

비자살적 자해(Non-Suicidal Self-Injury: NSSI)에 대한 국내연구동향: 2000년부터 2019년까지*

박경애** · 김지연*** · 강남이**** · 김숙진**** · 윤희옥****

초 록

본 연구의 목적은 국내 비자살적 자해 연구동향을 분석함으로써 연구의 시사점과 제언을 통해, 향후 자해연구 방향을 제시하고자 하는 데 있다. 이를 위해 2000년부터 2019년까지 국내에서 발표된 학위논문 33편, 학회지 논문 41편, 총 74편을 대상으로 분석준거에 따라 기초사항, 연구대상, 연구방법, 자해에 관련된 연구변인으로 분류하여 분석하였다. 그 결과 첫째, 기초사항을 살펴 본 결과 2007년 1편의 연구를 시작으로 2015년부터 서서히 증가하다가 2019년 이후 16편으로 급증하는 추세이고 상당심리분야(68.9%)에서 많이 연구되었음이 확인되었다. 둘째, 연구대상과 연구장소에 대한 결과를 보면 주로 청소년과 대학생들 대상(62.2%)이 학교 등 교육기관(51.4%)을 통해 연구되어졌음을 알 수 있다. 셋째, 연구방법에서는 양적연구(73%)가 주를 이루었고 질적연구(10.8%)와 프로그램개발(2.7%) 등이 미비하게 이루어져 있다. 특히, 2019년에는 온라인 공간에서 데이터를 활용한 텍스트마이닝 분석의 양적연구 1편과 텍스트네트워크분석의 질적연구 1편이 연구되었다. 넷째, 양적연구와 프로그램 효과 변인을 살펴 본 결과 개인내적변인의 정서영역과 인지영역에서 연구가 많이 이루어졌으며, 사회·환경적 변인의 가족관련영역에서 연구가 많이 이루어졌음을 확인하였다. 다섯째, 질적연구의 주요결과를 분석하여 자해시작과 중단의 과정을 확인하였고, 여섯째, 개관연구를 확인함으로써 자해연구의 이해를 좀 더 넓히는 계기가 마련되고 있음을 알 수 있었다. 끝으로 본 연구의 결과를 종합하여 논의하고 후속연구에 대한 제언을 제시하였다.

주제어: 비자살적 자해, 국내연구, 연구동향

* 2018년 광운대학교 교내 연구비로 수행되었음.

** 광운대학교 교육대학원 교수, 제1저자

*** 광운대학교 교육학과 상담교육전공 박사수료, 교신저자, peace00777@naver.com

**** 광운대학교 교육학과 상담교육전공 박사수료

I. 서론

포털 사이트(Portal Site)나 특정한 관심, 활동을 공유할 수 있는 사람들 사이의 관계망인 온라인 서비스 SNS(Social Network Services/Sites) 등을 검색하면 자신의 몸에 상처를 낸 뒤 그 모습을 촬영, 게시물로 올리는 것을 쉽게 볼 수 있다. “종이에 베인 것처럼 얇게” 상처를 낸 인증사진, 주사기를 이용해 자해하는 영상 등 여러 가지 내용이 눈에 띈다. 주인공은 대부분 청소년이다(신동아, 2019. 04. 07.)

자해행동은 오랫동안 자살행동과 구분 없이 사용되어 왔으나, 정신장애 진단 및 통계편람 DSM-5(American Psychiatric Association; APA, 2013)는 ‘죽을 의도가 없는 자해’(Non-Suicidal Self-Injury: 이하 NSSI)를 추가적 연구가필요한 진단적 상태로 분류하면서 자해에 대한 진단, 치료 그리고 추후 연구에 대한 관심과 필요성을 반영하였다(김수진, 2017).

비자살적 자해(이하 자해와 혼용하여 사용)는 죽을 의도 없이 직접적이고 고의적으로 자신의 신체조직을 훼손시키는 행동으로 정의되며(Bresin & Gordon, 2013; Nock, 2009), 힘든 상황을 견디기 위해 하는 행위이다(Simeon & Favazza, 2001). DSM-5의 진단기준을 살펴보면 지난 1년 동안 5일 이상, 신체 표면에 고의적으로 상처, 출혈, 고통을 유발하는 행동(예, 칼로 긁기, 찌르기, 불로 지지기, 과도하게 문지르기)을 자신에게 가하고, 경도 또는 중등도의 신체적 손상을 유발하려는 의도에 의한 것으로서, 자살 의도가 없어야 한다고 되어 있다. 손톱을 깨무는 사소한 행동이나 사회적으로 용인된 행동(피어싱, 문신 등)은 제외한다(APA, 2013).

자해는 14-24세 청소년 시기에 가장 흔하며(Laye-Gindhu & Schonert-Reichl, 2005), 이들의 14-21%가 자해행동을 경험했다고 보고하였다(Heath, Toste, Nedechewa & Charlebois, 2008). 국내의 경우 2018년 초 교육부는 ‘학생정서 행동특성검사’를 전국 초·중·고 학생들에게 실시하였고, ‘자해경험이 있다’고 답한 중학생이 전체 중학생의 7.9%였다. 즉, 중학생 100명 중 8명이 자해를 한다는 결과이다. 고등학생의 경우 6.4%가 ‘자해 경험이 있다’고 답하여 중학생보다는 낮은 비율을 보였다(한겨레21, 2018. 11. 10). 이주연(2016)의 연구에서는 대학생의 자해경험은 45.1%에 달한다고 보고하였다. 이렇듯 연구마다 차이가 큰 이유는 자해행동과 자살시도 간의 개념적 모호성과 신체의 자해 부위를 쉽게 감출 수 있는 자해행동의 특성으로 인해 타인에게

들키지 않고 은밀하게 이루어질 수 있어 정확한 유병률 파악을 어렵게 하기 때문이다 (Bowen & John, 2001). Nock(2010)의 연구에서도 대부분의 비자살적 자해자들이 개인적으로 은밀하게 자해행동을 하고, 그 상처를 감추며 치료를 받는 경우가 드물다고 보고되었다(안영신, 송현주, 2017).

치명적인 행동을 하여 죽음에 이르는 자살시도와는 다르게, 자해행동은 여러 가지 치명적이지 않은 행동을 지속적으로 하는 특징이 있다(Favazza, 1996). 즉, 자살시도와 자해행동의 가장 큰 차이는 생을 끝내고자 하는 의도에 있다. 하지만, 자해행동과 자살시도의 구분은 명확하지 않다. 자해행동 당사자가 생을 끝내고자 하는 의도를 인식하지 못하는 경우도 있고, 실제로 죽고자 하는 의도와 살고자 하는 의지가 애매하거나 혼재되어 있는 경우도 많기 때문이다(성나경, 강이영, 2016에서 재인용). 이러한 이유로 자칫 자살시도까지도 이어질 수 있는 위험한 행동인 자해는 청소년기의 정신건강 측면에서 특히 관심을 요하는 문제행동이다(이동귀, 함경애, 배병훈, 2016).

자해행동에 대한 선행연구에서는 정신지체 같은 발달장애 아동 및 청소년들이 주의를 끌기 위해 행하는 것으로 보고되었고(Iwata, Dorsey, Slifer, Bauman & Richman, 1994), 경계선 성격 장애 환자를 비롯하여 우울, 강박-충동, 섭식, 외상 후 스트레스, 물질 남용(Jaquier, Hellmuth & Sullivan, 2013) 등 다양한 정신과적 장애를 가진 임상집단에서 관찰되어왔다. 하지만 경계선 성격장애가 없는 집단(Klonsky, Oltmanns & Turkheimer, 2003; Laye-Gindhu & Schonert-Reichl, 2005; Whitlock, Eckenrode & Silverman, 2006)과 비임상 집단인 일반인(Klonsky, May & Glenn, 2013; Nock, 2010)에서도 보고되었고, 정신장애 진단과 별개로 자해행동은 그 자체로 장애(Klonsky & Olin, 2008; Nock et al., 2006)나 행동 증후군(Muehlenkamp, 2005)으로 봐야한다는 주장이 제기되었다(김지윤, 2019에서 재인용).

국내에서는 비임상군에 대한 비자살적 자해연구가 서서히 증가하다가 2017년 급격한 증가세를 보이고는 있지만 청소년들의 자해사례 증가추세에 비해 관련된 연구가 부족한 실정이다. 이러한 상황에서 김수진(2017)이 비자살적 자해를 설명하는 모델들을 통해 이론적 측면을 알아보았고, 비자살적 자해와 관련된 국내외 선행연구를 개관하여 위험요인과 보호요인으로 변인들을 살펴보았다. 그 결과, 위험요인으로는 아동기의 불안정한 양육환경, 정서조절 및 표현의 어려움, 자기(self)에 대한 부정적 인식, 정신의학적 상태 및 심리사회적 요인을 밝혔다. 보호요인으로는 상처인식에 의한 스

스로 변화의 필요성, 삶의 목표, 자기수용을 통한 자기(self) 회복, 사회적 지지 및 연결을 제시하였다.

또한, 최근 성요안나, 배유빈과 김소정(2019)이 비자살적 자해를 주제로 한 개관연구를 발표하였다. 이 연구의 분석대상은 국내에서 발표된 학술지 논문 23편으로, 비자살적 자해 대부분의 연구가 관련 변인의 탐색연구였음을 밝혔고, 자해행동의 시작 시기와 자해경험 및 빈도에서 성별차이를 언급하였다. 자해방법을 적극적인 방법과 수동적인 방법으로 분류하였으며, 개인 내적인 요인과 사회적인 요인으로 자해의 동기를 구분하였다. 또한, 비자살적 자해를 예측할 수 있는 요인과 보호할 수 있는 요인에 대해 정서, 인지, 기질, 발달 등 여러 측면으로 분류하여 살펴보고, 자살 위험과의 관련성과 개입프로그램에 대하여 알아보았다. 이 연구의 의의로는 비자살적 자해 연구동향 분석을 통해 향후 연구 방향을 제시하였고, 다양한 측면의 연구가 필요함을 제안하였다.

국외에서는 Valencia-Agudo, Burcher, Ezpeleta와 Kramer(2018)가 지역사회에서의 예방과 개입에 중점을 두기 위해 임상군은 제외하고, 10-19세의 비임상군 청소년 대상의 39편 논문을 분석하였다. 사회 인구학적, 환경적, 심리적 요인의 세 가지 주제로 분류되었으며 그 결과, 각각의 주제에서 ‘여성’, ‘또래로부터의 폭력피해’, 그리고 ‘우울증 증상’이 NSSI를 가장 확실하게 예측하였다. 그 밖에 현재 부모의 정신건강, 심리적 고통, 행동문제, 과거의 NSSI 및 낮은 자기개념이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 낮은 자기개념은 개인 내적/개인별 요인과 NSSI 사이에 중재효과가 있는 것으로 보였다. 이 연구에서 특히 주목할 점은 현재의 부모 정신건강이 자녀의 NSSI에 영향을 미치는 결과인데, 이전 연구에서는 강조되지 않았기 때문에 청소년의 NSSI의 특정요인으로 볼 수 있다.

위의 연구들은 증가하는 자해청소년들을 위해 국내외 연구들의 위험요인과 보호요인을 개관(김수진, 2017)했다는 점, 국내 최초의 비자살적 자해 동향연구로써 국내 학술지 논문을 분석했다는 점(성요안나 등, 2019) 그리고 전문가와 정책을 만드는 사람들의 NSSI의 예방과 조기개입전략을 위해 비임상군 청소년 대상으로 했다는 점 (Valencia-Agudo et al., 2018)에서 그 의의가 있다. 하지만 김수진(2017)의 연구에서 제시된 이론들과 변인들은 거의 국외 환경을 바탕으로 이루어진 점을 감안한다면, 본 연구의 분석을 통해 국내에서도 적용되는지 살펴볼 필요가 있다. 성요안나 등(2019)

의 연구는 보호요인과 위험요인을 확인함에 있어 질적연구를 분석에서 제외하였다. 자해라는 주제는 그 두 가지 요인으로만 확인하기엔 양가적이고 모순적인 현상이다. 그렇기 때문에 자해를 반복적으로 하는 이유와 주관적인 의미, 자해를 중단할 수 있었던 경험 등(김수진, 김봉환, 2017)은 질적 연구를 통해 확인해야 한다. 이에 본 연구에서는 질적연구를 분석하여 보호요인과 위험요인뿐 아니라 자해를 좀 더 심층적으로 이해할 수 있는 자료를 제시하고자 한다. Valencia-Agudo 등(2018)이 검토한 자료들의 제한점은 성적학대와 같이 NSSI와 관련되었던 이전의 요인을 충분히 조사하지 않았으며, 외상 후 스트레스 증상 또는 소셜미디어의 영향과 관련하여 연구가 되지 않았다는 것이다. 주로 위험요인이 많이 연구되었고, 예측변수와 결과 사이의 복잡한 관계를 이해하기 위한 조절변인과 매개변인은 충분히 연구되지 않았다. 이에 본 연구에서는 NSSI와 관련된 예측변인들뿐만 아니라 완화 및 중재변인으로의 조절과 매개로 나누어 구체적으로 살펴보고자 한다.

앞서 언급한 것을 종합해보면, 비자살적 자해 연구가 점점 증가하며 중요성이 대두되고 있는 이 시점에, 본 연구에서는 국외논문을 배제하고 국내연구만을 분석하여 국내 실정에 맞는 청소년의 자해행동 개입에 맞는 방향을 모색하고자 한다. 이를 위해 비자살적 자해의 관련 변인들에 대해 양적연구에서는 예측변인과 중재변인을 분석하여 위험요인과 보호요인을 살펴보고자 한다. 더불어 질적연구를 구체적이고 체계적으로 탐색하여 양적연구에서는 다룰 수 없었던 자해행동의 주관적 의미, 반복적으로 할 수 밖에 없는 이유, 그리고 자해를 중단할 수 있었던 경험 등을 통해 양적연구에서 밝히지 못했던 위험요인과 보호요인에 대해 좀 더 구체적으로 알아보고자 한다. 대상은 연령의 검색 범위를 청소년기로 제한하지 않고 전 연령에 대해 수집하였다. 청소년기에는 NSSI 비율이 증가하지만 성인기 이후는 감소한다는 기존연구의 결과(Plener, Schumacher, Munz & Groschwitz, 2015)에 따라, 성인기 이후까지 연구대상을 확대하면 그들을 통해 자해의 중단 요인 즉, 보호요인을 확인할 수 있고 청소년들의 상담 치료에 적용할 수 있다. 그리고, 성인기 이후까지 지속되는 경우는 어떤 요인이 자해행동을 지속시키는지 확인하여 청소년기에 예방 및 조기개입을 할 수 있기 때문에 모든 연령층을 대상으로 분석하였다. 또한, 본 연구를 위해 2000년부터 2019년까지 발표된 비자살적 자해의 학위논문과 학회지 논문을 74편을 분석하였다. 학위논문을 함께 분석한 이유는 학회지 논문만 분석하기엔 비자살적 자해연구 편수 부족으로 전반

적 흐름을 알기엔 미비함이 있기 때문이다.

본 연구를 통해 향후 비자살적 자해를 좀 더 심층적이고 다각도로 연구할 수 있는 다양한 연구방법, 좀 더 다양한 대상과 용도의 척도개발 및 프로그램 개발 등의 방향을 제시하여 국외이론에 근거한 연구가 아닌 국내실정에 적합한 이론구축의 기초자료를 마련하고자 한다. 특히, 임상군은 병원 등에서 노출되기 때문에 치료와 같은 개입이 가능하지만, NSSI를 가진 대부분의 비임상군 청소년들은 도움을 요청하지 않기 때문에 그들의 연구를 좀 더 집중적으로 살펴봄으로써 치료와 예방, 상담에서의 효과적인 개입 및 청소년건강관련 정책에 도움이 되고자 한다.

본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 비자살적 자해관련 논문의 기초사항별 연구동향은 어떠한가?

둘째, 비자살적 자해관련 논문의 연구대상 및 연구장소 별 연구동향은 어떠한가?

셋째, 비자살적 자해관련 논문의 연구방법별 동향은 어떠한가?

넷째, 비자살적 자해관련 양적논문의 연구변인별 동향은 어떠한가?

다섯째, 비자살적 자해관련 질적논문의 동향은 어떠한가?

마지막으로, 비자살적 자해관련 논문의 개관논문의 연구 동향은 어떠한가?

II. 방 법

1. 분석대상 논문선정

본 연구의 분석대상은 2000년부터 2019년까지 국내에서 발표된 학위논문 및 등재·등재후보 학회지 논문들로 한국교육학술정보원(Riss4u), 국회전자도서관, K대학교도서관, KISS, DBPIA, SCHOLAR, 학술교육원(earticle.net) 웹사이트를 활용하여 수집되었다. 먼저, 검색 키워드를 ‘자해’를 대상으로 입력한 후, 결과 내 재검색으로 “self-injury” 혹은 “self-harm”으로 1차 검색을 하여 총 2,059편의 논문이 검색되었다. 둘째, 검색서비스에서 1차로 걸러진 논문 목록의 초록내용과 연구제목을 확인하

여 ‘자해’에 대한 연구인지를 검토하였고, 초록과 연구제목으로 확인이 어려운 논문은 본문의 내용을 확인하였다. 이에 문학작품에서의 자해에 관한 연구와 장애를 대상으로 한 자해에 관한 연구 1,589편을 분석대상에서 제외하여 총 477편의 분석 논문 목록으로 2차로 선별하였다. 셋째, 석사나 박사학위논문을 학회지에 발표한 경우, 엄격한 심사과정을 거쳐 게재에 이른 학회지 논문이 연구의 질을 보장할 수 있다고 판단하여 학회지 논문을 분석대상으로 선정하였다. 그 중 연구의 목적과 부합하지 않은 총 403편이 제외되었고, 연구 내용에서 자살을 위한 고의적 자해연구와 대출 불가로 내용을 확인하지 못한 2019년 박사논문 한 편이 포함되었다. 결과적으로 학회지 논문 41편, 학위논문 33편으로 총 74편을 최종 분석대상으로 선정하였다.

2. 분석절차 및 기준

본 연구는 선행연구의 평정절차와 분석틀을 참조하면서 본 연구의 목적에 맞도록 새로운 범주를 추가하는 등 ‘맥락-민감적 특성(Content analysis)’을 반영하였고(Krippendorff, 2012), 항목을 선별적으로 사용하였다. 상담분야 연구동향 관련 세미나 지도 및 연구동향 논문의 경험이 있는 상담심리학 분야의 교수 1인과 상담교육 전공 박사과정 4인 총 5인의 연구자가 평정자로 참가하였고, 신뢰도와 타당도 확보를 위해 상담심리학 전공교수 1인이 최종적으로 결과를 감수하였다. 구체적 논문평정은 평정 기준 작성, 평정자 훈련, 평정확정의 세 단계로 진행되었다.

첫째, 평정기준 작성단계로, 연구의 분류 준거를 정하기 위해 동향분석 선행연구자의 분석 준거틀을 참고하여 관련 논문들의 제목과 초록을 살펴보고, 분류범주를 정하였다. 선행연구(김영아, 변재원, 2016)에서 사용한 분석기준이 적절한지 알아보기 위해 분석대상 논문 15편을 임의로 선정, 예비분석을 실시한 뒤 분류범주의 적합성을 점검하였다. 둘째, 평정 연습단계로써, 평정자 4인은 분석대상 논문들을 한 편씩 읽으면서 1차 분류범주를 적용해 보았고 서로 논의하여 선행연구들(신애자, 김용수, 2016; 김영아, 변재원, 2016; 신창호, 2016; 최윤선, 이규미, 2017; 이현진, 주인석, 김명찬, 2019)에서 사용한 분석준거를 사용하여 이 연구의 목적에 맞는 항목들을 연구자간의 합의를 통해 최종 분류범주와 범주명을 정하였고, 표 1과 같이 최종 결정하였다.

정해진 분류범주를 연구자들이 숙지한 뒤, 분석대상의 논문을 분류하는 평정작업을

실시하였다. 연구자 1인이 분석논문의 평정기준을 설명하면 서로 의견을 교환하여 일치할 경우 분류표에 적어 넣었고, 연구자 간의 불일치한 부분에 대해서는 5인의 연구자가 일치할 때까지 토의 과정을 거쳐 진행하였다. 마지막으로, 평정자들은 최종 분석대상 논문 74편을 평정기준에 따라 각 분류 범주에 해당하는 연구편수들에 대해 평정을 실시하였고, 교차분석을 통해 검토과정을 거쳤다.

본 연구에서 기초사항과 연구대상을 분석하기 위해 상담분야의 연구동향 중 학위논문과 학술지 논문을 함께 분석한 선행연구(신애자, 김용수, 2016; 김영아, 변재원, 2016; 신창호, 2016)의 분류틀을 사용하였다. 기초사항 연구동향은 연도를 기준으로 발표된 학위논문과 학회지논문 연구수를 정리하였고, 어떤 분야에서 연구를 진행했는지 확인하고자 연구자 전공분야를 살펴보았다. 연구자 전공분야는 심리상담, 사회복지, 교육학, 보건간호, 그 외는 기타로 분류하였다. 학회지는 교신저자를 중심으로, 학위논문의 경우는 학위명을 기준으로 분류하였고, 학위명이 없는 분석대상은 학과명으로 분류하였다. 연구대상 동향은 연령별로, 아동은 아동·초등학생, 청소년은 중·고등학생, 대학생은 대학교·대학원에 다니는 학생, 성인은 대학생과 대학원생을 제외한

표 1
분류범주 및 세부사항

분류범주		세부사항	
기초사항		출판연도, 학위 및 학회지 논문 구분, 연구자 전공분야	
연구대상		아동, 청소년, 대학생, 성인(대학생 외), 기타	
연구장소		교육기관, 사회기관, 병원, 기타	
연구방법		양적연구(조사, 실험, 척도개발 및 타당화, 온라인 데이터를 활용한 텍스트 마이닝), 질적연구(현상학, 근거이론, 내러티브, 사례, 텍스트 네트워크분석 및 내용분석), 개관연구, 프로그램개발연구	
연구내용 분석	양적연구와 프로그램 변인분석	개인 변인	자기인식, 정서, 인지, 성격, 심리적 자원, 임상적 자원, 기타, 프로그램
		사회 변인	가족 관련, 학교 및 또래관계, 기타
		질적연구	연구방법 및 주요 연구결과

20세 이상의 성인, 기타에는 연구대상이 없는 문헌연구, 연구동향, 초등학생부터 성인까지 혼합, 연령을 구분하지 않은 임상군 대상 연구와 온라인 데이터를 활용한 연구의 경우 등으로 구분하였다. 연구 장소의 분류를 위해 최윤선과 이규미(2017)의 논문을 참조하였고, 교육기관, 사회기관, 병원, 기타로 분류하였다. 학교의 상담센터는 교육기관에 포함하였고, 시설상담센터는 사회기관에, 정신건강의학과 부설치료센터는 병원에 포함하여 분석하였다. 기타엔 고찰문헌, 장소표시 없는 것, 온라인설문, 장소가 혼용(학교와 청소년상담센터/학교, 학교밖, 소년원)된 것들이 포함되었다.

연구방법 동향을 위해 이현진, 주인석과 김명찬(2019)이 사용한 양적연구, 개관연구(문헌고찰), 양적·질적 혼합연구, 검사도구개발, 프로그램개발 5개의 분류들을 수정·보완하였고, 질적연구를 추가로 구성하여 빈도와 백분율을 구하였다. 양적연구는 조사연구와 실험연구(신애자, 김용수, 2016)외에 검사도구개발(척도개발 및 타당화)과 온라인 데이터를 활용한 텍스트마이닝을 포함하였고, 개관연구는 연구동향분석과 문헌고찰로 구성하였다. 질적연구방법은 현상학, 근거이론, 내러티브, 사례연구 그리고 텍스트 네트워크분석 및 내용분석으로 분류하였다.

연구내용 동향을 파악하기 위해, 양적연구와 프로그램효과, 질적연구, 개관논문으로 분류하였다. 양적연구와 프로그램효과의 변인동향은 선행연구(최윤선, 이규미, 2017; 이현진 등, 2019)의 분석들을 본 연구에 맞게 수정·보완하여 사용하였다. 양적연구에 대해 개인변인과 사회·환경적 변인으로 나누고, 개인변인은 자기인식, 정서, 인지, 성격, 심리적 자원, 임상적 자원, 기타. 프로그램효과 영역으로 사회·환경적 변인은 가족 관련, 학교 및 또래관계, 기타 영역으로 세분화하여 분석하였다. 질적연구는 연구방법과 주요결과를 정리하여 분석하였고, 개관연구는 연구들의 대략적인 내용을 정리하였다.

III. 결 과

1. 연도별 발행논문 수 및 연구자 전공별 동향

연도별 발행논문 수 및 연구자 전공별 동향은 표 2와 같고 2007년 1편을 시작으로 2013년까지 연구가 미미하게 이루어짐을 알 수 있다. 2014년에 들어서 5편의 논문이 등장하면서 연구가 증가하였고, 2015년 4편, 2016년 5편을 유지하다가 2017년 학위논문 4편, 학회지 8편으로 총 12편의 논문이 연구되어 연구가 전년 대비 2.4배 증가하였음을 알 수 있다. 2018년은 7편으로 전년 대비 감소하였지만 2019년 게재된 논문이 34편으로 대폭 증가한 것을 알 수 있다.

비자살적 자해에 관한 연구자 전공별 동향 분석논문 총 74편 중, 심리상담 분야가 51편으로 가장 많은 것으로 나타났고, 다음으로 교육학이 9편, 보건간호가 7편, 사회복지 4편, 기타가 3편순으로 나타났다. 먼저, 심리상담 분야에서는 심리변인들과 자해와의 관계, 자해행동에 대한 심리·사회적 경험, 자해동기 등을 측정하는 척도개발, 자해행동 예방 및 단기개입 프로그램 개발 등 다른 분야의 연구들에 비해 더욱 다양한 주제와 연구방법으로 연구가 이루어지고 있음을 확인해 볼 수 있었다. 둘째, 사회복지 및 교육 분야는 고등학생과 초등학생을 대상으로 치료를 통한 자해행동 감소와 학교 폭력으로 발생하는 자해행동에 대한 연구들이었다. 셋째, 보건간호 분야에서는 임상집단과 자해와의 관계 연구들이 주를 이루었고, 넷째, 기타분야에 해당하는 연구들은 전공구분이 없거나 아동학·청소년학 전공이며, 심리이론에 기반한 고찰연구와 중·고등학생을 대상의 부모의 정서적 학대와 자해행동과의 관계 연구로 나타났다.

표 2

연도별 및 연구전공자별 발행논문

연도별	학술지	학위논문			연구자 전공분야					계(%)
		석사	박사	계(%)	상담·심리	사회복지	교육학	보건간호	기타	
2007	-	1	-	1(1.4)	-	-	1	-	-	1(1.4)
2008	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2009	2	-	-	2(2.7)	-	-	-	2	-	2(2.7)

연도별	학술지	학위논문			연구자 전공분야					계(%)
		석사	박사	계(%)	상담·심리	사회복지	교육학	보건간호	기타	
2010	2	-	-	2(2.7)	2	-	-	-	-	2(2.7)
2011	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2012	2	-	-	2(2.7)	-	1	-	1	-	2(2.7)
2013	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2014	1	3	1	5(6.8)	3	1	1	-	-	5(6.8)
2015	4	-	-	4(5.4)	2	-	2	-	-	4(5.4)
2016	4	1	-	5(6.8)	5	-	-	-	-	5(6.8)
2017	8	4	-	12(16.2)	9	-	1	1	1	12(16.2)
2018	2	5	-	7(9.5)	6	-	1	-	-	7(9.5)
2019	16	13	5	34(45.9)	24	2	3	3	2	34(45.9)
계(%)	41(55.4)	27(36.5)	6(8.1)	74(100)	51(68.9)	4(5.4)	9(12.2)	7(9.5)	3(4.1)	74(100)

주1. 본 연구에서 연구자 전공분야는 학회지일 경우 공동저자일 땐 교신저자를 중심으로 분석함.

주2. 본 연구에서 연구자 전공분야는 학위논문일 경우 학위명으로 구분하여 분석함.

특히, 주목할 점은 온라인을 기반으로 한 연구 2편이 심리상담 분야와 기타 분야에서 각각 1편씩 이루어졌으며, 온라인상의 게시물을 토대로 내용분석을 하여 의미 있는 메시지를 도출하였다.

2. 연구대상 및 연구 장소별 동향

연구대상 및 연구 장소별 동향을 알아보기 위해 논문을 분석하여 그 결과를 표 3에 제시하였다. 분석대상 74편 중 중·고등학생 청소년 대상이 27편으로 가장 많고, 후기 청소년인 대학생이 19편, 기타가 18편, 성인이 9편, 아동이 1편 순 이었다. 연구 장소별 동향은 교육기관이 38편으로 가장 많고, 그 다음으로는 고찰문헌, 장소구분이 없는 것, 온라인 설문, 장소혼용 등의 기타가 28편으로 나타났다. 병원이 6편, 사회복지관이 2편순으로 나타남으로써, 비자살적 자해 연구는 상당수가 교육기관인 학교와 기타장소를 통해 이루어지고 있음을 알 수 있다.

표 3
연구대상 및 연구장소별 동향

구분	연구대상					계 (%)	연구장소				계 (%)
	아동	청소년	대학생 (대학생 외)	성인 (구분없음)	기타		교육 기관	사회 기관	병원	기타	
석사	1	10	10	4	2	27(36.5)	14	-	-	13	27(36.5)
박사	-	3	-	2	1	6(8.1)	1	-	1	4	6(6.1)
학회지	-	14	9	3	15	41(55.4)	23	2	5	11	41(55.4)
계(%)	1(1.4)	27(36.5)	19(25.7)	9(12.1)	18(24.3)	74(100)	38(51.4)	2(2.7)	6(8.1)	28(37.8)	74(100)

주1. 본 연구에서 연구대상이 개관연구, 여러 대상이 혼합되어 있거나 임상군의 연령이 표시가 안 되어있는 경우 등 대상이 불분명 할 때 기타로 분류함.

주2. 본 연구에서 연구장소의 경우 학교상담센터는 교육기관으로, 시설상담센터는 사회기관으로 분류하였고, 병원 부설센터는 병원으로, 기타는 문헌고찰, 장소 표시 없음, 온라인 설문, 여러 개 장소에서 실시된 경우로 구분하여 분석함.

3. 연구방법별 동향

비자살적 자해에 관한 연구의 연구방법별 동향 결과는 표 4와 같다. 본 연구의 분석 대상인 74편의 연구 중에서 양적연구가 총 54편으로 대다수를 차지하였고, 다음으로 개관연구가 9편, 질적연구가 8편, 프로그램개발이 2편, 양적연구와 질적연구의 혼합연구가 1편의 순으로 나타났다. 양적연구에서 조사연구 49편은 주로 상관분석, 회귀분석, 구조방정식, 요인분석 등 통계분석방법을 사용하였고, 실험연구 1편, 척도개발 및 타당화연구 3편, 온라인 데이터를 활용한 텍스트마이닝 연구가 1편이었다. 질적연구는 자해를 한 당사자의 실질적인 경험에 대한 분석을 위해 현상학적 방식, 근거이론, 내러티브, 사례연구, 텍스트네트워크분석을 사용하였다. 개관연구에서는 자해하는 대상들의 특성 및 보호요인·위험요인 등 치료적 접근 전망과 과제에 대한 국내의 연구들을 고찰하였고, 프로그램은 마음챙김 기반정서관리 훈련효과와 단기개입 효과를 알아보는 연구였다. 이와 같은 결과로 비자살적 자해연구의 대부분이 양적연구로 이루어져 있음을 알 수 있다. 특히, 2019년 연구된 온라인 데이터를 활용한 질적연구인 데이터네트워크분석 및 내용분석 1편과 소셜미디어에서 자해단어를 해시태그(#)한 게시물의 사진과 그림을 분석한 양적연구 1편은 온라인이라는 곳이 자해현상

을 연구할 수 있는 공간으로 가능성을 보여주고 있다.

표 4

연구방법별 동향

연구방법	양적연구				개관 연구	질적연구					혼합 (양적/ 질적)	프로 그램 개발	계 (%)
	조사 연구	실험 연구	척도 타당화	텍스트 마이닝		현상학	근거	내러 티브	사례 연구	네트 워크 분석			
석사 학위	25	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-	27(36.5)
박사 학회지	4	-	-	-	-	1	-	1	-	-	-	-	6(8.1)
학회지	20	-	3	1	9	2	1	1	1	1	-	2	41(55.4)
계(%)	49(65.2)	1(1.4)	3(4.1)	1(1.4)	9(12.2)	3(4.1)	1(1.4)	2(2.7)	1(1.4)	1(1.4)	1(1.4)	2(2.7)	74(100)

4. 연구내용분석

1) 양적연구와 프로그램 효과 변인별 동향

양적연구 변인별 동향을 알아보기 위해 양적연구에서 제시된 심리적 관련변인을 중심으로 독립변인, 종속변인, 매개변인, 조절변인으로 구분하여, 개인내적/사회·환경적 변인으로 나누어 분석하였다. 개인내적변인의 하위 영역으로 자기인식, 정서, 인지, 성격, 심리적 자원, 임상적 자원, 기타. 프로그램효과 영역으로 분석하였으며, 사회·환경적 변인의 하위영역은 가족 관련, 학교 및 또래관계, 기타영역으로 분석 하였다. 그 결과 개인내적변인 121개(82.9%), 사회적·환경적 변인 25개(17.1%), 총 146개로 나타났다. 양적연구에서 주로 개인내적 변인을 사용했음을 알 수 있고 결과를 표 5에 제시하였다. 또한, 척도개발연구 3편과 온라인 데이터 활용연구 1편에 대해서도 언급 하였다.

(1) 개인내적변인

비자살적 자해와 관련 있는 개인내적변인은 하위영역 8개로 총 121개 변인으로 나타났다. 구체적 내용을 살펴보면 개인내적변인 중 자기인식영역이 1개(자기체계손상),

정서영역에서 37개(예: 분노, 우울, 불안, 외로움 등), 인지영역에서 34개(예: 부정정서 조절전략, 자살사고, 반추, 정서조절곤란 등), 심리적 자원영역 12개(예: 사회적 유능감, 자기통제력, 자기조절 등), 성격영역에서는 10개(예: 부정긴급성, 충동성, TCI 기질적 특성 등), 임상적 진단영역 3개(예: 섭식장애 증상, 우울증), 기타영역(예: 자해빈도, 자해동기 등)은 18개, 프로그램효과 영역은 7개(예: 공격성, 고통감내력 등)로 나타났다. 그 중 정서영역(25.3%)과 인지영역(23.3%)이 다른 영역에 비해 많이 연구되어짐을 알 수 있고, 정서와 인지는 비자살적 자해의 예측변인이자 중재변인으로 주로 사용됨을 알 수 있다. 특히, 인지영역의 스트레스대처방식, 인지적 정서조절전략 그리고 심리적 자원영역(8.2%)으로 분류된 사회적 유능감, 고통감내력, 자기통제력, 자기조절력, 자기위안, 문제해결능력, 통제가능성은 비자살적 자해의 보호요인으로 나타났다.

표 5
양적연구와 프로그램효과 변인별 동향

변인	하위	독립변인	종속변인	중재변인	변인 개수
개인 내적 변인	자기 인식	자기체계손상:1			1 (0.7%)
	정서	분노:2, 우울:5, 불안:4 외로움:1, 스트레스:2 감정표현불능증: 1 정서반응성: 1 자의식적부정정서: 3 대인관계에서 정서적고통: 1 죄책감경향성: 1 수치심경향성: 1 일상적스트레스: 1 내면화된수치심: 1	자해직후 심리상태: 1	불안:2, 우울:3, 분노:1 이차적분노:1 자해갈망:1 (매개변인) 절망감:2, 스트레스:1 감정표현불능증:1 절망감: 1 (조절변인)	37 (25.3%)
	인지	강박성:1, 해리경험:1 정서강도:1, 자기비난:1 분노억제:1, 경험회피:1 자살사고:2, 자살의도:1 단절 및 거절도식:1 회피적 대처전략:1	자해갈망:1	반추:2, 파국화:1, 자기비난:2 부적응적 인지정서조절:3 이차적 분노사고:1 정서조절곤란:3 초기부적응도식:2 스트레스대처방식:1	34 (23.3%)

변인	하위	독립변인	종속변인	중재변인	변인 개수
		부정정서 조절전략:1 인지적 정서조절전략:1		(매개변인) 인지적 정서조절전략:3 정서조절곤란:1 적응적 인지정서조절:1 (조절변인)	
				고통감내력:1, 자기통제력:1 (매개변인)	
	심리적 자원	사회적 유능감:1 고통감내력:1		고통감내력:3, 자기조절:1 문제해결능력:1, 자기위안:1 신체불편감내력:1 통제가능성귀인:1 (조절변인)	12 (8.2%)
	성격	다차원적충동성(부정긴급성 긍정긴급성, 계획성 부족, 지속성부족, 감각추구):1 경계선성격성향:1, 충동성:2 강화민감성:1, 부정조급성:1 TCI기질적특성:1		충동성:2 부정긴급성:1 (매개변인)	10 (6.8%)
	임상적 진단	섭식장애 증상: 2 우울증: 1			3 (2.1%)
개인 내적 변인	기타	성별:3, 연령별:2 자해동기: 1자해빈도: 1 비자살적자해: 3 대인관계육구좌절: 1 폭식수준: 1 SNS중독경향성: 1	자해빈도:2 자살시도:1	비자살적 자해: 1 (매개변인) 성별: 1 (조절변인)	18 (12.3%)
	프로 그램 효과		공격성:1, 자살사고:2 인지적 정서조절전략(긍정재평가, 긍정초점, 자기비난):1 고통감내력:1, 정서인식표현:1, 정서조절능력:1		7 (4.8%)

변인	하위	독립변인	종속변인	중재변인	변인 개수
사회 · 환경 변인	가족 관련	이동기 외상경험:1 학대경험:3, 부모의 정서학대:1 정서적 학대경험: 2 부모양육태도:1 역기능적 의사소통방식: 1 애착:1, 부모애착:2, 성인애착:1		부모 간 갈등:1 (매개변인)	14 (9.6%)
	학교 및 또래	또래괴롭힘:1 학교스트레스:1		또래갈등:1 (조절변인)	3 (2.1%)
	기타	외상적 사건:1 복합외상:2 복합외상증후군:1 가정 및 학교생활만족:1 사회적지지:1		사회적지지:2 (조절변인)	8 (5.5%)
총변인수		양적연구 개인적 변인(114, 78.1%)+프로그램 개인적 변인(7, 4.8%) +양적연구 사회·환경적 변인(25, 17.1%)=146(100%)			

주 1. 변인개수는 논문에 사용되었던 변인수로써, 한 논문에 여러 개 나올 수 있으며, 같은 변인이라도 영역에 따라 분석되고 개수로 체크됨.

주 2. 분석한 프로그램효과 논문은 이우경(2017)의 청소년의 자해행동 예방을 위한 마음챙김기반 정서관리훈련효과, 이동귀 등(2017)의 자해행동 청소년을 위한 단기개입 프로그램 개발 및 효과 2편임.

(2) 사회·환경적 변인

비자살적 자해와 관련 있는 사회·환경적 변인은 하위영역 3개로 총 25개로 나타났다. 구체적 내용을 살펴보면 가족관련영역(예: 이동기 외상경험, 부모양육태도, 성인애착 등)이 14개, 학교 및 또래영역(예: 또래괴롭힘, 학교스트레스 등) 3개, 기타영역(예: 복합외상, 사회적지지 등)은 총 8개로 나타났다. 이에 사회·환경적 변인으로는 가족 관련 영역이 가장 많음을 알 수 있고, 이동기의 학대와 부모와의 애착 등 외상관련경험을 비롯하여 가족 내 역기능적 의사소통은 비자살적 자해의 예측변인으로 볼 수 있다.

(3) 양적연구의 기타논문

양적연구 중 비자살적 자해 척도개발 및 타당화 논문은 3편이고 그 중 2편이 대학생 대상이었다. 이 척도들을 통해 자해를 하는 동기를 구체적으로 파악, 자해행동 이면의 자해동기에 따라 치료개입을 차별적으로 제공, 비자살적 자해와 경계성 성격장애 연구의 효과적인 선별도구로 사용할 수 있음을 확인할 수 있었다. 온라인에서 데이터를 활용해 자해관련 사진과 그림에 달린 댓글을 분석한 텍스트 마이닝 연구는 1편이었고, 온라인 공간에서 사진이나 그림으로 표현한 자해에 대해 공감적인 댓글이 거의 없는 결과가 나타났다.

2) 질적연구 주요 결과분석

비자살적 자해와 관련 있는 질적 연구는 총 8편으로 주요 연구결과를 분석하였고 표 6에 제시하였다. 연구 방법으로는 현상학 연구가 3편으로 가장 많았고, 내러티브 탐구가 2편, 근거이론, 사례연구, 텍스트 네트워크분석 및 내용분석이 각 1편씩으로 나타났다. 연구대상으로는 청소년 대상이 4편, 20대 성인 대상, 가족대상, 상담자 대상, 온라인 데이터 활용으로 대상이 불분명한 연구가 각 1편씩으로 나타났다. 연구결과와의 구체적 내용을 살펴보면, 자해행동을 하는 이유(예: 부모의 원가족 갈등 및 역기능적 의사소통, 스스로 위로, 자신의 힘들을 자해로 표현, 심리적 고통에 위로가 되는

표 6
질적연구 분석

No.	저자 (연도)	연구대상 (대상자수)	연구방법 및 주요 연구 결과	
1	박태영, 유진희 (2012)	부모와 청소년 딸들 (4명)	연구방법	• 단일사례연구-Miles와 Huberman(1994)이 제안한 매트릭스와 네트워크 방법으로 범주들 분석
			가족체계 특성	• 내담자의 원가족 갈등과 역기능적 의사소통방식의 전수로 인해 자녀 자해행동 나타남
			치료자의 치료과정과 치료기법	• Bowen의 가족체계이론과 MRI의 상호작용적 의사소통모델 바탕으로 10회기 가족상담진행 • 치료자는 치료과정 통해 자녀의 자해행동에 영향을 미치는 요인들 파악, 행동완화를 위한 치료 목표 설정

No.	저자 (연도)	연구대상 (대상자수)		연구방법 및 주요 연구 결과
2	김수진, 김봉환 (2015)	중고등생 청소년 (4명)	치료개입 후 가족치료 효과	<ul style="list-style-type: none"> • 자해행동을 하는 자녀에 대해 치료자가 개입한 효과는 가족구성원의 변화 및 가족관계의 변화로 나타남 • 가족문제는 한 사람만의 문제가 아닌 가족구성원 전체의 문제임으로 함께 변화해야한다는 인식 중요
			연구방법	<ul style="list-style-type: none"> • 현상학 연구-Giorgi(1985/2004) 기술적 현상학 분석 • 자해행동은 ‘스스로 고통을 처리하여 화를 진정시키며 자신의 힘든 마음을 위로’하는 것 • 자해행동은 ‘자신의 감정에 대해 주변에 전달하고자 하는 마음과 함께 이를 감추고 싶어 하는 마음의 양면적 특성’을 갖고 있음 • 자해행동은 ‘충동적으로 그냥’ 시작되는 것 • 자해행동은 ‘대리적 고통’으로, 내면의 부정적 정서를 진정, 자신의 심리적 고통을 대신해주는 기능을 갖는 하나의 시도 • 자해행동은 ‘자해행동 외에 다른 대안적 선택이 없는 상황에서 반복적으로 일어나는 중독적 특성’을 지니고 있었음
3	김수진, 김봉환 (2017)	21-27세 성인 (3명)	연구방법	<ul style="list-style-type: none"> • 내러티브 탐구-Clandinin과 Connelly(2000)
			삶에서 자해형성	<ul style="list-style-type: none"> • 의미 있고 중요한 관계에서의 상실경험은 혼란스러움과 내적인 고통 가져옴. 이를 자해로 혼자서 해결
			자해시작	<ul style="list-style-type: none"> • 자해는 누군가에게 위로받기 어려운 상황에서 힘든 마음을 달래고 진정시키는 자기위로 역할 • 심리적 고통을 언어대신 몸에 상처를 생기는 자해행동을 통해 자신이 얼마나 힘든지를 표현함
			자해중단	<ul style="list-style-type: none"> • 자해중단: 인생의 목적을 갖게 됨/ 스트레스 대처방식으로의 자해 대신 새로운 대처전략으로 자신에게 해가 덜 되는 긍정적 도움이 되는 대안 선택/ 지속적이고 의미 있는 관계의 영향
		21-27세 성인 (3명)	자해시작과 중단의 의미	<ul style="list-style-type: none"> • 과거의 경험으로 상실의 고통과 아픔을 충분히 겪었고, 이제는 삶의 지향점을 향해 나아가고 있음 • 자해는 스스로에게 말을 걸며 내적인 고통을 견디기 위한 수단, 혼자만의 공간에서의 개인 내소통, 나아가 사회적 소통의 의미를 재인식하며 사회를 향해 나아가는 모습 보여줌

No.	저자 (연도)	연구대상 (대상자수)	연구방법 및 주요 연구 결과	
4	권경인, 김지영 (2019)	청소년 자해위기 상담경험 상담자 (10명)	연구방법	<ul style="list-style-type: none"> 현상학 연구-Giorgi(2004) 기술적 현상학 분석
			상담자가 인식한 청소년자해	<ul style="list-style-type: none"> 의도 및 영향: 자해를 함으로써 자신의 부정적 정서 대처, 타인의 행동에 영향을 미치고자 함 양상: 미디어를 통해 무분별하게 자해가 청소년들에게 노출, 청소년의 모방문화로 확산되고 있었음
			위기상담시 상담자경험	<ul style="list-style-type: none"> 상담자는 상담초기에 심한 감정적 동요경험, 충격과 공감 어려움, 정서적 고통, 두려움과 조급함, 일상에서도 내담자 생각
		위기상담이 상담자 성장에 미친 영향	<ul style="list-style-type: none"> 공감, 안정된 관계경험제공과 버티주기, 스스로 통찰하도록 돕기, 적극적 대처자원 찾기, 새로운 시각을 통한 자해의 새로운 이해 등 자신만의 상담방법을 체득해가며 서서히 보람과 성장을 경험 	
5	백선희 (2019)	14-20세 청소년 (5명)	연구방법	<ul style="list-style-type: none"> 현상학 연구-Giorgi(2004) 기술적 현상학 분석
			자해경험 및 경험의미	<ul style="list-style-type: none"> 자신의 몸을 나와 다른 대상처럼 바라보며 견디기 어려운 심리적 고통을 자해로 해소 참여 청소년들은 ‘혼자’라는 말을 자주 사용, ‘아무에게도 기대지 않고 힘들음을 해결할 수 있는 최선의 방법’으로 자해를 선택 자해는 익숙하고 편안하며 자연스런 행동으로써, 반복되고 강화되는 형태의 증독증상을 보임 영겨있는 마음과 복잡한 생각 속에서 의지할 곳 없는 ‘외로운 나’는 마음의 상처를 몸으로 확인 심리적 고립으로 힘든 청소년에게 진정한 위로를 주는 든든한 친구가 필요했고, 그 친구가 바로 나쁜 친구인 자해였음
6	서미 등 (2019)	15-24세 중후기 청소년 (8명)	연구방법	<ul style="list-style-type: none"> 근거이론-Strauss와 Corbin(1988)
			자해원인	<ul style="list-style-type: none"> 평소 스트레스, 부정정서 및 감정억제
			자해행동	<ul style="list-style-type: none"> 자기처벌, 살아있음을 느끼기 위해, 스트레스해소용,힘들을 타인이 알아주기 바라며, 공감받지 못할 때, 타인에게 양값음위해
		자해현상이 일어나는 배경	<ul style="list-style-type: none"> 부모의 학대, 가족의 무관심함과 방관적 태도, 상담에서의 부정적 경험, 사회적으로 위기상담시스템의 부족 확인 	

No.	저자 (연도)	연구대상 (대상자수)	연구방법 및 주요 연구 결과	
		자해행동 대처		<ul style="list-style-type: none"> • 자해행동 대처위해 합리적이고 긍정적 생각을 하고, 상담신청, 사회적 지지체계 구축 • 자해행동의 부정적 측면을 인식함, 성격적 강점, 공감과 지지, 변화에 대한 욕구와 믿음, 긍정적인 상담경험, 스트레스로부터 벗어남
		자해극복		<ul style="list-style-type: none"> • 자해극복과정은 자해행동중단, 긍정적인 스트레스 대처방안을 찾음, 긍정적인 자기개념, 자기수용
		자해극복후		<ul style="list-style-type: none"> • 자해극복 후에도 부정정서와 자해행동이 재발 • 자해행동 중단은 에너지 찾고 마음의 여유 생기면서 점차적으로 나타남.
		비자살적 자해와 다른 대상 비교		<ul style="list-style-type: none"> • (비)자살적 자해청소년과 성인 대상자와 유사한 특성: 우울, 낮은 자존감, 과도한 스트레스, 부적응적 정서대처 방안, 사회적 지지 결핍 • 비자살적 자해 청소년은 자살시도 청소년보다 무력감을 덜 느끼며, 상담을 통해 도움 받고 싶음, 비슷한 경험 또래들과 대화하는 등 변화에 대한 믿음과 욕구 있음. • 비자살적 자해 청소년은 (비)자살적 자해 성인보다 감정을 말로 표현하지 못할 때 압도당하는 강력한 감정을 표현하거나 정서적 고통을 완화하기 위해 자해 함.
		여고생 (3명: 자살시도 경험 2명, 자해경험 1명)	연구방법	<ul style="list-style-type: none"> • 내러티브탐구
			자해행동에 미치는 영향	<ul style="list-style-type: none"> • 불안한 가정환경(어머니의 역기능적 의사소통방식), 감정표현의 어려움, 힘든 학교생활(또래와 교사와의 갈등, 학업스트레스), 지독한 외로움이 자살시도 및 자해행동에 영향을 미침
7	김영애 (2019)	여고생 (3명: 자살시도 경험 2명, 자해경험 1명)	자살시도와 자해행동의 관계	<ul style="list-style-type: none"> • 자살시도 전 자해행동, 자살시도 이후 반복적 자해행동과 우울증, 조울증 등 정신질환 발병. 자해행동 억제하자 자살충동 나타남.
			잘못된 정보	<ul style="list-style-type: none"> • 인터넷 검색을 통해 잘못된 정보 습득했지만, 그대로 믿고 자해를 시도.
			자해행동 보호요인	<ul style="list-style-type: none"> • 보호요인으로는 부모의 의사소통 방식과 양육방식의 변화, 학교교사와 또래친구, 주변 사람들의 지지, 부정적이고 억압된 감정들을 표현.

No.	저자 (연도)	연구대상 (대상자수)	연구방법 및 주요 연구 결과
8	신성미, 권경인 (2019)	SNS의 6,126개 게시물	연구방법
			SNS공간의 의미
			SNS공간을 통한 개입필요

행동, 힘든 학교생활, 감정표현의 어려움 등)와 자해행동을 중단 할 수 있었던 이유 (예: 치료자 개입으로 인한 가족관계의 변화, 인생의 목적을 가짐, 자해 외에 새로운 스트레스대처방식 찾음, 의미 있는 대인관계 형성 등)로 나타났다. 상담자를 대상으로 한 연구에서는 상담자 입장에서 치료의 어려운 점과 치료과정을 통한 보람 및 상담자 스스로의 성장을 보여주었고, 가족을 대상으로 한 사례연구에서는 청소년 자녀의 자해 행동이 결코 한 사람만의 문제가 아니라 가족구성원의 문제임으로 나타났다. 온라인의 게시물 대상 연구에서는 면대면으로 직접 드러내기 어려운 자해행동의 속마음을 온라인 공간에서 나타냈고, 온라인상의 여론의 관심과 온라인상의 상담개입을 언급하였다.

3) 개관 논문의 연구동향

개관논문은 문헌고찰 7편과 연구동향 2편 총 9편이다. 먼저, 문헌고찰에 대해 구체적으로 살펴보면, 이동훈, 양미진과 김수리(2010)는 자해이해 및 특성의 연구에서 국·내외 문헌을 중심으로 자해의 정의와 동기, 이론적 관점, 촉발요인, 성별·연령별 특징 그리고 자해를 하는 청소년의 상담 및 개입방안을 살펴보았다. 강경미(2010)는

자해 청소년에 대해 전반적인 이해를 하면서 기독교상담학적으로 치료 및 예방을 위해 자기수련법을 제시하고, 상담내용 및 효과에 대해 고찰하였다. 이은진과 김정연(2016)은 교정현장에 관련하여 유치인과 재소자의 비자살적 자해에 대해 검토하였는데, 그 결과 자살과 비자살적 행위의 높은 연관성, 유치인의 자살사고에 대한 위험요인으로 과거 자해전력, 유치인과 재소자의 비자살적 자해 예방을 위해 교정환경의 근본적 개선요구 등을 제시하였다. 김수진(2017)은 국내·외 선행연구의 개관을 통해 아동기의 양육환경, 부정적 자기상, 정서조절의 어려움 등의 위험요인과 삶의 목표, 자기의 회복, 상처에 대한 인식, 사회적 지지로 보호요인을 살펴보았다. 김초롱, 박연수, 장혜인과 이승환(2017)은 자살에 대한 대인관계적 심리이론에 기반하여 비자살적 자해와 자살의 관계에서 습득된 자살잠재력의 역할에 대해 개관하였다. 허지원(2019)은 비자살적 자해의 근거기반치료에 대해 국외에서 진행된 가족치료 및 가족기반 인지행동치료, 전통적인 인지행동치료, 정신화 기반치료, 변증법적 치료, 약물치료 병행의 인지행동치료, 정신역동치료 등을 소개하였다. 마지막으로 권정혜(2019)는 2019년 한국임상심리학회 특별호에 실린 우울증, 양극성 장애, 자살행동, 비자살적 자해 관련 근거기반 치료 4편의 논문에 대해 개관하였다. 그 중 비자살적 자해의 근거기반 치료에 대한 논문은 앞서 언급한 허지원(2019)의 연구였다. 다음으로 연구동향 2편을 살펴보면, 김수진(2015)은 국외연구를 중심으로 비자살적 자해와 애착에 대해 연구를 하였다. 그 결과 불안애착과 회피애착이 자해와 연관이 있었고 위험요인으로 나타났다. 성요안나, 배유빈과 김소정(2019)은 국내 학술논문을 중심으로 측정도구, 자해방법, 자해동기 그리고 예측 및 보호요인에 대해 살펴보고, 국내 문헌을 대상으로 한 최초의 연구임에 그 의의가 있음을 알 수 있다.

IV. 논 의

본 연구에는 2000년부터 2019년까지 국내에서 이루어진 비자살적 자해의 연구동향을 위해 연도별 게재현황, 연구분야, 연구대상, 연구방법, 연구변인 등을 분석함으로써 연구의 실태를 파악하고 앞으로의 연구방향을 전망하고자 하였다. 국내에서 비자살적 자해로 발간된 석·박사 학위논문 및 학회지 74편을 대상으로 분석한 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 발행연도별 논문 수를 살펴본 결과 2007년에 석사학위논문 1편을 시작으로 간간히 2편씩 발행되다가 2014년 5편으로 증가, 2017년은 12편으로 전년대비 2.4배 증가하였으며, 2019년 34편으로 급증하는 양상을 확인할 수 있었다. DSM-5(APA, 2013)에서 자해를 비자살적 자해라는 하나의 진단명으로 분류하면서 자해의 심각성 및 치료·예방에 대한 관심을 반영함(김수진, 김봉환, 2015)에 따라 2014년부터 국내 연구가 해마다 5편 이상씩 증가하며 비자살적 자해에 대한 국내 관심이 높아졌을 것이라 추측할 수 있다. 2019년 연구가 급증한 이유는 2018년 자해의 급속한 확산으로 볼 수 있다. 한국청소년상담복지개발원(2019)이 전국 청소년 상담복지센터 230군데에서 상담건을 분석한 결과 자해청소년 상담지원 건수는 2017년 8352건에서 2018년 2만 7976건으로 3배 이상 증가했다고 보고하였다(서미, 김은하, 이태영, 김지혜, 2018). 자해의 급속한 확산으로 전문가들은 자해의 심각성을 ‘심리사회적 재난’ 수준으로 판단, 대한정신건강재단과 교육부가 주최하여 ‘자해 대유행, 대한민국 어떻게 할 것인가’라는 특별심포지엄을 개최하였다(한겨레, 2018. 11. 09). 이러한 추세라면 앞으로 자해에 관련한 연구는 더욱 증가할 것으로 예상되어지며, 교육현장에서는 예방을 위한 조기개입이 필요하고, 치료현장에서는 상담사들이 자해에 대한 전문성을 더욱 갖추고 자해연구기반을 조성하는 노력이 요구되어야 한다. 또한, 자해행동은 ‘심리사회적 재난’수준이라고 표현할 만큼 개인이나 지역사회뿐만 아니라 국가의 정책적인 개입이 더욱 절실함을 시사한다.

비자살적 자해관련 연구자의 전공분야를 살펴본 결과 상담·심리 전공분야가 51편으로 68.9%를 차지하였고, 그 다음으로 많은 교육학 9편(12.2%)과 보건간호분야 7편(9.5%)과 비교 하였을 때 많은 차이를 보여 자해연구는 상담·심리 분야에서 많이 이루어짐을 알 수 있다. 앞서 언급한 것처럼 비자살적 자해에 영향을 미치는 요인들

로 아동기의 불안정한 양육환경, 정서조절 및 표현의 어려움, 자기(self)에 대한 부정적 인식(김수진, 2017)과 대인관계에서의 갈등, 애착문제, 우울 및 충동성, 자기비난 경향성이나 부정적인 인지 양식 등 심리적인 요인과 관련 있음이 확인됨으로써 (Valencia-Agudo et al., 2018), 자해연구가 앞으로도 상담·심리분야에서 더욱 활발히 이루어질 수 있다고 예측할 수 있다. 더불어 자해를 ‘재난’이라고 표현한 것은 더 이상 개인의 문제가 아니라는 것을 나타내기 때문에 상담·심리분야에서 뿐만 아니라, 예방교육과 사회 및 국가의 개입을 위해 사회복지와 보건간호, 교육학 등 여러 분야에서 연구가 증가되어야 함을 시사한다.

둘째, 비자살적 자해관련 논문의 연구대상 및 연구 장소별 동향을 분석하였고 먼저 연구대상 결과에 대해 살펴보면, 청소년 및 대학생 대상이 46편(62.2%)으로 과반수 이상을 차지하였고, 그 뒤를 이어 기타(연령의 구분 없음)가 18편(24.3%)이었으며, 대학생 외 성인(9편, 12.2%)과 아동(1편, 1.4%)의 연구는 미비함을 확인하였다. 이 결과는 보통 자해가 청소년과 초기 성인기에 많이 나타난다는 보고(Nock & Favazza, 2009)와 맥을 같이 하여 연구대상이 청소년 및 대학생을 중심으로 이루어지고 있음을 알 수 있다. 하지만 자해를 시작하는 비율이 12~14세가 가장 높다(Klonsky & Muehlenkamp, 2007)는 연구결과처럼 아동대상의 연구가 시급하고, 발달단계를 고려한 자해치료 및 예방의 개입방법과 지원에 대한 연구가 필요함을 시사한다. 다음으로 연구장소에 대한 결과로 교육기관인 학교가 38편(51.4%)으로 가장 많았고 다음으로 기타(문헌고찰, 장소표시 없음, 온라인 설문 등)가 28편(37.8%), 병원이 6편(8.19.5%), 사회기관인 사설상담센터가 2편(2.7%) 순이었다. 이러한 결과는 청소년과 대학생 대상으로 학교 또는 기타장소에서 연구가 대부분 이루어지고 있음을 확인할 수 있다. 학교라는 연구 장소는 청소년 연구대상자와의 접촉을 수월하게 할 수 있지만, 반면 학교라는 환경에서 설문을 할 경우 바람직한 방향으로 응답할 가능성이 있기 때문에 솔직하게 응답하지 않았을 수 있음(강은희, 2019; 진솔, 2019; 김나은, 2019)을 언급하였다. 이러한 결과는 청소년들이 솔직하게 응답할 수 있는 안전한 환경이 마련되어야 함을 알 수 있다.

셋째, 비자살적 자해관련 논문의 연구방법별 동향을 살펴 본 결과 전체 연구 중 양적연구가 54편(73%)로 상당수를 차지하고 있음을 알 수 있다. 다음으로 개관연구가 9편(12.2%), 질적연구가 8편(10.8%), 프로그램효과검증 2편(2.7%), 질적·양적 혼합연구

가 1편(1.3%)순으로 나타났다. 자해에 영향을 미치는 사회·심리적 변인들 연구가 주를 이루는 양적연구는 다양한 변인들을 확인하기엔 적합하지만 자해는 개인적인 행위로 나타나기 때문에 개인에 따라 영향요인을 심층적으로 이해하기 위하여 질적 접근법의 연구가 좀 더 필요(김수진, 김봉환, 2015)할 것으로 사료된다. 그러나 자해행동이 어느 사회에서나 일어날 수 있지만 수치스러운 행동이라는 인식이 있어 상처를 감추기 때문에 가족이나 사회에서 잘 드러나지 않아(이동훈, 양미진, 김수리, 2010) 질적연구를 위해서는 자해에 대한 주변의 인식변화가 필요함을 시사한다. 그런 의미에서 온라인상의 자해게시물을 네트워크 분석한 2019년 질적연구는 온라인상에서의 익명이라는 특성으로 자해행동을 하는 속마음을 드러냈고 이를 분석함으로써 향후 자해연구의 심리상담, 정책, 예방교육 등에 활용할 수 있는 기초자료를 마련하는 가능성을 보여주었다. 또한, 온라인 공간의 이용은 자해행동에 대한 연구공간을 확장하는 계기가 되었으며, 기존의 양적연구와 질적연구 등에서 확보할 수 없는 연구대상을 분석하였다는 데 그 의의가 있다. 특히 온라인 공간의 익명이라는 특성은 사회적으로 부정적인 이미지가 더 크지만, 네트워크 분석에서는 익명의 장점과 면대면에서는 드러내고 싶지 않은 자해행동의 특성이 맞물리면서 자해에 대한 이해도를 좀 더 높일 수 있을 것으로 사료된다.

양적연구 중 척도개발 및 타당화 논문은 3편으로 아직은 연구가 미미하지만, 3편의 척도개발은 자해동기를 구체적으로 파악할 수 있게 하고, 자해행동 이전의 자해동기에 따라 차별적 치료개입 제공을 가능하게 해주며, 비자살적 자해와 경계성 성격장애 연구의 효과적인 선별도구로 사용하는 것을 가능하게 함에 의의가 있다. 또한, 3편의 척도개발연구는 모두 대학생 또는 일반인을 대상으로 타당화작업을 하였다. 하지만 자해를 시작하는 비율이 보통 12~14세가 가장 높다(Klonsky & Muehlenkamp, 2007)는 연구결과처럼 아동대상의 척도개발이 필요함을 시사한다.

넷째, 비자살적 자해관련 논문의 양적연구와 프로그램 효과변인 동향에 대해 분석한 결과 총 146개 변인 중 심리 관련영역으로 개인내적 변인이 121개(82.9%)로 과반수 이상을 차지하였고, 사회·환경적 변인은 25개(17.1%), 기타변인은 18개(12.3%) 순이었다. 특히 개인내적변인의 정서영역(37개, 25.3%)과 인지영역(34개, 23.3%)의 변인수가 가장 많았고, 사회·환경적 변인 중에는 가족관련영역(14개, 9.6%)이 비교적 많았다. 이와 같은 결과는 자해행동이 정서와 인지와의 관련성이 가장 많다는 것을

의미한다. Chapman, Gratz와 Brown(2006)의 경험회피모델은 정서적 고통이나 불편감을 완화시키거나 회피하기 위한 수단으로 자해를 한다고 하였다. Selby, Anestis와 Joiner(2008)이 제안한 정서홍수모델은 부정적인 정서에 대한 사고억제, 파국화 및 반추 등의 부적응적 정서조절전략들이 부정정서를 크게 증가시키고, 이는 다시 반추적 전략들을 증가시키는 악 순환적 고리가 계속되며, 부정정서에 압도당한 사람이 그곳에서 벗어나고 싶어 자해와 같은 행동을 한다고 하였다(안영신, 송현주, 2017에서 재인용). 이런 자해행동을 설명하는 모델들로 인하여 정서와 인지영역의 연구가 많이 되어졌다고 해석할 수 있다. 한편, Jacobson과 Batejan(2014)의 수정된 비자살적 자해의 통합적 모델에서 사회·환경적 변인으로 아동기 학대, 가족의 적대성/비판 그리고 아동기의 분리/상실을 설명하였다. D'Onofrio(2007)는 아동기에 경험한 외상(만성적 아동학대, 방임, 신체적 또는 성적 외상, 부모의 이혼이나 부모와의 분리로 인한 상실 경험)을 자해의 위험요인이라 했고, Linehan(1993)은 아동기 학대와 불안정 애착, 양육자의 정서적 냉정과 많은 비난이 자해행동에 영향을 미친다고 하였다(김수진, 2017). 이러한 선행연구결과는 연구동향에서 사회·환경적 변인 중 가족관련 영역연구가 비교적 많음을 설명할 수 있다. 또한, 이러한 연구 결과는 앞서 언급한 국외모델 및 이론에 맞춰 국내연구가 진행되고 있음을 나타낸다고 볼 수 있다. 백선희(2019)의 연구결과를 살펴보면, 연구 참여 청소년들은 ‘혼자라는 말을 자주 사용하였고, ‘아무에게도 기대지 않고 스스로 해결할 수 있는 최선의 방법’으로 자해를 선택하였다. 이는 서구보다는 관계를 더욱 중요시 하는 국내문화에 맞는 연구변인들을 사용하여 모형개발 연구들이 좀 더 활발하게 이루어져야 함을 시사한다.

다섯째, 비자살적 자해와 관련 있는 질적 연구는 총 8편으로 주요 연구결과를 분석하였다. 연구 방법으로는 현상학 연구가 3편으로 가장 많았고, 내러티브담구 2편, 근거이론과 사례연구가 각 1편씩으로 나타났다. 연구대상으로는 청소년 대상이 4편, 20대 성인 대상, 가족대상, 상담자 대상 연구가 각 1편씩으로 나타났다. 질적연구 결과에서 주목할 점은 20세 이전의 청소년 대상 연구에서는 자해행동의 원인과 의미 등이 주로 나타나고 자해를 중단하는 계기 등은 나타나지 않은 반면, 20세 이후 대상자 연구에서는 자해행동을 중단하며 극복하는 현상에 대한 이유가 보여 졌다. 예를 들면, 15세~24세 중·후기 청소년 대상의 서미 등(2019) 연구에서는 자해행동을 중단하지만, 완전한 중단이 아니라 재발하는 과정을 거치며 점차적으로 중단되는 결과를 보였

다. 21세~27세의 성인을 대상으로 한 김수진과 김봉환(2017)의 연구에서는 인생의 목적을 갖고 자해 외에 스트레스에 대처할 수 있는 다양한 방법들을 알게 하며, 지속적으로 의미 있는 관계를 형성하게 하여 자해를 중단할 수 있었던 이유를 보여주고 있다. 이러한 결과는 현재 자해를 하고 있는 초·중·후기 청소년들에게 자해라는 행동은 중단할 수 있는 현상이며, 중단할 수 있는 구체적인 방법을 제시한 것이다. 또한, 양적연구 분석에서는 도출이 되지 않았던 자해의 시작과 중단과정에 대한 심층적 분석으로 인해 청소년기 정신건강을 위해 치료와 예방, 상담에서의 효과적 개입 및 청소년 정신건강관련 정책에 무엇이 필요한지 예측할 수 있다.

여섯 째, 개관논문 연구동향은 문헌고찰 7편과 동향연구 2편 총 9편이다. 문헌고찰은 이미 자해연구가 시작된 외국문헌들에 대한 연구가 대부분이었고, 이러한 결과는 비자살적 자해 연구가 더욱 증가함에 따라 문화적 차이를 고려한 국내의 문헌고찰 연구들이 나와야함을 시사한다. 연구동향연구는 2015년 외국 연구동향을 알아보는 연구 1편과 2019년 국내의 비자살적 자해 연구동향을 알아보는 논문 1편, 총 2편이다. 국외연구동향은 자해와 애착간의 관계를 알아보는 연구였고, 국내연구동향은 2000년부터 나왔던 학회지 중심의 연구들을 모아 전체적인 흐름을 알아보고 있다. 이는 국내에서 자해행동에 대해 좀 더 다각적인 관점으로 바라보고 우리나라 실정에 맞는 치료적 개입을 할 수 있는 연구들이 나와야함을 시사한다.

이상 본 결과로 얻어진 자료를 바탕으로 논의한 바에 따라 후속연구에 대한 제언 및 본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 밝혀진 위험요인인 외로움, 혼자라는 인식에 대해 보호요인으로써 사회적 유능감, 사회적 고립에 위로가 되었던 행동, 의미 있는 대인관계, 사회적 소통의 의미를 재인식 등이 있었다. 이는 국외문헌과 차별화된 보호요인으로써, 국내 환경에 맞는 연구를 위해 사회·환경적 변인의 연구가 좀 더 활발히 이루어져야 할 것으로 보인다. 또한, 익명이라는 장점으로 자기(self)의 표현을 할 수 있는 온라인 공간을 대상으로 다양한 연구가 이루어지기를 바란다. 둘째, 비자살적 자해는 비교적 이른 나이인 12~14세에 시작하고 청소년과 초기성인기에 가장 많이 나타남을 고려할 때, 발달단계를 고려한 자해치료 및 예방의 개입방법과 아동대상의 척도개발이 필요할 것으로 보인다. 셋째, 자해는 혼자만의 문제가 아니라 가족 전체의 변화가 필요하기 때문에 가족상담기법에 대한 연구가 좀 더 이루어져야 할 것으로 보인다. 넷째,

비자살적 자해연구가 청소년과 대학생 집단에서 비교적 많이 연구되는 만큼, 그들을 위해 다양한 심리치료기반의 프로그램 개발 및 효과검증 연구가 필요할 것으로 보인다. 다섯째, 비자살적 자해의 연구동향이 미비하기 때문에 향후 동향연구는 기존과 차별성을 두어 다각도의 관점에서 분석을 시도해보는 것은 의의가 있을 것으로 보인다. 마지막으로, 본 연구의 제한점으로는 비자살적 자해에 대해 임상군과 비임상군을 모두 분석하였지만 연구대상의 특성에 따른 자해변인 등 비교를 하지 않았기 때문에 향후에는 두 집단을 비교하는 연구를 하는 것도 의의가 있을 것으로 보인다.

본 연구는 국내 비자살적 자해연구에 대해 20년간의 연구물을 기초사항에 근거하여 분석하였고, 선행연구에서 구체적 분석이 없었던 연구변인들에 대해 분석하고 검토하였으며, 추후 연구방향을 제시했다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있다. ‘심리사회적재난’으로써의 청소년 자해는 더 이상은 개인의 문제가 아니다. 이를 위해 예방교육과 사회 및 국가적 개입을 위한 적극적인 정책마련이 요구된다. 더불어, 현장에서 자해 유형에 따라 적용할 수 있는 자해행동에 대한 매뉴얼 개발과 상담사들의 자해에 대한 전문성을 더욱 갖추기 위한 상담사용 교육자료의 개발 및 교육이 이루어지길 바란다.

참고문헌

- 강은희 (2019). **청소년이 지각한 부모양육태도와 사회적 유능감이 비자살적자해에 미치는 영향**. 건양대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 김수진, 김봉환 (2015). 청소년 내담자의 반복적 자해행동의 의미탐색: ‘고통으로 고통을 견디기’. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 27(2), 231-250.
- 김나은 (2019). **부모의 정서적 학대가 청소년의 자해행동에 미치는 영향: 정서조절곤란의 매개효과 및 또래갈등의 조절효과**. 명지대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 김수진 (2017). 비자살적 자해의 위험요인과 보호요인 개관. **청소년학연구**, 24(9), 31-53. doi:10.21509/KJYS.2017.09.24.9.31
- 김영아, 변재원 (2016). 자살 유가족에 관한 국내 연구의 동향과 과제. **한국심리학회지: 일반**, 35(1), 43-63.
- 김지윤 (2019). **성인의 비자살적 자해 잠재계층유형의 위험요인과 심리 및 행동문제와의 관계**. 성균관대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 백선혜 (2019). **청소년 자해경험에 대한 현상학적 연구**. 한양대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 서미, 김은하, 이태영, 김지혜 (2018). **자해위기 청소년 상담매뉴얼**. 한국청소년상담복지개발원 웹 사이트 <http://www.kyci.or.kr>에서 2019년 12월 25일 인출.
- 성나경, 강이영 (2016). 청소년의 일상적 스트레스와 자해행동: 인지적 정서조절전략의 조절효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 28(3), 855-873.
- 성요안나, 배유빈, 김소정 (2019). 비자살적 자해에 대한 국내연구 개관: 2000-2018년 연구들을 중심으로. **인지행동치료**, 19(2), 251-280.
- 신동아 (2019.04.07.). 자해청소년 급증경보. <https://shindonga.donga.com/3/all/13/1686942/1>에서 2019년 8월 7일 인출.
- 신애자, 김용수 (2016). 감사연구동향 및 관련변인에 대한 메타분석. **상담학연구**, 17(1), 149-168. doi:10.15703/kjc.17.1.201602.149
- 신창호 (2016). 국내 알코올중독 상담 관련 연구동향 분석. **상담학연구**, 17(3), 89-103. doi:10.15703/kjc.17.3.201606.89
- 안영신, 송현주 (2017). 청소년의 비자살적 자해행동에 관한 연구. **정서·행동장애연구**,

- 33(4). 257-281. doi:10.33770/JEBD.33.4.13
- 이동귀, 함경애, 배병훈 (2016). 청소년 자해행동: 여중생의 자살적 자해와 비자살적 자해. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 28(4), 1171-1192.
- 이동훈, 양미진, 김수리 (2010). 청소년 자해의 이해 및 특성에 대한 고찰. **청소년상담 연구**, 18(10), 1-24.
- 이주연 (2016). **경험회피와 비자살적 자해의 관계: 신체적 불편감 감내력 부족의 조절 효과**. 충북대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이현진, 주인석, 김명찬 (2019). 완벽주의 연구동향 및 관련변인 간의 상관관계 메타 분석: 상담학 분야 주요 학술지 중심으로. **상담학연구**, 20(3), 343-368. doi:10.15703/kjc.20.3.201906.343
- 진솔 (2019). **중학생의 자기비난과 내면화된 수치심이 비자살적 자해행동에 미치는 영향에서 고통감내력의 조절효과**. 숙명여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 최윤선, 이규미 (2017). 유능감에 관한 국내 연구의 동향. **한국심리학회지: 학교**, 14(3), 305-330. doi:10.16983/kjsp.2017.14.3.305
- 한겨레21 (2018,11.09). '자해계' 운영하는 '자해러'아시나요? http://h21.hani.co.kr/arti/c/over/cover_general/46167.html에서 2019년 7월 25일 인출.
- 한겨레21 (2018.11.10). 중고생 7만 여명 "자해경험"...우리 아이는 상관없다고요? http://www.hani.co.kr/arti/society/society_general/869668.html. 에서 2019년 7월 25일 인출.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Bowen, A. C. L., & John, A. M. H. (2001). Gender differences in presentation and conceptualization of adolescent self-injurious behaviour: Implications for therapeutic practice. *Counselling Psychology Quarterly*, 14(4), 357-379. doi:10.1080/09515070110100956
- Bresin, K., Carter, D. L., & Gordon, K. H. (2013). The relationship between trait impulsivity, negative affective states, and urge for nonsuicidal self-injury: A daily diary study. *Psychiatry research*, 203(3), 227-231. doi:10.1016/j.psychres.2012.09.033

- Chapman, A. L., Gratz, K. L., & Brown, M. Z. (2006). Solving the puzzle of deliberate self-harm: The experiential avoidance model. *Behavior Research and Therapy, 44*(3), 371-394. doi:10.1016/j.brat.2005.03.005
- D'Onofrio, A. A. (2007). *Adolescent Self-Injury*. New York: Springer Publishing Company.
- Favazza, A. R. (1996). *Bodies under siege: Self mutilation and body modification in culture and psychiatry* (2nd ed.). John Hopkins University Press.
- Heath, N., Toste, J., Nedecheva, T., & Charlebois, A. (2008). An examination of nonsuicidal self-injury among college students. *Journal of Mental Health Counseling, 30*(2), 137-156. doi:10.17744/mehc.30.2.8p879p3443514678
- Iwata, B. A., Dorsey, M. F., Slifer, K. J., Bauman, K. E., & Richman, G. S. (1994). Toward a functional analysis of self-injury. *Journal of Applied Behavior Analysis, 27*(2), 197-209. doi:10.1016/0270-4684(82)90003-9
- Jacobson, C. M., & Batejan, K. (2014). Comprehensive theoretical models of nonsuicidal self-injury. In M. K. Nock (Ed.), *The Oxford Handbook of Suicide and Self-Injury* (pp. 308-320). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Jaquier, V., Hellmuth, J. C., & Sullivan, T. P. (2013). Posttraumatic stress and depression symptoms as correlates of deliberate self-harm among community women experiencing intimate partnerviolence. *Psychiatry Research, 206*(1), 37-42. doi:10.1016/j.psychres.2012.09.020
- Klonsky, E. D., May, A. M., & Glenn, C. R. (2013). The relationship between non suicidal self-injury and attempted suicide: Converging evidence from four samples. *Journal of Abnormal Psychology, 122*(1), 231-237.
- Klonsky, E. D., & Muehlenkamp, J. J. (2007). Self-injury: A research review for the practitioner. *Journal of Clinical Psychology, 63*(11), 1045-1056. doi:10.1002/jclp.20412
- Klonsky, E. D., & Olino, T. M. (2008). Identifying clinically distinct subgroups of self-injurers among young adults: A latent class analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 76*(1), 22-27. doi:10.1037/0022-006X.76.1.22

- Klonsky, E. D., Oltmanns, T. F., & Turkheimer, E. (2003). Deliberate self-harm in a nonclinical population: Prevalence and psychological correlates. *American Journal of Psychiatry*, *160*(8), 1501-1508. doi:10.1176/appi.ajp.160. 8.1501
- Krippendorff, K. (2012). *Content analysis: An introduction to its methodology* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Laye-Gindhu, A., & Schonert-Reichl, K. A. (2005). Nonsuicidal self-harm among community adolescents: Understanding the “whats” and “whys” of self-harm. *Journal of Youth and Adolescence*, *34*(5), 447-457. doi:10.1007/s10964-005-7262-z
- Linehan, M. (1993). Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder (Diagnosis and treatment of mental disorder). New York: Guilford Press. M. K. Nock (Ed.), *Understanding nonsuicidal self-injury*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Muehlenkamp, J. J. (2005). Self-injurious behavior as a separate clinical syndrome. *American Journal of Orthopsychiatry*, *74*(2), 324-333. doi:10.1037/0002-9432.74.2.324
- Nock, M. K. (2009). Why do people hurt themselves? New insights into the nature and functions of self-injury. *Current Directions in Psychological Science*, *18*, 78-83. doi:10.1111/j.1467-8721.2009.01613.x
- Nock, M. K. (2010). Self-injury. *Annual Review of Clinical Psychology*, *6*, 339-363. doi:10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258
- Nock, M. K., & Favazza, A. R. (2009). Nonsuicidal self-injury: Definition and classification. In M. K. Nock (Ed.), *Understanding nonsuicidal self-injury: Origins, assessment, and treatment* (pp. 9-18). Washington, DC, US: American Psychological Association. doi:10.1037/11874-001
- Nock, M. K., Joiner Jr, T. E., Gordon, K. H., Lloyd-Richardson, E., & Prinstein, M. J. (2006). Nonsuicidal self-injury among adolescents: Diagnostic correlates and relation to suicide attempts. *Psychiatry Research*, *144*(1), 65-72. doi: 10.1016/j.psychres.2006.05.010

- Plener, P. L., Schumacher, T. S., Munz, L. M., & Groschwitz, R. C. (2015). The longitudinal course of non-suicidal self-injury and deliberate self-harm: A systematic review of the literature. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, *2*(1), 2. doi:10.1186/s40479-014-0024-3
- Selby, E. A., Anestis, M. D., & Joiner, T. E. (2008). Understanding the relationship between emotional and behavioral dysregulation: Emotional cascades. *Behaviour Research and Therapy*, *46*(5), 593-611. doi:10.1016/j.brat.2008.02.002
- Simeon, D., & Favazza, A. R. (2001). Self-injurious behaviors: Phenomenology and assessment. In D. Simeon, & E. Hollander (Eds.), *Self-injurious behaviors: Assessment and treatment* (pp. 1-28). Arlington, VA, US: American Psychiatric Publishing.
- Valencia-Agudo, F., Burcher, G. C., Ezpeleta, L., & Kramer, T. (2018). Nonsuicidal self-injury in community adolescents: A systematic review of prospective predictors, mediators and moderators. *Journal of Adolescence*, *65*, 25-38. doi:10.1016/j.adolescence.2018.02.012
- Whitlock, J., Eckenrode, J., & Silverman, D. (2006). Self-injurious behaviors in a college population. *Pediatrics*, *117*(6), 1939-1948. doi:10.1542/peds.2005-2543

ABSTRACT

Research trends on Non-Suicidal Self-Injury in Korea: from 2000 to 2019*

Park, Kyungae** · Kim, Jiyeon*** · Kang, Nami**** · Kim, Sookjin**** · Yun, Heeog****

The purpose of this study is to analyze the trends in Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) research in Korea and to suggest future directions for self-injury research. To this end, a total of 74 papers published in Korea from 2000 to 2019 were analyzed. The results are as follows; Firstly, starting with one study in 2007, many studies were conducted in the field of counseling psychology (68.9%). Secondly, it was revealed that teenagers and college students (51.4%) comprised the majority of young people engaging in such behaviors. Thirdly, most the studies conducted were quantitative studies (73%). Fourthly, many studies were conducted in the emotional and cognitive field of individual internal variables and in the family related fields of social and environmental variation. Fifthly, an analysis of the main results of qualitative research confirmed the beginning and discontinuation process of the NSSI. Sixth, the analysis of the overviews broadened our understanding of self-harm. Finally, the results of this study were comprehensively discussed, and suggested for further research have been postulated.

Key Words: NSSI(Non-Suicidal Self-Injury), study in Korea, research trends

투고일: 2020. 6. 6, 심사일: 2020. 8. 4, 심사완료일: 2020. 8. 13

* This work was supported by research foundation of kwangwoon university in 2018

** Kwangwoon University

*** Kwangwoon University, Corresponding author, peace00777@naver.com

**** Kwangwoon University

[부록] 분석에 사용된 학회지논문 목록

구분 번호	연구 제목	1저자	연도	학회지명
1	섭식장애 환자의 섭식장애 증상, 우울, 강박성이 자해행동에 미치는 영향	공성숙	2009	Journal of Korean Academy of Nursing
2	섭식장애 환자의 이동기 외상경험이 자해행동에 미치는 영향과 부모 간 갈등의 매개효과 분석	공성숙	2009	정신간호학회지
3	청소년 자해의 이해 및 특성에 대한 고찰	이동훈	2010	청소년상담연구
4	청소년 자해행동의 치료 및 예방과 기독교 상담학적 방안	강경미	2010	성경과 신학
5	청소년우울증에서 비자살적 자해에 영향을 주는 심리사회적 요인	예덕혜	2012	Korean Society for Affective Disorders
6	자해행동을 하는 자녀에 대한 가족치료 사례연구	박태영	2012	가족과 가족치료
7	이동기 정서적 학대경험, 정서강도와 자해의 관계에서 부적응적 인지정서조절과 부정정서의 매개효과	구훈정	2014	인지행동치료
8	비자살적 자해와 애착연구개관: 국외연구를 중심으로	김수진	2015	인간발달연구
9	외상적 사건과 자해의 관계에서 부적응적 인지조절의 매개효과와 적응적 인지조절의 조절효과: 성차를 중심으로	구훈정	2015	한국심리학회지: 임상
10	청소년 내담자의 반복적 자해행동의 의미탐색: “고통으로 고통을 견디기”	김수진	2015	한국심리학회지: 상담 및 심리치료
11	청소년의 처벌민감성과 강화민감성이 불안, 우울, 자해행동에 미치는 영향: 스트레스와 통제가능성 귀인의 역할	이혜림	2015	청소년학연구
12	기질적 특성이 자살사고 및 자해에 미치는 영향: 대학생을 중심으로	박세란	2016	청소년학연구
13	청소년 자해행동: 여중생의 자살적 자해와 비(非)자살적 자해	이동귀	2016	한국심리학회지: 상담 및 심리치료
14	청소년의 일상적 스트레스와 자해행동: 인지적 정서조절전략의 조절효과	성나경	2016	한국심리학회지: 상담 및 심리치료
15	유치인과 재소자의 자살과 비자살적 자해에 대한 이해	이은진	2016	한국경찰연구
16	비자살적 자해의 위험요인과 보호요인 개관	김수진	2017	청소년학연구
17	비자살적 자해와 자살 간의 관계에서 습득된 자살잠재력의 역할: 자살에 대한 대인관계적 심리이론에 기반하여	김초롱	2017	대한불안의학회지
18	존재의 여정에서 경험한 비자살적 자해에 대한 내러티브 탐구	김수진	2017	상담학연구
19	청소년의 비자살적 자해행동에 관한 연구	안영신	2017	한국정서행동장애학회
20	청소년의 자해행동 예방을 위한 마음챙김 기반정서관리 훈련 효과	이우경	2017	한국학교보건학회지
21	한국판 자해기능평가지(The Functional Assessment of Self-Mutilation)의 타당화 연구	권혁진	2017	한국심리학회지: 임상심리연구와 실제
22	자해행동 청소년을 위한 단기개입 프로그램 개발 및 효과	이동귀	2017	재활심리연구
23	부정간접성, 부정정서 및 정서조절곤란이 경계선 성격의 자해행동에 미치는 영향	임선영	2017	한국심리학회지: 건강

구분 번호	연구 제목	1저자	연도	학회지명
24	자해척도(ISAS)의 한국판 타당화 연구	추은정	2018	청소년학연구
25	우울증 환자집단에서 비자살적 자해가 자살시도에 미치는 영향	김초롱	2018	한국심리학회: 임상
26	자의식적 부정정서가 비자살적 자해에 미치는 영향: 정서조절전략의 매개효과를 중심으로	백보검	2019	한국콘텐츠학회 논문지
27	청소년의 비자살적 자해와 수치심경향성, 죄책감경향성의 관계	김화정	2019	한국심리치료학회
28	한국판 자해척도(K-SHD)타당화 연구	김소정	2019	인지행동치료
29	비자살적 자해에 대한 국내연구 개관: 2000-2018년 연구들을 중심으로	성요안나	2019	인지행동치료
30	청소년의 충동성이 자해에 미치는 영향: 사회적 지지의 조절효과를 중심으로	김수진	2019	미래사회복지연구
31	청소년 비자살적 자해위기상담 경험에 관한 현상학 연구: 상담자 경험을 중심으로	권경인	2019	상담학연구
32	일 대학병원에 방문한 우울한 청소년에서 비자살성 자해행동의 임상적 특성과 자살시도 예측요인	김경미	2019	정신신체의학
33	Analysis of Korean Self-Harm Posts on Instagram	Victor P Comet	2019	한국HCI학회지
34	비자살적 자해와 극복과정 경험에 대한 질적 연구: 상담경험이 있는 청소년을 대상으로	서미	2019	상담학연구
35	한국 성인의 비자살적 자해: 자해 방법 및 기능에서의 성차를 중심으로	구민정	2019	상담학연구
36	대학생의 투쟁-도파-동결체계, 가족표출정서, 정서조절곤란의 관계: 비자살적 자해 유경험자와 무경험자의 비교	권문희	2019	인간이해
37	'자해'관련 인스타그램 게시물에 대한 텍스트 네트워크 분석	신성미	2019	상담학연구
38	대학생의 부모애착과 사회적지지가 자해에 미치는 영향: 스트레스 대처방식의 조절된 매개효과	김수진	2019	청소년학연구
39	자살 의도가 없는 자해의 근거기반치료	허지원	2019	Korean Journal of Clinical Psychology
40	우울증, 양극성 장애, 자살행동, 비자살성 자해의 근거기반 심리치료: 현 상태와 미래의 방향	김수진	2019	Korean Journal of Clinical Psychology
41	잠재프로파일분석(LPA)을 활용한 PTSD 증상과 외상 후 성장 수준의 양상: 폭식, 비자살적 자해, 문제성 음주의 차이	이덕희	2019	한국심리학회지: 문화및사회문제

[부록] 분석에 사용된 학위논문 목록

구분 번호	연구제목	저자	연도	대학교명
1	독서치료를 통한 초등학생의 효율적인 자해행동 감소 방안에 관한 연구: 초등저학년을 대상으로	정지에	2007	한양대학교
2	비자살적 자해에 영향을 미치는 복합외상 및 복합외상증후군의 탐색	서윤아	2014	충북대학교
3	비자살적 자해에 영향을 미치는 정서적·인지적 요인의 탐색	권혁진	2014	서울대학교
4	고등학생의 또래괴롭힘 피해경험이 자살생각과 자해행동에 미치는 영향: 절망감과 사회적 지지의 조절효과	김동환	2014	위덕대학교
5	학교스트레스 및 자기통제력이 청소년의 자살생각 및 자해시도에 미치는 영향	신미옥	2015	단국대학교
6	청소년의 스트레스와 자해 및 우울의 관계에서 고통감내력의 매개효과	정구경	2016	서울사이버대학교
7	자의식적 부정정서가 비자살적 자해에 미치는 영향: 부정적 반추의 매개효과를 중심으로	백보겸	2017	전주대학교
8	경험회피와 비자살적 자해의 관계: 신체적 불편감 감내력 부족의 조절효과	이주연	2017	충북대학교
9	비자살적 자해와 폭식에 대한 정서홍수모델의 검증: 부정조급성과 정서홍수 유발요인을 중심으로	민정향	2017	서울대학교
10	초기부적응 도식과 비자살적 자해의 관계	강남호	2017	충북대학교
11	성인의 자해동기와 자해행동 간의 관계: 자기조절 수준의 조절효과 검증	한지혜	2018	이화여자대학교
12	외로움과 비자살적 자해의 관계: 정서조절능력과 문제해결능력의 조절효과	조은지	2018	부산대학교
13	자기체계 손상이 비자살적 자해에 미치는 영향: 자기비난과 고통감내력의 조절된 매개효과	고정희	2018	가톨릭대학교
14	비자살적 자해행동 갈망감소를 위한 부정정서 조절전략연구	인신우	2018	중앙대학교
15	고등학생의 아동기 학대경험과 비자살적 자해경험 간의 관계: 초기부적응도식을 매개로	강민아	2018	서강대학교
16	고등학생의 분노억제와 비자살적 자해행동의 관계: 자기위안에 의해 조절된 자기비난의 매개효과	임호연	2019	서강대학교
17	청소년의 SNS중독경향성이 자해행동에 미치는 영향	이수정	2019	덕성여자대학교
18	대인관계 욕구의 좌절과 비자살적 자해와의 관계: 이차적 분노와 고통감내력의 조절된 매개효과	임경희	2019	서울여자대학교
19	성별에 따른 대학생의 감정표현불능성향과 비자살적 자해 간 관계에서 충동성의 매개효과	양재원	2019	홍익대학교
20	비자살적 자해에 대한 경계선 성격성향, 통증감내력, 대인관계에서의 정서적 고통의 효과	서아현	2019	동덕여자대학교
21	청소년이 지각한 부모양육태도와 사회적 유능감이 비자살적 자해에 미치는 영향	강은희	2019	건양대학교
22	중학생의 자기비난과 내면화된 수치심이 비자살적 자해행동에 미치는 영향에서 고통감내력의 조절효과	진솔	2019	숙명여자대학교
23	부모의 정서적 학대가 청소년의 자해행동에 미치는 영향: 정서조절곤란의 매개효과 및 또래갈등의 조절효과	김나은	2019	명지대학교
24	성인의 비자살적 자해 잠재계층유형의 위험요인과 심리 및 행동문제와의 관계	김지윤	2019	성균관대학교

구분 번호	연구제목	저자	연도	대학교명
학 위 문	25 청소년의 애착, 감정표현불능, 충동성, 비자살적 자해의 구조적 관계	안의홍	2019	대구가톨릭 대학교
	26 자해청소년의 특성과 관련변인 연구	진신주	2019	한양대학교
	27 청소년 자해경험에 대한 현상학적 연구	백선희	2019	한양대학교
	28 20대 청년들의 비(非)자살적 자해와 습득된 자살실행력, 자살행동, 정서조절곤란의 관계: 매개효과 검증	이영지	2019	용문상담심리 대학원대학교
	29 부정정서가 비자살적 자해에 미치는 영향: 자해갈망의 매개효과와 인지적 정서조절전략, 감정표현불능증, 의도적 통제의 조절효과를 중심으로	추은정	2019	가톨릭대학교
	30 성인애착과 비자살적 자해의 관계: 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과	이인숙	2019	이주대학교
	31 청소년의 정서적 학대경험이 비자살적 자해에 미치는 영향: 초기부적응도식과 정서조절곤란의 이중매개효과	이수정	2019	서울여자대학교
	32 정서 반응성이 비자살적 자해에 미치는 영향: 부정긴급성의 매개효과	선민혁	2019	조선대학교
	33 여자 고등학생의 자살 시도 및 자해 경험에 대한 내러티브 탐구	김영애	2019	숭실대학교