



자살유가족 실태 및 지원 현황

김유미 연구원

우리나라 2015년 자살자 수는 인구 십만 명 당 26.5명으로 OECD 국가 중 자살률 1위라는 불명예를 안고 있음. 이로 인해 발생한 자살유가족 수는 8만 3천명으로 친구 등 지인까지 포함하면 엄청난 수로 늘어날 것임. 자살유가족은 가족을 잃은 슬픔으로 인해 극심한 스트레스에 시달리고 정신건강, 신체건강의 어려움을 겪게 되며, 일반인보다 자살 위험이 8.3배 높게 나타남. 이에 보건복지부-생명보험사회공헌재단은 이들의 심리 정서적 지원과 자살위험도 감소를 위해 심리상담 및 정신과 치료비 등을 지원하기로 함

■ 통계청에 따르면 2015년 자살자 수는 인구 십만 명 당 26.5명으로 하루에 37명꼴로 스스로 목숨을 끊고 그로 인해 발생한 유가족 수는 8만 3천여 명으로 집계됨¹⁾

- 2015년 자살자 수는 13,513명으로, 이 중 남성은 9,599명, 여성은 3,954명으로 남성이 여성보다 2.4배 많은 것으로 나타남
- 자살자 1명당 평균 5~10명의 유가족이 있다고 가정하면 매년 8만 명 이상, 지난 10년간 최소 70만 명 이상의 자살유가족이 발생한 것으로 볼 수 있으며, 여기에 친구 등 지인까지 포함하면 엄청난 수로 늘어날 것임

■ 자살자로 인한 사별의 슬픔은 일반적인 사별과정과 다르게 심리적 충격이 크고 자살유가족은 가족을 지키지 못한 것에 대한 죄책감과 자살에 대한 사회적 편견으로 고통을 겪게 됨

- 자살유가족 실태조사에 따르면 자살유가족은 사고 후 가족관계의 변화로 인한 스트레스를 가장 크게 느끼며, 대인관계의 변화, 직업 및 경제상태의 변화로 인해 스트레스를 받는 것으로 나타남²⁾
- 자살유가족은 사고 직후보다 시간이 조금 흐른 3개월에서 1년 사이가 가장 힘들다고 응답하였으며,

1) 통계청, 사망원인 통계

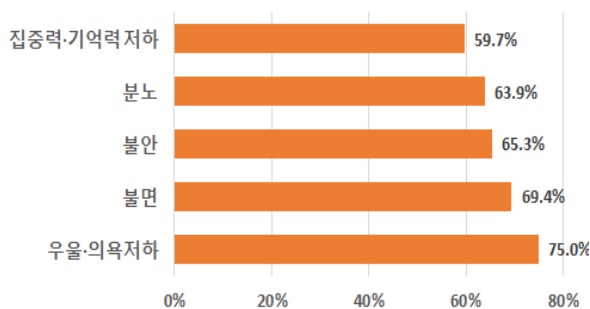
2) 보건복지부 보도자료(2017. 8. 4), 매년 8만 명, 처음 돌아본 자살유가족의 삶

- 응답자 중 76.4%가 가족관계의 대화단절, 가족 간의 상호 비난 및 죄책감 등으로 힘들다고 응답함
- 자살유가족은 죽음의 원인이 무엇이든지 간에 수치심, 죄책감, 두려움 등의 강렬한 슬픔을 겪게 되고 자살한 사람에게 발생한 일에 대해 이야기를 꾸며 왜곡된 생각을 갖기도 함³⁾

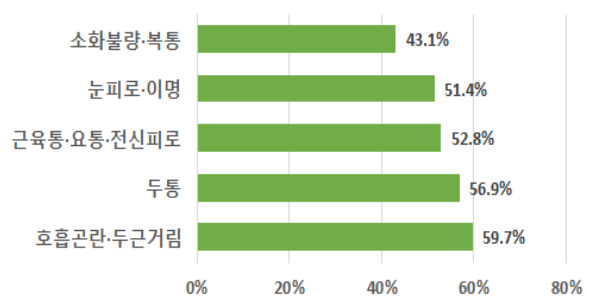
■ 자살유가족은 스트레스로 인해 우울증,⁴⁾ 위염·위궤양 등 정신건강 및 신체건강에 어려움을 겪고 있으며, 이러한 증세는 사고 직후부터 3개월까지 가장 높게 나타남

- 자살유가족 중 75%가 우울·의욕 저하를 경험하였으며, 우울증(41.7%), 불면증(37.5%), 불안장애(31.9%) 등을 진단받거나 입원치료(11.1%)를 받은 것으로 나타남(〈그림 1〉 참조)
- 응답자의 절반 이상이 가족의 자살로 인해 호흡곤란·두근거림, 두통 등을 경험하였으며, 위염·위궤양(29.2%), 고지혈증(18.1%), 고혈압(8.3%)을 진단받거나 입원치료(18.1%)를 받은 것으로 나타남(〈그림 2〉 참조)

〈그림 1〉 정신건강의 위험요인



〈그림 2〉 신체건강의 위험요인



자료: 보건복지부 보도자료(2017. 8. 4)

■ 자살유가족은 우울증 및 불안증세가 심하고 일반인에 비해 자살위험이 8.3배나 높은 편으로 보건복지부와 생명보험사회공헌재단은 업무협약을 맺고 이들의 심리 정서적 지원과 자살위험도 감소를 위해 심리상담 및 정신과 치료비 등을 지원하기로 함

- 자살은 전염성이 높은 편으로 자살유가족 중 진지하게 자살하고 싶은 생각을 했던 경우가 43.1%, 이 중 자살위험이 높은 사람은 29%인 것으로 나타남

3) 서울시 자살예방센터, 자살유족 상담 및 자조모임 매뉴얼

4) DSM-IV에 따르면 사별한 사람이 사별 후 최소한 두 달 이상 뚜렷한 기능 손상, 자살 사고, 정신증적 증상이나 정신운동 지체와 같은 증상들을 보이는 경우에는 주요 우울장애로 진단받을 수 있음(분당서울대학교병원, 자살유가족 지원사업 가이드북)

- 자살로 인한 피해는 자살자뿐만 아니라 최소한 6명 이상의 주위 사람들에게 심리적, 정서적인 영향을 주고 자살 위험을 전염시킬 수 있음⁵⁾
- 정부는 자살예방을 국정과제에 포함하여 자살유가족의 정신적·신체적 고통과 경제적 어려움을 지원하기 위한 방안을 마련하고 있으며, 내년에는 자살예방전담부서도 신설할 계획임⁶⁾
- 현재는 자살유가족의 정신과 입원·통원 치료비, 심리검사 및 심리상담, 심리치료 프로그램 비용 등을 1인당 140만 원(최대 300만 원) 지원하기로 함 **kiri**

5) 의협 국민건강위원회 보도자료(2017. 2. 16), 자살률 줄이려면 정신질환에 대한 사회적 편견 버려야

6) 머니투데이(2017. 8. 20), 박능후 장관 내년에 자살예방 전담부서 설치