라고 볼 수 있다.

그러나, 비자살적 자해에 대한 질적 연구들에서 나타난 ‘피를 보는 것에 대한 두려움’ 및 ‘신체적 고통을 통한 자살에 대한 두려움 및 칼과 피에 대한 공포’, ‘후회와 자책’은 본 연구 결과에서 드러나지 않은 점으로 선행연구 결과들(김지윤 외, 2020; 이인숙, 박재연, 2021)과 차이가 있었다. 본 연구의 참여자들은 비자살적 자해를 통해 통제력 회복의 느낌을 얻고, 쾌감이 증폭되는 경험을 하게 되었다는 것이 특징적이었는데, 이러한 결과는 자해가 엔도르핀의 생리적 영향 및 긴장 완화의 강화를 통해 중독적 행위로 이어질 수 있다는 선행연구(Galley, 2003; Haines & Williams, 2003)를 지지한다. 이는 본 연구의 참여자들이 앞선 질적 연구의 참여자들과 달리 자해 뿐 아니라 자살 시도의 경험까지도 있었던 경험의 차이가 있었던 것으로 해석해 볼 수 있다. 달리 말해, 자살 시도까지 했던 본 연구의 참여자들은 자살에 대한 공포, 두려움을 뛰어 넘어

본 경험으로 인해 비자살적 자해 경험에 대해서는 앞선 질적 연구의 참여자들이 보고한 심리적 경험과는 다른 경험을 보고 했을 가능성이 크다.

또한, 본 연구의 참여자들 가운데는 후회와 자책을 하며 자해를 한 흔적을 감추기보다 드러내 놓고 관심을 촉구하기도 했었다. 이는 비자살적 자해의 흔적을 통해 타인의 주목을 이끌기 위한 것이었음을 나타내 준 것이다. 이러한 결과는 선행연구에서 제시하였던 바와 같이 비자살적 자해가 주변의 관심과 주의집중을 얻기 위한 동기가 아님을 강조한 논지(오윤서, 장유진, 2021)와 상반된 것이다. 이는 최근 유행처럼 번져나가고 있는 자해계, 자해러, 패션자해와 같이 주변의 관심만을 위하여 일부러 자해를 하는 행위와는 구별된 것이지만, 자해 행위의 중심에는 타인의 관심이 절실하다는 필요를 드러낸 것임을 간과할 수 없다. 또한 자해와 관련한 신조어가 등장한 것은 그만큼 최근 청소년들이 자신의 힘든 상황이나 고통을 여지없이 드러내는데 과감한 표현의 적극성이 있다는 점을 주시할 필요가 있다. 더불어 이에 대한 주변의 반응이 과거와 달리 다소 미온적이거나 적대적인 양태를 띠는 것은 자해의 문제를 바라보는 사회적 시선과 관심을 지속적으로 점검해 나갈 필요성을 시사해 준다. 본 연구의 한 참여자는 감정 조절의 어려움으로 자해를 한 후, 그 사실을 숨겨오다가 부모의 관심이 절실하다는 필요에 의해 흔적을 드러내기 시작했지만, 자신의 기대가 무산된 결과 자살 사고가 침습하고 시도까지 하게 되는 과정으로 이어져 위험성이 높아진 것을 알 수 있었다. 따라서 선행연구에서 제시한 바와 같이 비자살적 자해는 자살로 이어질 위험성이 있어 이를 쉽게 간과할 수

없다(Klonsky et al., 2013; Joiner, 2005)는 논지를 확장해 본다면, 자해를 한 청소년의 동기와 내면에 감춰진 욕구가 어떻게 해소되고 있는가를 세밀하게 밝혀볼 필요성을 나타내 주었다는데 본 연구의 의의가 있다.

비자살적 자해와 자살적 자해의 가장 큰 차이는 ‘자해’ 행위 전의 동기와 행위 후의 심리적 반응의 차이가 있다는 점이다. 비자살적 자해는 행위 전의 견디기 힘든 고통스러운 감정을 어떠한 방식을 통해서든 통제하기 원하는 동기가 있고, 행위 후에는 감정이 조절되고 일시적이지만 쾌감이 느껴지는 등 심신의 안정을 되찾는 경험을 하게 되는 것으로 나타났다. 그러나 자살적 자해는 행위 전의 견디기 힘든 고통스러운 감정에 압도되어 어찌해야 할지 알지 못하는 통제 불능의 상태인 경우가 많고, 행위 후에는 변화되지 않는 현실에 대한 암담함과 자해로는 쉽게 죽을 수 없다는 절망감이 신체적 자극을 뛰어넘어 더욱 큰 고통을 안겨주는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 앞선 연구들이 비자살적 자해와 자살적 자해의 차이를 분명하게 드러내 주지 못한 한계를 보완하였다는데 큰 의의가 있다. 또한 비자살적 자해 또한 자살의 위험이 높을 수 있다는 선행연구(Klonsky et al., 2013; Joiner, 2005)를 확장해 본다면, 비자살적 자해가 자살적 자해로 이어질 수 있는 과정을 보다 세밀하게 분석해 볼 필요성을 제시했다고 볼 수 있다. 본 연구의 결과에서는 자해를 시도하는 당시 고통스러운 감정의 임계치가 어느 정도인지, 이를 다루고자 하는 동기의 유무와 신체적 통증이 정서적 고통을 상쇄할 수 있는지의 유무를 살펴보는 것이 자해의 위험성을 평가하는 기준이 될 수 있음을 나타낼 수 있었다.

자살 사고는 청소년의 충동적인 성향이 반영된 결과 갑자기 침습적으로 떠올라지는 특성이 있었다. 본 연구의 결과에서는 참여 청소년들이 갈등이나 폭력이 발생한 상황에서 순간적으로 자살에 대한 사고를 하게 된 것으로 나타났다. 이러한 결과는 청소년들이 다른 연령대와 달리 스트레스로 인해 다른 심리적 증상이 유발되지 않은 상황에서 곧바로 자살 사고를 떠올릴 수 있다는 선행연구(김현순, 김병석, 2008)를 지지하며, 주변의 사소한 자극과 스트레스에도 예민함이 있을 뿐 아니라 이를 참거나 회피하는 방식으로 자살 사고로도 피하는 경향이 있음을 나타내 준 선행연구 결과(김도희, 2015; 지승희 등, 2008)를 지지한다. 한편, 본 연구의 결과 도출한 ‘시도를 준비하는 자살 사고의 축적’은 청소년의 자살 사고가 오랜 시간 방법과 시기를 고민하기보다 즉흥적인 시도로 이어지는 특성이 있다는 선행연구 결과(이귀숙 외, 2016)와 상충된 결과로 이해될 수 있다. 그러나 본 연구의 결과는 자살 시도를 진지하게 고민하여 여러 시기와 방법을 숙고하는 차원의 생각들과는 차이가 있다. 참여자들이 떠올린 자살 사고는 가능한 수단과 방식들을 다양한 매체를 통하여 접한 즉시 구매를 시도하거나 자신이 시도하는 방식을 상상하는 생각이 침습해 오는 특징이 있었다. 또한, 길을 가다 사고를 당하게 되는 생각이 불시에 찾아오는 생각의 침습이 지속적으로 축적되는 양상으로 나타났다.

청소년의 자살 시도는 충동적으로 이뤄지는 특성이 있다는 선행연구의 결과들(김현순, 김병석, 2008; 이귀숙 외, 2016)은 본 연구 결과를 통해서도 확인할 수 있었다. 특히, 본 연구 결과에서 참여 청소년들이 극한의 상황에서 이성과 감정이 누락된 심리적 경험을 함과 동

시에 충동성이 발현하여 자살 시도의 위험이 높아지는 것을 알 수 있었다. 충동성이라는 청소년의 발달적 특성과 함께 개인의 기질적, 성격적 특성을 비롯한 가족 환경에서의 충동적 행동의 반복 학습은 자살 시도의 위험을 높일 수 있는 복합 위험 요인이 된다. 본 연구의 참여자 중 학교전담경찰관(SPO)을 통해 소개받은 학생들은 학교폭력 등의 문제로 연류된 경우가 많았다. 이러한 결과는 선행연구에 제시한 서고운(2021)의 결과에서와 같이 자살 시도의 영향으로 비행 경험이 위험을 높일 수 있다는 점을 지지한다. 비행 등의 문제 행동은 자살의 위험 요인으로 주목받지 못하는 경우가 많았는데, 본 연구의 결과는 이를 보완할 수 있었다는데 큰 의의가 있다. 특히, 청소년의 우울 및 분노가 외현화된 특성으로 나타날 수 있다는 점(Hawton et al., 2012)은 청소년 비행의 문제와 자살의 위험성을 보다 심층적으로 탐구해 봐야 할 필요성을 시사해 준다. 더불어 이것에 관여하는 청소년의 발달적 충동성 및 기질적 충동성을 보다 깊이 이해해 볼 수 있는 추후 연구가 필요하다.

본 연구의 참여자들이 이성과 감정이 누락된 상태를 경험하게 된다는 것은 본 연구에서 밝힌 중요한 자살 시도 직전의 경험이라고 할 수 있다. 이러한 결과는 청소년 자살과 관련된 개인내적인 심리로 우울 및 불안 등의 요인이 주요하게 관여할 수 있다는 선행연구의 결과(Miller & Taylor, 2005) 및 청소년 자살 시도 경험과 관련한 질적 연구들(정주연, 박재연, 2015; 천성문, 함경애, 2015)에서 알 수 없었던 결과에 해당한다. 즉, 청소년 자살을 매개하는 심리적 요인으로 고통스러운 정서가 주요한 역할을 하지만, 자살 시도 직전에는 이러한 감정의 상태가 부재하고, 이성의 작용

도 멈춰버리는 심리적 기능의 마비 상태가 오는 것을 알 수 있었다. 특히, 본 연구의 결과에서는 자살에 대한 생각이 시도를 막을 수 있도록 도와주었던 ‘두려움’이라는 정서가 부재한 상태가 되는 것이 자살 시도 직전의 청소년의 충동성을 실행력으로 만드는데 주요한 역할을 하고 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과는 자살 시도 직전의 보다 세밀한 경험을 드러내 주지 못했던 선행연구의 한계를 보완할 수 있었다는데 큰 의의가 있다.

본 연구의 참여자들이 자살 시도를 하게 된 요인에는 이제까지 버텨온 방식이 더 이상 효과가 없고, 자신의 존재 가치가 상실되는 경험이 있었던 것으로 나타났다. 청소년 참여자들은 지치고 무너져 내리는 마음이 있었고, 더 이상 참을 수 없는 고통의 끝은 자살 밖에 없었다고 호소하였다. 이러한 결과는 자살 시도에 영향을 미치는 청소년의 정신건강의 어려움으로 우울, 불안, 예민함, 자기비하 등이 있다는 선행연구 결과(Tan et al., 2018)를 지지한다. 심리내면에 다스리기 힘든 정서를 자해를 통해 해소해 왔던 참여자들 가운데서도 더 이상 견딜 수 없다는 임계점에 도달한 순간 자살 시도를 자행하게 되는 것으로 나타났다. 이를 통해 자살 시도를 한 청소년들의 적절한 스트레스 대처 능력의 부재(장은진, 2011)는 자살의 위험성을 더욱 높일 수 있다는 것을 확인할 수 있었다. 더불어, 자기 자신에 대한 인식이 확립되어 가는 청소년 시기의 자아 존중감의 결핍은 존재 가치에 대한 인식에 영향을 미쳐 자살의 위험을 높일 수 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 청소년의 자살 예방에 보호요인이 될 수 있는 요인으로 자아 존중감을 소개한 선행연구(김수지, 2020)를 지지한다.

청소년의 자살 시도는 일련의 목적을 이루기 위한 것이기도 했다. 본 연구의 참여자들은 분노를 견디지 못하여 복수심에 자살 시도를 했고, 주변의 관심과 사랑이 절실히 필요한 자신의 욕구를 드러내기 위하여 자살 시도를 하기도 했다. 이러한 결과는 청소년의 자살이 분노 및 타인에 대한 보복 심리로 이뤄질 수 있다는 선행연구(이승희 외, 2007; Miller & Taylor, 2005)를 지지한다. 또한 앞서 소개한 정주연, 박재연(2015)의 질적 연구 결과에서 자살 시도 단계의 청소년들이 타인에게 죄책감을 주거나 부모님에게 후회감을 주고 싶은 마음이 있었던 것과 일맥상통한 결과로도 볼 수 있다. 이렇듯 청소년의 자살은 현재의 고통을 끝내고 편안함을 얻기 위한 목적 이외에도 분노 및 복수심을 해결하기 위한 수단으로 시도될 수 있다는 점을 주목할 필요가 있다. 또한, 자살 시도를 한 청소년들이 보인 감정의 억압(김현미, 2019) 및 낮은 스트레스 대처 능력(오운서, 장유진, 2021; 장은진, 2011)은 본 연구의 참여자들에게도 발견할 수 있었던 것으로, 타인의 관심과 사랑에 대한 욕구를 적절하게 표현하거나 욕구 좌절을 해소할 수 있는 적절한 방식을 찾지 못했던 것을 알 수 있었다. 자살 시도 단계의 경험을 드러내 주었던 정주연, 박재연(2015)의 연구에서도 참여자들의 자살 시도 당시의 심리 상태로 관심을 받고 싶었던 동기가 전형적으로 드러났던 점은 자살 예방을 위하여 사회적 지지가 중요한 역할을 할 수 있음을 시사한다.

본 연구의 적지 않은 청소년 참여자들은 한번의 자살 시도가 아닌 반복된 자살 시도를 자행하기도 했는데, 이러한 결과는 자살 시도가 강력한 자살 예측 변인이 될 수 있다는 선행연구들(김정진, 2009; 김현순, 김병석, 2008;

Maris et al., 2000; Reinherz et al., 2006)과 일맥상통한 결과이다. 특히, 본 연구의 청소년 참여자들은 부모와의 관계적 어려움이 있는 상황에서 교우 관계의 어려움이 중첩되거나 학업에 대한 스트레스가 과중되면 자해 시도를 넘어 자살 시도까지 하는 위험성을 보이는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 청소년의 자살과 관련한 위험요인으로 가족 및 교우 등의 다양한 관계적 요인이 관여할 수 있다는 선행연구 결과(서상범, 2011; 오승환, 이창한, 2010; 정익중 외, 2010)를 지지한다. 한편, 교우 관계에서 피해를 경험한 참여자들은 주로 비자살적 자해를 하거나 죽음을 상상하는 등의 자살 사고를 보이지만 위험한 자살 시도의 충동성이 적었던 것으로 나타났는데, 이러한 결과는 선행연구의 결과에서와 같이 학교폭력 피해 경험이 자살 생각 및 충동을 높일 수 있으나 자살 시도까지 영향을 미치지 않을 수 있다는 결과(서고운, 2021; Turner et al., 2012)를 지지한다. 이는 학교 폭력을 경험한 청소년들은 위험을 회피하거나 심사숙고하는 등의 특성이 영향을 미쳤을 가능성이 있으므로 추가적인 연구가 필요하다.

또한, 본 연구결과에서는 자살시도 반복에 관여하는 요인으로 참여자들의 부모와의 관계적 경험이 주요한 역할을 하는 것으로 나타났다. 부모와의 관계가 비교적 긍정적이었던 경우 참여자들의 반복된 자살 시도는 거의 없었던 것으로 나타났고, 부모와의 관계가 처음에는 좋지 않았다가 이후에 개선된 경우에는 참여자들의 자살에 대한 사고 및 자살 시도 또한 줄어들게 되는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자살 예방에 있어 친밀한 관계에 있는 가족 등의 사회적 지지가 강력한 보호 요인이 될 수 있다는 선행연구 결과(심미영, 김교현,

2005; Rufino & Patriquin, 2019; Wilson et al., 2019)를 지지한다. 한편, 선행연구에서 사회적 요인으로 지적하였던 ‘온라인 매체’를 통한 유명 인사들의 자살 시도로 인한 영향은 본 연구결과 주요하게 관여하지 않는 요인에 해당했다. 이는 일인 미디어 환경의 확산 및 누구나 주인공이 될 수 있는 매체의 변화로 인하여 연예인을 선망하였던 청소년 문화가 변화되어 가는 현실을 반증한 것으로 해석해 볼 수도 있다. 따라서 사회문화적 변화에 따른 청소년 자살의 영향을 지속적으로 연구해 나갈 필요가 있다.

본 연구의 참여자들 가운데 자해 및 자살 사고와 자살 시도를 더 이상 하지 않게 된 경우 주요한 변화의 동력은 ‘지지 자원’과 ‘내면의 힘’인 것으로 나타났다. 이러한 결과는 사회적 지지가 자살 예방에 있어 무엇보다 강력한 보호 요인이 될 수 있다는 선행연구(심미영, 김교현, 2005; Rufino & Patriquin, 2019; Wilson et al., 2019)를 지지한다. 더불어, 본 연구의 참여자들이 스스로 자살을 극복할 수 있었던 요인으로 전문적 도움을 요청하는 자발성과 희망을 발견한 관점의 변화는 매우 의미 있는 내적 자원이라고 할 수 있다. 이러한 결과는 선행연구에 소개한 천성문, 함경애(2015)의 연구 결과와 일맥상통하지만, 자살을 극복할 수 있었던 내적 자원을 깊이 있게 이해하기 위해서는 개인적 요인을 보다 심층적으로 탐구해 볼 필요가 있다. 특히, 외부의 도움 없이도 스스로 문제를 해결해 나가고자 했던 의지로 전문적인 도움을 요청하거나 문제 속에서도 희망을 발견하는 관점의 변화는 자살 예방에 있어 매우 중요한 긍정 자원이 될 수 있기 때문에 이에 대한 추가적인 연구가 필요하다.

본 연구의 한계점은 다음과 같다. 첫째, 연구 참여자들의 약물복용 및 상담경험이 자살 시도 및 극복경험에 미친 영향에 대해서는 드러내지 못하였다. 본 연구는 자해 및 자살 사고와 자살 시도 경험의 본질을 탐구하는데 초점을 두었기 때문에 의학적, 심리학적 도움의 경험에는 초점을 맞추지 못하였다. 다만, 의학적 도움을 받았던 참여자들의 경우 약물을 모아 두었다가 충동적으로 자살시도를 한 경우가 있어 청소년의 특성을 고려한 외부 조력의 경험을 더 깊이 탐구해 볼 필요가 있다. 둘째, 선행연구와 동일하게 본 연구에서도 여자 청소년들의 자해가 높은 비율로 나타났었다. 이에 대한 성별 차이는 본 연구의 주제를 벗어나는 범위여서 충분히 다루지 못하였는데, 향후 이를 보다 깊이 있게 해석해 낼 수 있는 추후 연구가 필요하다. 더불어, 본 연구결과에서는 여자 청소년 참여자들이 의학적 도움을 받았던 경우 대다수가 약물을 통해 자살 시도를 했던 것을 미루어 볼 때, 향후 ‘여성’, ‘청소년’, ‘충동성’, ‘의학적 도움 요청의 빈도’, ‘약물복용 경험’ 등을 다각적으로 살펴볼 수 있는 추가적인 연구가 필요하다. 셋째, 청소년의 충동성이 자살의 위험을 높일 수 있다는 점은 본 연구결과에서 밝힌 중요한 의의 중 하나이지만, 기질적 충동성과 발달적 충동성을 분리하여 이해하는 데는 한계가 있었다. 따라서 향후 청소년의 충동성을 보다 세밀하게 이해해 볼 수 있는 추가적인 연구가 필요하다.

## 참고문헌

강은실, 송양숙, 조향숙, 강성년 (2004). 청소년의 자살의도, 우울, 영적 안녕감과 의 관



- 계. 정신간호학회지, 13(2), 190-199.
- 김교현 (2004). 한국 청소년의 우울과 자살. 한국심리학회지: 사회문제, 10, 55-68.
- 김기환, 전명희 (2000). 청소년 자살의 특성과 유형에 관한 연구. 한국아동복지학, 9, 127-152.
- 김도희 (2015). 부모의 학대와 학업 스트레스가 청소년 자살 생각에 미치는 영향: 공격성의 매개효과. 청소년학연구, 22(11), 487-515.
- 김수지 (2020). 초기 청소년기의 자아존중감과 교우관계의 종단적 구조관계: 자기회귀교차지연 효과 검증. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김원경 (2014). 한국 초,중,고등학생의 자살생각에 영향을 미치는 심리적 변인. 한국청소년연구, 25(3), 199-231.
- 김재엽, 김준범, 장은지 (2020). 청소년의 아동학대 경험이 위험음주와 자살 생각에 미치는 영향. 청소년학연구, 27(5), 119-145.
- 김정진 (2009). 대학생의 자살생각 관련 요인 연구. 정신보건과 사회사업, 32(8), 413-437.
- 김지윤, 조영희, 김성연, 이동훈 (2020). 대학생의 자해 중단 경험에 대한 사례연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료. 32(2), 971-996.
- 김현미 (2019). 자살 위기 청소년의 위험요인에 관한 질적 분석. 교양학연구, 6(1), 151-168.
- 김현순, 김병석 (2008). 자살생각과 그 관련변인들 간의 구조적 관계 모형 검증. 한국심리학회지, 20(2), 201-219.
- 박재연 (2010). 학교폭력이 청소년 우울 및 자살에 미치는 영향에서 탄력성의 매개효과: 성별차이를 중심으로, 사회복지연구, 41(1), 341-375.
- 서고운 (2021). 청소년 자살 원인 탐색 및 예방 대책 연구: 청소년기 발달적 특성을 고려하여. 한국청소년정책연구원.
- 서미, 김지혜, 이태영, 김은하 (2019). 비자살적 자해와 극복과정 경험에 대한 질적 연구: 상담경험이 있는 청소년을 대상으로. 상담학연구, 20(4), 179-207.
- 서미, 소수연, 강유임, 손지아, 김지혜 (2020). EBP 기반 자살·자해 청소년 상담클리닉 운영 모형 개발. 청소년상담연구, 28(1), 99-121.
- 서상범 (2011). 청소년 자살요인 및 해결방안에 관한 연구. 21세기사회복지연구, 8(1), 83-102.
- 심미영, 김교현 (2005). 한국 청소년의 자살생각에 대한 위험요인과 보호요인:성과 발달시기의 조절효과. 한국심리학회지: 건강, 10(3), 313-325.
- 오승환, 이창한 (2010). 청소년의 자살충동 결정요인 분석: 개인, 가족, 학교요인 분석을 중심으로, 한국범죄심리연구, 6(2), 147-170.
- 오윤서, 장유진 (2021). 비자살적 자해 청소년 상담에서의 상담자 개입 경험에 관한 질적 연구. 청소년상담연구, 29(1), 175-204.
- 이귀숙, 장은희, 김은영 (2016). 청소년 자살예방 프로그램의 개발 및 적용효과. 청소년상담연구, 24(2), 99-124.
- 이인숙, 박재연 (2021). 청소년기 자해 경험에 대한 합의적 질적 연구. 청소년학연구, 28(7), 185-206.
- 장은진 (2011). 한국에서의 청소년 자살연구 개관과 향후방향. 미래청소년학회지, 8(4),

- 171-195.
- 전홍진, 배주미, 우종민(2013). 청소년 자살 관련 현황 및 위험요인. *Journal of Korean Medical Association*, 56(2), 93-99.
- 정익중, 박재연, 김은영 (2010). 학교청소년과 학교밖 청소년의 자살 생각과 자살시도에 영향을 미치는 요인. *정신건강과 사회복지*, 34, 222-251.
- 정주연, 박재연 (2015). 청소년 자살시도 경험에 관한 질적 연구-자살시도 이전 단계, 자살시도 단계, 자살실패 이후 단계 경험을 중심으로. *청소년학연구*, 22(7), 275-305.
- 중앙자살예방센터 (2020). 2020 자살예방백서. 보건복지부.
- 지승희, 구본용, 배주미, 정익중, 이승연, 김은영, 김태성, 박재연, 허진석 (2007). 청소년 자살예방체계 구축방안 연구. *청소년상담연구(총서)*, 1-307.
- 지승희, 신호정, 이명우 (2008). 사이버상담에 나타난 청소년의 자살 행동 특징. *상담학연구*, 9(1), 165-179.
- 천성문, 함경애 (2015). 청소년의 자살시도 및 극복경험에 관한 질적분석. *재활심리연구*, 22(1), 59-79.
- 통계청 (2019). 2019년 사망원인통계 결과. 통계청.
- 홍영수 (2004). 가출 청소년의 자살행동 경험. *임상사회사업연구*, 1(2), 221-241.
- Brausch, A. M., & Gutierrez, P. M. (2010). Differences in non-suicidal self-injury and suicide attempts in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(3), 233-242.
- Cooper, J., Kapur, N., Webb, R., Lawlor, M., Guthrie, E., Mackway-Jones, K., & Appleby, L. (2005). Suicide after deliberater self-harm: a 4-year cohort study. *The American Journal of Psychiatry*, 162(2), 297-303.
- Fotti, S. A., Katz, L. Y., Affi T. O., & Cox B. J. (2006). The associations between peer and parental relationships and suicidal behaviors in early adolescents. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 51(11), 698-703.
- Fox, C., & Hwaton, K. (2004). *Deliberate self-harm in adolescence*. London: Gaskell Publications.
- Froeschle, J., & Moyer, M. (2004). Just cut it out: Legal and ethical challenges in counseling students who self-mutilate. *Professional school counseling*, 7(4), 231-235.
- Galley, M. (2003). Student self-harm: silent school crisis. *Education Week: American Education's Newspaper of Record*, December 3.
- Giorgi, A. (1985). *Phenomenology and psychological research* Pittsburgh, Duquensne university press.
- Gratz, K. L., & Chapman, A. L.(2007). The role of emotional responding and childhood maltreatment in the development and maintenance of deliberate self-harm among male undergraduates. *Psychology of Men & Masculinity*, 8(1), 1-14.
- Guba E. G., & Lincoln, Y. S. (1981). *Effective Evaluation*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Haines, J., & Williams, C. L. (2003). Coping and problem solving of self-mutilators. *Journal of Clinical Psychology*, 53(2), 177-186.
- Hawton, K., Saunders, K. E., & O'Connor, R. C. (2012). Self-harm and suicide in adolescents. *The Lancet*, 379(9834), 2373-2382.
- Husserl, E. (1948). *Erfahrung und urteil*.

- untersuchungen zur genealogie der logik*. Hamburg: Claassen & Goverst. An English translation Experience and Judgement: Investigations in the Genealogy of Logic. Translated by James S. Churchill and Karl Ameriks. Evanston: Northwestern University Press, 1973.
- Joiner, T. (2005). *Why people die by suicide?* Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kidd, S., Henrich, C., Brookmeyer, K., Davidson, L., King, R., & Shahar, G. (2006). The social context of adolescent suicide attempts: Interactive effects of parent, peer, and school social relations. *Suicide & Life-Threatening Behavior, 36*(4), 386-395.
- Klonsky, E. D., May, A. M., & Glenn, C. R. (2013). The relationship between nonsuicidal self-injury and attempted suicide: Converging evidence from four samples. *Journal of Abnormal Psychology, 122*(1), 231-237.
- Maris, R. W., Berman, A. L., & Silverman, M. M. (2000). *Comprehensive textbook of suicidology* New York, NY: The Guilford Press.
- Miller, T. R., & Taylor, D. M. (2005). Adolescent suicidality: Who will ideate, who will act? *Suicide and Life-Threatening Behavior, 35*, 425-435.
- Penn, J. V., Esposito, C. L., Schaeffer, L. E., Fritz, G. k., & Spirito, A. (2003). Suicide attempts and self-mutilative behavior in a juvenile correctional facility. *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 42*(7), 762-769.
- Reinherz, H. Z., Tanner, J. L., Berger, S. R., Beardslee, W. R., & Fitzmaurice, G. M. (2006). Adolescent suicidal ideation as predictive of psychopathology, suicidal behavior, and compromised functioning at Age 30. *American Journal of Psychiatry, 163*, 1226-1232.
- Ross, S., & Heath, N. (2002). A study of the frequency of self-mutilation in a community sample of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 31*, 67-77.
- Rufino, K. A., & Patriquin, M. A. (2019). Child and adolescent suicide: contributing risk factors and new evidence-based interventions. *Children's Health Care, 48*(4), 345-350.
- Skegg, K. (2005). Self-harm. *Lancet, 336*(9495), 1471-1483.
- Tan, L., Xia, T., & Reece, C. (2018). Social and individual risk factors for suicide ideation among Chinese children and adolescents: A multi level analysis. *International Journal of Psychology, 53*(2), 117-125.
- Turner, H. A., Finkelhor, D., Shattuck, A., & Hamby, S. (2012). Recent victimization exposure and suicidal ideation in adolescents. *American Medical Association, 166*(12), 1149-1154.
- Underwood, M. D., & Arango, V. (2011). Evidence for neuro degeneration and neuro plasticity as part of the neurobiology of suicide. *Biological Psychiatry, 70*(4), 306-307.
- Wilson, L. C., Newins, A. R., & Kimbrel, N. A. (2019). An examination of the interactive effects of different types of childhood abuse and perceived social support on suicidal ideation. *Children's Health Care, 48*(4), 394-409.
- Yip, K. S. (2005). A multi-dimensional perspective

of adolescents' self-cutting. *Child and Adolescent Mental Health*, 10(2), 80-86.

Zatti, C., Rosa, V., Barros, A., Valdivia, L., Calegari, V. C., Freitas, L. H., & Schuch, F. B. (2017). Childhood trauma and suicide attempt: A meta-analysis of longitudinal studies from the last decade. *Psychiatry Research*, 256, 353-358.

원 고 접 수 일 : 2023. 01. 09

수정원고접수일 : 2023. 02. 24

게 재 결 정 일 : 2023. 03. 17

## A Qualitative Study of Adolescent Suicide Ideation & Attempt and Self-Harm Experience

Kyung Eun Park

Semyung University / Assistant Professor

Dong Hun Lee

Sungkyunkwan University / Professor

The purpose of this study is to explore the nature of adolescents' suicide ideation & attempt and self-harm experience. For this purpose, interviews were conducted with 20 adolescents who experienced suicide ideation & attempt and self-harm. The collected data was analyzed using the phenomenology method. As a result, adolescents' suicide ideation & attempt and self-harm experiences were categorized into 29 sub categories and 9 essential categories. The adolescents experienced 'non-suicidal self-harm - a struggle to awaken living,' 'suicidal self-harm - the sloughing of painful emotions,' 'sudden invasion of suicidal ideation,' 'suicide attempt - an impulse without rationality and emotion,' 'suicide attempt - the end of purpose,' 'suicide attempt - the final destination,' 'the inner resource to change focus and search for hope,' and 'external resource through environmental changes and support.' These findings were discussed in relation to previous studies, and limitations and further study directions were also presented.

*Key words* : adolescents, self harm, suicidal ideation, suicide attempt, qualitative study