

2024 청소년상담연구 · 253

고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼 개발

책임 연구자 : 서 미

공동 연구자 : 김영근

정성호

어혜원

이정협

하원정



한국청소년상담복지개발원
Korea Youth Counseling & Welfare Institute

청소년상담연구 253

고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼 개발

인 쇄 : 2024년 12월

발 행 : 2024년 12월

발 행 인 : 윤희식

발 행 처 : 한국청소년상담복지개발원

(48058) 부산광역시 해운대구 센텀중앙로 79, 센텀사이언스파크(7층~10층)

T. (051)662-3063 / F. (051)662-3008

<http://www.kyci.or.kr>

인 쇄 처 : 신일디앤피

비매품

ISBN 978-89-8234-921-8 93330

ISBN 978-89-8234-001-7(세트)

본 간행물은 여성가족부의 지원을 받아 제작되었습니다.

본 기관의 사전승인 없이 내용의 일부 혹은 전부를 전재할 수 없습니다.

간행사

최근 코로나 19 이후 고립·은둔 청소년에 대한 사회적 관심이 증가하고 있습니다. 팬데믹이 진행된 2년여 기간 동안 청소년들은 학교에 꾸준히 가지 못했고, 오랜 사회적 거리두기로 청소년의 고립·은둔은 심화되었습니다. 청소년기 고립·은둔은 청년기로 이어지는 경우가 많은데 이는 청소년기부터 고립·은둔 상태에 대한 적극적 개입과 지원이 필요함을 시사합니다.

이에 한국청소년상담복지개발원에서는 고립·은둔 청소년과 그 부모에 대한 효과적인 사례개입을 위한 매뉴얼을 개발하였습니다. 이를 위해 본 연구에서는 먼저 국내외의 고립·은둔에 대한 사례개입 관련 선행연구를 검토하였고, 실제 고립·은둔 경험이 있는 청소년과 상담해 본 경험이 있는 공공·민간의 청소년 상담복지 현장전문가를 대상으로 인터뷰를 실시하였습니다. 이를 바탕으로 고립·은둔 청소년의 특성, 탈고립·탈은둔 과정과 필요한 지원, 실제 현장전문가들이 활용하고 있는 노하우에 대해 살펴보고, 분석된 자료를 토대로 사례개입 단계별 개입 방안을 제시하였습니다.

특히, 고립·은둔 청소년에 대해서는 최근 임상적으로 그 효과가 증명된 정서중심치료 이론을 활용하여 상담개입 방안을 제시하였으며, 이외에도 고립·은둔의 위기 수준 및 상태에 맞춰 개입이 가능하도록 다양한 상담 기법, 활동 및 학습에 대한 내용들을 제시하였습니다. 또한, 부모상담 매뉴얼은 비폭력대화 및 의사소통 방법, 감정 코치 등을 통해 부모-자녀 관계를 향상시킬 수 있는 별도의 구조화된 프로그램 형태로 구성하여 현장에서의 활용성을 높였습니다. 이러한 과정을 통해 최종 개발된 매뉴얼은 고립·은둔 청소년 지원사업을 시범운영하고 있는 학교밖청소년지원센터, 청소년상담복지센터를 비롯한 전국의 청소년상담복지 현장에 보급할 예정입니다.

본 연구를 위하여 인터뷰에 참여해주신 학교밖청소년지원센터, 청소년상담복지센터, 민간기관의 현장전문가 선생님들과 청소년들, 그리고 본 연구를 위해 귀한 시간을 내주신 학계 전문가분들께 깊이 감사드립니다. 아울러 매뉴얼 개발을 위해 열정을 쏟아주신 인제대학교 김영근 교수님과 본원 연구진들께도 진심으로 깊은 감사를 드립니다.

본 연구를 통해 고립·은둔 청소년들이 세상 밖으로 한 걸음 내딛고, 그들을 지원하는 상담복지 현장에도 실제적인 도움이 될 수 있기를 기대합니다.

2024년 12월

한국청소년상담복지개발원 이사장 윤희식 윤희식

초 록

1980년대 일본에서 히키코모리 용어가 등장한 이후 국내에서는 2000년대에 이르러 은둔형 외톨이에 대한 관심과 관련 연구가 시작되었다. 최근에는 코로나 19 팬데믹 경험을 통해 청소년의 고립·은둔에 대한 사회적 관심이 다시 증가하고 있다. 이에 여성가족부는 2023년 「제7차 청소년정책 기본계획」을 통해 새로운 위기 취약 청소년으로 은둔형 청소년을 규정하고, 2024년에 고립·은둔 청소년 지원사업을 시범적으로 운영하고 있다. 보건복지부에서도 2023년 「고립·은둔 청년 지원 방안」을 발표하였으며, 2024년 고립·은둔 청년에 대한 지원을 시작하였다.

국내에서 고립·은둔 청소년의 규모에 대해서는 아직 구체적으로 파악되지는 않았지만 약 14만 명 정도로 추정되고 있고, 특히 청년의 고립·은둔은 주로 청소년기에 시작되는 것으로 나타났다. 따라서 청소년기부터 고립·은둔 상태에 대한 적극적인 사례개입을 통해 탈고립·탈은둔을 돕고, 고립·은둔의 장기화를 예방하는 것이 시급하다고 할 수 있다.

이에 본 연구에서는 고립·은둔 청소년에게 효과적으로 개입할 수 있도록 먼저 고립·은둔 청소년들의 특성과 어떤 과정을 통해 탈고립과 탈은둔을 하게 되었는지를 살펴보고, 이를 기반으로 청소년상담자 및 사례관리자들이 고립·은둔 청소년들에게 효과적으로 개입할 수 있도록 사례개입 매뉴얼을 개발하고자 하였다. 이를 위한 매뉴얼 개발 절차는 다음과 같다.

첫째, 매뉴얼 기획단계에서는 매뉴얼 개발을 위해 국내외의 문헌을 조사하였다. 문헌 조사 결과 청소년기의 고립·은둔은 발달특성, 가정 및 학교 환경, 또래 등 대인관계, 정신병리, 사회문화 등 다양한 요인의 복합적인 상호작용의 결과로 발생하며, 이에 따른 청소년의 고립·은둔 상태 및 특징 또한 개인마다 매우 다른 양상을 보일 수 있음을 확인하였다. 이에 본 연구에서는 먼저 고립·은둔 청소년이 어떻게 고립·은둔을 하게 되었고, 어떤 특징을 보이며, 어떤 요인 및 지원을 통해 극복하는지에 대해 알아보고자 고립·은둔 경험이 있는 청소년을 대상으로 심층면접을 진행하고, 고립·은둔 청소년 대상 상담 경험이 있는 현장전문가를 대상으로 포커스그룹 인터뷰를 진행하였다.

둘째, 매뉴얼 구성단계에서는 개발 단계에서 분석된 자료를 바탕으로 매뉴얼의 구성 원리를 도출하고, 그에 따른 세부 내용을 구성하여 매뉴얼 초안을 개발하였다. 우선, 개입 내용은 크게 청소년 사례개입과 부모상담으로 나누었다. 청소년 사례개입은 다시 접수 및 평가 단계, 상담관계 형성 단계, 초·중·후기 단계, 사후관리 단계로 구성하였다.

접수 및 평가 단계에서는 정보수집과 위기수준 평가에 대한 내용으로 구성하였으며, 상담관계 형성 단계에서는 고립·은둔 청소년과 다포형성을 위해 실제 일선 현장에서 활용되고 있는 노하우들을 정리하여 제시하였다. 본격적인 개입이 시작되는 초·중·후기 단계에서는 상담과 활동 영역으로 구분하여 고립·은둔의 위기 수준 및 다양한 상태에 맞춰 개입이 가능하도록 매뉴얼을 구성하였다. 특히, 고립·은둔을 비롯하여 임상적으로 그 효과가 증명된 정서중심치료 접근법을 활용하여 상담개입 방안을 제시하였다.

한편, 부모상담 매뉴얼은 별도로 15회기의 구조화된 프로그램 형태로 제시하였는데, 부모 자신과 자녀에 대한 이해를 증진하고, 비폭력대화 및 의사소통 방법, 감정 코치 등을 통해 관계를 회복하고 향상시킬 수 있는 내용들로 구성하였다.

셋째, 실시 및 평가단계에서는 매뉴얼 초안을 바탕으로 현장실무자 관점 평가를 실시하여 효과성을 평가하였으며, 학계전문가의 감수를 받았다. 현장실무자 21명의 참여자 관점 평가 결과 적절성·운영적합도·효과성이 평균 4.4점(5점 리커트 방식)으로 나타나 전반적으로 매뉴얼이 적절하게 구성된 것으로 나타났다. 다음으로 학계전문가 2인의 감수를 받아 매뉴얼을 수정·보완하여 최종 개발하였다.

본 연구는 고립·은둔 청소년 및 부모에 대한 표준화된 사례개입 매뉴얼이 사실상 전무한 상황에서 공공과 민간기관에 파편화 되어 있던 개입 노하우를 정리하여 제시하고, 정서중심치료 이론을 중심으로 근거기반의 상담개입 과정, 청소년 특성을 반영한 학습 및 활동 프로그램, 구조화된 부모상담 프로그램을 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 또한, 올해 여성가족부에서 고립·은둔 청소년 지원사업을 시범운영하고 있고, 2025년부터 본격적으로 지원을 시작할 것이라는 점을 감안할 때 현장의 활용도가 더 높을 것으로 기대된다.

* 주요어 : 고립·은둔 청소년 및 부모, 사례개입, 매뉴얼 개발, 합의적질적연구, 정서중심치료

목차 |

I. 서론 | 1

- 1. 연구의 목적과 필요성 1
- 2. 연구과제 5

II. 이론적 배경 | 6

- 1. 청소년 고립·은둔에 대한 이해 6
 - 가. 청소년 고립·은둔의 정의 6
 - 나. 청소년 고립·은둔의 실태 8
 - 다. 청소년 고립·은둔의 원인 9
 - 라. 청소년 고립·은둔의 양상 12
 - 마. 청소년 고립·은둔의 보호요인 15
- 2. 청소년 고립·은둔 위험도 평가 16
 - 가. 청소년 고립·은둔 평가 16
 - 나. 청소년 심리·환경 평가 17
- 3. 고립·은둔 청소년 개입 18
 - 가. 고립·은둔 청소년 지원 정책(국내·외 사례) 18
 - 나. 고립·은둔 청소년 상담을 위한 정서중심치료 접근법 21
 - 다. 고립·은둔 청소년 개입의 국외 사례 22
 - 라. 고립·은둔 청소년 개입의 국내 사례 26
 - 마. 고립·은둔 부모상담 및 사례개입 28

III. 연구방법 | 31

- 1. 매뉴얼 개발 31
 - 가. 매뉴얼 개발 절차 모형 31
 - 나. 매뉴얼 개발 과정 32
- 2. 청소년 대상 심층면접 33
 - 가. 참여 대상 33
 - 나. 질문지 구성 34
 - 다. 진행절차 및 분석방법 35
 - 라. 분석결과 36
 - 마. 청소년 심층면접 결과 요약 및 시사점 51

3. 현장전문가 대상 포커스그룹 인터뷰	53
가. 참여 대상	53
나. 질문지 구성	54
다. 진행절차 및 분석방법	55
라. 분석결과	55
마. 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 결과 요약 및 시사점	83
4. 매뉴얼 구성	86
가. 매뉴얼 구성 원리	86
나. 내용 구성	89
5. 실시 및 평가	95
가. 현장실무자 참여자 관점 평가	95
나. 전문가 자문	99
다. 매뉴얼 수정 및 보완	100

IV. 요약 및 논의 | 105

참고문헌 | 112

Abstract | 122

표 목차 |

표 1. 청소년 심층면접 참여자 정보	34
표 2. 청소년 심층면접 질문지	35
표 3. 청소년 심층면접 분석 결과	36
표 4. 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 참여자 정보	53
표 5. 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 질문지	54
표 6. 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 분석 결과	55
표 7. 매뉴얼 구성 모형	89
표 8. 매뉴얼 초안 세부 내용	91
표 9. 참여자 관점 평가 참여자 정보	95
표 10. 참여자 관점 평가 세부영역별 만족도	96
표 11. 참여자 관점 평가 세부의견	97
표 12. 전문가 감수 세부의견	99
표 13. 매뉴얼 수정 및 보완	100
표 14. 최종 매뉴얼 세부 내용	101

그림 목차 |

그림 1. 매뉴얼 개발 절차	31
-----------------------	----

I. 서론

1. 연구의 목적과 필요성

최근 코로나 19 팬데믹 경험을 통해 고립·은둔 청소년에 대한 사회적 관심이 증가하고 있다. 2023년 여성가족부가 발표한 「제7차 청소년정책 기본계획」에 따르면 새로운 위기 취약 청소년으로 은둔형 청소년을 규정하고, 고립·은둔형 청(소)년 발굴·지원체계 마련, 은둔형 청소년 규모 등 실태 파악을 위한 지자체 실태조사, 청소년지원기관 등을 통한 은둔형 청소년 대상 서비스 지원체계 운영 등의 정책을 포함하였다. 이에 따라 2024년 여성가족부는 고립·은둔 청소년 지원사업을 시범적으로 운영하고 있으며 점차 전국적으로 확대할 예정이다.

국내에서 은둔형 외톨이에 대한 존재는 2000년 대 초반에 구체적으로 알려지기 시작했다. 일본에서만 나타나는 현상으로 여겨진 히키코모리라는 존재가 2001년 정신건강의학과 여인중, 이시형, 삼성사회정신건강연구소, 강북삼성병원의 연구를 통해서 한국에서도 존재하는 것으로 밝혀졌다(여인중, 2005). 이 은둔형 외톨이들은 절반 이상이 사춘기가 시작되는 청소년기에 나타나고, 우울증상, 대인공포, 자기혐오, 퇴행, 공격성향 등이 두드러진다고 보고되었다. 안타깝게도 이후 20여년이 지난 현재까지 은둔형 외톨이에 대해 실태 조차 파악되지 않은 실정이다(노가빈, 이소민, 김제희, 2021). 2005년 국무총리실 산하 청소년위원회가 실시한 「은둔형 외톨이 등 사회부적응 청소년 지원방안」 연구에 따르면 ‘은둔형 부적응 고위험군’ 청소년이 0.3%, ‘은둔형 부적응 위험군’ 청소년이 2.3%, ‘은둔형 부적응 잠재군’ 청소년이 7.4%로 보고되었다. 하지만 연구는 인문계 고등학교 재학생만을 대상으로 하고, 20여 년 전에 실시되었다는 점에서 현재 실태파악에 적용하기에는 한계가 있다. 제한적이지만, 18세~24세의 은둔 청소년 발생률이 1.97%(윤철경 외, 2022)이고, 은둔 유경험자 중에 약 24%가 ‘10대’ 부터 고립·은둔을 시작했다는(보건복지부, 2023) 보고를 통해 청소년기 고립·은둔 상태가 심각할 것으로 추정해볼 수 있다. 비슷하게 최근 통계청(2023)에서 발표한 「사회조사」에 따르면, 13세~18세 청소년의 사회적 고립 비율이 5.2%로 나타나, 이를 13~18세 청소년 인구(약 270만 명)에 적용했을 때 고립·은둔 청소년의 규모는 약 14만 명 정도로 추정해 볼 수 있다. 이는 청년 고립·은둔의 시작이 청소년기에 주로 발생한다는(이

지민, 김영근, 2021; 오상빈, 2020; 김효순, 김서연, 박희서, 2016; 이재영, 2014; 양미진, 지승희, 김태성, 이자영, 홍지연, 2007; 허경운, 2005; 황순길 외, 2005) 점과 함께 고립·은둔 청소년에 대한 사례 개입이 시급함을 의미한다.

고립·은둔 청소년의 정의는 은둔형 외톨이의 정의에 근거한다. 은둔형 외톨이는 1970년 일본에서 등장한 ‘히키코모리’를 한국어로 번역한 단어로 연구자들마다 은둔기간, 은둔상태, 사회적 접촉범위에 따라서 다양하게 정의한다. 김혜원 등(2022)과 노가빈 등(2021)은 여러 선행연구의 정의를 종합하여 은둔형 외톨이의 개념을 정리하였다. 나아가 차주환, 이자영, 편여울강, 백정원, 어혜원(2023)은 이러한 정의를 은둔형 청년과 구분되는 은둔형 청소년에 적용하여, 은둔 청소년에 대해 ‘은둔기간을 최소 3개월 이상으로 설정하고 지적장애나 정신질환이 없으면서 대부분 자신의 방이나 집안에만 머무르고, 학업이나 취업활동을 하지 않고 가족 이외의 사회적 접촉이 거의 없는 9세에서 24세 연령의 청소년’으로 정의하였다. 이때 은둔이 포괄적인 개념이고, 고립이 심화된 상태를 은둔으로 정의한다는 선행연구(김성아 등, 2022)와 고립·은둔 청소년이라는 단어를 사용한다는 정책적 흐름(여성가족부, 2023)을 종합해볼 때 은둔 청소년보다 고립·은둔 청소년이라는 용어의 사용이 적절하다고 볼 수 있다.

고립·은둔 청소년이 고립·은둔으로부터 벗어나도록 효과적으로 개입하기 위해서는 청소년들이 어떻게 고립·은둔을 하고, 어떻게 벗어나는지 그 과정을 살펴볼 필요가 있다. 청소년기의 고립·은둔은 어떤 한 가지 요인에 의해 발생하는 것이 아니라 발달특성, 가정 및 학교 환경, 또래 등 대인관계, 정신병리, 사회문화 등 다양한 요인의 복합적인 상호작용 결과이다. 후생노동성(厚生労働省)(2010)은 은둔형 외톨이에서 사회로 재접촉하는 과정을 ‘준비단계’, ‘개시단계’, ‘은둔형 외톨이 단계’, ‘사회적 재회 단계’로 설명하였다. ‘준비단계’에서 당사자는 내면의 갈등이 존재하고 불안·긴장, 우울 등의 기분을 경험하지만, 아직 주변에서는 은둔 증상을 눈치 채지 못한다. 이후, ‘개시단계’에서 은둔형 외톨이 상태가 시작되고 나서 심각한 갈등을 경험하고, 불안 등 정서적 동요가 눈에 띄게 심각해진다. 이때 이들은 어린아이처럼 부모에게 매달리기도 하고 폭력적인 언행을 보이고, 학교에 대한 강한 거부감을 표현한다. 다음 단계로는 ‘은둔형 외톨이 단계’인데, 이 단계에서는 ‘개시단계’의 불안정함이 진정되고, 당사자나 가족도 은둔형 외톨이 상황을 받아들이는 시기이다. 이 시기는 은둔형 외톨이의 배경이 되는 정신장애나 심리적 갈등으로부터 회복에 힘쓰는 시간이 되기도 하는데, 어느 정도 시간이 지나면 사회활동에 관심을 보이기도 한다. 이러한 관심이 어느 정도 커지게 되면 ‘사회와의 재회 단계’로 들어서게 된다. ‘사회적 재회 단계’는 시행착오를 겪으며 바깥세상과 접촉을 시도하는 단계이다.

국내에서 노가빈 등(2021)은 실제 은둔형 외톨이를 대상으로 심층인터뷰를 통해 ‘은둔 입성기’, ‘은둔 중반기’, ‘은둔 후반기’로 단계를 구분하였다. 먼저, ‘은둔 입성기’는 외부환경으로부터의 소진으로 인해 자발적으로 사회적 활동 및 사회적 관계로부터 철퇴를 선택하는 단계로서 스트레스로부터 도피하였다는 점에서 심적으로 편안한 단계이다. ‘은둔 중반기’는 은둔 생활이 장기화·만성화됨에 따라 은둔 생활을 탈피하려는 동기가 저하되고, 현 생활을 벗어날 수 없다는 무기력감이 강해지고, 가족들에 대한 죄책감, 은둔 생활에 대한 수치감이 강해진다. ‘은둔 후반기’에는 부정적 생각과 감정을 제어할 수 있는 통제력을 상실한 느낌을 갖고, 공황발작, 자살 충동, 자살 시도 등 정서적 혼란을 경험한다. 이러한 정서적 괴로움을 견디는 것이 힘들어서 연구 참여자들은 은둔생활을 탈피하고자 하는 저항감을 갖기 시작하고, 가족 이외로부터의 도움을 요청하기 시작한다. 이들 연구를 통해 고립·은둔 청소년들이 스트레스와 심리적인 갈등으로 인해 사회로부터 고립과 은둔을 선택하고, 고립·은둔의 심각한 상황을 경험하기도 하지만, 결국은 은둔 상황을 벗어나려는 노력을 하며, 도움을 청하기도 한다는 것이다. 다만, 이들 연구는 고립·은둔 청소년들이 어떤 과정을 통해 고립·은둔 상황을 극복하게 되었는지, 그리고 어떤 도움이나 개입이 효과적이었는지에 대해서는 밝히고 있지 않다. 또한, 이들 연구들이 코로나가 종식되기 이전에 이루어졌다는 점에서 현재 고립·은둔 청소년들에게 적용하기에는 한계가 있을 것으로 보인다. 코로나19로 대화할 친구가 없는 등 대면소통이 어려운 청년이 증가하였다고 보고되고 있다(보건복지부, 2023). 이와 비슷하게, 코로나19로 청소년의 우울, 자살 등 정신건강 문제가 심각해졌고, 사회적 고립감이 증가하였다는 결과(한국청소년상담복지개발원, 2022)에 비추어 코로나19는 청소년의 고립은둔에도 영향을 미쳤을 것으로 가정할 수 있다. 따라서 고립·은둔 청소년들로 하여금 은둔상황에서 벗어날 수 있도록 효과적으로 개입하기 위해서는 최근 고립·은둔 청소년들이 어떤 과정을 통해 은둔상황을 벗어났는지에 대해서 살펴볼 필요가 있다.

한편, 고립·은둔 청소년 사례에 대한 효과적인 개입과 관련하여 국내외 선행연구에서는 먼저, 가족 및 부모에 대한 개입을 강조한다. Hamasaki(2021)는 불안 및 우울, 신체적 불만, 부모 간 의사소통 부족, 인터넷 과다 사용이 은둔형 외톨이의 심각도를 예측한다고 보고하며, 부모가 자녀의 인터넷 사용을 통제하고, 가정 방문 프로그램을 통해 부모와 자녀가 함께 어려움을 해결하는 것이 필요하다고 강조하였다. 은둔 청소년의 부모는 둘 다 혹은 그 중 한 사람이 사회성이 부족하여 대인관계를 힘들어 하고 이러한 영향으로 자녀들까지 외부와 접촉이 거의 없어 가족하고만 지내는 경우가 많았다. 특히 어머니 보다는 아버지가 외톨이 성향이 많고 대인관계를 중요하게 여기지 않는 경우가 많았는데(이건엽, 2020) 어머니

가 자녀양육을 전담하고 아버지는 무관심한 분위기를 조성하며 상대적으로 어머니는 자녀에게 지나치게 간섭하거나 과잉보호하고 학업에 집착하게 되기도 한다(여인중, 2005). 이런 경우 어머니가 은둔형 외톨이 자녀에 대해 빠르게 수용하고 인정하는 것이 은둔 자녀 및 가족의 안정에도 긍정적인 영향을 미치게 될 수 있다(김재희, 2023; 김혜원 외, 2022; 서승희, 2021).

둘째, 고립·은둔 청소년 사례 개입 시 청소년들이 경험하고 있는 심리적 고통 등 정신건강 문제를 다루어야 한다. Iannatone, Miscioscia, Raffagnato & Gatta(2021)는 청소년의 사회적 철회에 있어 감정표현 불능증의 역할과 임상적 특성을 분석하였는데, 감정표현 불능증의 모든 차원에서 사회적 철회가 있는 그룹과 없는 그룹 간에 유의미한 차이가 나타나 감정표현 불능증이 사회적 철회에 영향을 미치는 주요한 요인임을 보고하였다. 비슷하게 Matsuguma와 Niemiec(2021)는 긍정심리학에 기반하여 은둔형 외톨이 청소년들이 강점 렌즈를 통해 자신의 과거를 탐구하고, 자신의 강점을 일상생활에 의도적으로 적용하는 개입방법이 효과적이라고 보고하였다. 고립·은둔 청소년은 은둔 기간 동안 삶의 의미가 사라지는 허무함과 자아정체성에 대한 혼란과 두려움을 경험하며(이지민, 김영근, 2021) 우울감에 가장 시달리고 불안, 강박 등 정신건강의 어려움을 호소한다(김혜원, 2022).

셋째, 은둔 생활의 주요 유지 요인은 낮과 밤이 뒤바뀐 불규칙한 생활습관이기 때문에(양미진, 김태성, 이자영, 2009), 고립·은둔 청소년 사례개입 시 불규칙한 생활 습관 등을 다룰 필요가 있다. 홍콩에서는 은둔형 외톨이의 사례개입에 있어 삶의 질과 생활습관, 사회적 환경 등의 관점을 고려하였다. 은둔형 외톨이는 좌식생활방식(온라인 채팅, 구석에 앉아 있는 것과 같은 좌식활동)으로 신체 건강, 특히 비만과 고혈압이 악화되고 불규칙한 수면-각성 리듬을 갖게 된다. 이에 대한 개입으로 사회복지격려를 위한 정기적인 방문을 1-2개월 한번 정도 실시하였고, 12개월 후 인구의 절반 이상이 사회로 복귀하였다(Yuen, Wong, Tam, So, & Chien, 2019). 강창동과 조현주(2023)는 고립 위기 청소년이 강제적으로 고립에서 벗어나도록 하는 시도보다는 자신이 현재 하고 있는 일상생활 활동에 집중하게 하는 것이 필요하고, 사례개입 시 현재 자신의 일상에 관심을 가지도록 하면서 일상생활을 충분히 해낼 수 있도록 하는 활동이 포함되어야 한다고 하였다. 이때 불규칙한 생활습관을 다루는 것에 있어 인터넷 중독 문제도 다룰 필요가 있다. 은둔생활의 일상은 인터넷 게임, 스마트폰 사용으로 보내는 시간이 대부분이기에(김혜원, 2022), 고립·은둔 특성을 가진 청소년에게 인터넷 중독이라는 문제를 다루는 것이 필요하다.

마지막으로 고립·은둔 청소년의 사례개입에 있어 이들은 사회적 철수를 선택하였지만, 사회적 지지자원을 필요로 하는 것으로 보인다. 강창동과 조현주(2023)의 연구에 따르면 고

립 청소년들이 주로 하는 활동은 온라인 속에서 일어나는 것이었고, 혼자서 시간을 소비하는 활동도 하지만 고립 상태 속에서 상호 교류하는 활동도 조금씩 하고 있다. Chan과 Lo(2014)도 은둔형 외톨이 상태에서의 사회적 지지가 삶의 질을 결정하는데 매우 중요한 변인이라고 소개하였다. 이들은 사회적으로 철수된 생활을 한다고 하더라도 사회적 지지 자원이 있을 때 삶의 질이 좋아지지만, 사회적으로 철수되었을 때 사회적 지지 자원이 낮으며 이로 인한 외로움을 경험하게 되면 삶의 질이 낮아질 수 있다고 보고하였다. 비슷하게 중국의 경우 Ding와 Zhang(2022)은 ‘자유 공간(free-space) 프로그램’을 고안하였는데 고립된 청소년들이 모이도록 장려하고 다른 사람들과 교류할 수 있는 기회를 늘리는 것이다. 따라서 고립·은둔 청소년들이 사회적으로 철수되어 있지만, 교류할 수 있는 지지자원이 필요할 수 있다. 이처럼 선행연구를 통해 부모교육, 생활습관의 변화, 사회적지지 강화 등 다양한 영역들을 중요하게 다루어야 함을 알 수 있다. 하지만, 고립·은둔 청소년 사례 개입을 체계적으로 어떻게 개입되어야 하는지, 또한 이들 다양한 영역에서 어떻게 개입이 이루어져야 하는 지에 대해 연구는 미흡한 실정이다.

본 연구에서는 고립·은둔 청소년에게 효과적으로 개입할 수 있도록 먼저 고립·은둔 청소년들의 특성과 어떤 과정을 통해 탈고립과 탈은둔을 하게 되었는지를 살펴보고자 한다. 이를 기반으로 청소년상담자 및 사례관리자들이 고립·은둔 청소년들에게 효과적으로 개입할 수 있도록 사례개입 매뉴얼을 개발하고자 한다. 이때, 개발된 매뉴얼은 여성가족부의 고립·은둔 청소년 위기지원 시범사업에서 적용할 예정이다.

2. 연구과제

연구 목적에 따른 본 연구의 과제는 다음과 같다.

첫째, 고립·은둔 청소년들이 어떠한 특성과 과정을 통해 탈고립과 탈은둔을 하는지를 분석한다.

둘째, 고립·은둔 청소년들에 대한 사례개입이 어떠한 방식으로 진행되는 것이 효과적이고, 현장전문가들의 경험과 요구는 어떠한지를 분석한다.

셋째, 고립·은둔 청소년에게 효과적으로 개입할 수 있는 사례개입 매뉴얼을 개발한다.

II. 이론적 배경

1. 청소년 고립·은둔에 대한 이해

가. 청소년 고립·은둔의 정의

고립·은둔 청소년의 개념은 은둔형 외톨이의 정의에 근거한다. 은둔형 외톨이에 대한 개념은 1970년 일본에서 등장하였다. 일본어로 ‘히키코모리’라는 불리는 청소년들은 당시 실업의 증가로 세상과 접촉을 끊은 채 집에서만 지냈으며 국내에서는 이들을 ‘은둔형 외톨이’로 번역하여 사용하였다(차주환 외, 2023). 국내에서는 2000년대 초반 입시경쟁이 극심해짐으로 등교거부, 은둔, 고립의 특성을 보이는 청소년들이 등장하면서 은둔형 외톨이에 대한 연구가 시작되었다. 안타깝게도 20여년이 지난 현재에도 은둔형 외톨이에 대한 국내 연구와 자료들이 충분하지 않고 개념이나 정의도 명확하지 않은 실정이다(노가빈 외, 2021).

일본 후생노동성에서는 은둔형 외톨이를 ‘다양한 요인으로 인해 취학, 취업 등의 사회적 참여를 회피하고 6개월 이상 대부분의 시간을 가정에서 지속적으로 머무르고 있는 상태를 가리키는 현상’으로 정의하고 있다(厚生労働省(후생노동성), 2010) 국내 연구를 살펴보면, 여인중(2005)은 ‘친구 없이(혹은 하나) 3개월 이상 집 밖 출입을 하지 않는 경우’로 정의하였고, 윤철경과 서보람(2020)은 ‘6개월 이상 방 또는 집에서 나가지 않고 가족 이외에는(심지어 가족과도) 친밀한 대인관계를 맺지 못하는 사람’으로 정의하였다. 또한 김기현, 이윤주, 유설희, 배진우(2017)는 은둔형 외톨이를 ‘최소한의 사회적 접촉 없이 3개월 이상 집안에 머물러 있고, 진학이나 취업 등의 사회참여 활동을 할 수 없거나 하지 않고 있으며, 친구가 하나밖에 없거나 혹은 한명도 없고, 자신의 은둔 상태에 대한 불안감과 초조감을 느끼는 청소년’으로 정의하면서 정신병적 장애 또는 중등도 장애가 있는 경우는 제외하기도 하였다. 법률적으로 살펴보면, 광주광역시 은둔형 외톨이 지원 조례(2019년 제정)에서 은둔형 외톨이를 ‘사회·경제·문화적으로 다양한 사유가 복합적으로 작용하여 일정 기간 이상을 자신만의 한정된 공간에서 외부와 단절된 상태로 생활하여 정상적인 사회활동이 현저히 곤란한 사람’으로 정하고 있다. 이 은둔형 외톨이 정의의 공통점을 토대로 노가빈 등(2021)은 은둔형 외톨이를 ‘장기간(최소 3개월 이상) 가족 이외의 사회적 교류와 단절하고 한정된

공간에서 칩거하며 사회·경제적 활동을 하지 않는 현상' 으로 정의하였다. 비슷하게 김혜원 등(2022)은 일정기간(3개월 혹은 6개월 이상) 동안, 대부분 자신의 방이나 집안에만 머무르며, 간헐적이고 일시적인 외출은 하더라도 가족 외 대인관계를 하지 않으며, 지적 장애나 정신질환으로 인한 경우는 포함하지 않는 사람을 은둔형 외톨이로 정의하였다. 그러나 이러한 정의들은 청년과 청소년들을 구분하지 않고 있다는 점에서 청소년을 대상으로 하는 정책이나 개입에서는 다소 한계가 있다. 기존 은둔 연구들은 주로 은둔의 문제를 청년실업이나 청년고립에 초점화하여 청년기와 청소년기를 구분하여 다루지 않고, 청소년기 은둔의 문제를 주로 청년기와 중첩된 요소들만 살펴보고 있다는 점에서(조미형 외, 2022) 청소년기 특성에 초점화된 은둔의 문제를 다룰 필요가 있다. 이런 맥락에서 차주환 등(2023)은 청소년 은둔 외톨이인 은둔 청소년을 '은둔기간이 최소 3개월 이상으로 설정하고 지적장애나 정신질환이 없으면서 대부분 자신의 방이나 집안에만 머무르고, 학업이나 취업활동을 하지 않고 가족 이외의 사회적 접촉이 거의 없는 9세에서 24세 연령의 청소년' 으로 정의하였다.

최근 은둔의 개념은 고립·은둔과 함께 사용되어 정책적으로는 고립·은둔 청년 혹은 고립·은둔 청소년으로 대상을 정의하고 있다(보건복지부, 2023; 여성가족부, 2023). 고립은 은둔보다 포괄적인 개념으로 해석되며, 고립이 심화하거나 고립보다 물리적, 정서적 격리의 수준이 중할 경우에 은둔에 해당한다고 보고된다(김성아 외, 2022). 김성아 등(2022)에 따르면 고립은 외부적으로 타인과의 사회적 관계, 어려운 일이 있을 때 도움을 청할 수 있는 지지체계, 외출 정도의 측면에서, 내부적으로 고립감 빈도 등에서 사회적 관계 자본이 부재하거나 부족한 상황을 가리키는 반면, 은둔은 사회적 관계 자본이 결핍되어 있으며, 외출 없이 제한된 공간에서 살아가는 상황을 가리킨다. 즉, 은둔의 상태는 고립과 분절적인 관계라기보다는 고립의 상태가 심화 되어 고립 이후에 나타나는 상태로서 고립과 은둔은 연속선상에 있다고 볼 수 있다. 따라서 정책적·치료적 차원에서 개입이나 지원 대상은 고립과 은둔 상태의 청소년을 모두 포괄하는 것이 적절할 것이다.

한편, 고립·은둔을 정의할 때 정신장애를 어떻게 볼 것인가는 학자 또는 기관들마다 다르다. 정신장애는 1차적으로 고립·은둔 현상을 일으키는 하나의 요인으로서 관여하기도 하고, 고립·은둔 상태가 지속되면서 2차적으로 정신장애가 발병하는 경우도 있다(厚生労働省(후생노동성), 2010). 또한, 최근 일본 연구에서는 당사자와 면담이 가능한 은둔형 외톨이 사례의 대부분에서 정신장애 진단이 가능하다고 보고되기도 하였다(近藤(곤도)외, 2013). 따라서 고립·은둔을 정의함에 있어 정신장애가 있는 경우를 무조건 배제하는 것은 적절하지 않다고 볼 수 있다. 다만, 지적장애가 있는 경우 고립·은둔 상태에 지적장애의 본질적 특성과 환경적 요소 등 더 많은 요인들이 관여될 수 있으므로 지적장애가 있는 고립·은둔 청

소년에 대해서는 별도로 정의하여 개입하는 것이 적절한 것으로 판단된다.

따라서 본 연구에서는 은둔형 외톨이 현상을 크게 고립과 은둔 상태로 나누되, 서로 분절된 개념이 아니라 연속선상에 있는 것으로서 고립의 상태가 심화되어 나타나는 상태를 은둔으로 보고, 고립·은둔 청소년은 고립 또는 은둔 기간이 최소 3개월 이상이며, 지적장애가 없으면서 대부분 자신의 방이나 집안에만 머무르고, 학업 또는 사회·경제적 활동이 거의 없으며, 가족 이외의 관계가 거의 없는 9세에서 24세 연령의 청소년으로 정의하였다.

나. 청소년 고립·은둔의 실태

국내에서 은둔형 외톨이 관련 연구는 2000년대 초반 학교 부적응 청소년 대상 연구를 진행하는 과정에서 등교거부·은둔·고립의 특성을 보이는 청소년을 발견하면서 시작되었다(노여진, 2007; 양미진 외, 2007; 여인중, 2005; 황순길 외, 2005). 최근에는 코로나19 팬데믹 경험을 통해 사회적 고립 현상 또는 은둔형 외톨이에 대한 사회적 관심이 다시 높아졌으며, 고립·은둔 청년을 중심으로 실태 파악 및 지원방안에 대한 연구가 이루어지고 있다. 하지만, 아직 청소년의 고립·은둔의 실태 및 규모에 대한 공식적인 자료는 없어 여러 유사한 관련 조사결과를 통해 추정을 통해 파악해야 하는 실정이다.

국내에서 청소년 은둔 관련 실태 파악을 위해 국무총리실 산하 청소년위원회에서 진행한 2005년 「은둔형 외톨이 등 사회부적응 청소년 지원방안」 연구에서는 ‘은둔형 부적응 고위험군’ 청소년이 0.3%, ‘은둔형 부적응 위험군’ 청소년이 2.3%, ‘은둔형 부적응 잠재군’ 청소년이 7.4%로 나타났다. 다만, 해당 연구는 인문계 고등학교 재학생만을 대상으로 조사를 실시하여 일반 청소년군을 대표하기에는 한계가 있다. 한편, 18세~24세의 은둔 청소년 발생률은 1.97%(윤철경 외, 2022), 은둔 유경험자 중에 약 24%가 ‘10대’ 부터 고립·은둔을 시작했다는(보건복지부, 2023) 수치를 통해 고립·은둔 청소년이 상당히 많을 것으로 예측해볼 수 있다. 최근 통계청(2023)의 「사회조사」에서 13세~18세 청소년의 사회적 고립 비율은 5.2%로 나타났는데, 이를 13~18세 청소년 인구(약 270만 명)에 적용하면 고립·은둔 청소년의 규모는 약 14만 명 정도로 추정해볼 수 있다.

일본의 경우에는 1980년대 중반 히키코모리 용어가 등장한 이후 히키코모리에 대한 연구가 활발히 진행되었다(노가빈 외, 2021). 일본의 히키코모리의 현황 관련 가장 유용한 자료는 세계정신보건(WMH) 조사(WHO 주도의 국제적 정신·행동 장애에 관한 역학연구 프로젝트)의 일환으로서 20세 이상을 대상으로 은둔형 외톨이의 역학 조사를 실시한 「심리건강에 대한 역학 조사에 관한 연구」이다(厚生労働省(후생노동성), 2010). 해당 연구에서 20세~49

세 연령의 1,660명을 대상으로 면접 조사를 진행한 결과, 은둔형 외톨이의 평균 개시 연령은 22.3세이며, 평생유병률(평생 한 번은 은둔형 외톨이 경험이 있는 사람의 비율)은 1.2%, 은둔형 외톨이 상태에 있는 자녀를 가진 세대는 0.5%로 나타났다. 이를 통해 은둔형 외톨이 자녀의 수를 추산하면 일본의 총 세대수(51,102,005세대, 2006년 기준)의 0.5%에 해당하는 최소 225,510세대에 은둔형 외톨이 자녀가 있는 것으로 추정할 수 있다.

한편, 올해 여성가족부에서는 고립·은둔 청소년 현황 파악을 위한 실태조사를 실시하였다. 다만, 아직 청소년의 고립 및 은둔에 대한 표준화된 정의가 없으므로 향후 연구를 통해 고립·은둔의 유형 및 양상에 따른 다양한 현황에 대한 연구가 필요하다.

다. 청소년 고립·은둔의 원인

청소년기의 고립·은둔은 어떤 한 가지 요인에 의해 발생하는 것이 아니라 청소년기의 발달특성, 가정 및 학교 환경, 또래 등 대인 관계, 정신병리, 사회문화 등 다양한 요인의 복합적인 상호작용 결과이다.

1) 청소년기 발달 특성

Erikson(1950)은 총 8개로 구성된 인간의 발달 단계를 제안하면서, 개인은 각각의 단계에서 주어지는 핵심 갈등을 해결해야만 다음 단계에 성공적으로 대처할 수 있음을 역설하였다. Erikson(1950)의 모델에 따르면, 사춘기(12~18세)에 해당하는 청소년기는 자아정체감이 확립되는 결정적인 시기이다. 청소년은 아동과 성인의 중간 단계에서 건강한 자아정체감을 형성해야 하며, 그렇지 못하면 정체성 혼란과 역할에 대한 혼란을 겪게 된다. 또한, 후기청소년을 포함하는 초기 성인기(18~45세)는 타인과의 관계에서 친밀감을 획득해야 하며, 그렇지 못하면 강한 고립감을 느끼게 된다.

청소년기 고립·은둔과 관련된 또 다른 발달 이론은 애착이론이다. 애착 이론은 유아와 부모 사이의 특별한 관계가 유아의 성격 및 타인과의 관계 형성에 영향을 미친다고 주장한다(Bowlby, 1969, 1973; Weinfield, Sroufe, Egeland, & Carlson, 1999). Krieg와 Dickie(2013)는 히키코모리 발달에 영향을 미치는 애착의 역할을 실증적으로 규명하고자 히키코모리 집단과 통제집단을 구분한 실험 연구를 실시하였다. 그 결과, 수줍음, 부모나 친구에 의한 거절, 그리고 양가적 애착의 결합으로 히키코모리를 예측할 수 있다는 결론이 도출되었다(Coplan & Bowker, 2021).

이러한 관점에서 볼 때 부모 등의 양육자나 청소년기, 청년기의 주 활동배경인 학교에서

애착을 제대로 형성하지 못했거나 정체성과 친밀감을 획득하지 못했을 경우 은둔상태가 발현될 가능성이 높다고 볼 수 있다(노가빈 외, 2021).

2) 가정 요인

많은 연구자들은 고립·은둔의 배경으로 가정 환경에 대해 주목하고 있다. 역기능적인 가족체계의 특성과 역기능적인 대처 방식(문정화, 2020), 혹은 과잉 보호와 거부적인 부모의 양육 태도(이경선, 2015), 가족 간의 역할 갈등(고스케 유코, 2012) 등으로 자녀들이 부모의 수용과 지지를 받지 못하면서 부모와의 정서적 단절이 진행되다가, 결국 정서적으로 고립되고 은둔이 진행되는 것으로 나타났다(박현숙, 2004; 오상빈, 2020).

특히, 부모의 양육태도는 자녀들의 성격과 정서는 물론 자아개념, 태도, 가치관에 이르기까지 영향을 미치므로 자녀의 발달에 영향을 미치는 가장 중요한 요인이라 할 수 있다. 부모의 건강한 양육방식은 자녀의 성장에 매우 중요하며 부모와의 상호 작용은 자녀의 자아개념 형성에 작용하여 성격발달, 대인관계, 사회적 적응에 결정적인 영향을 미친다(김원영, 서봉언, 김정식, 2017; 민숙정, 1990).

일본에서 아마에(amae : あまゑ)는 어리광 또는 응석이라는 뜻으로 외부 세계로부터 아이들을 보호하기 위해 자녀의 요구를 지나치게 수용해주는 일본 부모의 양육방식을 지칭한다(Doi, 1973). 부모-자녀 관계에서 나타나는 상호작용과 의사소통 문제는 히키코모리의 발달에 기여 할 수 있고, 특히 아이들을 맹목적으로 감싸는 양육방식은 자녀의 부모 의존을 더욱 강화시킬 수 있다(Coplan & Bowker, 2021). Nakamura와 Shioji(1997)는 자녀의 히키코모리 증상이 두드러지게 나타나고 있는 가정에서 과보호와 같은 양육방식이 보다 일반적으로 관찰되었다는 견해를 제시했다.

국내 연구에 의하면 은둔경험이 있는 자녀들은 양육자가 주로 통제적, 억압적 혹은 방관적인 양육태도를 보였으며, 잦은 갈등이 있었다고 보고하고 있다. 이들은 양육자로부터 수용 및 공감받는 경험을 하지 못하였는데, 대부분 청소년 시절부터 양육자에게 고민 등을 토로할 수 없었고, 가족에게서 소외감을 느꼈던 것으로 나타났다. 결국, 스스로 가족들과의 감정적 교류를 차단해버리며 가정에서 정서적 고립감을 겪었다고 보고하였다(노가빈 외, 2021).

3) 학교 요인

청소년기의 또래관계는 매우 중요한데, 친구는 친밀감의 욕구 충족과 친밀한 관계형성의 사회적 기술을 습득할 수 있는 중요한 역할을 하며 발달 시기에 일어나는 변화의 두려움을

감소시키는 사회 정서적 기능 역할을 한다(Sullivan, 1953). 따라서 또래 친구들과 함께 생활하는 학교에서의 적응 정도는 청소년의 고립·은둔에 선행하는 주요한 요인이 되기도 한다.

학교 부적응과 관련된 대인관계 요인으로는 왕따, 은따 등의 학교폭력의 희생자 및 위기 청소년이 있으며 입시교육, 입시경쟁, 학습과도 등의 교육 문제가 있다(김예슬, 2007; 허경운, 2005; 황순길 외, 2005). 특히, 학교폭력의 경험은 성인기까지 부정적 영향을 미친다는 연구(김세원, 2018)가 있을 정도로 문제가 심각하며, 이재영(2014)의 연구에서는 은둔형 외톨이 청소년의 54.3%가 학교에서 따돌림 혹은 괴롭힘을 당한 경험이 있으며, 17.1%는 따돌림의 경험이 은둔의 직접적인 원인이 되었다고 보고하고 있다.

또한, 학교폭력 외에도 노가빈 등(2021)의 연구에서 은둔 경험이 있는 참여자들은 상급학교로 진학할수록 점차 친구들과의 공통적 관심사나 진로방향에서 괴리감을 느끼거나, 동질감을 형성하기 어려운 상황에서 오는 정서적 고립감 또는 외로움을 토로할 수 있는 대상의 부재로 점차 학교에서의 소속감이 낮아졌고, 교우관계에서도 자발적인 관계철회를 하는 것으로 나타났다.

4) 사회문화적 요인

청소년의 고립·은둔에 사회문화적 요소가 미치는 영향에 대한 연구는 많지 않다. 하지만, 사회구조나 문화가 변화에 따라 인간의 사고와 가치관도 변화해 가므로 각 나라의 사회문화적 맥락속에서 고립·은둔의 실상을 파악하는 것이 필요하다.

일본의 경우 정신병리학적으로 쉽게 정의되지 않는 히키코모리 현상의 개념을 정립하고 발생 원인을 파악하려는 연구가 다수 진행되었다(Krieg & Dickie, 2013; Li and Wong, 2015; Suwa & Suzuki, 2013). Furlong(2008)은 일본에서 버블경제 붕괴 이후 노동시장에 불안정성이 확산되었고, 이러한 기회구조의 변화는 일본 청년들이 고압력의 엄격한 시스템 내에서 새로운 전환을 모색하게 만들었으며, 일본의 고립·은둔 현상은 이러한 불안정한 사회변화속에서 새로운 생존 형태를 모색해야 한다는 압박과 일본사회의 전통에 대한 불신으로 도출된 행동방식으로 봐야 한다고 보았다.

우리나라는 1990년대 이후 노동 유연화 심화, 장기불황, 지속적 금융위기 발생, 산업구조의 변화 등의 발생으로, 기존의 산업사회적 맥락에서 발견할 수 없던 불안정 고용, 장기실업, 거대 구조조정 등과 같은 “새로운 사회적 위험(new social risks)” 이 등장하였다(문진영, 2008). 이러한 신자유주의 사회가 도래함에 따라 경쟁사회 논리를 수용하고 제도화한 학교와 가정에서는 청소년기부터 대학입시를 향한 다방면의 공부압력을 받으며 경쟁사회의 속성과 원칙을 내면화하였고(손승영, 2009), 개인주의 경향과 더불어 남보다 더 좋은 학교·

직장을 더 강조하는 사회가 되어가고 있다.

김홍중(2015)은 삶의 전반에 걸친 생존주의의 압력에 대한 대응으로서 청년들 사이에 ‘사라지는 것’ 을 지향하는 “탈존주의” 를 보이고 있으며, 이는 지속적 좌절을 경험하며 증가한 무력감과 우울감으로 현 삶으로부터 이탈하고 싶은 마음의 지향이 나타난 것이라고 보고하고 있다. 노가빈 등(2021)의 연구에 따르면, 끊임없는 가계발과 변화하는 상황에 맞출 수 있는 가변적 인간상을 갖추어 자신을 능력화할 것을 강요하는 현 사회 전반의 메시지는 현 청년세대가 삶의 전반에서 상당한 불안감을 느끼는 요소로 작용한다고 하였다.

이런 사회 분위기 속에서 학업이나 재능 외에 선택의 여지가 없는 아이들은 ‘사회적 철회를 하면 미래가 없다.’ 라든가 ‘대다수의 사람과 다른 것을 하는 것은 좋지 않다.’ 라고 생각하면서 도움을 포기한 채 고립할 가능성이 높다(김유숙, 박진희, 최지원, 2012).

라. 청소년 고립·은둔의 양상

1) 청소년 고립·은둔의 특징

김혜원 등(2022)은 은둔형 외톨이의 특성을 크게 표면적인 부분과 내면적인 부분으로 구분하였다. 표면적 특징을 살펴보면, 우선 많은 경우에 인터넷과 게임에 대한 몰입하는 모습을 보이며, 대체로 방 안에서 컴퓨터 게임을 하거나 스마트폰으로 SNS 또는 유튜브를 보며 하루를 보내는 경우가 많다. 이러한 인터넷 몰입은 은둔형 외톨이가 되는 직접적인 원인이라기보다는 따로 할 것이 없어 인터넷 사용과 게임 중독이 심해지면서 은둔 상태가 더욱 심해진다고 볼 수 있다(이영식 외, 2022). 이 밖에도 등교를 거부하거나 공부만 하는 경우도 있으며, 부모와의 지나친 융합이라는 특성을 지닌다. 은둔형 외톨이들은 행동적으로 일정기간 자신만의 한정된 공간에서 활동하며, 식사나 수면패턴이 불규칙하거나 개인의 용모나 위생을 돌보지 않는 특징을 보이기도 한다(김혜원, 2020).

아울러, 은둔형 외톨이의 내면적 특징을 살펴보면, 인지·정서적으로 우울, 불안, 초조, 자살충동, 낮은 자존감 등의 정서 상태와 자신을 이상하게 볼 것이라는 피해의식, 자신의 상황·고통을 아무도 이해하지 못할 것이라는 외로움, 스스로에 대한 열등감과 좌절감, 무망감 등의 인지상태를 가지고 있다(김혜원 2020). 김혜원 등(2022)에 따르면, 이들의 내면적 특징은 대인관계와 밀접한 관련을 가지고 있다. 은둔형 외톨이들은 강한 내향성과 수줍음으로 인해 사람들과의 관계를 힘들어 하며, 사회적 기술이 부족하여 자신의 욕구나 감정을 보이기보다는 타인에게 맞추려는 경성도 보인다. 또한, 정서적으로 마음을 나누고 유대감을 형성하며 친밀감을 나누는 것을 갈망하지만, 사람들과 깊은 친밀감을 나누는 경험이 부족하기

때문에, 사람들에게 자신 있게 다가가지 못하고 오히려 좌절하여 스스로 관계를 단절해버리는 경우도 있다. 은둔형 외톨이 중에는 완벽주의 성향을 가지고 있는 경우도 있는데, 이들은 자신의 완벽주의적인 생각과 행동이 다른 사람들에게 불편감 주기도 하고, 타인과의 친밀감을 방해함에도 불구하고 완벽해 보이는 것이 중요하기 때문에 완벽해 보이는 것에만 집중하는 특성을 보이기도 한다.

고립·은둔의 임상적 특징과 관련하여 Coplan & Bowker(2021)의 연구를 살펴보면, 히키코모리에서 관찰되는 고립의 기간은 길고 정도 또한 심각한 편이다. 히키코모리 가족 50명의 표본을 분석한 한 연구에서는 히키코모리 증상이 건강 전문가를 방문하기 전까지 평균 3.4년 지속되었음을 보고하였다(Kobayashi et al., 2003). 또 다른 한 연구에서는 히키코모리 증상의 지속 기간이 평균 4.8년으로 더 길었고, 최장 20년을 보이는 경우도 있었다(Takahata, 2003). Sakai 등(2004)은 히키코모리의 86%가 거주지를 벗어나 외출한 경험이 있다고 보고하였는데, 이들은 한 달에 평균 12회 정도 외출하였고, 각 외출당 평균 3시간을 밖에서 보낸 것으로 나타났다. 한편, 몇몇 연구에서는 히키코모리와 공격성의 관련에 대해 보고하고 있는데, Hattori(2005)의 연구에 따르면 히키코모리의 29%가 부모에게 신체적인 공격을 가한 경험이 있다고 보고하였다.

2) 고립·은둔의 과정

청소년들은 다양한 원인의 상호작용에 의해 서서히 고립·은둔을 경험하기 시작한다. 관련 선행연구들은 고립·은둔 과정이 특정 시기로 구분되어 질 수 있으며, 고립·은둔 청소년을 지원할 때 당사자가 현재 어떤 단계에 있는지에 대한 평가와 각 단계에 맞는 적절한 개입이 중요하다고 강조한다.

후생노동성(厚生労働省) (2010)의 연구에 따르면, 은둔형 외톨이의 단계는 총 4단계로 진행된다. 먼저, ‘준비단계’는 당사자의 내면에서는 갈등이 있는데, 증상은 신체 증상, 불안·긴장의 고조, 우울증 등이 나타나며, 주변에서는 은둔형 외톨이의 경과가 시작되었다는 것을 눈치 채기 어려운 단계이다. 다음으로, ‘개시단계’는 은둔형 외톨이 상태가 시작된 직후로 얼마간의 기간을 포함하는 시기이다. 은둔형 외톨이의 발현에 수반하여 종종 심각한 갈등이 표면화 되고, 불안이나 초조 같은 정서적 동요나 기분의 침체가 눈에 띄는 시기이다. 또한, 초·중등 학생 연령의 경우 어린 아이처럼 부모에게 매달리다가도 갑자기 폭력적인 언동을 보이기도 하며, 학교에 대해 강한 거부감을 표현하는 등 불안정함이 나타나는 시기이다. 이러한 현상은 은둔형 외톨이가 되면 급속히 진행되는 퇴행에 따른 것으로 이해할 수 있다.

다음 단계는 ‘은둔형 외톨이 단계’로, ‘개시단계’의 불안정함이 일단 진정되고, 당사자나 가족도 은둔형 외톨이라는 상황을 어느 정도 각오하는 것처럼 보이는 시기라고 할 수 있다. 이 시기에 들어 시간이 어느 정도 지나면 편의점을 가는 등 매우 가벼운 사회와의 접촉을 재개하는 경우도 있으나, 여전히 부모에게 매달리거나 과도한 요구를 하면서 거절당하면 폭력적이 되거나 우울·강박·해리 등 정신 증상이 나타나는 경우도 드물지 않게 존재한다. 이 시기는 은둔형 외톨이의 배경에 있는 정신장애나 강한 갈등으로부터 회복에 힘쓰는 시간으로, 어떤 시점이 지나면 막연한 사회활동에 관심을 보이기 시작한다. 이러한 관심이 어느 정도 커지고, 실제 모색하기 시작할 무렵이 되면 다음 단계인 ‘사회와의 재회 단계’로 들어간다.

‘사회적 재회 단계’에 들어가면 시행착오를 겪으면서 바깥세상과 접촉하기 시작하며, 실제 사회활동으로 복귀하거나 새로운 활동을 도전하기 시작한다. 하지만, 모든 사례가 이 4가지 단계를 밟는 것은 아니다. 개시 단계에서 바로 사회적 재회 단계로 넘어가는 사례가 있는 반면, 사회와의 재회 단계에서 은둔형 외톨이 단계로 퇴보하는 경우도 있다.

노가번 등(2021)의 연구에서는 실제 은둔형 외톨이를 대상으로 심층인터뷰를 진행하였으며, 그 결과 은둔생활을 정서적·행동적 변화에 따라 총 3단계로 구분하였다. 먼저, ‘은둔 입성기’는 외부 환경으로부터 소진된 경험을 한 이후 사회적 활동 및 관계로부터 자발적 철회를 선택하는 단계이다. 일종의 휴식기인데, 연구 참여자들은 현 은둔생활을 일시적이며, 금방 벗어날 수 있는 상태로 인지하는 특징을 보였다. 이 시기에 참여자들은 공통적으로 대부분 장시간 수면을 취하고, 장시간 동안 게임·쇼핑·동영상 시청을 하였으며, 밤낮이 바뀌는 생활을 지속하였다. 이러한 생활 패턴은 스트레스 요소와 부정적인 생각을 차단해주는 도피처이자 수단으로 작용하여 참여자들은 심적으로 편안함을 느꼈던 것으로 나타났다.

다음으로, ‘은둔 중반기’에 접어들어 은둔생활이 장기화함에 따라 참여자들에게는 초반기와는 다른 심적·행동적 변화가 나타났는데, 은둔 생활을 탈피하려는 시도를 하게 되지만 거듭된 실패를 겪게 되고, 사회와의 분리 및 정서적지지 부재가 점점 심해져 은둔 생활이 만성화 되어 갔다. 참여자들은 점차 동기부여가 저하되었고, 현 생활을 벗어날 수 없다는 무기력감이 팽배하였다. 또한, 은둔생활에 대한 수치심과 자책, 가족들에 대한 죄책감, 열등감 및 자괴감 등 부정적 자아상이 고착화 되어가는 모습을 보였다. ‘은둔 후반기’에는 부정적 생각과 감정을 제어할 수 있는 통제력을 상실한 느낌을 받으며, 부정적 정서의 엄습으로 공황발작, 자살충동을 일으키거나, 자살시도를 하는 등의 혼란을 겪은 것으로 나타났다. 참여자들은 만성화된 정서적 괴로움을 견디지 못해 은둔생활을 탈피하고자 하는 저항감을 나타내기 시작하였고, 가족 이외로부터의 도움을 요청하였다. 참여자들은 장기화된

은둔생활을 단순 위협이 아닌 생존에 대한 위협으로 인식하였고, 사실상 구조요청을 했던 것으로 보였다.

마. 청소년 고립·은둔의 보호요인

청소년 고립·은둔의 보호요인에 대한 직접적인 연구는 많지 않은 실정이다. 하지만, 인간의 행복과 삶의 만족, 긍정적인 정서와 관련된 공통된 요인들이 청소년의 고립·은둔의 부정적인 영향을 완충하는 요인이 될 것이라는 점은 어렵지 않게 추론해볼 수 있다.

개인적인 요인들 중에서 가장 대표적인 것은 자아존중감일 것이다. 고립·은둔 청소년이 스스로에 대한 가치를 인식하고, 자신에 대한 높은 자존감을 갖는다면 외부의 부정적인 인식에 영향을 받지 않고 자신을 보호할 수 있을 것이다. 청소년의 행복은 자아존중감과 밀접한 관련이 있는 것으로 나타났다(이종은, 박선남, 박호란, 2001; 차정호, 김명소, 2002). 자기 효능감 또한 보호요인이 될 수 있는데, 자기효능감은 정신적 스트레스를 완화시켜키고(곽호근, 2007), 자아존중감 및 긍정적인 안녕감을 높여주는 것으로 나타났다(소연희, 2007). 한편, 회복탄력성은 스트레스나 부정적 상황에서도 역기능적 행동이나 정서를 보이지 않으며 건강하게 적응하도록 돕는데(심순애, 2007), 이는 고립·은둔의 경험을 완충하는 보호요인이 될 것이다.

사회·환경적 요인 중 가족, 친구 또는 사회적 네트워크에서의 지지는 고립·은둔 청소년을 보호하는 중요한 요소일 수 있다. 이러한 지지체계는 고독감을 줄이고, 자기 신뢰를 높일 것이다. 조수연(2009)은 친구의 사회적 지지가 높을수록 외로움을 낮추는 보호요인으로 작용한다고 하였고, 김명주(2009)는 가족의 지지가 청소년기의 심리사회적 적응에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 한편, 부모-자녀 관계는 청소년 고립·은둔의 위험요인이자 보호요인이다. 권순명(1993)은 부모의 양육태도를 수용적, 애정적, 자율적으로 지각하는 경우 자녀의 자아정체감 발달 수준이 높다고 하였고, 청소년기 부모와의 관계는 학교생활적응에 아주 중요한 영향을 미친다(김정현, 2008). 또한, 부모와 개방적 의사소통을 하는 청소년은 학교생활(백경숙, 권용신, 2004), 또래관계(김영미, 심희옥, 2000)에 잘 적응하며 만족감을 나타낸다고 보고하였다.

이외에도, 특정 취미활동 등을 통한 몰입경험은 외부세계의 부정적인 경험을 상쇄시키는데 도움이 될 수 있다. 신현희(2015)은 자신이 하고 있는 일에 완전히 몰두하면 그 활동은 자발적이며 동시에 자동적으로 이루어지며, 이러한 몰입경험이 진행되는 동안에 개인은 통제를 적극적으로 수행하지 않고도 통제감을 경험한다고 하였다. 앞서, 고립·은둔 경험을

하는 사람들은 스스로에 대한 통제감의 상실로 인해 강력한 정서적 괴로움을 종종 경험하게 된다고 하였는데, 예술 및 체육 등 다양한 활동에 의한 몰입경험은 통제감 상실로 인한 부정적인 경험을 완충하는 보호요인이 될 것이다.

2. 청소년 고립·은둔 위험도 평가

청소년의 고립·은둔은 그 원인과 양상, 위험요인과 보호요인이 개인마다 다양하기 때문에 직접적으로 고립·은둔 상태에 대해 평가함과 동시에, 심리 및 환경 등 청소년과 그 주변 전반에 대한 요인도 함께 평가할 필요가 있다. 특히, 적절한 지원을 계획하기 위해서는 고립·은둔 상태로 평가한 단계에서 평가를 정지하는 것이 아니라, 그 배경에 존재하며 당사자를 괴롭히는 동시에 고립·은둔 상태에 머물도록 하는 요인으로서의 정신장애에 대한 관심과 지속적인 정보 축적이 필요하다(厚生労働省, 2010).

가. 청소년 고립·은둔 평가

청소년의 고립·은둔 상태를 평가하기 위해 신뢰도나 타당도가 검증된 검사 도구는 많지 않으며, 관련 연구도 부족한 실정이다. 현재 국내에서 활용되고 있는 평가 척도를 살펴보면, 은둔청소년 스크리닝 척도(차주환 외, 2023), 부모 작성 자녀 은둔평가 척도(백형태 외, 2011), 은둔형 외톨이 자가보고 척도(25-item Hikikomori Questionnaire, 이하 HQ-25; 제세령 외, 2022), 청년의 사회적 고립 측정도구(조미형 외, 2022), 청년의 은둔 체크리스트(김성아 외, 2021), 은둔상황 체크리스트(김혜원 외, 2022)가 있다.

먼저 은둔청소년 스크리닝 척도(차주환 외, 2023)는 기존의 척도들이 청소년에게 초점화 되어 있지 않거나, 청소년 상담복지 현장의 종사자가 은둔형 여부를 판별할 수 없는 등의 한계점을 보완하여 예비 문항을 만든 후, 은둔 경험이 있는 청소년과 그렇지 않은 청소년 대상으로 설문조사를 진행하여 요인분석을 실시하였다. 이를 통해 ‘사회단절 및 고립(5문항)’, ‘회피(5문항)’, ‘불규칙한 생활규칙(3문항)’의 3가지 요인 총 13문항이 구성되었다. 또한 변별타당도와 공준타당도 검증 결과 적합한 결과를 보였으며, 각 요인별 절단점은 ‘사회단절 및 고립’은 절단점은 11.5점, ‘회피’는 13.5점, ‘불규칙한 생활규칙’은 5.5점으로 나타났다. 은둔청소년 판별 기준은 본 척도의 3가지 하위 요인 모두에서 절단점 이상이 되었을 때 은둔청소년(고위험)으로 판별하였다.

다음으로 부모 작성 자녀 은둔평가 척도(백형태 외, 2011)는 전문가 5명이 문헌검토를 통

해 예비 문항을 만든 후 은둔형 외톨이로 추정되는 부모 즉 정신분열증 등의 정신병적 장애 또는 중등도 이상의 정신지체가 아니면서 3개월 이상 사회적 접촉이나 활동을 하지 않는 청소년(8~25세)의 부모 및 일반인을 대상으로 설문조사하고 이를 요인분석 하였다. 이를 통해 ‘회피(18문항)’, ‘단절(7문항)’, ‘고립(3문항)’, ‘무관심(6문항)의 4가지 요인 총 34 문항이 구성되었다. 또한 변별타당도와 공존타당도 검증 결과 적합한 결과를 보였으며, 은둔형 외톨이의 절단점을 T점수를 기준으로 심각한 집단은 55.52점이상, 위험 집단은 46.12 점 이상으로 설정하였다.

다음으로 은둔형 외톨이 자가보고 척도는 Teo 등(2018)이 일본인을 대상으로 개발하고 타당화한 질문지로 ‘사회화(10문항)’, ‘고립(9문항)’, ‘정서적지지(6문항)’의 3가지 요인 총 25문항으로 구성되어 있으며, 절단점은 42점이다. 제세령 등(2022)은 이 척도를 우리나라 만 13세 이상 청소년 및 성인을 대상으로 타당화하였고, 한국어판 은둔형 외톨이 자가보고 척도로 명명하였다.

그 외에 보건복지부에서 진행한 고립·은둔 청년 지원사업 모형 개발 연구(김성아 외, 2022)에서는 청년 고립·은둔 상태 및 위험수준 측정을 2단계에 걸쳐 진행하는데, 먼저 고립 수준을 판단하기 위해 청년의 사회적 고립 측정 도구(조미형 외, 2022)를 사용하며, 청년의 사회적 관계와 사회생활, 가족과 친지와의 관계, 지인과의 관계, 일 경험, 사회적 환경에 대한 25개의 문항(0~100점)으로 구성되어 있다. 결과에 대한 각 절단점은 ‘고립 청년’은 60점~100점, ‘위험군’은 44점~59점, 비위험군은 0점~43점이다. 또한, 고립청년으로 판별된 경우 은둔 체크리스트(김성아 외, 2021) 및 은둔상황 체크리스트(김혜원 외, 2022)를 통해 은둔 여부 및 상태를 판단한다.

나. 청소년 심리·환경 평가

청소년 고립·은둔은 그 자체가 어떠한 정신장애의 증상으로서 나타날 수도 있지만, 전통적인 정신병리에 대한 평가만으로는 설명되지 않는 경우도 있다. 하지만, 고립·은둔이 정신장애의 결과로 인한 것이 명확하다면 약물치료를 포함한 정신과적 치료가 매우 중요하며, 정신장애로 인한 결과가 아니라면 그 기저 요인을 파악하여 적절한 개입을 해야 하므로 청소년의 심리 전반에 대한 정확한 평가와 청소년을 둘러싼 환경에 대한 평가는 반드시 필요하다 하고 할 수 있다.

김동민 등(2022)은 학교로부터 단절된 학교 밖 청소년 중 물질적·정서적 자원 및 지원이 부족할수록 위기에 취약해지고, 자력으로 극복하기 어렵다는 점에서 이들의 필요와 요구

에 맞는 적합한 자원을 빠르게 선별하여 제공하기 위해 ‘학교 밖 청소년 심리정서·환경 척도’를 개발하였다. 이 척도는 연령별로 구분되어 있으며, 9세~12세용은 28문항, 13세~24세용은 53문항으로 구성되어 있다. 이 척도의 세부 영역은 ‘우울·불안’, ‘과잉행동·주의집중’ 등 총 12가지 요인으로 구성되어 있고, 각 요인마다 절단점이 있다. 특히, 각 연령별 척도마다 보호요인에 파악할 수 있는 문항이 있어 해당 청소년이 정서적 또는 환경적으로 어려움을 경험하고 있을 때 활용할 수 있는 자원을 확인할 수 있다.

또한, 고립·은둔의 위험·보호요인을 직접적으로 측정하는 검사도구로 벡 우울 척도, Rosenberg 자아존중감 척도, 개정판 UCLA외로움 척도 등이 있다. 벡 우울 척도(Beck Depression Inventory, BDI)는 Beck, Steer와 Brown(1996)이 개발하고, 성형모 외(2008)이 한국어로 번안하여 타당화하였다. Rosenberg(1965)가 개발하고 이훈진, 원호택(1995)가 번안한 자아존중감 척도는 총 10문항으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. 개정판 UCLA외로움 척도는 외로움을 측정하기 위해 Russell, Peplau와 Ferguson(1978)이 개발하고 Russell, Peplau와 Custrona(1980)이 개정하고, 김옥수(1997)가 한국어로 번안 및 타당화 하였다.

3. 고립·은둔 청소년 개입

가. 고립·은둔 청소년 지원 정책(국내·외 사례)

1) 국내 고립·은둔 청소년 지원 정책

국내에서 중앙 수준에서 보면, 고립·은둔 청소년 지원을 위한 법률은 아직 부재한 상황이다. 유민상 등(2021)은 우리나라에서는 사회적 고립의 대상 중심 개념에 대응하는 법률(고립 청년, 은둔형 외톨이, 은둔형 청년)이나 상태 중심 개념에 대응하는 법률(외로움, 고립감)이 없다고 보고하였는데, 이는 청소년 대상으로도 마찬가지이다.

다만, 청소년의 경우 2023년 4월에 은둔형 청소년을 위기청소년 특별지원 대상에 포함하도록 「청소년복지 지원법 시행령」 일부 개정안이 국무회의에서 의결되었으며, 은둔형 청소년은 시행령에 따라 월 최대 65만원의 기초생활비, 연 200만원의 건강 치료비, 월 30만원의 교육비, 월 36만원의 진로상담 및 취업지원 등을 지원 받을 수 있다(차주환 외, 2023).

한편, 여성가족부에서는 2023년에 발표한 「제7차 청소년정책 기본계획」에서 은둔형 청소년을 새로운 위기」 취약 청소년으로 규정하고, 고립·은둔형 청(소)년 발굴·지원체계 마련, 은둔형 청소년 규모 등 실태파악을 위한 지자체 실태조사, 청소년지원기관 등 통해 은

둔형 청소년 대상 서비스 지원체계 운영 등의 정책을 포함하였다. 이에 따라 여성가족부에서는 2024년 현재 고립·은둔 청소년 실태조사를 실시 중이며, 학교밖청소년지원센터를 거점으로는 고립·은둔 청소년 지원사업을 시범운영 및 향후 전국 확대를 추진 중에 있다.

후기청소년이 포함되어 있는 청년 정책을 살펴보면, 보건복지부 또한 2023년 「고립·은둔 청년 지원 방안」을 발표하였으며 그 내용으로는 위기청년 조기 발굴체계 마련, 고립·은둔 청년 전담 지원체계 마련, 청년기 일상 속 고립·은둔 예방 안전망 강화, 지역사회 내 자원 연계 및 법적 근거 마련 등이 포함되어 있다. 이에 따라 ‘가족돌봄청년’, ‘고립은둔청년’을 지원하는 사업 추진을 위해 전담기관으로 전국 4개 지역에 청년미래센터(가칭) 설치를 추진하고 있다.

지방자치단체 수준에서 보면, 국내에서 은둔형 외톨이와 같은 고립자에 대한 조례 등 법령을 통한 지원정책의 시작은 ‘노인의 고독사’ 문제로 인해 대두 되었다고 볼 수 있으며, 이후 ‘은둔형 외톨이’에 대한 사회적 관심이 가시적으로 나타나고 국민적 관심을 촉구하게 된 계기는 2019년 광주광역시에서 전국 최초로 제정된 「광주광역시 은둔형 외톨이 지원 조례」라 할 수 있다(차주환 외, 2023). 광주광역시에서는 2022년부터 광주광역시 은둔형 외톨이지원센터를 운영하고 있는데, 은둔형 외톨이 지원을 위한 허브로서 각 급 학교, 청소년상담복지기관, 지자체, 지역 내 상담 및 사회복지기관 등과 연계를 통하여 은둔 당사자의 원활한 사회 복귀를 지원하고 있다(광주광역시 은둔형외톨이지원센터, 2023).

현재 ‘은둔형 외톨이’ 관련 조례는 총 45개, ‘고립 청년’ 관련 조례는 총 26개로 나타나고 있다. 이처럼 은둔형 외톨이에 대한 관심과 논의가 시작되고 있으나, 대체로 선언적인 수준에 머무르는 초기 단계라고 볼 수 있으며 그에 따라 은둔형 외톨이는 청소년, 청년 등 각 대상별 지원 정책에서 포괄하는 형태로 형성되어 체계적인 지원 정책은 미비한 상황이다(차주환 외, 2023).

2) 국외 고립·은둔 청소년 지원 정책

앞서 살펴본 것처럼 우리나라는 청소년 또는 청년의 고립·은둔 지원과 관련된 직접적인 법률이 아직 없다. 반면, 일본은 2010년 「아동 및 청소년 육성 지원 추진법」을 통해 교육, 복지, 고용 등 각 분야에 걸친 네트워크 구축을 도모하고 히키코모리 지역 지원 센터를 지역 네트워크 구축의 중심적 기관으로 지정하였으며, 2015년 「생활 곤궁자 자립 지원법」을 통해 취업·경제적 지원을 히키코모리를 포함한 생활 곤궁자에게 지원하고 있다(류황석, 2023).

또한, 일본 정부에서는 2021년 ‘고독·고립 대책 담당 대신’을 임명하여 내각관방에

‘고독·고립 대책 담당실’을 설치하였다. 그리고 2023년 「고독·고립 대책 추진법」이 통과되어 같은 해 6월 7일 공포되었으며, 시행일은 2024년 4월 1일이다(류황석, 2023).

한편, 일본에서의 정부의 각종 지원 및 정책에도 불구하고 히키코모리 관련 정책은 각종 분야에서 한계를 지적받고 있다. 사토(佐藤)(2018)는 일본의 히키코모리 지원이 다음과 같은 과제를 가지고 있다고 지적한다. 첫째, 특정한 지원 시설을 전제로 하는 지원 방식으로 인하여 지원을 필요로 하지만 이를 받지 못하는 당사자와 가족을 대상으로 하는 지원이 부족하다는 것이다. 둘째, 히키코모리 지원이 결과적으로 취업 지원 등 형식상 드러나는 특정한 지원 목표가 설정됨에 따라, 당사자에 대한 내적 케어가 부족하며, 이는 당사자가 바라는 지원에 대한 인식 부족에서 기인한다는 것이다.

영국은 「Care Act 2014」를 통해 외로움(loneliness)을 하나의 사회적 욕구로 인정하고 서비스 수급 자격(eligibility)으로 부여하였다(유민상 외, 2021). 또한, 2018년 이후 사회적 고립을 흡연·비만만큼 중요한 사회적 문제로 인식하고, 그 해결을 위해 범정부적 차원으로 노력하고 있다(김성아 외, 2021). 이에 따라 영국은 세계 최초로 외로움부 장관을 임명하였으며, 2019~2023년의 5개년 계획인 ‘연결된 사회(A connected Society)’를 발표하여 실행하였다. 이 ‘연결된 사회’ 정책에는 크게 5가지 전략이 있는데, 첫 번째는 ‘근거와 통찰’로 외로움의 정의·원인·실태·결과, 외로움 관련 지표 개발, 개입의 효과성에 대해 근거를 축적하고 이해하는 것이다. 두 번째는 연결된 사회를 구축하기 위한 조직들을 구축하는 것이다. 대표적인 서비스는 사회적 처방(Social Prescribing)으로, 연계워커(link worker)를 통해 사람들에게 필요한 사회, 정서, 생활상의 욕구를 지원해줄 수 있는 서비스를 연결해 준다. 세 번째는 연결된 사회 구축을 위해 지역사회 인프라를 구축하는 것이다. 이는 지역사회 공간을 개방하고 이를 위한 재정을 지원하는 것을 포함한다. 네 번째는 연결된 사회를 지지하는 문화를 조성하는 것으로, 외로움에 대한 낙인을 완화하며 외로움은 특정 집단이 아닌 누구에게나 발생할 수 있는 것이라는 인식 개선 캠페인 등을 진행한다. 다섯 번째는 다음계획을 수립하는 것이다(김아래미, 2023).

이러한 해외 정책 사례가 우리나라에 시사하는 점은 청소년의 고립·은둔은 적극적으로 국가가 대처해야 할 사안이라는 것이다. 특별히, 일본과 영국의 사례는 우리에게 고립·은둔 당사자에 대한 올바른 이해에 기반한 지원이 이루어지지 않을 경우 장기간의 고립·은둔 상태 또는 재고립·재은둔 상태에 이를 수 있다는 점과 지금 현재 고립·은둔을 겪고 있는 청소년 당사자와 가족 외에도 ‘외로움’이라는 차원에서 전 국민을 대상으로 하는 지원이 필요함에 대해 시사하는 바가 크다고 할 수 있다.

나. 고립·은둔 청소년 상담을 위한 정서중심치료 접근법

고립·은둔 청소년이 주로 겪을 수 있는 정서적인 문제가 바로 외로움이라는 것을 감안할 때, 이들의 외로움과 같은 핵심 정서(core emotion)로서의 문제를 다루는 것이 변화를 위한 중요한 부분이라고 볼 수 있다. 문제적 정서로서의 외로움은 의미 있는 사회적 연결이나 관계가 부족하다고 인식될 때 개인이 체험하는 심각한 고립감과 연결이 끊어진 정서를 의미한다. 이것은 단순한 신체적 고독을 넘어서 다른 사람들에게 둘러싸여 있더라도 정서적·심리적으로 텅 비어 있는 느낌을 포함한다. Evason(2016)에 따르면, 한국 사회에서는 가족이나 집단 내에서의 사회적 연결이 강조되는데, 특히 개인의 사회적 관계 유지가 중요한 가치로 여겨진다. 한국에서는 개인의 감정이나 내적 경험을 표현하는 것이 일반적이지 않으며, 대신에 집단의 일원으로서의 역할과 책임이 강조된다. 따라서, 가족이나 사회적 관계에서 연결 고리가 부재할 경우 한국 사회에서의 외로움은 더욱 심화될 수 있다. 이러한 맥락에서 살펴볼 때, 고립·은둔 청소년의 외로움의 문제는 특히 한국 사회 내에서 중요하게 다루어야 할 사회적 문제라는 것을 알 수 있다.

정서중심치료(Emotion-Focused Therapy: EFT)는 이와 같은 문제적 외로움에 대응하는 효과적인 방법을 제공할 수 있다. 이 접근법은 정서를 인식하고 이해함으로써 정서적 변화를 촉진하며, 개인이 자신의 정서를 표현하고 이를 타인과 공유하는 데 도움을 준다. 사회적 연결 고리의 부재가 감정적 소외를 초래하는 한국 사회의 고립·은둔 청소년의 외로움 문제와 관련하여 정서중심치료는 특별히 중요한 접근법으로 강조될 수 있다. Elliott과 Greenberg(2007)에 의하면, 정서중심치료는 내담자가 자신의 정서를 인식하고 이해하는 과정을 통해 자기감(sense of self)의 건강성을 증진시키며, 정서를 표현하고 조절하는 방법을 배우는 데 도움을 준다. 이 방법은 외로움과 같은 정서적 어려움을 다루는 데 특히 유용하며, 고립·은둔 청소년 내담자가 자신의 정서를 가족 및 타인에게 더욱 자유롭게 표현하고 타인과 소통하는 데 도움을 줄 수 있다.

또한 Greenberg와 Paivio(1997)에 따르면, 정서중심치료는 상담자와 내담자 사이의 관계를 중시하여 이를 바탕으로 상담 과정에서의 심리적 치유를 촉진한다. 상담자는 내담자의 정서를 수용하고 공감하며, 안전한 환경을 제공하여 외로움과 같은 정서적 어려움을 극복하는 데 도움을 준다. 이러한 관계는 내담자가 자신을 받아들이고 치유되는 데 필수적인 역할을 할 수 있다. 따라서, 한국 사회의 고립·은둔 청소년의 외로움 문제를 해결하는 데 있어 정서중심치료는 효과적일 수 있다.

전 세계에서 가장 먼저 청소년 및 초기 성인의 고립·은둔 문제가 사회적으로 부각된 일

본에서 최근에 수행된 연구(Iwakabe, 2021)는 정서중심치료와 같은 정서중심의 접근법이 고립·은둔 문제를 겪고 있는 내담자들에게 얼마나 효과적인지 보여주는 좋은 예가 된다. 비록 이 연구는 대학 졸업 이후 무려 15년간 직장을 찾아 헤메다가 취업 후 첫 해에 그만두고 다시 고립·은둔의 상태로 돌입하는 것을 반복한 40세 남성에게 대한 사례연구이지만, 그의 고립·은둔의 문제가 대학 졸업을 전후해서 이루어진 것이라 청소년기와 성인기의 과도기에서 나타나기 시작한 문제라는 것을 감안할 때, 이는 고립·은둔을 경험하는 청소년들에 대한 개입에도 중요한 시사점을 준다. 이 연구에서 정서중심치료 접근으로 고립·은둔 내담자의 외로움 및 수치심과 같은 정서적 고통을 처리하고 긍정적인 정서 경험을 하도록 도움으로써 긍정적인 자기감(positive sense of self)을 형성하게 할 수 있었다. 이러한 점은 한국 사회의 고립·은둔 청소년의 외로움과 같은 정서적인 문제를 다루고 건강한 자기감을 형성하도록 하여 가족 및 타인과의 관계성을 증진하도록 돕는 데 있어 정서중심치료 접근법이 핵심적인 역할을 할 수 있다는 것을 시사한다. 따라서 본 연구에서는 정서중심치료 접근법을 활용하여 고립·은둔 청소년의 정서 문제를 해결하고 건강한 사회구성원으로 성장할 수 있도록 돕는 방안을 강구하고자 한다.

다. 고립·은둔 청소년 개입의 국외 사례

1) 일본의 사례 개입

은둔형 외톨이는 국제적으로 사회적 철회(social withdrawal)의 상태로 번역되는 경우가 많다. 일본에서는 이 상태와 사회적으로 철회된 사람을 모두 가리키는 용어로 사용되고 있다. ‘히키코모리’ 라는 용어가 임상적 진단명이 아닌 사회적 철회 상태를 의미하고, 이의 원인은 다양해서 특정 짓기가 어렵다고 한다(Shohatsu, 2001).

일본에는 적게는 21만명, 많게는 70만명 정도의 은둔형 외톨이가 있을 수 있다고 한다. 일본의 15세~39세의 은둔형 외톨이 수는 약 54만명으로 추산되며(Cabinet Office, 2016), 이 상황에 대한 국제적 보고도 늘어나고 있는 추세이다(Pozza et al. 2009). 한편, 일본의 아동·청소년 정신의학(Consortium on Academic Child and Adolescent Psychiatry: CAP)에서 은둔형 외톨이는 일본에서 공식적으로 확립된 전문 분야는 아니다. 현재까지 CAP의 표준화된 교육 프로그램이 없다. 이에 따라 일본에서는 전문 분야의 기본 체계 부족으로 교육 시설 부족, 인력 부족, 허가 외 약물 사용, 궁극적으로 아동 및 청소년 정신 건강 서비스에 대한 접근성 부족이 발생할 가능성이 높다고 본다. 일본에서는 고립·은둔 청소년에 대한 개입이 어떻게 이루어지고 있는지 살펴보고자 한다.

Hamasaki, Pionnié-Dax, Dorard, Tajan과 Hikida(2021)는 은둔형 외톨이 발생과 관련한 환경적 요인과 정신 행동적 특성을 파악하고자 하였다. 이에 ‘불안 및 우울’, ‘신체적 불편’, ‘부모 간 의사소통 부족’, ‘인터넷 과다 사용’이 은둔형 외톨이 심각도를 예측하는 중요한 요인인 것으로 나타났다. 이에 대한 개입으로 부모는 자녀의 인터넷 사용을 통제하도록 권장되어야 한다는 점, 가정 방문 프로그램을 통해 부모와 자녀가 함께 어려움을 해결하도록 장려하는 사회 복지 서비스가 개입되어야 한다고 하였으며, 이는 은둔형 외톨이의 심각도와 기간을 줄이는 데 효과적일 수 있다고 보았다.

Matsuguma와 Niemiec(2021)은 사례보고의 연구방법을 활용하였으며, 긍정심리학의 분야의 성격 강점에 초점을 두고 은둔형 외톨이에 대한 신선한 시각을 제시하고 있다. 이들의 사례보고는 은둔형 외톨이 청소년을 대상으로 인성 강점 개입을 실시함으로써 인성강점의 남용, 과소사용, 최적의 사용이라는 프레임 워크를 사용해 은둔형 외톨이 현상이 어떻게 부분적으로 이해될 수 있는지를 보여준다. 강점 렌즈를 통해 자신의 과거를 탐구하고 자신의 강점을 일상생활에 의도적으로 적용하는 개입방법을 보여주었다. 이에 초등학교 시절의 취미 시간 동안 자신의 사회적 지능의 강점을 어떻게 성공적으로 최적화했는지 깨닫게 되었고, 이전의 폐쇄적 환경에서 개방적 환경으로 첫발을 내딛게 되었다고 보고하였다.

Hattori(2005)의 연구는 은둔형 외톨이를 외상 기반 장애라고 보았으며, DDNOS(dissociative disorder not otherwise specified)와 PTSD를 모두 고려한 과거 외상 처리를 위한 심리치료를 적용하였다. 치료는 신뢰와 안전 문제를 중심으로 장기간의 치료적 대화로 시작되었으며 치료자는 내담자가 부모와의 안정적 애착 상실을 경험했다는 가정하에 내담자와 부모의 관계를 탐구하도록 했다. 이에 따른 효과로 내담자들은 확대 기억, 특히 학교에서의 충격적인 경험을 처리하는 데 도움을 받았으며, 내담자 스스로 내면에 주의를 기울이고 억압된 감정을 찾을 수 있었다고 보고하였다.

2) 홍콩의 사례 개입

홍콩의 은둔형 외톨이 인구는 일본 인구보다 연령이 상대적으로 젊고(13-34세 대 15-39세), 은둔형 외톨이 기간이 더 긴 것으로 나타났다(Yuen, Wong, Tam, So, & Chien, 2019). 홍콩에서는 은둔형 외톨이의 삶의 질과 생활 습관, 사회적 환경 등의 관점에서 바라본 사례 개입이 이루어졌다. Yuen 등(2019)의 연구에서 은둔형 외톨이의 좌식 생활 방식(온라인 채팅, 구석에 앉아있는 것과 같은 좌식 활동)은 신체 건강, 특히 비만과 고혈압을 악화시키는 것으로 보았으며 은둔형 외톨이의 불규칙한 수면-각성 리듬의 연관성을 시사하고 있다(Wong & Ying, 2006). 이에 따른 개입으로 사회 복귀 격려를 위한 정기적인 방문을 1-2개월

에 한 번 정도 실시하였으며 사회 상담 및 생활 계획을 제공하는 사회복지사의 가정 방문이 이루어졌다. 이에 따른 결과로 12개월의 추적 관찰 이후 인구의 절반 이상이 사회로 복귀하였으며 은둔형 외톨이에서 회복했다고 보고했다. 이뿐만 아니라 고혈압 유병률이 12개월 만에 15.4%에서 9.0%로 유의하게 감소했다고 보고했다.

Chan과 Lo(2014)는 은둔형 외톨이들의 삶의 질과 사회적 철회 기간 및 수준과의 관계를 규명했다. 이 연구는 은둔형 외톨이 청소년의 삶이 무조건적으로 삶의 질을 낮출 것이라는 결과를 제시하고 있진 않다. 이에 은둔형 외톨이의 삶의 질을 결정짓는 가장 중요한 변인은 사회적 지지라는 시사점을 제시하고 있다. 즉, 사회적으로 철회된 생활을 한다고 하더라도 사회적 지지 자원이 있을 경우 삶의 질이 오히려 좋아지게 되지만, 사회적 철회된 생활 중 사회적 지지 자원이 낮으며 이로 인한 외로움을 경험하게 되면 삶의 질이 낮아질 수 있다는 결과를 제시하였다.

Wong(2012)의 연구는 사회적 철회의 형태로 나타나는 청소년 이탈의 숨겨진 문제에 대한 국가의 무대응과 NGO의 대응을 비판적으로 논의하였다. 국가는 청소년이 이탈하는 괴로운 현상을 해결하고 청소년을 다시 참여시키는 데 도움이 되는 조치를 탐색하고 실행하는 데만 중점을 두고 있다고 말하였다. Li와 Wong(2015)의 연구에서는 청소년의 사회적 철회에 대한 공식적 정의와 진단 도구가 부족하여 다문화 관찰 및 개입 연구가 제한적이기에 청소년의 사회적 철회를 다양한 관점에서 이해하고 다양한 개입을 제안하기 위해 기존 지식을 통합하는 것을 목표로 한 연구가 실시되었다. 크게 약물요법(Nagata et al., 2013), 장기간의 대화(Krieg & Dickie, 2013) 등 치료적 접근 방식과 집단 활동 및 지원집단(Kondo et al., 2013; Nagata et al., 2013) 등을 활용한 사회적 접근 방식, 사회적 관계를 탐색하고 관계감을 경험할 수 있도록 하는 데에 필요한 대인관계 기술(Wong, 2009) 등의 교육적 접근 방식을 제시하였다.

3) 중국의 사례 개입

중국에서는 청소년의 사회적 철회를 내면화 증상의 하나로 보았으며, 자발적인 사회적 고립 상태라고 하였다(Coplan, Bowker, & Nelson, 2021). 철회된 청소년은 학교와 가정에서의 사회적 기능과 부정적인 관련이 있다고 보았다(Ladd & Dinella, 2009; Matali et al., 2020; Suwa, Suzuki, Hara, Watanabe, & Takahashi, 2003). 이에 따른 논의된 개입이 있다.

한편, Ding과 Zhang(2022)의 연구는 청소년 사회적 철회 현황과 이에 따른 연구결과를 보고하였다. 은둔형 외톨이의 하위 유형을 수줍음, 비사교성, 사회적 회피로 나누었으며, 이에 따른 개입방법으로 사회 건강 공간, 즉 ‘자유 공간(free-space) 프로그램’을 활용하였다.

이는 고립된 청소년들이 모이도록 장려하고 다른 사람들과 교류할 수 있는 기회를 늘리는 것을 목표로 하였다. 이에 따라 사회적 철회 성격을 고려할 때, 사회복지사는 청소년의 사회적 성향에 맞게 활동 집단을 조정하여 최상의 치료 효과를 얻을 수 있도록 할 필요가 있다고 보았다(Krieg & Dickie, 2013). 이 외에 상하이에서 진행된 Liu, Li와 Wong(2021)의 연구 또한 사회복지사와 관련된 연구이다. 사회복지사의 인식과 개입 접근법은 청소년 집단과 함께 일한 경험의 정도에 영향을 끼친다고 발표하였으며, 사회적으로 철회된 청소년과 직접 접촉한 사회복지사를 대상으로 인터뷰했을 때, 사회복지사들은 젊은이들(16세~25세 사이)을 그들의 사회적 지위에 따라 규정하는 경향이 있었고 이러한 현상을 설명하기 위해 니트(Not in Education, Employment or Training: Neet, shuangshi qingnian)라는 용어를 사용하였다. 또한 이 연구에서 사회복지사는 사회적으로 철회된 청소년과 그 가족을 위한 첫 번째 도움의 원천으로 보았으며 이전에는 가족들에게 알려지지 않았던 추가적인 전문적 개입과 지역 사회 자원에 접근할 수 있는 수단으로 보았다.

4) 싱가포르의 사례 개입

싱가포르에서는 은둔형 외톨이에 대한 선행연구가 드물었다. Bowker와 동료들(2019)은 싱가포르 대학생의 과거 은둔형 외톨이 행동 경험률이 미국 대학생들보다 훨씬 높다는 사실을 발견하였으며, 특히 남학생은 사회적 무감각증도 더 높은 수준으로 보고되었다. Khatani 등(2023)의 연구는 은둔형 외톨이에 대해 아직 활발하게 연구가 되어 있지 않으나 근처의 일본, 한국, 홍콩 등의 나라의 연구를 기반으로 새로운 프로그램을 개발하고 그 효과성을 밝혀냈다는 점에 의의를 두었다. 싱가포르에서는 은둔형 외톨이 청소년들에 대한 새로운 증거 및 치료 모델 검토를 통해 확인된 개입 구성 요소와 효과적인 개입을 기반으로 은둔형 외톨이 청소년 개입 프로그램(Hidden Youth Intervention Program: HYIP)을 개발하였다. 이는 지역사회 기반 정신 건강 서비스인 REACH(Early Intervention and Assessment of Community Mental Health)팀과 사회복지 기관인 Fei Yue Community Services의 숨겨진 청소년 지원 서비스(Hidden Youth Outreach Service: HYOS)의 전문 지식을 결합하여 만들었다. 프로그램은 총 4단계로 1단계 청소년 입학, 2단계 청소년 참여, 3단계 청소년 개입, 4단계 청소년 재통합으로 이루어져 있으며 25명의 은둔형 외톨이 청소년에게 HYIP 개입을 하였고 현재까지 2건이 종결되었다. 연구 결과는 전체적으로 청소년의 56%는 최초 접촉 시점과 최근 접촉 시점 사이의 중증도 수준이 감소한 것으로 나타났다.

5) 이탈리아의 사례 개입

유럽 또한 전역에 은둔형 외톨이에 대한 관심이 높아지고 있는 추세이며 스페인과 프랑스령 캐나다에서도 수많은 학술 논문이 발표되었다(Chauliac, Couillet, Faivre, Brochard, & Terra, 2017). 이탈리아에서는 Iannattone 등(2021)이 청소년의 사회적 철회에 있어 감정표현 불능증의 역할과 임상적 특성을 분석하였는데, 설문지를 사용하였으며, 사례-대조군 연구 설계로 진행되었다. 이에 따른 결과로 감정표현 불능증의 모든 차원에서 사회적 철회가 있는 그룹과 없는 그룹 간에 유의미한 차이가 나타났으며, 감정표현불능증이 사회적 철회에 영향을 미치는 유일한 요인임을 보여주고 있다. Maglia(2020)의 연구에서는 은둔형 외톨이 현상의 특징을 제시하는 것에서 시작해 가능한 원인과 위험 요인에 초점을 맞춰 체계적·관계적 접근을 바탕으로 심리치료를 적용하려는 의도로 시작되었다. 이 연구에서는 가족 구성원 모두가 참여하는 매주 회의를 1년 동안 지속하는 개입방법을 취했으며, 환자가 생활하는 격리 상황을 완화시키는 것을 목표로 하였다. 이에 따른 효과로 은둔형 외톨이를 앓고 있는 환자의 정서적 해방은 치료받은 환자로서 어머니와의 일종의 공모에 기초한 공생적 상호의존의 형태로부터의 ‘해방’과 관련이 있다고 보았다. 마지막 가족치료로부터 6개월이 지난 후, 치료자는 환자가 적응과 문제 해결 능력 모두에서 더 나은 능력과 함께 상당한 대인관계 기술을 되찾았다는 것을 발견하였다.

라. 고립·은둔 청소년 개입의 국내 사례

고립·은둔 특성을 가진 청소년에게서 관찰할 수 있는 주요모습은 사회적으로 철수하여 혼자 고립되어 있고, 사람들과의 관계를 회피하고, 불규칙한 생활을 이어나가는 것이다(차주환 외, 2023). 따라서 고립·은둔 청소년의 주요 특성을 고려한 사례개입 방안을 마련하는 것이 필요하다.

첫째, 고립·은둔 청소년 사례개입 시 고립·은둔 청소년이 경험하고 있는 심리적 고통을 해소하는 것이 중요하다. 고립·은둔 청소년은 은둔 기간 동안 삶의 의미가 사라지는 허무함과 자아정체성에 대한 혼란을 경험하게 되고, 타인과 비교하며 타인이 나를 어떻게 평가할 것인가에 대한 두려움을 경험한다(이지민, 김영근, 2021). 또한 고립·은둔 청소년은 은둔하는 동안 우울감에 가장 시달리고 불안, 강박, 대인예민성 등 다양한 정신건강의 어려움을 호소한다(김혜원, 2022). 즉 고립·은둔 청소년이 가지고 있는 다양한 내재화 문제에 대한 개입이 필요하고, 이 중 은둔 생활을 하며 청소년이 경험하고 있는 우울을 해소하는 것을 주요 목표로 설정해볼 수 있다.

나기희(2023)는 20대 은둔형 외톨이를 대상으로 구조화된 도구와 매뉴얼이 구성된 비대면 상담 프로그램을 개발하여 우울감 등 정신건강을 회복하고 긍정적인 활동을 늘리며, 부정적 서반 활동을 줄이는 데 효과가 있음을 확인하였다. 프로그램 개발 과정에서 은둔형 외톨이 당사자만이 아니라 은둔형 외톨이 가족과 회복자까지 확대하여 요구조사를 진행하였다. 이 프로그램은 총 9회기, 회기당 60분으로 행동관찰, 가치평가, 과제, 기능적 평가 등 행동활성화치료 기법을 중심으로 운영하였으며 프로그램 운영과정에서 참여자가 개별적으로 경험하는 어려움의 난이도를 맞추었다. 또한 프로그램 개발을 위한 요구조사 결과 탈은둔한 회복자도 저위험 이상의 어려움을 가지고 있다는 것을 확인하여 탈은둔·탈고립한 청소년 대상 추후관리 방안을 마련하는 것이 필요하다고 하였다.

둘째, 고립·은둔 청소년의 주요 특성인 회피적인 대인관계 태도는 상담관계형성을 어렵게 하는 요인으로 작용하기에 많은 선행연구에서 고립·은둔 청소년에 대한 사례 개입 시 상담 관계 형성의 중요성과 방법에 대해 강조하고 있다

오상빈(2019)은 고립·은둔 청소년의 비자발적인 태도와 상담 반응 정도가 낮은 것을 고려하여 회기별 상담 목표를 최소한으로 설정한 총 8회기의 가정방문 상담 프로그램을 운영하였고, 그 결과 고립·은둔 청소년의 은둔성향, 무망감, 분노표현 등 내재화 문제에 대해서 긍정적인 효과가 있었음을 확인하였다. 조영미, 김동민(2011)의 연구에서도 은둔형 청소년과의 상담 관계 형성을 위해서는 내담자가 불러일으키는 상담자 자신의 내적 과정을 민감하게 지각하고 이에 근거한 전략을 수립해야 한다고 하였다. 고립·은둔 청소년을 만나는 과정에서 경험하는 청소년의 저항적인 태도에 상담자는 좌절감을 경험할 수 있으나, 이를 대인관계 좌절경험으로부터 비롯된 분노 반응이라는 인지적 해석을 통해 좌절감에서 벗어날 수 있다고 하며, 상담자는 현재의 내담자 태도를 바꾸려는 시도를 하는 대신 관계의 안정성에 주력하는 방향을 취하는 것이 중요하다고 하였다. 또한 지승희 등(2006)은 상담 중에 나타나는 청소년의 거부적인 행동과 움츠러들고 침묵하는 행동을 고립·은둔 청소년의 고유한 반응이라는 것이라 이해하고 이들을 위한 접촉방법을 하나씩 알려주는 것이 필요하다고 하였다.

셋째, 은둔 생활의 주요 유지 요인은 낮과 밤이 뒤바뀐 불규칙한 생활습관이기 때문에(양미진 외, 2009), 고립·은둔 청소년 사례개입 시 청소년의 불규칙한 생활습관을 개선하여 일상으로 복귀할 수 있도록 하는 방안을 마련하는 것이 필요하다. 우선 고립·은둔 청소년에 대한 생활습관 개선을 위한 개입방향을 설정할 때 단기목표와 장기목표를 구분하여 가벼운 산책부터 일상생활로의 복귀까지와 같이 단계별·점진적으로 정해야 한다(지승희 등, 2006). 강창동, 조현주(2023)는 토픽모델링 분석을 통해 고립 위기 청소년의 활동을 탐색하였는데,

고립상태에서 주로 하는 활동은 주로 온라인 속에서 일어나는 것이었고, 혼자서 시간을 소비하는 활동도 하지만 고립 상태 속에서 상호 교류하는 활동도 조금씩 하고 있음을 확인하였다. 또한 고립 위기 청소년이 강제적으로 고립에서 벗어나도록 하는 시도보다는 자신이 현재 하고 있는 일상생활 활동에 집중하게 하는 것이 필요하고, 사례개입 시 현재 자신의 일상에 관심을 가지도록 하면서 일상생활을 충분히 해낼 수 있도록 하는 활동이 포함되어야 한다고 하였다.

끝으로 은둔생활의 일상은 인터넷 게임, 스마트폰 사용으로 보내는 시간이 대부분이기에 (김혜원, 2022), 고립·은둔 특성을 가진 청소년에게 인터넷 중독이라는 문제를 다루는 것 역시 중요한 개입 방향의 하나로 볼 필요가 있다. 이지민, 김영근(2021)은 은둔형 외톨이 경험이 있는 청소년을 대상으로 은둔 경험에 대한 현상학적 연구를 통해 은둔 경험과 은둔 경험에 대한 의미를 분석하였는데, 은둔 생활 동안 낮과 밤이 뒤바뀐 생활 속에서 스마트기기는 은둔생활의 유일한 낙으로 심심한 시간을 재미있게 해주었고, 그로 인해 은둔 경험을 지속하게 하는 원인이 되었다고 하였다. 은둔 생활로 의사소통이 결여된 청소년들은 현실에서 보다 사이버 공간에서 친구관계를 추구하려는 특성을 보이는데(김효순 외, 2016), 이는 인터넷 중독이 대인관계에서의 철수 및 회피적 태도를 더욱 강화하고, 회피적인 대인관계 태도는 인터넷 중독으로 빠지게 하는 악순환으로 이어질 수 있기 때문에 고립·은둔 청소년 사례개입 시 반드시 살펴봐야 하는 영역으로 볼 수 있다.

마. 고립·은둔 부모상담 및 사례개입

1) 고립·은둔 청소년 부모의 특징

고립·은둔은 그 상태에 머물고 있는 청소년뿐만 아니라 고립·은둔 청소년을 둔 부모에게도 영향을 미치게 된다. 은둔형 외톨이의 가족은 자식이나 형제, 자매가 은둔형 외톨이라는 사실만으로 정서적 괴로움, 슬픔, 걱정 등을 겪기도 하며 그 자녀를 둘러싼 가족 구성원, 사회와의 관계뿐만이 아니라 스스로의 고통감, 소진 등으로 어려움을 겪고 있었다(佐藤隆也, 2018; 磯部潮, 2004; 한국청소년상담원, 2007, 齋藤環, 2002)

자녀의 고립·은둔을 대하는 부모의 특징은 고립·은둔의 시간적 흐름에 따라 인지, 정서적으로 다양한 양상을 보이는데 선행연구에서는 부모 중에서도 주 양육자인 어머니와의 관계에서 오는 특징들에 주목한 것이 다수 있었다.

먼저 자녀가 고립·은둔 상태에 처하게 되면 대부분의 어머니는 자녀의 은둔 원인을 알지 못해서 그 행동을 이해하지 못하고 ‘은둔 상태’라는 사실을 인정하지 않으려는 경향

을 보였다(김미경, 2021; 김종진, 2006). 이러한 행동은 자녀의 고립·은둔 상태가 얼마나 심각한지를 파악하기 보다는 문제에 대해 회피하는 태도이기 때문에 자녀와의 관계를 더 악화시키고 부모를 더 빨리 지치게 하거나 좌절하게 만들기도 한다(서승희, 2021)

부모는 자녀가 어떻게든 방이나 집 밖으로 나가기를 간절히 원하며 이러한 문제행동을 빨리 해결하고자 모든 수단과 방법을 동원하게 된다. 이 과정에서 상담센터나 병원을 전전하기도 하며 그로 인해 자녀와의 다툼이 잦아지기도 한다. 온갖 방법과 노력에도 소용이 없다면 결국 어머니 자신이 안고 가야하는 문제로 치부하며 스스로를 자책하거나 죄책감을 가진다(김미경, 2021; 서승희, 2021). 김혜원 외(2022)의 연구에서도 은둔형 외톨이 부모의 대표적인 인지적 특징으로 과거 경험에 대해 세부적으로 반추하면서 잘못된 부분에 대해 지속적으로 자책하는 모습을 꼽았다.

고립·은둔의 형태가 장기화되거나 정도가 심해질수록 어머니의 소진은 더욱 심해진다. 어머니가 돌봄의 역할로 수행할 수 있는 문제 상황의 정도를 넘어서게 되면 그 스트레스는 가족원에게 부정적인 영향을 끼치고 어머니와 아내로서의 역할 수행에 어려움을 초래하여 악순환의 수렁에 빠지게 된다(문정화, 2020; 한국청소년상담원, 2007). 고립·은둔의 형태가 장기화되거나 심화되었을 때 자녀는 공격성향을 나타내기도 하는데 어머니는 이런 자녀의 폭력상황에 노출되거나 자녀에게 통제와 조정을 당하기도 하였다(이진아, 서미아, 2022). 다양한 가족 내 역동에 대해 가족들은 서로를 원망하게 되고 또는 서로를 배려한다는 생각에 가족 간의 상호작용이나 의사소통이 점점 없어지기도 한다(황순길 외, 2005). 또한 자녀에게 집중하기 위해 모든 일상을 접은 경우, 경제적으로 곤란을 겪기도 하지만 대외적으로는 가정의 문제에 대해 드러내고 상담하는 것을 수치스러워하여 고립되어 있거나 이중적인 생활을 하기도 한다(서승희, 2021; 이견엽, 2020).

2) 고립·은둔 청소년 부모상담 및 사례개입에 대한 필요성

은둔형 외톨이의 경우, 그 특성상 스스로 상담을 원하는 경우는 드물고 가족 등 주위 사람들의 상담에서 시작되는 경우가 많다(황순길 외, 2005). 이런 경우 보웬(Bowen)의 가족치료적 관점을 적용하기도 하는데 이에 따르면 자녀의 고립·은둔 계기가 역기능적인 가족구조에서 비롯했을 수도 있다는 의견을 제시하기도 한다(손은수, 2005). 실제로 은둔형 외톨이의 부모는 둘 다 혹은 그 중 한사람이 사회성이 부족하여 대인관계를 힘들어하는 경우가 있었으며 이러한 부모의 영향으로 자녀들까지 외부와 접촉이 거의 없어 가족하고만 지내는 경우가 많았다. 특히 어머니보다도 아버지가 외톨이 성향인 경우가 많았고 대인관계를 중요시 여기지 않은 소극적인 태도가 자녀에게 그대로 전수되기도 하였다(이견엽, 2020). 역기능

적인 가족 구조는 어머니가 자녀양육을 전담하고 아버지는 무관심한 분위기를 조성하며 어머니는 상대적으로 자녀에게 지나치게 간섭하거나 과잉보호하며 자녀의 학업에 집착하는 등 부담을 주는 결과를 낳기도 한다(여인중, 2005). 이처럼 고립·은둔 청소년을 둘러싼 역기능적인 가족구조를 해소하거나 주양육자를 통한 간접적인 영향을 끼치기 위해서 부모나 가족을 통한 개입이 필수적이라고 볼 수 있다.

선행연구에서도 은둔형 외톨이 청소년 당사자가 참여하지 않더라도 어머니와 같은 가족 구성원 중 한사람의 변화가 다른 가족 성원과의 관계에도 영향을 미치고 나아가 전체 가족 체계의 변화를 이끌어낸다는 효과를 확인할 수 있었다(최선령, 2007). 김재희(2023)의 연구에서는 어머니가 은둔형 외톨이 자녀에 대해 빠르게 수용하고 인정하는 것이 은둔 자녀 및 가족의 안정에도 긍정적인 영향을 미치는 것을 확인하였다. 자녀와 스스로에 대해 수용하고 변화해 나가는 과정에서 지속적인 지원에 대한 필요성을 주장하였다. 또한 청소년과 가족의 안정을 위해서 부모 자신을 우선적으로 돌보고 여가를 적극적으로 활용하는 것이 중요하다고 하였다. 즉, 부모 자조모임을 통해 스트레스를 완화하고 자녀 돌봄에 대한 정보 습득과 함께 인생을 살아가는 동력을 얻는 것을 필요로 하였다.

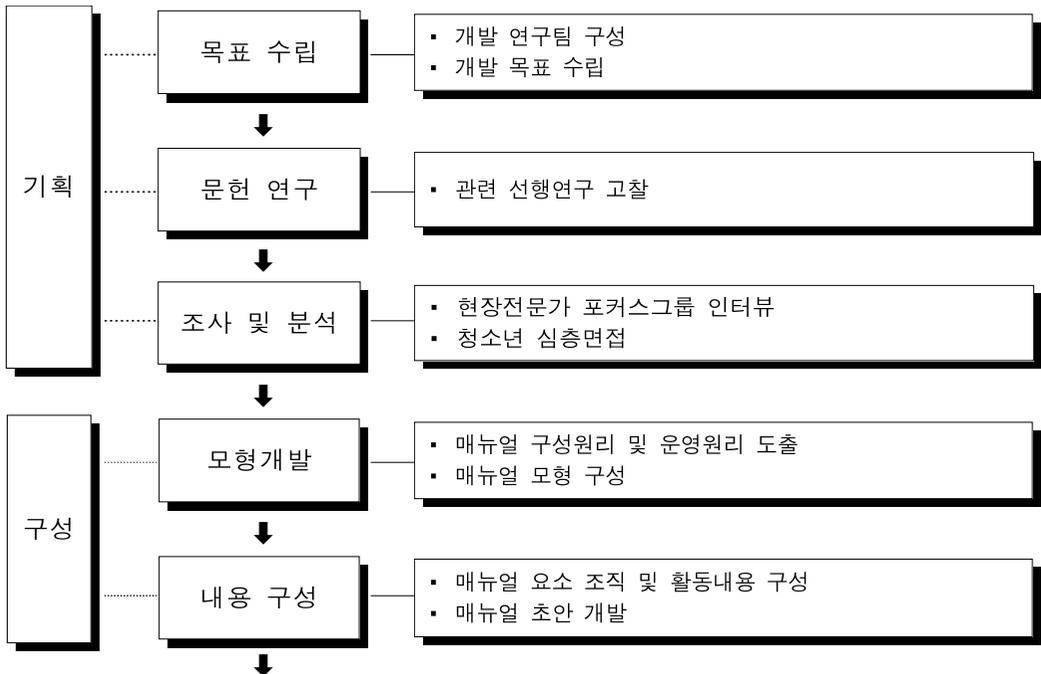
서승희(2021)의 연구에서도 은둔형 외톨이 어머니들의 정서개입을 위한 수단으로서 자조모임의 필요성을 강조했다. 아무에게도 이해받지 못하여 이야기할 수 없었던 말들을 드러내며 서로에게 위로가 되고 때로는 정보를 주고받으며 희망을 품고 자녀를 직면할 수 있게 하기 때문이다. 김혜원 등(2022)의 연구에서도 은둔형 외톨이 부모에게 개입하는 과정에서 내재되어 있는 감정을 수용하고 정서를 다루어주는 것이 효과적이었던 것을 확인할 수 있었다. 이처럼 고립·은둔 청소년의 특성으로 인하여 직접적인 사례개입이 여의치 않을 수 있으므로 주 양육자인 부모의 정서적인 지원 및 사례개입이 병행되어야한다고 볼 수 있다.

III. 연구방법

1. 매뉴얼 개발

가. 매뉴얼 개발 절차 모형

본 연구에서는 고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼 개발 연구를 수행하기 위하여, 먼저 문헌연구를 통해 고립·은둔 청소년의 특징 및 개입 방안을 살펴보았다. 아울러, 학교밖청소년지원센터·청소년상담복지센터·고립·은둔 민간 지원 기관의 현장전문가, 고립·은둔 경험이 있는 청소년을 대상으로 심층면접을 실시하여 사례개입 현장의 요구와 고립·은둔 청소년의 특성을 반영한 매뉴얼 모형을 개발하고자 하였다. 개발된 매뉴얼은 참여자 관찰 평가를 통해 타당성을 확보하고자 하였다. 마지막으로 시범운영을 통해 매뉴얼의 효과성을 검증하고, 그 결과를 분석하고자 한다. 본 연구에서는 김창대 등(2011)의 프로그램 개발 및 평가모형 검증 절차에 따라 연구를 진행하고자 한다. 구체적인 개발 절차는 <그림 1>과 같다.



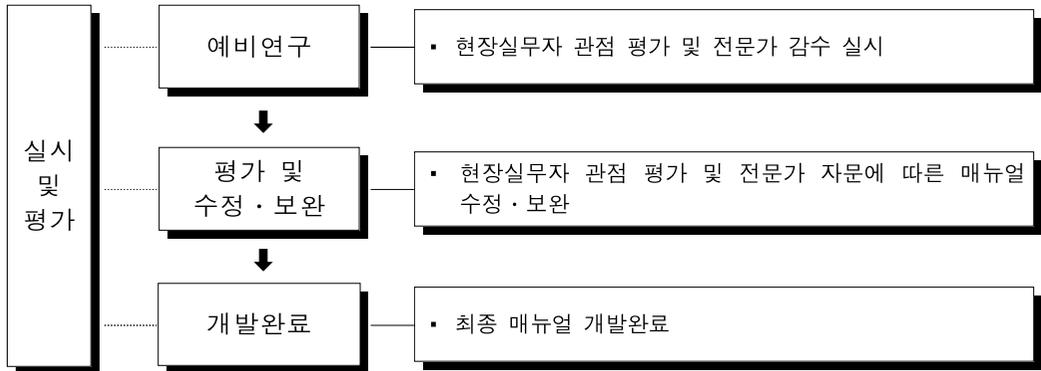


그림 1. 매뉴얼 개발 절차

나. 매뉴얼 개발 과정

1) 기획단계

가) 문헌연구

기존의 문헌연구를 통하여 다양한 용어로 불리던 은둔형 외톨이 현상을 크게 고립과 은둔 상태로 나누되, 서로 분절된 개념이 아니라 연속선상에 있는 것으로서 고립의 상태가 심화되어 나타나는 상태를 은둔으로 정의하였다. 따라서 정책적·치료적 차원에서의 개입이나 지원 대상은 고립 또는 은둔 상태의 청소년을 모두 포괄하는 고립·은둔 청소년으로 지칭하기로 하였다. 이를 종합하여 고립·은둔 청소년은 고립 또는 은둔 기간이 최소 3개월 이상이며, 지적장애가 없으면서 대부분 자신의 방이나 집안에만 머무르고, 학업 또는 사회·경제적 활동이 거의 없으며, 가족 이외의 관계가 거의 없는 9세에서 24세 연령의 청소년으로 정의하였다. 따라서 본 연구에서는 청소년의 고립·은둔 유형 및 상태, 지지자원 등을 고려한 개입 매뉴얼을 구성하고자 한다. 특히, 고립·은둔 청소년의 지원에 있어 부모의 역할이 중요하므로 이를 고려한 부모상담 및 사례개입 매뉴얼을 구성하고자 한다.

나) 청소년 대상 심층면접

고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼 개발을 위하여 3개월 이상 고립·은둔 경험이 있는 청소년을 대상으로 심층면접을 개별로 진행하였다. 고립·은둔 또는 고립·은둔 극복 경험이 있는 청소년 대상 심층면접을 통해 고립·은둔 청소년에게 실질적으로 필요한 지원 방향 및 내용을 파악하여 매뉴얼 개발에 반영하고자 한다.

다) 현장전문가 대상 포커스그룹 인터뷰(Focus Group Interview)

고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼 개발을 위한 경험적 기초자료를 얻고자 고립·은둔 청소년 상담을 2사례 이상 진행해본 경험이 있으며, 상담 경력이 2년 이상인 현장전문가를 대상으로 포커스그룹 인터뷰를 진행하였다. 고립·은둔 청소년 사례에 개입하면서 경험한 의미 있는 정보들을 수집하여 매뉴얼 개발에 반영하고자 한다.

2) 구성단계

구성단계는 기획단계에서 이루어진 조사 및 분석 결과를 토대로 매뉴얼의 구성 및 운영 원리를 도출하는 단계이다. 본 연구에서는 청소년 심층 면접과 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 결과를 토대로 고립·은둔 청소년의 특성 및 고립·은둔의 극복 요인을 도출하고, 구조화된 개입을 할 수 있도록 매뉴얼 내용을 구성하고자 하였다.

3) 실시 및 평가단계

실시 및 평가단계는 구성단계에서 개발한 매뉴얼의 전체내용과 활용도를 평가하고, 수정하여 최종적으로 매뉴얼 개발을 완료하는 단계이다. 본 연구에서는 학교밖청소년지원센터, 청소년상담복지센터, 민간지원기관의 현장전문가를 대상으로 프로그램에 대한 참여자 관찰 평가를 통해 타당성을 검증하고 한다. 또한, 고립·은둔 청소년 상담 사례를 개입하고 있는 상담자를 대상으로 교육을 진행하고, 매뉴얼을 실제 적용하는 과정에 대한 심층면접을 통해 수정·보완을 거친 후 최종 매뉴얼 개발을 완료할 계획이다.

2. 청소년 대상 심층면접

가. 참여 대상

본 연구에서는 고립·은둔 청소년을 지원하고 있는 학교밖청소년지원센터, 청소년상담복지센터, 민간 기관에 종사하고 있는 상담자들의 추천을 통해 참여자를 모집하였다. 참여자 선정 기준은 3개월 이상 고립·은둔 경험이 있으면서, 현재 극복한 상태이거나 여전히 고립·은둔 상태인 청소년을 연구 참여자로 선정하였다. 참여자들에게는 연구수행 중에 원하지 않을 경우 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있다는 점 등 연구 참여에 따른 참여자의 권리와 비밀보장에 관한 내용이 명시된 연구 참여자용 안내문과 동의서를 면접일 전에 미리 메일로 발송하여 연구 참여에 대해 서면 동의를 받았으며, 만 18세 미만 청소년은 법정대리

인의 동의도 함께 받았다. 연구 참여자들은 연구의 목적과 절차 등에 대한 설명을 충분히 들은 후 자발적으로 연구에 참여하였다. 최종적으로 연구에 참여하게 된 연구 참여자들은 총 13명으로, 성별은 남자 4명과 여자 9명이었으며, 현재 고립·은둔을 극복한 상태인 참여자는 12명, 현재 여전히 고립·은둔 상태인 참여자는 1명이었다. 구체적인 참여자의 정보는 <표 1>에 제시하였다.

<표 1> 청소년 심층면접 참여자 정보

구분	사례	성별	연령	고립·은둔 기간
1	참여자A	여	17	3개월 이상 ~ 6개월 미만
2	참여자B	남	18	3개월 이상 ~ 6개월 미만
3	참여자C	여	19	1년 이상
4	참여자D	남	18	3개월 이상 ~ 6개월 미만
5	참여자E	여	21	1년 이상
6	참여자F	여	17	6개월 이상 ~ 1년 미만
7	참여자G	여	19	1년 이상
8	참여자H	남	22	1년 이상
9	참여자I	여	23	1년 이상
10	참여자J	여	21	1년 이상
11	참여자K	남	19	3개월 이상 ~ 6개월 미만
12	참여자L	여	25	1년 이상
13	참여자M	여	21	1년 이상

나. 질문지 구성

심층면접 질문지는 상담 관련 연구경력과 실무경험이 있는 상담전공 교육학 박사 2인을 포함한 연구자 6인에 의해 구성되었다. 최종 확정된 질문지는 Krueger와 Casey(2000)이 제시한 질문방식에 따라 도입질문, 주요질문, 마무리질문의 순으로 구성되었으며, 개방형의 질문방식으로 구성하였다. 질문지의 구체적인 내용은 <표2>와 같다.

<표 2> 청소년 심층면접 질문지

구분	내용
도입질문	<ul style="list-style-type: none"> ■ 인터뷰 참여자 소개 ■ 고립·은둔 계기
주요질문	<ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔으로 인한 삶의 변화 <ul style="list-style-type: none"> - 기간, 하루일과(바깥 출입 등), 대인관계(가족, 또래 등), 학습(성취도, 진도), 인터넷·스마트폰 사용 정도, 건강상태(정신건강 포함) ■ 고립·은둔 당시 주로 경험하였던 감정 ■ 고립·은둔 당시 가장 힘들었던 점 ■ 고립·은둔 생활의 긍정적인 부분 ■ 고립·은둔 극복 계기 ■ 고립·은둔 극복 이후 삶의 변화 <ul style="list-style-type: none"> - 정서, 관계, 일상생활 ■ 고립·은둔 당시 도움 받은 내용 <ul style="list-style-type: none"> - 상담 등 공적 지원, 주변 사람들의 지원 ■ 고립·은둔을 극복하고 나서 얻은 점 ■ 재고립·재은둔 경험
마무리질문	<ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 청소년에게 꼭 필요한 지원 ■ 기타 제안사항 및 의견

다. 진행절차 및 분석방법

청소년 심층면접은 2024년 4월 11일부터 4월 25일까지 비대면(유선 또는 화상)으로 진행하였다. 면접은 연구진과 청소년 1대1로, 각각 1시간씩 진행되었다. 심층면접 진행 전 연구의 목적을 설명하고, 면접 내용의 녹화 또는 녹음에 대한 동의를 구하였으며, 사전에 질문지를 발송하여 면접 내용을 숙지할 수 있도록 하였다. 심층면접 내용은 축어록 형태로 전사되어 분석자료로 사용되었다. 전사된 자료는 연구진이 축어록을 반복적으로 읽어가면서 내용의 의미를 파악하고 주제별로 범주화하였다. 범주화하는 과정에서는 각각의 의미단위들을 유사성, 구별성, 관련성 등을 기준으로 검토하면서 의미가 정확히 전달되는지와 각 의미들을 대표할 수 있는 내용으로 범주화 되었는지 살펴보았다(Mogan, 1997). 도출된 범주와 내용은 사회복지학과 교육학을 전공한 관련 분야의 전문가이자 CQR 관련 질적 연구방법 전문가 2인의 감수를 통해 최종 수정되었다.

라. 분석결과

청소년 13명의 인터뷰를 분석한 결과 총 2개 영역, 9개의 대범주, 29개의 하위범주, 104개의 의미단위를 추출하였다. 의미단위의 빈도는 범주의 연구 참여자들의 수로 결정된다는 Hill(2005)의 분류 기준에 따라 본 연구에서는 13명의 청소년 면접에 대하여 13~12 사례는 ‘일반적’, 11~7 사례는 ‘전형적’, 6~3사례는 ‘변동적’, 2~1사례는 ‘드문’으로 구분하여 표기하였다. 구체적인 분석 결과는 <표 3>에 제시하였다.

<표 3> 청소년 심층면접 분석 결과

영역	대범주	하위범주	의미단위	빈도 (N=13)
고립·은둔 청소년의 특성	고립·은둔 계기	고립·은둔 위험요인	자퇴 등 학교생활 부적응	전형적(8)
			우울증과 공황장애 및 대인기피	변동적(4)
			심리적 소진(방전)	드문(2)
			가족과의 갈등	드문(2)
			타인과의 갈등	드문(1)
			코로나19 이후 익숙해진 무등교	드문(2)
		고립된 환경	드문(1)	
		고립·은둔 촉발요인	의미 있는 타인과의 이별 경험	드문(2)
		정신건강 문제의 악화	변동적(4)	
	스트레스 사건 경험(위기 경험)	변동적(5)		
	고립·은둔 상태 (삶의 변화)	기간	1년 미만	변동적(3)
			1년 이상 ~ 2년 미만	드문(2)
			2년 ~ 3년 정도	변동적(4)
			3년 이상 고립·은둔 장기화	드문(2)
		생활패턴	최소한의 일상생활 패턴 유지	변동적(4)
			급격히 무너진 생활패턴(루틴없는 생활)	변동적(6)
			밤늦게 자고, 낮에 일어나는 수면패턴	변동적(4)
			혼자 먹는 불규칙한 식사	변동적(4)
			집이나 방에 틀어박힘	변동적(6)
			가족과 동거	드문(1)
		외부 활동	혼자 짬은 산책	변동적(4)
			간헐적 등교	드문(1)
			시설 및 기관 이용	변동적(3)
			취미를 위한 외부활동 시도	드문(1)
			알바 시도	드문(1)
			신검 등 필수 활동	드문(1)
			온라인 활동	인터넷 거의하지 않음
		인터넷 과의존(하루 종일 인터넷 서핑)	변동적(6)	
		학업	커뮤니티 활동	드문(1)
학업을 지속함			변동적(3)	
	학업을 놓음	변동적(3)		

영역	대범주	하위범주	의미단위	빈도 (N=13)			
	건강	건강	우울 및 불면	변동적(4)			
			신경정신과 약물 치료	변동적(3)			
			신체 건강 악화	변동적(6)			
	대인관계	가족관계	가족관계	고립·은둔에 대한 수용적 태도 및 소통 지속	전형적(7)		
				무관심 및 대화 단절	변동적(5)		
				고립·은둔에 대한 부정적 태도 및 갈등	전형적(7)		
				가족에 대한 집착	드문(1)		
		또래관계 및 사회적 관계	또래관계 및 사회적 관계	친구들과 관계단절	전형적(9)		
				피상적이고 극히 제한적인 관계	전형적(9)		
				비슷한 경험을 가진 또래와 관계유지	드문(1)		
				온라인상에서 친구 사귀기	드문(1)		
				고립·은둔으로 인한 개인 내적 변화	정서변화	단절감 및 외로움	변동적(4)
						무력감	드문(2)
	부정적인 감정상태 지속	드문(1)					
	편안함	드문(1)					
	외로움과 편안함의 양가감정	드문(2)					
	부러움	드문(1)					
	인지변화	인지변화	자기 혐오 및 비하		변동적(4)		
			타인의 시선에 대한 불안감	드문(1)			
	자기 성찰/자아 성장	자기 성찰/자아 성장	자기 이해	변동적(3)			
			자기 수용	변동적(3)			
자해행동 감소			드문(1)				
자유로운 시간 속의 긍정적인 기분			드문(1)				
고립·은둔 극복	개인 내적 동기	개인 내적 동기	삶의 의미 재구성 및 태도 변화	변동적(5)			
			고립 은둔 생활 극복을 위한 노력 시도	변동적(5)			
	지지자원	지지자원	부모 등 주변사람들의 지지와 격려	변동적(6)			
			기관 및 시설의 지원	변동적(3)			
			애완동물과의 교류	드문(1)			
	다양한 활동 시도	다양한 활동 시도	경제활동	드문(1)			
			기관 방문 및 프로그램 활동	변동적(6)			
			옥외에서 혼자 하는 활동 시도	드문(2)			
			취미활동 시도	드문(2)			

영역	대범주	하위범주	의미단위	빈도 (N=13)
	고립·은둔 극복 이후 변화한 모습	행동의 변화 (생활패턴)	규칙적인 생활패턴	드문(2)
			외부활동 반경 확대	드문(2)
			진로 및 취업 활동	변동적(3)
		대인관계	새로운 관계 형성	변동적(3)
			회피 경향 감소	드문(1)
			가족과 관계 회복	드문(1)
			최소한의 관계 유지	드문(2)
		건강상태	대인관계 불안의 반복 및 지속	드문(2)
			정신 건강 회복	변동적(3)
	신체 건강 회복		드문(2)	
	삶에 대한 태도의 변화 (인지변화)	고립·은둔 극복 후 불안 증상 재발	드문(1)	
		주체적인 삶의 태도로 변화	전형적(5)	
	고립·은둔 극복에 효과적인 도움	심리지원	미래를 위한 준비	드문(2)
			심리상담 및 치유 프로그램	전형적(7)
		활동지원	자조모임	드문(2)
육구 맞춤형 체험 활동			변동적(5)	
자립 역량 지원			드문(1)	
학업 지원			드문(2)	
생활지원		정기적인 출석을 할 수 있는 활동	드문(1)	
		경제적 지원	변동적(4)	
지지체계		자립 활동 기회 지원	변동적(3)	
		주변사람 및 친구	변동적(4)	
		가족	드문(1)	
지원 시 유의사항		은둔 외톨이 경험 친구의 지지	드문(1)	
		개별성과 자율성 존중	변동적(5)	
		부정적인 상담경험	변동적(3)	
		공감적 태도	드문(1)	
고립·은둔 극복 실패요인	타인과 신뢰감 형성 어려움	체계적인 지원체계	변동적(3)	
		상담자와 라포형성이 안됨	드문(1)	
		사람을 대하는 것이 어려움	드문(1)	
	하고 싶은 활동시도의 한계	남들의 시선이 신경쓰임	드문(1)	
		하고 싶은 활동에 비용이 많이 듦	드문(1)	
재고립 ·재은둔 재발 경험	원인	고립·은둔 하게 되었던 스트레스에 다시 노출	드문(2)	
		탈은둔 이후 심리적 재소진	드문(1)	
		대인관계 어려움 발생	드문(2)	
	극복 요인	지지체계의 상실	드문(1)	
		돌봐야 하는 가족 등 삶의 의미가 분명한 경우	드문(1)	

1) 고립·은둔 청소년의 특성

고립·은둔 청소년의 특성에 대한 질문에서는 고립·은둔 계기, 상태, 대인관계, 고립·은둔으로 인한 개인 내적 변화 요소가 추출되었다.

가) 고립·은둔 계기

고립·은둔 계기는 고립·은둔 위험요인 및 촉발요인으로 나누어 볼 수 있었다.

① 고립·은둔 위험요인

고립·은둔 위험요인으로는 자퇴 등 학교생활 부적응이 가장 많이 보고되었으며, 우울증과 공황장애 및 대인기피도 많이 보고되었다. 또한, 심리적 소진(방전), 가족과의 갈등, 타인과의 갈등, 코로나19 이후 익숙해진 무등교, 고립된 환경이 포함되었다.

“일단은 친구가 없었어요. 아는 사람이 하나도 없으니까 좀 힘들더라고요.” (참여자B)

“전부터 우울증이 있기는 했어요. 공황장애하고 같이 와서. 공황장애도 치료받기 시작한 거는 중학교 때부터 치료받았고 그 뒤부터 쪽 이어진 것 같아요. 그게 가장 커요. 불안하고 무서움. 다른 사람이 어떻게 저를 생각할지도 모르고, 이미 저도 그 사람들에게 대한 두려움도 있고.” (참여자H)

② 고립·은둔 촉발요인

고립·은둔 촉발요인으로는 정신건강 문제의 악화, 스트레스 사건 경험(위기 경험)이 대체로 많이 보고되었다. 또한, 의미 있는 타인과의 이별 경험이 포함되었다.

“초등학교 때는 약간 우울한 감정들을 그냥 속에서 그냥 가지고 있는 정도 그때도 되게 죽고 싶다는 말을 많이 하긴 했었거든요. 근데 다 그냥 속으로 감추고 있는 게 가능했었던 것 같아요. 중학교 올라오면서 이제 환경이 바뀌어서 그런지 그때 다시 적응하기 어려움이 생기면서 그때부터 이제 우울한 감정들이 감당할 수 없는 우울감이 돼버린 것 같아요.” (참여자G)

“이제 은둔하기 전에 앞서서 20살을 기점으로 해가지고 집안에 좀 법적인 분쟁이 있었어요. 그래서 소송에 이제 저도 같이 변호사 만나고 경찰 만나고 그렇게 지내다가 그러다가 이후에 교통사고가 났었고 그러면서 좀 힘든 사건들이 계속 이어졌던 것 같아요. 그래서 2020년에 이제 인턴을 하려고 잠깐 휴학을 했다가 교통사고가 좀 크게 나면서 그러면서 네 본격적으로 은둔이 시작됐던 것 같아요.” (참여자E)

나) 고립·은둔 상태(삶의 변화)

고립·은둔 상태가 되었을 때 삶의 변화는 기간, 생활패턴, 외부 활동, 온라인 활동, 학업, 건강으로 나누어 볼 수 있었다.

① 기간

고립·은둔 기간은 대체로 1년 미만이거나 2~3년 정도인 경우가 많았다. 한편, 1년 이상 ~ 2년 미만 또는 3년 이상 고립·은둔이 장기화 되는 경우도 보고되었다.

“제가 자퇴를 중학교 2학년 때 했는데 그때 이후로 계속 고립 은둔 생활을 했고 한 그래도 1년은 갔던 것 같아요” (참여자A)

“2020년에 코로나가 처음 터졌을 때부터 시작해서 지금까지도 현재 진행하고 있어요 고등학교 2학년 때 자퇴했어요” (참여자J)

“은둔 기간은 6년 정도 된 것 같아요.” (참여자G)

② 생활패턴

고립·은둔 기간 중 생활패턴은 최소한의 일상생활 패턴을 유지하는 경우가 있는 반면, 급격히 무너진 생활패턴을 보고하는 경우도 많았다. 또한, 밤늦게 자고, 낮에 일어나는 수면 패턴, 혼자 먹는 불규칙한 식사, 집이나 방에 틀어박혀 지내는 경우가 많은 것으로 보고되었다. 한편, 가족과 동거하는 경우도 포함되었다.

“아침 7시에 일어나고, 아침 점심 저녁 먹고, 그다음에 할 거 다 해놓고 그냥 취미로 배우고 있는 마술 같은 거 조금씩 배워두고, 그래서 취미 활동 좀 하고 그런 시간이 좀 많이 남으면 책 좀 읽고 그리고 잠자는 시간도 한 12시 또는 11시 정도예요” (참여자H)

“아무래도 일상의 루틴이 사라지다 보니까 그냥 생활을 유지하는 게 힘들었어요 그냥 단순히 그냥 밥 먹고 자고 일어나서 밖에 나가고 그냥 일상적으로 할 수 있는 행동들을 하는 것들이 일단 잘 안 됐었고, 그러다 보니까 제가 해오던 것들에 대한 부담감. 그냥 밖에 나가서 친구 만나고 그냥 제가 하고 싶어서 하는 활동임에도 그 모든 게 다 부담이 되는 그런 어려움이 좀 있었던 것 같아요” (참여자G)

“방에 주로 있어요 하루에 거의 집에 있고 3일에 한 번이나 그렇게 가끔 외출할 때는 있지만 다른 사람과 약속을 잡아서 나간다거나 그런 적은 4년 동안 없었던 것 같아요” (참여자J)

③ 외부 활동

고립·은둔 기간 중 외부활동으로는 혼자 짧은 산책이나 시설 및 기관 이용이 대체로 보고되었다. 또한, 간헐적 등교, 취미를 위한 외부활동 시도, 알바 시도, 신체검사 등 필수 활동도 포함 되었다.

“집에서는 가끔 그냥 창문 열면 바깥 공기 들어오는데 그거가 좀 답답할 때 바람 쐬러 나가는 정도 학교에서 조퇴하고 집 가는 길에 살짝 좀 버스 정류장 그전에 내려서 걸어서 좀 가거나 했고, 그거 말고는 딱히 어딜 가지는 않았어요” (참여자B)

“이제는 그 학교밖청소년지원센터에 멘토링이 생겨서 가려고 노력하는데, 1주일에 3번 정도 갔어요” (참여자C)

④ 온라인 활동

고립·은둔 기간 중 온라인 활동으로는 하루 종일 인터넷 서핑만 하는 인터넷 과의존이 많이 보고되었다. 한편, 인터넷을 거의하지 않는 경우도 있었으며, 온라인을 통한 커뮤니티 활동을 하는 경우도 있었다.

“아니면 그냥 집에서 하루 종일 누워가지고 휴대폰만 한 것 같아요 그냥 영화 같은 거나 드라마 보면 이제 아무 생각이 안 드니까 그런 걸로 그냥 계속 시간을 때웠던 것 같아요” (참여자F)

“네이버 카페나 이런 커뮤니티도 하고요 제가 수능도 준비를 하고 있어서, 수험생들이 하는 커뮤니티가 있어요” (참여자J)

⑤ 학업

고립·은둔 기간 중 학업과 관련해서는 학업을 지속하는 경우도 많았으나, 학업을 놓은 경우도 많은 것으로 나타났다.

“공부는 하루에 한 8시간 하는 것 같아요 처음에는 거의 그냥 아무것도 하기 싫어가지고 별로 그런 동기부여 같은 게 잘 안 됐는데 남은 게 없다 보니까 은둔하면서 남은 게 없다 보니까 공부에 좀 의존하게 돼서 공부 많이 잘하게 된 것 같아요 공부하는 시간을 늘릴 수 있었던 것 같아요” (참여자K)

“고립·은둔 하고 나서 그 기간 동안에는 진짜 사실 이제 시작하기 전부터 공부 학업에 관해서는 거의 내려놓은 상태였어요 그때는 그냥 하루하루만 생각하고 거의 공부는 머리에도 없었죠” (참여자D)

⑥ 건강

고립·은둔 기간 중 건강상태로는 우울 및 불면 증상을 겪는 경우가 많았고, 신경정신과 약물 치료를 받는 경우도 많은 것으로 나타났다. 또한, 신체 건강이 악화되는 것으로 대체로 보고되었다.

“약간 10분에 한 번 정도로 엄청 우울해졌다가 엄청 좋아졌다가 이게 왔다 갔다 했어요 이게 우울증이라는 게 몸에는 보이지 않는데 약간 정신적으로 약간 생각이 되게 많아지거든요 그러다 보니까 약간 감정 조절이 안 된다. 이게 사람이랑 있을 때 갑자기 이야기를 하다가 확 갑자기 안 좋았다가 좀 기다렸다가 또 안 좋았다가 약간 계속 이런 식으로 반복이에요” (참여자B)

“그리고 정신적으로 피폐해지니까 정신과 약도 타서 먹고요” (참여자C)

“그때 외부로 나갈 생각을 하지 않아서 병원도 가지는 않았지만 아직까지도 밥을 거의 소화시키지 못할 정도로 소화 불량에 일단 심하게 왔고 그거 외에도 빈혈이라고 생각되는 두통 어지럼증 그런 게 생겨서 이제 눈을 떠보니까 바닥에 쓰러져 있던 적도 있었고 이제 몸 상태도 많이 안 좋아져서 여름에는 계속 거의 이제 쓰러지다시피 있기도 하고 약간 그런 많은 부작용들이 찾아왔어요” (참여자E)

다) 대인 관계

고립·은둔 이후 대인관계는 가족관계와 또래관계 및 사회적 관계로 나누어 볼 수 있었다.

① 가족관계

고립·은둔 이후 가족들이 고립·은둔에 대한 수용적 태도를 보이며 소통을 지속한다고 보고하는 경우가 많았으나, 이와는 반대로 고립·은둔에 대한 부정적 태도를 보이며 갈등을 지속하는 경우 또한 그만큼 많은 것으로 나타났다. 또한, 가족들이 무관심하며 대화가 단절되었다고 보고하는 경우도 다수인 것으로 나타났다. 한편, 가족에 대한 집착을 보고하는 경우도 있었다.

“부모님이 이혼을 하신 상황이긴 한데, 제가 이제 아버지랑 사는데 아버지는 좀 안 그랬으면 좋겠다는 뜻이 말하지만 결국엔 제가 하고 싶은 대로 다 하게 해주시더라고요 엄마는 딱히 뭐라고 안 하시고 누나도 같이 사는데 누나가 되게 누나가 저 많이 챙겨줬어요” (참여자B)

“부모님하고의 관계도 매일 싸웠던 것 같아요 어머니가 이제 이런 저를 이해할 수 없어 하셨고 그리고 저도 항상 제정신인 상태로 살지 못했기 때문에 이게 감정의 주체가 안 돼서 그냥

화를 자주 내고 그렇게 갈등이 계속 반복되었던 것 같아요” (참여자L)

② 또래관계 및 사회적 관계

고립·은둔 이후 또래관계 및 사회적 관계에 대해서는 친구들과 관계가 단절되었거나, 피상적이고 극히 제한적인 관계만 맺는다는 보고가 가장 많았다. 한편, 비슷한 경험을 가진 또래와 관계를 유지하거나, 온라인상에서 친구를 사귀었다는 보고도 있었다.

“그때는 또래 친구들과도 연락을 주고받았고 이제 만나서 놀기도 하고 그랬었는데 이제 은둔 생활을 하면서 대부분이 끊겼습니다.” (참여자E)

“상담은 일단 가끔 했는데, 상담 선생님과 관계라기보다는 그냥 직원이나 선생님으로서의 관계여가지고, 할 얘기만 하고 딱히 다른 건 없었어요 상담은 그냥 상담뿐이었고, 그냥 그분도 일이니까 형식적인 거라고 생각했지. 저는 계속 해왔던 과정이니까 그냥 익숙해져버린 것 같아요” (참여자H)

라) 고립·은둔으로 인한 개인 내적 변화

고립·은둔으로 인한 개인 내적 변화로는 정서변화, 인지변화, 자기 성찰 및 자아 성장으로 나누어 볼 수 있었다.

① 정서변화

고립·은둔 이후 정서변화로는 단절감 및 외로움이 대체로 보고되었다. 또한, 무력감, 부정적인 감정상태 지속, 타인시선에 대한 불안감, 부러움, 죄책감 및 혐오감도 보고되었다. 한편, 외로움과 편안함의 양가감정이 나타난 경우도 있었으며, 편안함을 보고한 경우도 있었다.

“거의 정서적 단절이 좀 더 맞는 것 같아요 신체적 육체적이라기보다는 정서적으로 이미 단절되어버렸다. 그런 쪽이 조금 더 맞는 것 같네요 예전에도 지금이랑 비슷하게 살긴 했지만, 고립·은둔 이후에 정서적으로 좀 더 힘들어졌다는 게 좀 더 맞겠죠 그냥 안개 속에 홀로 있는 기분, 그거 한마디로 정리될 것 같아요 그래도 밤하늘이라고 하면은 별빛이라도 이정표가 되는 데, 진짜 아무것도 안 보이니까.” (참여자H)

“솔직히 얘기하자면 은둔한 게 훨씬 더 편했어요 안 나가도 되고 여기서 할 수 있는 거 다 할 수 있고 다른 사람을 만나는데 강박증이 있었다면 그것도 아예 없어지고, 건강이 훨씬 좋아졌어요 밖에 안 나가면서 스트레스 안 받으니까 근육통도 없어지고, 마음 편한 상태도 유지되

고” (참여자H)

② 인지변화

고립·은둔 이후 인지변화로는 자기 혐오 및 비하가 대체로 보고되었으며, 타인의 시선에 대한 불안감도 포함되었다.

“저는 제 스스로를 되게 그때는 되게 싫어하고 혐오하고 좀 그랬었어요 제가 제 모습을 받아들이지 못하겠는 거. 제 스스로에 대한 실망이랑 자책하고 이런 감정들도 힘들었고 또 어떻게 해야 될지 모르겠고 막막한 게 힘들었던 것 같아요” (참여자D)

“(참여자J) 정말 일단 눈치 보이는 게 제일 컸고요 아무래도 혼자만 있다는 게 괜히 사람들이 저를 왜 혼자라고 생각하지 않을까 싶기도 하고 너무 제 또래들은 저와 다르게 정말 예쁘게 꾸미고 정말 대학생처럼 지내고 있는데, 저는 그런 초췌한 모습이 굉장히 눈치도 보이고 하는 것 같아요” (참여자J)

③ 자기성찰 / 자아성장

고립·은둔으로 인한 자기성찰과 자아성장에 대해서는 자기 이해, 자기수용이 대체로 보고되었으며, 자해행동 감소 또는 자유로운 시간 속의 긍정적인 기분도 포함되었다.

“나에 대해서 좀 알아갈 수 있는 시간도 됐던 것 같고, 나는 어떤 사람이고 약간 내가 좋아 하는 거 나는 어떻게 살아가야 할지 약간 그런 거에 대해서 전반적으로 생각할 수 있는 그 계기가 됐던 것 같아요 자기 성찰을 할 시간이 있다는 거 그게 좀 긍정적인 부분이 아닐까 싶어요” (참여자G)

“은둔과 고립 경험이 저에게는 어쩔 수 없는 거는 수용하고 어쩔 수 있는 거는 내가 바뀌어야겠다는 용기를 좀 가져야겠다는 그런 지혜를 저에게 가져다 준 것 같아요” (참여자L)

2) 고립·은둔 극복

청소년이 고립·은둔 극복과 관련해 경험한 것에 대한 질문에서는 고립·은둔 극복 계기, 극복 이후 변화한 모습, 극복에 효과적인 도움 요소가 추출되었다. 또한, 고립·은둔 극복 실패 요인과 재고립·재은둔 재발 경험에 대한 요소도 추출되었다.

가) 고립·은둔 극복 계기

고립·은둔 극복 계기로는 개인 내적 동기, 지지자원, 다양한 활동 시도로 나누어 볼 수 있었다.

① 개인 내적 동기

고립·은둔 극복에 대한 개인 내적 동기로는 삶의 의미 재구성 및 태도변화, 고립·은둔 생활 극복을 위한 노력 시도가 대체로 보고되었다.

“이제 외부로 나가자 이런 결심을 한 거는 이제 조금 뭐라고 해야 할까 사람으로서 1인분을 해야겠다는 생각이 들었어요 이제 제가 죽고 싶은 건 아니긴 했지만 이렇게 아무래도 좋은 거는 그냥 죽는 게 낫지 않나 이런 생각이 들고 또 그렇게 생각을 하니깐. 근데 죽기 위해 노력하기는 귀찮고 근데 또 노력하기 귀찮으면 어차피 살아야하니깐, 살려면 1인분은 해야 하지 않나 이런 생각이 들어서 그런 생각이 좀 구체화가 되면서 외부 활동을 다시 시작하게 되었어요.” (참여자E)

“제가 새로운 사람을 만날 때 너무 힘들어서 사실 혼자 집에만 있다는 게 남들이랑은 많이 다른 삶이라는 거를 저도 알고 있어서 아르바이트도 한번 해보려고 노력은 해봤었거든요.” (참여자J)

② 지지자원

고립·은둔 극복에 대한 지지자원으로는 부모 등 주변 사람들의 지지와 격려, 기관 및 시설의 지원이 대체로 보고되었다. 한편, 애완동물과의 교류도 지지자원으로 포함되었다.

“2학년 올라가는 겨울방학 때 진짜 오랜만에 이제 중학교 친구가 연락이 온 거예요 그 애랑 저랑 좀 친했거든요 이제 오랜만에 만났는데 이제 또 잘 맞는 거예요 상황이 그러다가 이제 약간 그 친구의 도움으로 약간 다시 좀 새롭게 시작할 수 있도록 개가 막 친구 좀 더 만들어주고 같이 놀러 다니자 해서. 원래 이제 일주일에 그냥 한 번 나갈까 말까 이 정도였는데, 학교 갈 때 빼고 근데 거의 한 일주일에 두세 번 정도 나가고 그래서 그 친구가 이제 그렇게 해줘서 된 것 같아요.” (참여자B)

“학교밖청소년지원센터에 자주 나갔고 계속 나가서 나가서도 힘들어했는데 그때는 이제 학교밖청소년지원센터 선생님의 도움을 많이 받았던 것 같아요 그래서 집에서 좀 벗어나는 연습도 하고 그냥 새로운 환경에 다시 적응을 하면서 계속 제가 중학교 때부터 가지고 있던 힘들에 대해서 조금씩 해소해 나가는 작업들을 해나갔던 것 같아요 작년부터는 이제 숨어들거나 그런 건 없었던 것 같아서 작년만은 극복했다라고 볼 수 있을 것 같고 계기는 센터 선생님들이 많이 도와주셨던 게 이제 계속 쌓이고 쌓이다 보니까 저도 이제 내적으로 힘이 생긴 게 아닐까 싶어요.” (참여자G)

③ 다양한 활동 시도

고립·은둔 극복 계기와 관련된 다양한 활동 시도로는 기관 방문 및 프로그램 활동이 대체로 많이 보고되었다. 또한, 경제활동, 옥외에서 혼자 하는 활동 시도, 취미활동 시도도 포

함되었다.

“청소년 자치 활동도 하고 있고 하다 보니까 오히려 그런 쪽으로 조금 더 에너지가 쏟렸던 것 같아요 그래서 다시 운동을 하기 보다는 오히려 활동을 더 열심히 하고 싶고 그런 마음이 있는 것 같아요” (참여자G)

“저는 그냥 일단 바깥에 나가는 것 자체를 안 해서 바깥에 나가서 잠깐 걸어보고 몇 번 걸어보고 좀 사람 많은 데 좀 가보고 아니면 마트 한번 가보고 이런 식으로 시작했어요 제가 계속 안 나가다가 예전에 다녔던 센터에 있는 선생님이 만나자고 해서 갔는데 그때 꽃도 엄청 폼고 이런 거예요 그래서 좀 밖에 나가서 이런 자연들도 구경해보자 이런 생각을 했던 것 같아요” (참여자A)

나) 고립·은둔 극복 이후 변화한 모습

고립·은둔 극복 이후 변화한 모습은 행동의 변화, 대인관계, 건강상태, 삶에 대한 태도의 변화로 나누어 볼 수 있었다.

① 행동의 변화(생활패턴)

고립·은둔 극복 이후 행동의 변화로는 진로 및 취업 활동이 대체로 보고되었다. 또한, 규칙적인 생활패턴, 외부활동 변경 확대도 포함되었다.

“지금은 수련관에서 사무보조하고 있습니다. 한 지금 2월 말부터 시작했으니까 이제 한두 달 정도 일했어요 4개월 계약직이라서 지금은 하루에 8시간씩 주 40시간 근무해요” (참여자H)

“일상생활에서는 그냥 제 일상의 루틴을 찾은 거. 그냥 몇 시에 일어나서 언제 나가고 나가서 뭐 하고 이런 그냥 규칙적인 생활이 가능해졌던 것 같아요 그리고 정서적으로는 아무래도 밖으로 나오니까 이게 좀 혼자 에너지를 회복할 시간도 필요하긴 한데, 밖에서 사람들과 어울리면서 얻는 에너지도 분명히 있다고 생각을 하거든요 그래서 그 부분에 대해서 정서적으로 도움이 되지 않았나 싶어요” (참여자G)

② 대인관계

고립·은둔 극복 이후 대인관계 변화로는 새로운 관계 형성이 대체로 보고되었다. 또한, 회피 경향 감소, 가족과 관계 회복도 포함되었다. 한편, 최소한의 관계 유지, 대인관계 불안의 반복 및 지속에 대한 보고도 있었다.

“청소년단 활동을 해서 조금 더 제가 대인관계에 발전이 되고 도움이 되지 않을까 싶어서

용기를 내서 청소년단에 지원을 했었던 거고 그리고 생각보다 청소년단에서 활동을 했을 때 그렇게 어려움이 있었다고 생각이 들지는 않아요” (참여자A)

“오히려 지금 나가게 되면서 더 힘들어졌어요 지금은 사람 만나고, 일해야 하니까 더 힘들어요” (참여자H)

③ 건강상태

고립·은둔 극복 이후 건강상태 변화로는 정신 건강 회복이 대체로 보고되었다. 또한, 신체 건강 회복도 포함되었다. 한편, 고립·은둔 극복 후 불안 증상이 재발되었다는 보고도 있었다.

“지금은 좀 괜찮아요 약은 요새 줄이고 있어요 근데 아침 약 먹는데 저녁 약은 약간 수면 유도제가 있어서 잘 안 먹어요 감정 뭐라고 설명하기 애매한데, 기쁠 때도 있고 행복할 때도 있으니까 어느 한쪽으로 기울지는 않은 것 같아요 지금은 그냥 딱 중간 아무 생각이 없다.” (참여자B)

“몸이 다시 나빠지기 시작했습니다. 신경 쓸 게 다시 들어오다 보니까 머리가 엄청 아프더라고요. 원래 은둔 전이 훨씬 더 건강했던 것 같은 느낌. 안개가 걷히면 좀 더 불안하니까. 오히려 그 안개 속에서 안정감이 있을 수도 있는데 지금 조금 걷히는 거 보니까 어떡하지 하는 불안감이 들어요” (참여자H)

④ 삶에 대한 태도의 변화(인지변화)

고립·은둔 극복 이후 삶에 대한 태도의 변화에 대해서는 주체적인 삶의 태도로 변화되었다는 보고가 대체로 많았다. 또한, 미래를 위한 준비에 대한 보고도 포함되었다.

“아무래도 그렇게 되면서 좀 저 자신에 대해서 좀 관대하게 바라보고, 부정적으로 생각하지 않고 긍정적으로 생각하는 부분이 좀 많아진 것 같고, 그다음에 취미나 좋아하는 것들을 많이 찾기도 하고, 그다음에 제가 제 삶의 주체가 돼서 좀 행동할 수 있게 된 것 같아요” (참여자D)

“진로에 대한 계획은 아직 안 썼어요 그래도 검정고시는 올해 붙었고, 수능도 칠거예요” (참여자B)

다) 고립·은둔 극복에 효과적인 도움

고립·은둔 극복에 효과적인 도움으로는 심리지원, 활동지원, 생활지원, 지지체계, 지원시 유의사항으로 나누어 볼 수 있었다.

① 심리지원

고립·은둔 극복을 위한 도움으로 심리지원에 대해서는 심리상담 및 치유 프로그램이 가장 많이 보고되었다. 또한, 자조모임도 포함되었다.

“일단 아무리 힘들어도 상담 전문가랑 상담해 보는 거나 자기 마음을 확실하게 표현할 수 있는 시간들이 있으면 좋겠다는 생각이 들어요 현재 상황에 대해서 많이 생각해보고” (참여자K)
“은둔형 외톨이나 중독 관련 자조 모임을 꾸준히 하면서 그러면서 천천히 변화해 나갈 수 있었던 것 같아요.” (참여자L)

② 활동지원

고립·은둔 극복을 위한 도움으로 활동지원에 대해서는 욕구 맞춤형 체험 활동이 대체로 보고되었다. 또한, 자립 역량 지원, 학업 지원, 정기적인 출석을 할 수 있는 활동도 포함되었다.

“동아리를 했었는데 그때 저랑 제가 관심 있는 분야에 있는 사람들이 만나서 얘기 나누고 그리고 창작을 하고 이랬을 때 제일 도움이 됐던 것 같아요 내가 직접 체험할 수 있는 활동들이나 그런 자격증도 괜찮고, 스테디도 괜찮고 동아리나 아니면 그냥 놀러 가는 걸로 직접 움직이는 게 제일 도움이 됐던 것 같아요” (참여자A)

“자퇴하기 전에 학교밖청소년지원센터에 대해서 먼저 알아봤었는데 그때 오히려 학교보다 도움이 되겠다는 생각이 들었던 것 같아요 뭔가 그냥 제가 학교에서 단순히 그냥 힘든 데 앉아서 버텨서 졸업장을 따내는 게 아니고 같이 뭔가 제 스스로 노력을 해서 검정고시를 따서 졸업 학력을 따내는 거잖아요 일단 그 과정에서 도움을 받을 수 있다는 것도 매력이 있었고 그냥 다양한 프로그램들이 약간 좀 나를 찾아가는 데 도움이 되겠다는 생각이 있었던 것 같아요” (참여자G)

③ 생활지원

고립·은둔 극복을 위한 도움으로 생활지원에 대해서는 경제적 지원, 자립 활동 기획 지원이 대체로 많이 보고되었다.

“생각보다 지원이 안 나와요 진짜예요 예를 들자면 책 같은 거 살 때 책 지원을 해주거나, 뭔가 학교 다니는 애들만큼 지원을 해줬으면 좋겠어요” (참여자B)

“괜찮은 자리가 집 주위에만 있었어도 금방 깨졌지 않았을까 하는 생각이예요 은둔 생활 내내 알바를 하고 싶은 생각은 있었는데 집 주위에 상권이 없는 건 아닌데 직원을 안 뽑아서 약간 교통비 같은 거 내고 사람 많은 곳 갈 생각하니까 좀 아찔해져가지고 알바를 못하고 있었거든

요” (참여자M)

④ 지지체계

고립·은둔 극복을 위한 도움으로 지지체계에 대해서는 주변사람 및 친구가 대체로 많이 보고되었다. 또한, 가족, 은둔 외톨이 경험 친구의지지도 포함되었다.

“이 친구가 그냥 일단 말을 많이 해줬어요 뭐 하자 약간 행동을 할 수 있는 말, 실행할 수 있는 말 이런 거, 게임하자 또 노래방 가자 이런 거요” (참여자B)

“아무래도 학교밖청소년지원센터에 저랑 상황이 비슷한 친구들이 좀 있지 않을까 싶은 생각이 드니까. 네. 아무래도 저랑 같은 상황에 있다는 것 자체만으로도 저에게 뭔가 위로가 될 것 같아요 저랑 비슷한 또래들과 상황인 친구들끼리 만나서 같이 상담을 해보면 서로 나만 이렇게 생각한 줄 알았는데 이 친구도 그랬구나 싶은 생각이 들 수 있으니까 오히려 힘도 되고 항상 그랬으면 좋겠다 싶었어요” (참여자J)

⑤ 지원 시 유의사항

고립·은둔 극복을 위한 도움을 주기 위한 지원 시 유의사항에 대해서는 개별성과 자율성 존중, 체계적인 지원체계를 대체로 보고하였으며, 공감적 태도도 포함되었다. 반면, 부정적인 상담경험에 대한 보고도 많았다.

“저처럼 밖에 나가기를 무서워하는 어려워하는 사람들은 대중교통 타는 것도 참 힘들 수 있거든요 그래서 줌으로 하는 것도 정말 좋은 것 같아요 얼굴을 안 보고 처음에 줌이나 통화로 하다가 그 선생님과 정도 듣고 실제로 만나서 보고 싶으면 한번 나가서 선생님이랑 실제로 보고 얘기를 해볼까 싶은 마음도 들 수 있을 것 같아요” (참여자J)

“저는 뭔가 도움 받을 수 있는 그 체계들의 구조화가 좀 중요할 것 같다는 생각이 들어요 그래서 상담이라든가 주변에 어른들이 분명히 없지는 않거든요 근데 조금 더 마음을 열 수 있는 요소도 필요하고, 어떤 식으로 도움을 줄 수 있고 약간 이런 걸 사전에 구조화를 해놔야지 서로 안전한 관계를 유지하면서 도움을 주고받을 수 있는 게 생긴다고 생각을 하거든요” (참여자G)

“이게 말로만 하다 보니까 잘 전달되지 않는 것도 있고 사실 해결되는 거는 없잖아요 그냥 상담이니까 그래서 그거에 대해서 이게 꼭 필요할까라는 회의감이 들기도 했어요” (참여자A)

라) 고립·은둔 극복 실패요인

고립·은둔 극복 실패요인으로는 타인과 신뢰감 형성 어려움, 하고 싶은 활동시도의 한계로 나누어 볼 수 있었다.

① 타인과 신뢰감 형성 어려움

고립·은둔 극복 실패요인 관련 타인과 신뢰감 형성 어려움에 대해서는 상담자와 라포형성이 안됨, 사람을 대하는 것이 어려움, 남들의 시선이 신경쓰임이 보고되었다.

“선생님이 내가 힘들면 상담을 해도 된다고 했는데. 그냥 상담 쌤이랑 얘기를 해도 상담 선생님이 저한테 네 이야기는 틀렸다. 이런 거를 강요했었던 그런 적이 있었는데.” (참여자F)

“아르바이트를 한 번 했는데 거기에서 새로 처음 보는 사람이랑 얘기를 하려니까 너무 식은땀이 나고, 말이 제대로 안 나오고, 일이 힘들다기보다는 사람들을 상대하고 사람들이랑 얘기하는 게 너무 힘들어서 3일 만에 그만뒀다거나 1일 만에 그만뒀다거나 그런 적이 되게 많아요.” (참여자J)

② 하고 싶은 활동시도의 한계

고립·은둔 극복 실패요인으로 하고 싶은 활동시도의 한계에 대해서는 하고 싶은 활동에 비용이 많이 든다는 보고가 있었다.

“되게 현실적으로 힘들었던 것도 좀 있는데 운동도 돈이 든다는 거. 약간 흥미가 있는 종목이라고 해야 되나 해보고 싶은 운동 같은 것들이 생겨도 약간 돈이 든다는 것 때문에 멈춰서 딱히 아무것도 못해서 이제 시간을 허비하고 망했었어요. 다양하게 클라이밍이랑, 필라테스, 헬스 그리고 유도 약간 이런 것들을 해보고 싶었는데 대체로 그냥 홈트가 아닌 이상 돈이 많이 드니까요.” (참여자M)

마) 재고립·재은둔 재발 경험

재고립·재은둔 재발 경험에 대해서는 원인과 극복 요인으로 나누어 볼 수 있었다.

① 원인

재고립·재은둔 재발의 원인으로는 고립·은둔 하게 되었던 스트레스에 다시 노출, 탈은둔 이후 심리적 재소진, 대인관계 어려움 발생, 지지체계의 상실이 보고되었다.

“(참여자L) 제가 이제 은둔을 한 2년 정도를 처음 은둔했을 때, 2년 정도를 은둔을 하다 보니까 다른 친구들보다 더 늦었다는 생각을 많이 했어요. 그래서 제가 할 수 있는 것보다 더 많은 일을 했고, 그다음에 최대치의 에너지를 많이 끌어다가 썼었거든요. 그러면서 번 아웃이 오고, 그 번 아웃으로 인해서 또 은둔을 2차로 하고 그렇게 했기 때문에, 제가 제 에너지 조절을 제대로 잘 하지 못 하면 또다시 번 아웃이 와서 은둔을 하게 되지 않을까라는 걱정이 좀 있기는 해요.” (참여자L)

“일단 가장 큰 스트레스를 받은 게 인간관계에서 나온 건데 인간관계를 다 끊으니까 그런 생각들이 없었던 것 같아요. 근데 아마 인간관계를 다시 시작하면 또 생겨날지 모르겠어요. 그런 은둔을 하고 싶다는 생각들.” (참여자K)

② 극복 요인

재고립·재은둔 재발을 극복할 수 있는 요인으로는 돌봐야 하는 가족 등 삶의 의미가 분명한 경우가 보고되었다.

“이제 슬슬 아빠도 정년이 다가오고 하니까 제가 여동생들하고 같이 사는 것도 그렇고 돈 벌긴 벌어야 하잖아요. 한 명이라도 돈 더 벌긴 해야 해서. 게다가 지금 여동생 세 명 중에 한 명이 대학 가 있어야 하고 돈 벌어야 해요. 돌고 돌아 돈하고, 가족 때문이죠.” (참여자H)

다. 청소년 심층면접 결과 요약 및 시사점

본 연구의 청소년 심층면접 결과를 통한 시사점을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 고립·은둔 청소년에 대해 정확한 이해와 평가에 기반한 맞춤형 사례 개입이 필요하다. 청소년의 고립·은둔은 개인마다 다른 요인에 의해 발생하고, 다른 형태로 나타난다. 심층면접에서 나타났듯이 고립·은둔 청소년은 학교 자퇴, 학교생활 부적응, 대인관계에서의 어려움, 심리·정서적 어려움 등 다양한 이유로 고립·은둔을 하게 된다. 따라서 사례관리자는 객관적이고, 중립적인 태도로 대상 청소년의 고립·은둔 계기, 삶의 변화 등 특징에 대해 관찰할 필요가 있으며, 대상 청소년의 인지·정서·행동적 특징과 주변 환경을 고려한 맞춤형 개입이 필요하다. 특히, 고립·은둔 청소년은 많은 경우에 심리·정서적 어려움을 경험하는 것으로 나타났는데, 정신장애에 관련 질병으로의 진행 여부에 대한 면밀한 관찰이 필요하며, 필요시 정확한 진단 및 치료(약물)를 받을 수 있도록 조치해야 한다.

둘째, 고립·은둔 청소년 상담 개입 시 상담자는 내담자와의 신뢰를 쌓는 등 관계형성에 우선적으로 집중해야 한다. 또한 선부른 변화를 시도하기보다 스스로 변화의 의지를 가질

수 있도록 개인 내적 변화에 초점을 둘 필요가 있다. 고립·은둔 청소년은 대체로 관계 형성에 어려움을 경험하고 있고, 고립·은둔 중에 상담을 받은 경우에도 부정적인 상담 경험이나 상담자와의 라포형성이 잘 안되었다는 보고가 있었다. 따라서 사례관리자는 다른 어떤 목표보다도 대상 청소년과의 진솔하고 신뢰로운 관계 형성을 위해 노력할 필요가 있다.

또한, 고립·은둔 청소년은 많은 경우에 정서적·인지적으로 부정적인 변화를 경험하지만, 고립·은둔을 극복한 청소년은 고립·은둔의 기간 중 자기 성찰의 시간을 통해 삶의 의미를 재구성하고, 극복을 위한 다양한 시도를 하는 것으로 나타났다. 따라서 사례관리자는 상담을 통해 청소년이 충분히 자기이해 및 수용할 수 있는 시간을 가지도록 하고, 삶의 의미에 대한 성찰을 통해 고립·은둔에 대한 극복 의지를 가질 수 있도록 개인 내적 동기를 강화해 나갈 필요가 있다. 특히, 고립·은둔 청소년이 탈고립·탈은둔 하게 된 이후 심리적 재조전 등으로 인해 재고립·재은둔하게 되었다는 보고도 있었던 만큼 상담자와 청소년 모두 무리한 상담 목표를 설정하지 않도록 유의할 필요가 있다.

셋째, 사례관리자는 고립·은둔 시기에 대한 긍정적인 관점을 갖고 개입할 필요가 있다. 고립·은둔 청소년은 고립·은둔 극복에 심리지원 이외에도 활동지원, 생활지원 등이 도움이 되었다고 보고하였다. 취미 등 문화생활 등 활동 대한 욕구가 있는 경우에는 적극적으로 내·외부 자원을 활용한 지원이 이루어질 필요가 있다. 또한, 고립·은둔 청소년은 경제 활동을 하지 못하는 경우가 많으므로 다양한 형태의 생활지원을 필요로 한다. 직접적인 경제적 지원뿐만 아니라 안정적으로 경제활동을 스스로 해나갈 수 있는 일자리나, 자립역량을 향상할 수 있는 교육들이 제공될 필요가 있다. 한편, 이러한 지원이 이루어질 때 고립·은둔 청소년 각각의 개별성과 자율성에 대해 고려할 필요가 있다. 예를 들어, 외부활동이나 다른 사람과의 집단 활동에 대해서는 청소년의 욕구와 의사가 충분히 반영되어 진행되어야 할 것이다.

넷째, 고립·은둔 청소년에 대한 개입 시 상담 서비스와 함께 지지체계를 강화해줄 필요가 있다. 고립·은둔 청소년은 가족 및 친구들과의 갈등이나 소외되는 경험에 취약한 모습을 보였다. 반면, 부모 등 주변사람들의 격려와 지지가 고립·은둔 극복에 도움이 되며, 주변의 지지체계가 필요하다고 보고하였다. 따라서 사례관리자는 고립·은둔 청소년 주변의 지지자원을 강화하고, 적극적으로 개입할 필요가 있다. 특히, 고립·은둔 청소년에 대한 부모의 수용적 태도와 지속적인 소통은 큰 보호요인이 되므로 부모에 대한 지속적인 개입이 필요하다. 또한, 자조 모임 등 비슷한 경험을 하고 있는 또래 집단과 소통할 수 있는 기회를 제공하여 지지체계를 강화하는 것도 도움이 될 수 있다.

마지막으로, 탈고립·탈은둔으로 사례를 종결하게 되더라도 지속적인 사후관리가 필요하

다. 고립·은둔 청소년들은 고립·은둔하게 되었던 스트레스에 다시 노출되거나, 심리적인 재소진, 대인관계 어려움 발생, 지지체계 상실과 같은 어려움에 다시 직면했을 때 다시 고립·은둔하게 될 것 같은 두려움을 가지고 있었다. 이는, 일반적인 상담에서의 사후관리보다 더 오랜 기간에 걸쳐, 전문적인 사후관리가 이루어져야 함을 시사한다.

3. 현장전문가 대상 포커스그룹 인터뷰

가. 참여 대상

본 연구에서는 고립·은둔 청소년을 지원하고 있는 학교밖청소년지원센터, 청소년상담복지센터, 민간 기관에 종사하고 있으면서 고립·은둔 청소년을 2사례 이상 개입해본 경험이 있고, 상담경력 기간이 최소 2년 이상인 현장전문가를 참여자로 선정하였다. 참여자들에게는 연구수행 중에 원하지 않을 경우 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있다는 점 등 연구 참여에 따른 참여자의 권리와 비밀보장에 관한 내용이 명시된 연구 참여자용 안내문과 동의서를 면접일 전에 미리 메일로 발송하여 연구 참여에 대해 서면 동의를 받았다. 최종적으로 연구에 참여하게 된 연구 참여자들은 총 15명으로, 성별은 남자 8명, 여자 7명이었다. 구체적인 참여자의 정보는 <표 4>에 제시하였다.

<표 4> 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 참여자 정보

구분	사례	성별	소속	직책	고립·은둔 상담사례	상담경력
1	참여자A	남	민간	팀장	3사례 이상	5년 이상
2	참여자B	남	민간	팀원	3사례 이상	2년 이상
3	참여자C	여	민간	팀원	3사례 이상	5년 이상
4	참여자D	남	청상복	팀원	3사례 이상	5년 이상
5	참여자E	남	청상복	센터장	3사례 이상	5년 이상
6	참여자F	남	청상복	팀장	3사례 이상	5년 이상
7	참여자G	남	청상복	팀장	3사례 이상	5년 이상
8	참여자H	여	청상복	동반자	3사례 이상	5년 이상
9	참여자I	여	청상복	동반자	3사례 이상	5년 이상

구분	사례	성별	소속	직책	고립·은둔 상담사례	상담경력
10	참여자J	여	청상복	동반자	3사례 이상	5년 이상
11	참여자K	남	학교박	팀장	3사례 이상	5년 이상
12	참여자L	여	학교박	팀원	3사례 이상	5년 이상
13	참여자M	여	학교박	팀원	3사례 이상	5년 이상
14	참여자N	남	학교박	팀원	3사례 이상	5년 이상
15	참여자O	여	학교박	팀원	2사례 이상	5년 이상

나. 질문지 구성

심층면접 질문지는 상담 관련 연구경력과 실무경험이 있는 상담전공 교육학 박사 2인을 포함한 연구자 6인에 의해 구성되었다. 최종 확정된 질문지는 Krueger와 Casey(2000)이 제시한 질문방식에 따라 도입질문, 주요질문, 마무리질문의 순으로 구성되었으며, 개방형의 질문방식으로 구성하였다. 질문지의 구체적인 내용은 <표 5>와 같다.

<표 5> 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 질문지

구분	내용
도입질문	<ul style="list-style-type: none"> ■ 인터뷰 참여자 소개, 고립·은둔 청소년 지원 관련 경험
주요질문	<ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 청소년의 특성 <ul style="list-style-type: none"> - 고립·은둔에 대한 정의 및 계기 - 고립·은둔 상태 <ul style="list-style-type: none"> * 기간, 하루일과(바깥 출입 등), 대인관계(가족, 또래 등), 학습(성취도, 진도), 인터넷·스마트폰 사용 정도, 건강상태(정신건강 포함) - 고립·은둔 청소년 부모의 특성 ■ 고립·은둔 청소년 개입방법 <ul style="list-style-type: none"> - 발굴, 평가(진단)방법, 청소년 및 부모 개입방법 ■ 고립·은둔 청소년 및 부모에게 필요한 지원 ■ 고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼에 필요한 내용
마무리질문	<ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 청소년 사례관리자로서 힘든 점 ■ 고립·은둔 청소년 개입 시 소진 예방 방법 ■ 기타 제안사항 및 의견

다. 진행절차 및 분석방법

현장전문가 포커스그룹 인터뷰는 2024년 4월 11일부터 4월 30일까지 비대면(화상)으로 진행되었다. 인터뷰는 한 그룹당 5명씩 나누어 총 3회, 각각 1시간~2시간씩 인터뷰를 진행하였으며, 본원 연구진은 각 인터뷰마다 2인씩 참여하여 진행하였다. 인터뷰 진행 전 연구의 목적을 설명하고, 면접 내용의 녹화에 대한 동의를 구하였으며, 사전에 질문지를 발송하여 인터뷰 내용을 숙지할 수 있도록 하였다. 인터뷰 내용은 축어록 형태로 전사되어 분석자료로 사용되었다. 전사된 자료는 연구진이 축어록을 반복적으로 읽어가면서 내용의 의미를 파악하고 주제별로 범주화하였다. 범주화하는 과정에서는 각각의 의미단위들을 유사성, 구별성, 관련성 등을 기준으로 검토하면서 의미가 정확히 전달되는지와 각 의미들을 대표할 수 있는 내용으로 범주화 되었는지 살펴보았다. 도출된 범주와 내용은 교육학 박사 2인의 감수를 통해 최종 수정되었다.

라. 분석결과

현장전문가 15명의 인터뷰를 분석한 결과 총 4개 영역, 19개의 대범주, 68개의 하위범주, 178개의 의미단위를 추출하였다. 구체적인 분석 결과는 <표 6>에 제시하였다.

<표 6> 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 분석 결과

영역	대범주	하위범주	의미단위
고립·은둔 청소년의 특성	고립·은둔 정의	고립형의 주요 특징	가족과 친구 등 대인관계 및 교류가 단절된 상태
			학교를 일주일에 한 번 정도 빠지면서, 대인관계가 없는 경우
			자신에게 관심을 가지고, 도와줄 수 있는 사람이 없는 경우
		은둔형의 주요 특징	스스로 의도적으로 숨은 상태
			정서적 단절에 의한 고립이 심화된 형태
		고립·은둔의 주요 특징	대부분 자신의 방이나 집에서 머물
			대인관계가 매우 제한적이거나, 없음
		고립·은둔을 정의할 때 필요한 기준	식사와 수면에서의 개인 관리 수준
			스스로를 고립시키는 경우와 바깥세상과 접촉할만한 수단이 없는 경우로 나누어 구분 필요
			가족과의 단절 여부, 친구 등 대인관계의 단절 여부, 일상생활 적응 정도라는 세 가지 요건이 맞아야 함

영역	대범주	하위범주	의미단위
			연령에 맞는 사회 활동 지속 여부
			온라인에서 관계 형성 여부
			본인 상태에 대한 만족 여부에 따라 구분 필요
			고립·은둔 기간과 외부활동 정도에 따라 구분 필요
		정의하기 어려운 경우	사회적 활동을 어느 정도 하는 경우 정의를 내리기 어려움
	핵심감정	자신에 대한 무가치함과 무망감 및 정서적 고립 사회적 활동 시도 자체에 대한 공포감과 욕구 상실	
	고립·은둔 계기	고립·은둔 위험요인	지지체계 부재
			경제적 어려움
			대인관계에서의 어려움
			군대 입대 등 환경변화에 부적응
			경계선 지능, ADHD
		자퇴 등 학교생활 부적응	
	고립·은둔 촉발요인	성적, 부모의 기대 등 과도한 압박의 지속 코로나 19 이후 익숙해진 무등교	
	고립·은둔 상태 (삶의 변화)	기간	6개월 이상 지속되면 심각해짐
			3년 전·후가 가장 많음
			10년 이상 장기화되기도 함
		생활패턴	밤늦게 자고, 낮에 일어나는 수면패턴
			집이나 방에 틀어박힘 급격히 무너지는 생활패턴
		외부 활동	취미활동이 없음
			최소한의 외출만 함
		온라인 활동	인터넷 과의존
		학업	학업 성취도가 낮음
			학업 성취도가 높은 경우도 있음
	건강	신체건강 악화	
	가정 환경	부모의 돌봄이나 관리 부족	
	용모관리	잘 씻지 않고, 외모를 관리하지 않음	
	대인관계	가족관계	가족 관계가 불안정함 가족만 교류함
또래관계		친구들과 관계단절	
고립·은둔으로 인한 개인 내적 변화	정서변화	무더진 감정과 무망감	
		불안	
		두려움(남의 시선, 실패 등)	
		우울감	
		무력감	
		자포자기	
고립과 탈고립 사이의 양가감정			

영역	대범주	하위범주	의미단위
		인지변화	자기 혐오 및 비하
			자살사고
			무시당한다는 피해의식
			책임전가(남탓)
	고립·은둔 청소년 부모의 특성	특징	부부간 심한 갈등 지속
			자녀의 문제에 대해 수치심을 느낌
			무력감과 막막함 호소
			전반적으로 사회성 부족
			상담자 앞에서만 좋게 이야기하는 이중적인 태도
			자녀에게 강압적으로 성취 강요
		양육태도	자녀의 은둔으로, 부모도 은둔
			자녀에 대해 무관심
			자녀에 대한 과도한 비난과 언어폭력
			자녀에 대한 과도한 기대와 압박
			방임적인 양육태도
			경제적 어려움으로 인한 돌봄 부재
			비일관적 양육태도
			과도하게 허용적인 양육태도
고립·은둔 청소년 개입 현황	고립·은둔 청소년 발굴	발굴 경로	가족, 교사의 의뢰
			지인의 의뢰
			스스로 신청(청년의 경우)
			청소년안전망, 지자체 등 유관기관에서 의뢰
			종교시설에서 의뢰
	발굴 수단	온라인을 통해 발굴	
		지자체 등 공공기관을 통해 홍보 및 발굴	
		버스 또는 전단지 및 리플릿을 통해 홍보 및 발굴	
		학교밖청소년지원센터에 미등록된 학교 밖 청소년 대상 홍보 및 발굴	
		청소년의 관심사에 대한 이야기로 발굴 시도	
	발굴 노하우	학교에서 관계가 잘 되는 사람을 활용하여 발굴 시도	
		주거침입 신고에 대비하여 경찰 또는 시청 사례관리팀과 함께 개입	
		문 밑으로 쪽지를 주고받는 것으로 발굴 시도	
		청소년이 준비될 때까지 기다림	
		작은 미션을 부여하고 보상 제공으로 관심 유도	
		상용 온라인 플랫폼을 상시 소통 창구로 활용	
		발굴 시 겪는 어려움	청소년 당사자의 상담 거부
	부모의 자책감과 은둔적 특성		
실제로는 고립·은둔이 아닌 경우가 많음			
기존 공적 서비스에 대한 부정적인 경험			

영역	대범주	하위범주	의미단위	
	고립·은둔 청소년 평가	평가 방법	별도 평가 척도 사용하지 않음	
			은둔 청소년 스크리닝 척도 사용	
			MMPI 및 대상 관찰을 통해 평가	
			자체 평가 척도 및 면접을 통해 평가	
		평가 시 유의할 점	기 개발된 평가 척도는 있지만 아직 검증되지 않음	
			정확한 진단의 필요성에 대한 의문	
			평가 척도 문항 수는 최소화 필요	
			고립·은둔 기간은 유연하게 적용 필요	
			고립·은둔 상태 중심의 평가 필요	
			정신병리 유형 세분화 필요	
		상담 지원	라포형성 방법	청소년의 장점에 대해 칭찬하기
				청소년 상태에 맞게 타당화 해주기
	청소년의 관심사항에 대해 관심과 공감해주기			
	보드게임 등 함께할 수 있는 활동 같이 하기			
	상담자보다 내담자가 말을 할 수 있도록 유도			
	상담이 편하고, 안전한 환경이라는 확신 심어주기			
	상담형태		방문 상담	
			찾아오는 상담	
	핵심적인 치료요인		정서적지지 및 격려	
			필요로 할 때 나를 도와주는 사람이 있다는 것을 느낄 수 있도록 개입 필요	
	효과적인 개입방법		간식이나 차를 마시면서 이야기하기	
			가벼운 스킨십을 통한 교감	
			내담자의 생각과 의견에 대해 가치 판단 하지 않음	
			외부에서 활동 같이 하기	
			미션을 수행하는 형태의 활동 수행 및 격려 지속	
			여러 기관의 사례관리자들이 참여하는 사례회의 운영을 통해 개입방향 설정	
			동물매개 치료 병행	
			생활 속에서 청소년과 접촉할 수 있는 기회 확대	
효과적이지 않은 개입방법	압박, 비난, 평가 받는 느낌이 들게 하는 개입			
	사람에 대한 불신			
어려웠던 장애 요인	대화 거부			
	센터 자체 한계(내방상담만 가능)			
	다양한 기관이 함께 개입하는 경우, 컨트롤타워 역할을 하는 기관 필요			
	라포형성이 어렵고, 자주 드롭아웃(Drop out)됨			
상담 외 지원	집단프로그램	자조모임 운영		
	활동 지원	청소년의 흥미에 맞춰 활동 프로그램 제공		

영역	대범주	하위범주	의미단위	
고립·은둔 청소년 및 부모에게 필요한 지원	부모개입	효과적인 개입방법	청소년 상담 거부 시 부모에 대해 선제적으로 개입 자녀에 대해 노력하고 있는 부분에 대한 지지 제공 자녀의 프로그램 참여 현황에 대해 공유 및 피드백 제공	
			고립·은둔 관련 콘텐츠 제공	
			사례관리자와 부모가 함께 노력하는 것에 대한 강조 필요	
		개입 시 유의사항	부모가 바뀐다고 무조건 자녀의 고립·은둔이 해결되는 것은 아님	
	발굴	학교 내·외의 발굴 체계	고립·은둔 징후에 대한 선제적 개입 필요	
			학교, 가정, 지역 센터 간 협조체계 필요	
		활동 지원	체험, 놀이 등 다양한 활동 개입 필요	
			언제든 참여할 수 있도록 꾸준히 프로그램 운영 필요	
			비슷한 경험을 가진 사람과의 멘토링 필요	
			탈고립·탈은둔 이후 원활한 사회진입을 위한 사후관리 지원 필요	
			생활 지원	경제적 지원 필요
			온라인 콘텐츠 및 플랫폼 지원	온라인에서 할 수 있는 심리검사 필요 온라인에서 할 수 있는 보드게임 등 활동 콘텐츠 필요 비슷한 또래끼리의 자조모임 등 관계를 맺을 수 있는 온라인 플랫폼 필요
		부모 지원	부모상담 및 교육	부모를 위한 체계적인 교육 프로그램 필요 고립·은둔 자녀를 둔 부모들의 자조모임 필요
			부모대상 검사도구	부모의 양육태도, 부모-자녀 관계를 파악할 수 있는 척도 필요 부모가 자녀의 정신건강 상태를 파악할 수 있는 척도 필요
			부모상담 시스템	부모를 위한 심리지원 필요
				청소년1388 등 24시간 전화 상담을 지원할 경우, 사례에 대한 기본 정보의 공유 필요 전화상담 시 가급적 동일한 상담자에 의한 지원 필요
			부모를 위한 콘텐츠	부모가 참고할 수 있는 부모용 매뉴얼, 책자 등 필요
		정책	지원 체계	상담 접근성 향상을 위해 다양한 민간 기관에서 상담이 운영될 수 있는 시스템 필요
학교밖청소년지원센터의 사례는 외부활동이 가능한 시점에 청소년상담복지센터로 연계 필요				
기존 학교밖청소년지원센터, 청소년상담복지센터 외에 고립·은둔 청소년을 위한 별도 중점 지원 기관 필요				

영역	대범주	하위범주	의미단위
			청소년과 부모를 나누어 전담하는 사례관리자 필요
			사례관리자가 더 많은 시간을 투자할 수 있도록 지원 체계가 마련되어야 함
			실적과 상관없이 고립·은둔 청소년과 다양한 접촉 시도를 할 수 있어야 함
			부모가 개입을 원하지 않지만, 개입을 해야 하는 경우에 대한 대응 체계 필요
			지원 인력이 부족한 경우 서로 다른 기관이 청소년과 부모를 각각 전담지원 필요
		상담 인력 지원	상담 인력에 대한 처우 개선 필요
			사례관리자의 소진 방지를 위한 지원 필요
			상담 인력의 역량 향상을 위한 정기적인 교육 지원 필요
		사회 인식 개선	고립·은둔 청소년에 대한 사회적 인식 전환 필요
		고립·은둔 청소년 사례개입매 뉴얼에 필요한 내용	상담 개입
청소년 본인과 가족 모두의 노력이 있어야 한다는 부분에 대한 명시 필요			
상담 중기 개입	미션 수행 형태의 활동 내용 필요		
	자존감 회복, 그동안의 노력에 대한 격려, 지지적인 대상 되어주기에 대한 내용 필요		
상담 후기 개입	저항에 대한 개입 내용 필요		
	청소년 의사가 반영될 수 있는 종결 절차 필요		
사후관리	상담 취소(노쇼 또는 드롭아웃(Drop out)에 대한 대응 방법 필요		
	상담 종결에 대한 허용적이며, 구체적인 지침 필요		
부모상담	재고립·재은둔 시 개입을 포함한 사후관리 내용 필요		
	어려운 내용보다, 다양한 유형에 대해 쉽게 실행할 수 있는 개입 내용 필요		
기타			부모에 대한 정서적 지지 등 개입 필수
			고립·은둔 단계별 지원
		고립·은둔의 단계 구분 및 단계별 지원 필요	
		사례관리자의 역할	사례관리자의 정확한 직무와 역할, 자격, 필요한 환경에 대한 명시 필요

1) 고립·은둔 청소년의 특성

고립·은둔 청소년의 특성에 대한 질문에서는 고립·은둔 정의, 계기, 상태, 대인관계 요소가 추출되었다.

가) 고립·은둔 정의

고립·은둔 정의는 고립·은둔의 주요 특징, 고립·은둔을 정의할 때 필요한 기준으로 나누어 볼 수 있었다.

① 고립·은둔의 주요 특징

고립형의 주요 특징으로는 대인관계 및 교류가 없거나 단절된 상태, 도와줄 사람이 없는 경우로 보고되었고, 은둔형의 주요 특징으로는 스스로 의도적으로 숨은 상태 또는 고립이 심화된 형태로 보고되었다. 고립형과 은둔형의 공통된 특징으로는 대부분 자신의 방이나 집에서 머물거나, 대인관계가 매우 제한적이거나 없는 것으로 나타났다.

“이제 가족과 친구 대인관계의 교류가 끊어지거나 이제 없어진 이런 상태를 이제 고립으로 보고” (참여자C)

“저가 가장 중요하게 보는 이유가 대인 관계인데 정서적 단절이에요. 이제 이들은 누구로부터도 수용받아본 경험이 별로 없어요. 이제 이게 저는 가장 크다고 봐요. 정서적 단절에 의한 고립이 곧 은둔이거든요. 고립과 정서적 단절이 좀 더 심화되고 극단화된 게 은둔형 외톨이다.” (참여자E)

“그래서 그냥 혼자 자신만의 공간 안에 지내는 청소년이 고립 은둔 청소년이 아닐까 이런 생각을 갖게 됐어요.” (참여자D)

② 고립·은둔을 정의할 때 필요한 기준

고립·은둔을 정의할 때 필요한 기준으로는 ‘식사와 수면 관리 수준’, ‘바깥 세상에 접촉할 만한 수단 여부’, ‘가족 및 대인관계의 단절 여부’, ‘일상생활의 적응 정도’, ‘연령에 맞는 사회 활동 지속 여부’, ‘온라인에서의 관계 형성 여부’, ‘본인 상태에 대한 만족 정도’, ‘고립·은둔 기간 및 외부활동 정도’를 고려해야 한다고 보고되었다. 한편, 사회적 활동을 어느 정도 하고 있는 경우에는 고립·은둔으로 정의하기 어렵다는 보고도 있었다.

“당사자가 겪는 심리적이고 정서적인 어려움이 이제 어느 정도인지를 이제 보는데, 이제 여기에서는 제일 중요한 게 저는 식사와 수면으로 이제 보고 있습니다. 왜 그러냐면 소위 말

하는 이제 개인 관리거든요. 그래서 이 개인 관리가 어느 정도 진행되고 있는냐에 따라서 좀 체크리스트에서 구분할 필요가 있지 않을까라고 봅니다.” (참여자C)

“저는 좀 중요하게 생각하는 게 그 친구들이 본인의 그런 상태에 대해서 그냥 만족하고 있는지 아니면 다시 돌아가고 싶어 하는데 그게 안 되는 건지 이런 게 조금 판단이 필요해 보였어요. 그래서 만족하고 있다면 사실 더 어려운 경우여서 그런 부분이 좀 중요하게 생각이 됩니다.” (참여자H)

“근데 또 이제 이런 문제가 있더라고요. 어떤 아이들은 친구랑 대화를 안 하고 부모님과도 잘 안 하는데 온라인에서는 너무 활발한 거예요. 유튜브도 하고 이거는 좀 고민인 것 같아요. 유튜브에서는 소위 말하는 인싸인데, 현실 세계 아니 오프라인에서는 친구도 없고 아무것도 대화를 안 하는 접촉이 없는 이게 좀 고민인 것 같습니다.” (참여자N)

나) 고립·은둔 계기

현장전문가들이 경험한 사례에서의 고립·은둔 계기는 크게 위험요인과 촉발요인으로 나누어 볼 수 있다.

① 고립·은둔 위험요인

고립·은둔 위험요인으로는 지지체계 부재, 경제적 어려움, 대인관계 어려움, 생활 환경 변화에 부적응, 경계선 지능 또는 ADHD가 보고되었으며, 자퇴 등 학교생활 부적응이 상대적으로 많이 보고되었다.

“제일 중요한 건 지지 체계가 없다. 그러니까 가족이 있음에도 불구하고 도움이 되지 않는다.” (참여자D)

“하게 된 이유는 주로 학교 밖 청소년이 많은 것 같아요 자퇴를 하는 경우가 많고, 그러면서 이게 힘들어서 이제 학교를 나왔지만 집에 있다고 그렇게 편하지 않은 생활이 되면서 점점 고립이 되는 것 같고.” (참여자B)

② 고립·은둔 촉발요인

고립·은둔 촉발요인으로는 성적이나 부모의 기대 등 과도한 압박이 지속되는 경우가 많이 보고되었다. 한편, 코로나19 이후 익숙해진 무등교가 고립·은둔의 결정적인 계기가 된 경우도 있었다.

“근데 거기 까지 갈 때까지는 다 1등을 했던 거잖아요. 근데 대학교 가서 1등을 못하는 거예요. 그럼 이제 거기에서부터 이제 좌절과 이제 부모로부터의 책망이 이제 오기 시작하는 겁

니다. 그래서 대학까지 잘 가놓고, 대학 이후에 보통 이제 은둔 고립으로 이제 들어가는 경우도 이제 있었습니다.” (참여자C)

“자기 불일치를 겪고 있는 친구였어요. 훌륭한 부모님 밑에서, 훌륭한 학교에서, 훌륭한 교우들과 경쟁을 하다가 본인이 못 미치는 것에 대한 끊임없는 불만족을 느끼다가 그 시점이 코로나였대요. 코로나 때 학교를 한 몇 개월 안 가게 됐는데 그렇게 마음이 편하더라고요. 그래서 코로나가 끝났는데도 그 뒤로 학교를 가지 않았대요.” (참여자O)

다) 고립·은둔 상태(삶의 변화)

고립·은둔 상태가 되었을 때 삶의 변화는 기간, 생활패턴, 외부 활동, 온라인 활동, 학업, 건강, 가정 환경, 용모관리로 나누어 볼 수 있었다.

① 기간

고립·은둔 기간은 대체로 3년 전·후가 많은 것으로 보고되었다. 6개월 이상 지속될 때 심각해진다는 의견도 있었으며, 5년~10년 이상 장기화 되는 경우도 보고되었다.

“약간 3년 전후가 제일 많은 것 같아요.” (참여자A)

“3년, 5년, 그다음 5년 10년 이렇게 장기화되는 것 같고요.” (참여자B)

② 생활패턴

고립·은둔 기간 중 생활패턴은 늦게 자고 낮에 일어나거나, 집이나 방에 틀어박히는 경우가 상대적으로 많은 것으로 보고되었다. 이외에도, 취미활동이 없는 경우도 보고되었다.

“낮에는 자고 밤에 활동하거나 그런 사람들이 대부분이고요.” (참여자E)

“이 친구들 그리고 취미 활동하는 거 없고 그런 것들이 가장 큰 특징인 것 같습니다.” (참여자A)

③ 외부 활동

고립·은둔 기간 중 외부활동은 최소한의 외출만 하는 것으로 보고되었다.

“외출은 하지만 사람을 안 만나고 그냥 편의점만 가서 자기 먹고 싶은 거 사서 아무 말 안 하고 그냥 들어오는 경우들은 그래도 양호한 거예요.” (참여자C)

“일주일에 하루 정도 한 번 정도 이제 간혹 가서 이제 산책 정도 하는 경우가 이제 대부분이었고.” (참여자K)

④ 온라인 활동

고립·은둔 기간 중 온라인 활동으로는 하루 종일 게임, 인터넷 서핑 등만 하는 인터넷 과의존이 많이 보고되었다.

“집에서만 게임을 한다든지 유튜브, 넷플릭스, 이런 거에 좀 어떻게 보면 과의존들이 많았
고요.” (참여자D)

⑤ 학업

고립·은둔 기간 중 학업과 관련해서는 학업 성취도가 낮은 경우도 있지만, 학업 성취도
가 높은 경우도 보고되었다.

“학습 같은 경우에는 대부분의 경우가 이제 학습 성취도가 낮았는데” (참여자D)

“대학교를 진학을 잘 해요. 소위 말하는 서울대도 가고 연세대도 가고 포항공대도 갑니
다.” (참여자C)

⑥ 건강

고립·은둔 기간 중 건강상태로는 신체건강이 악화되는 경우가 많은 것으로 보고되었다.

“아까도 얘기가 나왔지만 건강 상태 같은 경우에는 신체적으로도 불균형인 경우가 많더라
고요. 정말 관리가 안 되다 보니까 배달 음식이나 이런 패스트푸드만 먹다 보니까 살이 많이
찌고, 청소년 어린 나이인 경우 어린 나이임에도 불구하고 갑상선 항진증 아니면 고지혈증 이
런 경우도 많았고 혹은 너무 이렇게 빈약한 거예요. 나약하다고 해야 할까요. 햇볕도 안 쬐고
이러다 보니까 좀 많이 힘이 없어 보이고 이런 경우도 있었던 것 같습니다.” (참여자D)

“그다음에 일과가 보통 사람들하고 반대이면서 또는 불규칙하기 때문에 뚱뚱하거나 아니
면 굉장히 허약한 체질. 저는 올 때 면접 오면 꼭 물어봅니다. 좋아하는 운동 있냐 숨쉬기 운
동 빼놓고는 없습니다.” (참여자A)

⑦ 가정 환경

고립·은둔 기간 중 가정 환경으로는 부모의 돌봄이나 관리가 부족한 경우가 많은 것으
로 보고되었다.

“하루 일과는 사실 대부분의 경우가 관리가 안 되는 청소년들이 많더라고요. 부모님이 맞
벌이거나 아니면 한 부모 가정이거나 아니면 부모님이 없는 경우도 있었고 이런 경우에는 이
아이가 학교를 안 가더라도 학원을 안 가더라도 전혀 관리가 안 돼서 그런 보호 밖에 있는 경

우가 있었고.” (참여자D)

⑧ 용모관리

고립·은둔 기간 중 용모관리가 잘 안 되는 경우도 보고되었다.

“고립 은둔형 청소년들의 이제 외모적인 특성을 보면은 이제 이발을 거의 안 하고 있어 집 밖에 안 나오다 보니까 장발. 그다음에 잘 안 씻고 왜냐하면 나갈 일이 없으니까.” (참여자K)

라) 대인관계

고립·은둔 상태가 되었을 때 대인관계 변화는 가족관계, 또래관계로 나누어 볼 수 있었다.

① 가족관계

가족관계는 불안정한 경우도 있으나, 오히려 가족만 교류하는 경우도 보고되었다.

“제가 은둔형 외톨이를 만나봤을 때 이들은 대부분 가정 집안이 흐트러져 있어요” (참여자E)
“대인 관계는 거의 가족 안에 있으니까 가족밖에 없는 것 같고요.” (참여자B)

② 또래관계

또래관계는 단절되는 경우가 많은 것으로 보고되었다.

“친구들 사이에서도 따로 연락하는 친구가 한 명도 없다는 경우가 대다수여서.” (참여자D)

마) 고립·은둔으로 인한 개인 내적 변화

고립·은둔으로 인한 개인 내적 변화로는 정서변화와 인지변화가 보고되었다.

① 정서변화

고립·은둔 이후 정서변화로는 무더진 감정과 무망감, 불안, 우울감, 무력감, 자포자기 등이 보고되었다. 특히, 남의시선이나 실패 등에 대한 두려움이 많이 보고되었으며, 고립과 탈고립 사이의 양가감정을 나타낸 경우도 있었다.

“정서적으로는 무감정해요. 무망감이예요. 감정이 없어요. 표현하지 않아요. 아예 그냥 무뎡뎡해요. 어떤 감정을 들었나 해도 감정 자체를 감정 자체가 무뎡졌어요. 그래서 표현하지를 않아요. 무딘 감정. 무딘 그 내면을 살펴보면 슬픔이 좀 많더라고요. 그러니까 자기 이런 처지를 많이 비판하고 슬픈데 그걸 이제 접촉할 수가 없는 그런 상태, 정서적 어려움이 저는 좀 많았던 것 같고요.” (참여자E)

“고립·은둔 청소년들이 가장 주 호소 문제는 남의 시선을 많이 너무 의식하는 것 같아요. 그래서 보면 저희 기관까지 배움 활동하러 오거나 상담하러 오면서 시내버스 타거나 아니면 걸어오면서 마주치는 사람들의 시선을 되게 두려워해요.” (참여자A)

“스스로를 가두는데 그 공간이 좀 좁아져서 나중에는 밖에 나오기는 했는데 이불을 들고 나오는 거예요. 그래서 애들이 있는데 자기는 이불을 뒤집어쓰고 있는 거예요. 자기를 고립시키긴 해야 되겠지만 또 나오기도 해야겠다. 이 두 양가적 감정 사이에서 보일 수 있는 행동이 그렇게 되는 거죠.” (참여자M)

② 인지변화

고립·은둔 이후 인지변화로는 자기혐오 및 비하, 자살사고, 피해의식, 책임전가가 보고되었다.

“공통된 특징이죠. 그러니까 자기는 이 세상에서 필요 없는 사람이다. 그게 극단적으로 가면 결국은 극단적인 선택을 하게 되는 거니까.” (참여자A)

“딱 구분하기가 쉽지는 않지만 이제 거기 은둔형 외톨이 중에서도 어떤 유형이 많냐 하면 말을 잘하는 사람이 있어요. 이제 말을 잘하는데 행동을 안 옮기는 사람들이 뭐냐 하면 그 사람들은 주로 남의 탓을 해요. 내 탓이 아니라 어떤 준비되거나 이렇지 않고 엄마가 그랬다 아빠가 그랬다 누가 그랬다 상대가 그랬다 이런 유형들이 많아요.” (참여자E)

바) 고립·은둔 청소년 부모의 특성

고립·은둔 청소년 부모의 특성으로 부모의 특징과 양육태도로 나누어 볼 수 있었다.

① 특징

고립·은둔 청소년 부모의 특징으로는 부부간 심한 갈등이 있거나, 자녀의 문제에 대해 수치심을 느끼는 경우 또는 자녀에게 강압적으로 성취를 강요하는 경우도 있었다. 또한, 무력함과 막막함을 호소하거나, 상담자 앞에서만 좋게 이야기하는 이중적인 태도를 보이는 경우도 있었으며, 부모도 사회성이 부족하거나 자녀의 은둔으로 인해 부모까지 함께 은둔하는 경우도 보고되었다.

“주로 부모님 간의 갈등이 심한 경우가 많았어요. 부부 싸움이 지나치게 잦다든지, 이혼을 했다든지, 혹은 부부 싸움 과정에서 그 폭력이 아이들에게 영향을 미친다든지 그런 가정 폭력에 노출이 되거나.” (참여자D)

“제가 보기에는 가장 큰 게 수치심이에요. 아까 친척들한테도 얘기 못하고, 형제·자매들한테도 얘기 못하고, 그런 수치심.” (참여자A)

“자녀들이 은둔하면요. 부모까지 은둔하고요. 부모가 은둔하면, 온 가족이 은둔하는 경우도 많습니다. 그러니까 이제 특히 부모들 중에 어려운 건 뭐냐면 자녀가 은둔하고 있으면, 부모가 본인 형제한테도 이런 말을 못하는 경우가 많습니다. 본인 형제한테도 그러면서 본인도 은둔하는 경우도 꽤 나타나고 있고요.” (참여자E)

② 양육태도

고립·은둔 청소년 부모의 양육태도로는 무관심, 과도한 비난과 언어폭력, 과도한 기대와 압박, 방임, 비 일관적인 양육태도를 대체로 보였다. 반대로, 과도하게 허용적인 양육태도를 보이는 경우도 있었다.

“그런 방임적인 부모들이 있습니다. 그러니까 부모의 삶 자체가 더 중요하지, 자녀들의 삶에 돌보거나 배려해주는 이런 것까지 아직 손이 닿지 않거나, 관심과 사랑이 닿지 않는 그런 이제 방임적인 이제 부모의 경우들이 있었고.” (참여자C)

“어머니가 굉장히 애한테 되게 허용적이세요. 뭐든지, 학교 안 가도 그래. 약간 이렇게 좀 진다는 느낌. 엄마가 이제 무조건 다 맞춰주시더라고요. 겁나서, 그 친구가 어떤 다른 거를 할까 봐 되게 겁이 나서 이제 뭐든지 다 허용을 해주는 게 좀 문제가 되지 않았나 싶긴 하더라고요.” (참여자H)

2) 고립·은둔 청소년 개입 현황

현장에서의 고립·은둔 청소년 개입 현황에 대한 질문에서는 고립·은둔 청소년 발굴, 평가, 상담 지원, 상담 외 지원, 부모개입 요소가 추출되었다.

가) 고립·은둔 청소년 발굴

현장에서 고립·은둔 청소년의 발굴은 발굴 경로, 발굴 수단, 발굴 노하우, 발굴 시 겪는 어려움으로 나누어 살펴볼 수 있었다.

① 발굴 경로

고립·은둔 청소년 발굴 경로는 가족·교사 등 주변 사람의 의뢰가 많았고, 스스로 서비스를 신청하는 경우도 있었다. 또한, 청소년안전망·지자체 등 유관기관이나 종교시설에서

의뢰되는 경우도 많았다.

“청소년 상담센터에 있다 보니까 주로 이제 부모님이나 교사 의뢰가 많아요. 학교 등교 거부하거나 자퇴 이런 위기에 있는 청소년들을 이제 부모님이랑 교사가 도저히 안 되겠다 싶어서 이렇게 의뢰해 주는 경우가 많은데.” (참여자D)

“통합사례관리 구청이나 이런 데서 보다가 구청에서 이제 문의가 많이 왔어요. 행정복지센터나 아니면 기존 상담 학교 밖에서 올해부터 이런 사업한다는데 사실 애는 통상적으로 우리가 생각하는 소위 은둔아이인 것 같다. 여기서 좀 도와줄 수 없겠냐 이렇게 오시거든요.” (참여자O)

“한 번은 교회 전도사님이 발굴해서 알려주신 경우도 있었어요. 교회에는 이제 다문화 가정 어머니들이 많이 다니시고 이제 그 가정의 자녀들이 은둔고립인 경우가 꽤 있었던 것 같습니다.” (참여자H)

② 발굴 수단

고립·은둔 청소년 발굴 수단으로는 온라인, 지자체 등 공공기관, 버스 또는 전단지·리플릿을 통한 발굴이 이루어지는 경우가 많았다. 한편, 학교밖청소년지원센터에서는 센터에 정보가 연계되었으나 등록하지 않은 학교 밖 청소년을 대상으로 발굴을 시도하기도 하였다.

“이들 청년들이 활동하는 SNS를 찾아 들어가서 거기서 홍보하는 경우가 제일 좀 많은데 그래도 발굴하기는 제일 어려운 것 같고.” (참여자A)

“일단 미연결 사례 명단이 다 뜨잖아요. 그러면 이제 그 명단까지 받고 다 줄인 다음에 이제 이 애들 대상으로 문자를 보냈어요. 저희가 이제 학교도 안 나가고 좀 친구도 없고 집에서 제충전하고 있는 친구들을 위한 클럽이다. 여기 와서 그냥 아주 소소한 일상이나 우리 나눠보자. 이렇게 해서 안내가 나갔어요.” (참여자O)

③ 발굴 시 겪는 어려움

고립·은둔 청소년 발굴 시 겪는 어려움으로는 청소년 당사자의 상담 거부, 부모의 은둔적 특성, 기존 공적 서비스에 대한 부정적인 경험이 있었다. 한편, 발굴을 시도했으나 실제로는 고립·은둔이 아닌 경우도 많은 것으로 나타났다.

“근데 당사자들이 거부를 하는 경우가 많아요. 제가 6개월 동안 찾아봤는데도 얼굴도 못 본 친구도 있어요. 이제 그 정도로 그러니까 당사자들이 반자발적이죠. 비자발적이 아니라 반자발적이죠. 이제 그런 상황 그게 가장 어려웠던 것 같아요.” (참여자E)

“왜냐면 어머니도 거의 은둔에 가까우신 분이거든요. 모자 간의 관계나 이런 걸 지금 계속

탐색 중인데 어머니가 원래도 내향적이고, 좀 사회성 기술이 부족했는데, 아드님이 여러 가지 이유로 고립·은둔을 선택하게 되면서 엄마가 자책감 때문에 내가 편에 나가겠습니까라는 마음으로 계속 같이 집에 있는 거예요.” (참여자O)

나) 고립·은둔 청소년 평가

현장에서 고립·은둔 청소년 평가는 평가 방법, 평가 시 유의할 점으로 나누어 볼 수 있었다.

① 평가 방법

고립·은둔 청소년에 대한 평가는 한국청소년상담복지개발원에서 개발한 은둔 청소년 스크리닝 척도를 사용하거나, MMPI 및 대상관찰로 평가하는 경우, 자체 평가 척도 및 면접을 통해 평가하는 경우로 나누어 볼 수 있었다. 한편, 별도 평가 척도를 사용하지 않는 경우도 많은 것으로 보고되었다.

“일단 지금 스크리닝이 있지 않습니까? 이 스크리닝으로 하면은 저희가 일단 발굴되는 대로 은둔고립 포함시키는 게 어렵지는 않겠다 이런 생각은 한 번씩 들었었어요.” (참여자O)

“예전에 개발된 자료들에서 체크 리스트가 있어서 사용을 하려고 하면 초기에는 아무래도 힘든 점들이 있었고 근데 이제 좀 관계 형성이 된 후에 했을 때는 하지만 이 체크리스트가 그때는 조금 이미 늦은 것 같아요. 그래서 체크리스트 하고 나서 어떤 어려움이 있는지에 대한 개입이 들어가면 참 좋을 텐데 그러지 않아서 그래서 사전에 이걸 진단으로 저희는 사용하지 않는 것 같습니다.” (참여자F)

② 평가 시 유의할 점

고립·은둔 청소년 평가 시 유의할 점으로는 평가 척도 문항 수는 최소화하고, 고립·은둔 기간에 대한 유연한 적용 및 고립·은둔 상태 중심의 평가가 필요한 것으로 나타났다. 아울러, 기 개발된 척도는 있지만 아직 검증되지 않았다는 점과 정확한 진단의 필요성 자체에 대해 의문을 제기하는 경우도 있었다. 한편, 정신병리에 대해서는 유형을 세분화할 필요가 있다는 의견도 있었다.

“이 친구들의 전형적인 어떤 특징 중에 하나가 밑에 이제 약간 귀차니즘, 이런 것들이 이제 깔려 있는 친구들인데 과연 이 많은 분량의 체크리스트를 성실하게 처음부터 끝까지 다 이거를 이제 완료할 수 있을까라는 이제 현실적인 어떤 고민도 좀 필요하다고 보거든요. 그래서 이런 것들이 좀 앞으로 좀 변형이 되어 될 필요가 있다고 봅니다.” (참여자C)

“다른 논문을 찾아봐도 딱히 어떤 숫자 정량적인 게 안 나타나더라고요. 근데 이제 학교에서는 저희가 이제 신청하시라고 했더니 어떤 애가 그러냐 물론 이제 스크리닝이 있잖아요. 저희 스크리닝 그럼 그걸 다 선생님이 스크리닝 하면 웬만한 애들은 다 되더라고요. 저도 체크해 봤는데 저도 고립이더라고요. 은둔은 아닌데 회사에 다니니까.” (참여자N)

“그리고 좀 구분을 할 필요가 있지 않나라는 생각도 드는 건 어떤 경계선 지능 장애도 이제는 조금 더 수면 위로 내놔서 진짜 그냥 별 문제 아니더라는 것처럼 조금 장애 약간 가벼운 장애 일종으로 구분을 짓고 또 경계선 성격장애도 조금 더 그런 친구들이 사실 많거든요. 그리고 또 그냥 사회 활동을 활발히 하다가 어떤 트라우마나 이런 게 생겨서 이제 고립이 된 청년들 이런 식으로 좀 구분을 해서 그래야 조금 더 진취적으로 나아갈 수 있지 않나라는 개인적인 바람이 좀 있고요.” (참여자B)

다) 상담 지원

현장에서 고립·은둔 청소년에 대한 상담 지원은 라포형성 방법, 상담형태, 핵심적인 치료요인, 효과적인 개입방법, 효과적이지 않은 개입방법, 어려웠던 장애 요인, 상담 시 겪는 어려움으로 나누어 살펴볼 수 있었다.

① 라포형성 방법

고립·은둔 청소년과의 라포형성 방법으로는 청소년의 장점에 대해 칭찬하기, 타당화 해주기가 있었다. 특히, 관심사항에 대해 관심과 공감해주기가 많이 보고되었다. 또한, 보드 게임 등 활동을 같이하기도 하였으며, 가급적 내담자가 말을 할 수 있도록 유도하고, 안전한 환경이라는 확신을 심어주는 방법이 활용되었다.

“라포형성할 때 핵심은 이제 거의 무가치하고 장점이 없다고 생각하는 사람들을 부모를 만나서 부모부터 그 당사자의 장점을 많이 수집을 해요. 이제 그거를 해가지고 많이 가지고 당사자를 만나면서 당신은 누구누구 씨는 이런 걸 정말 장점이 많다고 하더라고요 내가 들었다. 그러면서 이야기를 하는데 친구들이 그러면서 좀 마음이 열렸던 것 같고요.” (참여자E)

“어떤 주제나 취미들이 이제 나왔을 때 관심 가지고 이제 공감해 주고, 제가 잘 모르더라도 아주 사소한 것에서의 어떤 관심과 공감 이런 것들이 좀 있고.” (참여자C)

“뭔가 같이 하는 거 특히 보드 게임 같은 거 같이 하는 거 되게 좋아하더라고요. 특별히 심리적으로 이렇게 깊숙이 너 감정이 어떠니? 이런 걸 물어보는 것도 분명히 이제 후기는 필요하겠지만 후기 라포형성 때는 이렇게 함께할 수 있는 활동을 같이 해주고 옆에 있어주는 것만으로도 이 친구들한테 큰 지지가 되지 않을까 싶습니다.” (참여자D)

② 상담형태

고립·은둔 청소년과의 상담형태로는 크게 방문 상담과, 찾아오는 상담으로 나누어 볼 수 있었다.

“청소년은 화상은 좀 어려운 것 같아요. 라포형성에 시간과 공이 많이 필요하다보니 화상으로 하게되면 접촉도 안되고 금방 좀 떨어져 나가서 조금 무리해서라도 방문하는게 효과가 더 좋았던 것 같고요.” (참여자D)

“그래서 한 번만 와봐라 막 이렇게 해서 일단은 그때 당시에 지금은 아이가 중학교 1학년 이제 들어가서 초등학교 6학년 때 어쨌든 가정 환경이 굉장히 어려워서 그랬는데 그래서 센터를 일단 엄마랑 한번 같이 왔어요.” (참여자J)

③ 핵심적인 치료요인

고립·은둔 청소년에 대한 상담 지원에 있어서 핵심적인 치료요인으로는 정서적지지 및 격려, 필요할 때 나를 도와주는 사람이 있다는 것을 느낄 수 있도록 개입하는 것이 보고되었다.

“근데 결정적인 한마디는 그거였다고 그 친구가 그러더라고요. 학교도 안 가고 문제시 됐고 막 있었는데 제가 그런 얘기를 했거든요. 너는 초등학교 5학년 때 그 엄청난 일을 겪었는데도 불구하고 되게 괜찮게 자랐다. 초등학교 5학년 때 그 일을 만났는데도 불구하고 넌 굉장히 훌륭하게 자랐구나. 이런 너의 멋짐을 너는 알고 있지? 이렇게 물어봤던 그 한마디가 자기가 아 나 괜찮구나라고 하는 거에 들어갔다라고 아이가 얘기는 하더라고요.” (참여자M)

“그 아이가 이제 말을 전혀 안 하기 때문에 그냥 계속 공원을 돌면서 진짜 거의 스무고개를, 예를 들어서 오늘은 자기를 이제 탐험하는 약간 그런 시간을 이제 계속 가진 거예요. 그러다가 아쿠아리움도 가보고, 공원을 매번 하고, 너를 고쳐주겠어 막 이런 도와주겠어라기 보다는 그냥 친해지는 그런 사회성. 내가 정말 필요로 할 때 나를 도와주는 사람이 있구나라는 거를 좀 아는 거.” (참여자)

④ 효과적인 개입방법

고립·은둔 청소년에 대한 상담 지원에 있어서 효과적인 개입방법으로는 간식이나 차를 마시면서 이야기하기, 가벼운 스킨십을 통한 교감, 내담자의 생각과 의견에 대해 가치판단 하지 않기, 외부에서 활동 같이하기, 미션수행 형태의 활동 수행, 동물매개 치료, 생활 속 청소년과의 접촉 기회 확대가 있었다. 한편, 여러 기관의 사례관리자들이 참여하는 사례회의를 통해 개입방향을 설정하는 경우도 있었다.

“이제 얘기를 하다가 빙고, 하이파이프 약속 걸기, 손도장 찍기 이런 거 좀 손에 관한 정도까지는 좀 많이 활용을 합니다. 그래서 이렇게 박수 치기 싫어하면 손등으로라도 한다거나 하고 이렇게 또 만져보면서 손이 왜 이렇게 차가워요라고도 얘기를 하고 악수해줘서 고마워요 이런 얘기들도 이제 합니다.” (참여자C)

“그때 코로나 시기였어 가지고 너가 이제 공부한 거를 하나씩 나한테 이제 인증샷을 보내 주면 게임머니처럼 하나씩 줘서 이제 상품을 주겠다 이런 식으로 약간 했어요 그래서 그 친구가 마침 게임을 좋아하는 친구다 보니까 하나씩 하나씩 보내더라고요 공부하는 인증샷을 보내고 공부하는 거 보내고 해가지고 이렇게 10개가 쌓여서 기프트콘 하나 보내고 이런 식으로 해가지고 나중에 이제 검정고시까지 땀어요.” (참여자E)

“또 여러 기관의 선생님들 얘기를 전부 다 들어봐야 되고 그간 개입했던 선생님들 그러면 이 선생님의 관점이 또 다르고 이 선생님의 관점이 다 다르거든요 근데 공통적으로 하는 얘기가 있고 공통적으로 필요한 개입 지점이 있어요 그럼 저희는 그냥 거기서부터 시작을 하는 게 지금 현재 사업의 방향성입니다.” (참여자O)

⑤ 효과적이지 않은 개입방법

고립·은둔 청소년에 대한 상담 지원에 있어서 효과적이지 않은 개입방법으로는 압박, 비난, 평가 받는 느낌이 들게 하는 개입으로 보고되었다.

“제가 어떻게 보면 당신 이리잖아 하고 현실적인 이야기를 하면 그때 바로 스톱입니다. 압박, 비난 너야 너 이르면 어떡하니 뭐가 될래? 너 지금 정신 차려야 돼 이런 거는 그 방향이야 틀리지 않았지만 현 시점에서는 별로 도움이 되지 않은 것 같고요.” (참여자E)

⑥ 어려웠던 장애 요인

고립·은둔 청소년에 대한 상담 지원에 있어서 어려웠던 장애 요인으로는 사람에 대한 불신, 대화 거부, 라포형성의 어려움이 보고되었다. 한편, 내방 상담만 가능한 소속 센터의 한계나 여러 기관이 함께 개입하는 경우 컨트롤 타워의 부재도 보고되었다.

“아무래도 이제 대인관계에서 이렇게 위축되고 이렇게 거리를 두는 성향이 많다 보니까 라포형성이 상당히 어렵고 그래서 생각보다 드랍률이 높은 게 저는 좀 어려웠던 것 같아요.” (참여자D)

“저도 우리 고립·은둔 애들이 센터에 있는 상담원들이 상담을 하기에는 너무 많은 한계가 있는 것 같습니다. 저도 동반자 할 때야 이렇게 밖에 나가는 활동이 좀 자유로우니까 개입하는 데 조금 더 수월했더라면 지금은 어쨌든 세팅이 이제 센터 내부에만 한정돼 있으니까 여기서 아이들을 고립·은둔 애들을 만났을 경우에는 은둔 애지만 나올 수 있는 애들에 한

해서만 저희가 만나게 돼 있거든요.” (참여자F)

“고립·은둔 청소년 같은 경우에는 지역에 굉장히 여러 기관이 같이 개입하고 있는 경우가 많았는데 이제 개입 중심 기관이 없으니까 나중에는 부모님이 이제 애를 맡겨버리는 듯한 느낌. 여러 기관 담당자들한테 이렇게 그냥 자기 책임 없이 맡겨버리는 듯한 느낌이 좀 있었어요. 그래서 그런 부분도 좀 경계해야 되지 않을까 싶습니다.” (참여자H)

라) 상담 외 지원

현장에서 고립·은둔 청소년에 대한 상담 외 지원으로는 집단프로그램과 활동 지원으로 나누어 볼 수 있었다.

① 집단프로그램

고립·은둔 청소년에 대한 집단프로그램으로는 자조모임 운영이 보고되었다.

“자조모임도 좀 단계적으로는 유효할 것 같아요. 처음부터 하면 부담을 느끼겠지만 종결 시기에 제안을 한다면 많은 도움이 될 거라고 생각이 되고요.” (참여자D)

② 활동 지원

고립·은둔 청소년에 대한 활동지원으로는 청소년의 흥미에 맞춰 활동 프로그램을 제공하는 것으로 나타났다.

“마침 저희 센터에서 드론 자격 과정을 했었어요. 이 친구는 좀 사회성 이런 부분에서 많이 부족했고 어떤 몸을 많이 쓰는 활동에 대한 부분도 좀 많이 어려운 상태였거든요. 드론 자격증 같은 경우는 그냥 조종기만 움직이면 되는 거여서 그다음에 이 친구가 또 스마트폰 게임을 하다 보니까 이런 부분에 대해서 좀 관심을 보이게 됐었고, 어머니께서도 그때 좀 적극적으로 좀 참여하는 데 옆에서 독려를 좀 많이 해주셨어요. 그래서 15회기 과정을 좀 잘 참여했고. 그때 이제 이 친구가 그래도 좀 변화하고자 하는 노력이라든가 그런 의지가 좀 많이 생겼어요.” (참여자K)

마) 부모개입

현장에서 고립·은둔 청소년의 부모개입에 대해서는 효과적인 개입방법, 개입 시 유의사항으로 나누어 살펴볼 수 있었다.

① 효과적인 개입방법

고립·은둔 청소년 부모에 대한 효과적인 개입방법으로는 자녀에 대해 노력하고 있는 부분에 대한 지지제공이 있었다. 한편, 청소년이 상담 거부 시 부모에 대해 선제적으로 개입하는 것과 자녀의 참여 현황에 대한 공유 및 피드백 제공, 고립·은둔 관련 콘텐츠 제공도 효과적인 것으로 보고되었다.

“이게 양육자의 태도가 되게 중요하거든요. 자녀를 대할 때 그래도 잔소리가 아니라 노력하고 있는 부분에서 지지를 좀 해주고.” (참여자K)

“안 나오니까 방에서 아예 안 나오니까 억지로 들어갈 생각도 없고, 지금은 근데 어머님 먼저 지원하고 있어요. 중요한 건 어머님이 힘이 안 올라오니까 안 되는 거예요. 어머님부터 들어가야 애가 될 것 같은데 그래서 지금 우선 지금 어머님 위주로 하고 있고요.” (참여자O)

“에너지도 없는 부모님의 경우에는 교육보다는 정기적으로 저희가 이런 웹툰을 날려드리고요. 저희가 백날 말하는 것보다 만화가 더 또 이거는 은둔 당사자가 직접 만든 거라서 더 설득력이 있고 그래서” (참여자O)

② 개입 시 유의사항

고립·은둔 청소년 부모 개입 시 유의사항으로는 사례관리자와 함께 부모도 함께 노력해야 한다는 점에 대한 강조가 필요하고, 부모가 바뀐다고 해서 무조건 자녀의 고립·은둔이 해결되는 것은 아니라는 점이 보고되었다.

“부모님들도 일반적인 상황처럼 이렇게 기대를 가지지 않게끔 저희도 근데 만나면 그래요. 3개월 안에 탈출시켜 봅시다. 1년 안에 꺼내봅시다. 이게 아니고 그간 힘드셨는데 어머님 사실 우리 이제 시작을 해도 나온다고 말 못 한다. 근데 이제 같이 하자고 하거든요. 그냥 같이 하자고 그렇게 이제 목표를 설정해요. 그냥 우리의 목표는 같이 하는 거거든요.” (참여자O)

“핵심은 부모가 바뀐다고 또 당사자들이 바뀌냐 이걸 필요 조건은 되는데 충분 조건은 또 안 되거든요.” (참여자E)

3) 고립·은둔 청소년 및 부모에게 필요한 지원

고립·은둔 청소년 및 부모에게 필요한 지원으로는 발굴, 청소년 지원, 부모 지원, 정책 요소가 추출되었다.

가) 발굴

고립·은둔 청소년을 발굴하기 위한 지원으로 학교 내·외의 발굴체계의 필요성이 보고되었다.

① 학교 내·외의 발굴 체계

고립·은둔 청소년의 초기 발굴 및 개입과 관련하여 고립·은둔 징후에 대한 선제적 개입이 필요하다는 의견이 보고되었다.

“발단이 되는 상황이 있습니다. 그 맥락에서 바로 인테이크 들어갈 수 있는 학교 내외적인 시스템 이런 것들이 조금 보완되거나 체계화될 필요가 있다라고 저는 생각이 들었습니다. 그래서 학교 내에서도 여러 가지 사정이 있겠지만 이런 걸 이제 연구하시고 하니깐 인테이크가 조금 더 체계화될 필요가 있다.” (참여자C)

나) 청소년 지원

고립·은둔 청소년에 대한 지원으로는 활동·사후관리·생활 지원이 필요하다는 의견이 있었다. 또한, 온라인 콘텐츠 및 플랫폼이 필요하다는 의견도 있었다.

① 활동 지원

고립·은둔 청소년에 대한 활동 지원으로 체험 등 다양한 활동 개입, 꾸준한 프로그램 운영, 비슷한 경험을 가진 사람과의 멘토링이 필요하다는 의견이 보고되었다.

“상담이라는 틀에서 조금 더 자유롭게 다양한 활동을 하는 게 중요하겠다. 그래서 같이 어떤 체험을 한다든지 논다든지 어딜 가본다든지 이런 걸 상담사도 좀 적극적으로 제안을 해보고, 센터도 그런 거에 대해서는 센터 전체적으로 마련한다든지 아니면 상담사가 하는 걸 지원해 준다든지 해서 전문적인 상담 이전에 기본적인 그런 다양한 활동을 경험하는 게 중요하지 않을까라는 생각이 들고요.” (참여자D)

“애들이 언제 가장 도움 받았냐고 했을 때가 자기랑 비슷한 경험을 가진 사람으로부터 상담 받았거나 지지받았을 때 되게 많이 그래서. 그래 애들은 사람이 두렵고 무서우니까 자기랑 비슷한 경험 가진 사람에게 동질성을 느낄 수 있겠구나 그래서 오히려 마음 열기에는 관계 맺기 시작으로는 괜찮겠다.” (참여자O)

② 사후관리 지원

고립·은둔 청소년에 대한 지원으로 탈고립·탈은둔 이후 원활한 사회진입을 위한 사후 관리가 필요하다는 의견이 보고되었다.

“다시 사례관리를 하면 그 후속 관리도 좀 더 잘했었을 것 같아요. 그래서 이제 좀 더 심리적인 케어에 좀 더 집중해야 되지 않았나. 이 친구가 한 번도 사회 경험이나 부모님의 보살핌이 없는 경험에서 사회를 맞닥뜨렸을 때 있을 문제에 대해서 미리 예상하고 그에 대한 훈련을 좀 더 해줬어야 된다.” (참여자O)

③ 생활 지원

고립·은둔 청소년에 대한 지원으로 경제적 지원이 필요하다는 의견도 보고되었다.

“그다음에 이제 재정적인 이제 용돈 지원 이제 이런 것들이 이렇게 좀 보호 요인으로 작용을 했습니다.” (참여자C)

④ 온라인 콘텐츠 및 플랫폼 지원

고립·은둔 청소년 지원을 위해 온라인 심리검사 또는 활동 프로그램 등의 콘텐츠와 온라인으로 관계를 맺을 수 있는 플랫폼이 필요하다는 의견도 보고되었다.

“저는 만약에 테스트 같은 게 들어간다면 온라인상에서 할 수 있는 것들이 좀 들어갔으면 좋겠거든요. 아이들이 글 읽는 거 너무 힘들어해서요. 종이에 있는 글 읽는 것 자체를 그래서 차라리 패드 같은 걸 들고 다니면서 바로바로 체크하게” (참여자F)

“사이버 상에서 얼굴이 드러나지 않는 자기가 꾸밀 수 있는 많은 그런 자기를 꾸렸을 때 나도 약간 사이버 공간이지만 내가 나를 꾸미는 듯한 것들을 하면서 실질적으로 자기 현실을 또 꾸밀 수가 있고. 그리고 또 사회로 나가기 어려운 중에 하나가 애네들은 다 그 나이에 맞는 역할을 하고 있는데 자기랑 그 고립된 그 시대에 자기는 멈춰 있잖아요. 그 갭을 줄여주기 위해서는 자기랑 비슷한 처지에 있던 아이들이 또 있다. 그리고 애네들하고는 꼭 얼굴을 공개하지 않고 목소리를 공개하지 않아도 만나서 서로 공감대를 형성할 수 있다라는 것들을 저는 사이버 상에서 만들어주시면 너무 좋을 것 같아요. 그래서 그때와 현재를 이어서 이제 다시 사회로 다시 나갈 수 있어 또 하나의 다리가 상담자 외에 그런 지지 체계가 만들어진다 면 저는 너무 좋을 것 같아요.” (참여자E)

다) 부모 지원

고립·은둔 청소년의 부모에 대한 지원으로는 부모상담 및 교육, 부모대상 검사도구, 부모상담 시스템, 부모를 위한 콘텐츠가 필요하다는 의견이 있었다.

① 부모교육 및 프로그램

고립·은둔 청소년 부모 지원을 위해서 부모를 위한 체계적인 교육 프로그램이 필요하다는 의견이 많았다. 또한, 부모들의 자조모임이 필요하다는 의견이 보고되었다.

“저는 지금 근데 그걸 유지하려면 사실 저희가 계속 그걸 해줄 수 없잖아요. 어느 정도 제한이 있는 관계이기 때문에. 그걸 부모한테 할 수 있게 해줘야 됩니다. 그래서, 부모가 아이의 상황에 대한 이해가 일단 먼저 돼야 되니까 그거에 대한 교육이 좀 필요하고.” (참여자G)

“부모님들이 이제 많이 갖고 계시는 감정들이 괴롭다는 거예요. 자책감. 난 잘 키운 것 같은데 왜 저러지 한편으로는 다 제 잘못입니다. 그때 안 그랬어야 되는데 내가 이렇게 않았어야 되는데 이런 자존감이 되게 많고 그래서 이제 고립·은둔형 외톨이 여기에 해당되는 가족 구성원들이 한 달에 한 번씩 자조 모임을 통해서 약간 치유도 하고 힐링도 하고 정서적인 공감대 형성도 하고.” (참여자K)

② 부모대상 검사도구

고립·은둔 청소년 부모 지원을 위해서는 부모의 양육태도 및 부모-자녀관계를 파악할 수 있는 척도, 부모가 자녀의 정신건강 상태를 파악할 수 있는 척도가 필요하다는 의견이 있었다.

“저는 매뉴얼에 부모님에 대한 진단 척도가 필요하다고 생각을 해요. 그래서 부모님의 양육 태도라든가 어떤 집에서 자녀와의 관계라든가 이런 부분에 대해서 좀 알아볼 수 있고 어느 정도 사전에 그 내용을 참고로 개입이 이제 들어간다는 게 좀 더 효율적일 것 같고.” (참여자K)

“저희가 이제 장기적으로 갈 거잖아요. 6개월이든 1년이든 2년이든 갈텐데 이 아이가 혹시 어떤 정신적인 어려움이 있는데 약을 복용하면 더 빨리 할 수도 있는데 우리가 그걸 간과하고 갈 수도 있지 않을까. 그래서 관찰자용으로 이제 어머니가 체크해서 어느 정도 판단할 수 있게 그런 척도가 있었으면 좋겠다. 아이가 조금 좀 위험하다 어렵다. 약을 복용해야겠다 권유한다. 하여튼 어느 정도의 그런 스크리닝 할 수 있는 게 있었으면 저희도 조금 걱정이 덜 되는 것 같아요.” (참여자N)

③ 부모상담 시스템

고립·은둔 청소년 부모 지원을 위해서는 부모를 위한 심리지원과, 부모 사례에 대한 정보의 공유, 동일한 상담자에 의한 지원 등의 부모상담 시스템이 갖춰질 필요가 있다는 의견이 있었다.

“저도 상담을 해보면서 그나마 진전이 있었던 내담자는 부모님을 어떻게든 상담하고 설득해서 부모님의 양육 태도가 조금이라도 바뀌면 그게 큰 영향이 있었던 것 같거든요. 그래서 부모상담이 정말 중요하다고 좀 느껴졌고.” (참여자D)

“그래서 간단하게 텍스트를 해 갖고 넘겨드렸었습니다. 근데 이런 식으로 좀 이쪽도 알고 해야 이게 대처가 부드럽게 좀 유연하게 되는 느낌이더라고요. 그렇게 해서 아예 부모님이 답답할 때 1388로 전화했을 때 상담원 이 누구냐에 따라서 이게 굉장히 다르잖아요. 특히 이런 특정 주제 사례 같은 경우는. 그래서 그런 부분이 좀 있으면 좋겠다 라는 게 좀 필요했어요.” (참여자G)

“내가 상담했던 선생님이 계속 상담을 하는 게 아니다 보니까 결국에는 또 나오시더라고요. 본인이랑 맞지 않는 성향의 상담자를 만나게 됐을 때는. 그래서 그런 것도 좀 같이 이제 하면 그 루트를 하나로 하면 좋지 않을까 싶습니다.” (참여자F)

④ 부모를 위한 콘텐츠

고립·은둔 청소년 부모 지원을 위해 부모가 참고할 수 있는 부모용 매뉴얼이나 책자와 같은 콘텐츠가 필요하다는 의견도 있었다.

“고립·은둔 그런 부분에 관련해서 안내되는 책자라든지 정리된 매뉴얼이라든지 부모용 책자나 이런 것도 있으면 굉장히 좋겠다고 생각이 들었습니다.” (참여자G)

라) 정책

고립·은둔 청소년 및 부모에게 필요한 정책 지원으로 지원 체계, 상담 인력 지원, 사회 인식 개선에 대한 의견이 있었다.

① 지원 체계

고립·은둔 청소년 및 부모 지원을 위한 정책으로 상담 접근성 향상을 위한 다양한 민간 기관을 활용하는 시스템, 학교밖청소년지원센터와 청소년상담복지센터의 연계, 중점 지원기관의 필요성에 대한 의견이 있었다. 또한, 청소년과 부모를 나누어 개입하고, 실적과 상관없

이 다양한 접촉을 시도할 수 있는 환경, 부모가 개입을 거부할 경우에 대한 대응체계의 필요성에 대한 의견도 있었다. 한편, 사례관리자가 사례개입에 더 많은 시간을 투자할 수 있는 지원 체계가 마련되어야 한다는 의견도 있었다.

“이제 상담의 시스템화인데 기관이나, 지역사회나, 비영리 이렇게 시민단체 이런 데서 이렇게 좀 운영될 수 있도록. 그러니까 학교 외에서는 지역사회 교회 이런 데도 좋고, 종교단체 혹은 이런 시민단체 비영리단체에서도 좀 운영될 수 있도록 시스템화 되어서 상담의 접근 용이성 이런 것들이 조금 더 활성화될 수 있으면 좋겠습니다.” (참여자C)

“이렇게 지역적으로도 좀 멀기도 하지만, 이게 업무 형태로 봤을 때 이 업무 형태가 얼마나 중요하다고 서로가 느낄까 사실 엄청난 에너지거든요. 그리고 그 에너지를 쏟겠다고 생각하는 선생님이 있다면 그 사람을 지지해 주는 게 사실은 제일 좋은 행정이거든요. 이 사람에게 그 아이들을 만날 수 있는 경제력도 제공해 주고, 비용도 기회도 주고, 시간도 주고 그런 걸 해서 하겠다는 사람을 굉장히 막 이렇게 독려해 주는 게 사실은 제일 좋은 시스템인데. 만나러 가려고 하는 것들에 제약이 굉장히 많더라고요. 그래서 이게 이렇게 제가 생각했던 전에 많이 만나면 만날수록 좋다. 지지자로 남기 위해서 정말 어떤 것도 다 불사하겠다는 표현은 한국에서 하면 좀 큰일 나겠구나.” (참여자M)

“애네들은 저도 요즘 만나러 다녀오면, 만나러 갔다가 못 만나고 오는 사례가 더 많아요. 일한다고 해서 가보면 일하는 곳에 없어요. 커피숍에서 만나자면 커피숍에도 없고요. 그러면 너 왜 안 나왔어? 이게 아니라 안 나올 수도 있지 오늘은 니가 그냥 기분이 그랬나 보다. 너 때문에 내가 커피 한잔 마시고 나 땡땡이 치고 참 좋았어. 그냥 이렇게 넘길 수 있는 여유가 우리 안에 얼마나 있을까 애한테 부담되지 않고 만날 수 있는 게 100번을 만났을 때 한 번 만나주면 고맙다고 생각을 해야 되는데 우리는 100번을 만나러 가면 100번을 다 만나야 실적인 것처럼 내지는 일을 한 것처럼 생각이 되잖아요. 근데 저는 이런 청소년들은 저는 만나는 접촉점을 많이 늘려야 된다고 생각하거든요.” (참여자M)

“발굴 들어가기까지 발굴 들어가는 것도 지금 잘 안 되는 사례의 공통점이 이 부모님도 원하지 않는 경우예요. 그러니까 행정복지센터나 다른 기관에서는 이 지원 진짜 무조건 애 지금 꺼내야 되는데 하는데 부모가 은둔인 상태도 지금 있는 거예요. 만약에 그 정도로 완강한 경우에는 사실 저희는 일단 애들 안전도 생각을 해야 되잖아요. 부모가 그렇게 만나면 지금 애가 안에서 어떻게 사는지 알 수가 없고 아동 연령대라면 아동학대로도 이어지는 건데 그런 것들은 저희가 지자체 회의나 지자체 협력 경찰청 통해서 일단 그렇게라도 들어가서 아이 상태 확인하는 게 필요하다고 여겨지고요.” (참여자O)

② 상담 인력 지원

고립·은둔 청소년 및 부모 지원을 위한 정책으로 상담 인력에 대한 처우 개선, 소진방지, 정기적인 교육을 통한 상담 인력 지원이 필요한 것으로 나타났다.

“상담에 대한 어떤 재정적인 지원 제도적인 지원, 상담사에 대한 처우 개선이 필요합니다.” (참여자C)

“은둔형 외톨이 상담은요 엄청 장기간 해야 돼요. 엄청 장기간 해야 되고 상담자의 소진도 많이 필요할 거고요. 이제 그 소진 해소하는 방법이 필요합니다.” (참여자E)

“아까 얘기했던 저희가 도박도 하고 자살 자해도 하고 미디어 과의존도 하고 약물도 하고 많이 하잖아요. 근데 저희가 전문 기관에 있는 선생님들보다 나은가 아니면 그들하고 평준화도 이룰 수 있는가 이런 고민을 많이 하게 되거든요. 이런 사업을 할 때 저희가 그런 전문 기관하고 비교해서 전문성이 처지지 않는 수준은 돼야 된다고 생각이 들어요. 그래서 그 전문성을 유지하기 위한 방안을 좀 같이 수반해 주시면 좋을 것 같습니다.” (참여자G)

③ 사회 인식 개선

고립·은둔 청소년 및 부모 지원을 위한 정책으로 고립·은둔 청소년에 대한 사회적 인식의 전환이 필요하다는 의견이 있었다.

“사회 인식 개선이 아주 중요한 것 같아요. 이제 저는 종사자 일을 하고 있으니까 많이 좋아졌겠지라고 하는데 아직 일반 청년들한테나 사람들한테는 그렇게 그냥 그대로인 것 같은 느낌이 들어서. 정말 이게 약간 어떻게 보면 IMF처럼 우리가 너무 고성장을 하다가 맞게 된 사회 문제인데, 돈 모으기 활동을 했던 것처럼 다 같이 좀 힘을 합쳐서 문제를 좀 해결해야 되지 않나라는 생각이 들고요.” (참여자B)

4) 고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼에 필요한 내용

고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼에 필요한 내용으로는 상담 개입, 기타 요소가 추출되었다.

가) 상담 개입

고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼 내 상담 개입 내용으로는 상담 초기·중기·후기·사후관리·부모상담에 대한 의견이 제시되었다.

① 상담 초기 개입

고립·은둔 청소년 상담 초기 개입에 대해서는 라포형성 내용, 청소년과 가족 모두의 노력이 있어야 한다는 강조에 대한 의견이 있었다.

“초기 단계에서는 라포형성에 있어서 그 인간 존중적인 개입에 대한 내용이 필요하고.”
(참여자C)

“이걸 하게 되면 부모님들이 해결된다고 착각하시는 분들이 계세요. 이 책임이 상담자한테 가버려요. 부모님들도 아니면 또 그 고립·운동형에 있는 청소년들도 스스로 다 같이 변화하려고 하는 노력이 있어야 되거든요. 부모님들이 뭔가 상담이 이루어지고 있으면 자녀가 빨리 변화가 될 거 같다. 근데 그 기간이 생각보다 오래 걸리는데 이제 부모님들은 효과가 없는 것 같다. 이거 제대로 안 해준 거 아니냐. 또 자녀한테도 갑자기 너는 뭐 한다면서 왜 안 하나 이렇게 그런 문제점이 생길 것 같아서 그런 부분도 좀 매뉴얼에 좀 들어갔으면 좋겠습니다.”
(참여자K)

② 상담 중기 개입

고립·운동 청소년 상담 중기 개입에 대해서는 미션 수행 형태의 활동 내용, 격려 및 지지적 대상이 되어주기에 대한 내용, 저항에 대한 개입 내용이 포함되어야 한다는 의견이 있었다.

“중기 단계에서는 어떤 과제나 미션을 서로 약속을 통해가지고 할 수 있도록 해서 그 미션 수행을 한다거나, 자조 모임인 거죠. 거기 오는 운동 고립 청소년 청년들의 모임에 이렇게 참여하도록 권유하면서 처음엔 안 되면 두 번째 오시게 한다든가, 두 번째가 안 되면 세 번째 오시도록 한다든가 이렇게 해서 계속 여지를 남겨두면서 구체적인 프로그램 활동에 개입할 수 있도록 하는 그런 미션 수행을 상담 과정에 좀 넣었으면 좋겠고.” (참여자C)

“중기에는 이 친구의 자존감, 자기 개념의 긍정적인 회복과 그동안의 노력을 지지해 주는 게 중요한 것 같아요. 야 그래도 니가 밝은 안 나가도 상담은 성실하게 해줘서 너무 좋았다 라든지, 아니면 이제 약간 또 뭔가 시도하고 밖에 나가는 게 두려운 상황이기 때문에 상담이 종결되고 연락 오면 언제든지 우리 상담할 수 있어. 그러니까 니가 힘들 때마다 꼭 연락해. 이렇게 옆에서 지지해 주는 게 많은 도움이 됐던 것 같아요.” (참여자D)

③ 상담 후기 개입

고립·운동 청소년 상담 후기 개입에 대해서는 청소년 의사가 반영될 수 있는 종결 절차, 상담 취소에 대한 대응 방법, 종결에 대한 허용적이면서 구체적인 지침에 대한 내용이 필요하다는 의견이 있었다.

“종결할 때도 지금 이제 종결 단계인데 종결을 희망하시나요? 그래서 오늘로 할까요? 다음 회기로 할까요? 언제쯤으로 할까요? 해서 제가 한 3회기 정도 끝나면 종결에 대해서 먼저 의견을 묻습니다. 그래서 종결도 상담하는 내담자가 좀 결정할 수 있도록 이런 것도 좀 저는

좀 매뉴얼에서 여지를 남겨두면 어떨까 싶습니다.” (참여자C)

“저는 실무 입장에서는 예를 들면 어떤 센터는 무조건 청소년은 12회기 안에 맞춰야 된다 혹은 드롭이 두 번 되면 자동으로 종결된다. 각 센터마다 좀 이런 지침들이 있는데 그 지침대로 하게 되면 이 은둔형 청소년 같은 경우에는 사실 쉽게 조율이 되거든요. 그래서 이 친구들 같은 경우에는 그런 걸 조금 더 허용적으로 해서 상담사가 이제 그런 기준이 있으면 아무래도 긴장하게 되고 조금해지기 마련인데 이런 케이스에는 좀 더 장기 개입하는 어떤 천천히 가는 그런 마음가짐으로 센터도 접근하면 도움이 되지 않을까라는 생각이 들고요.” (참여자D)

④ 사후관리

고립·은둔 청소년 상담의 사후관리에 대해서는 재고립·재은둔 시 개입에 대한 내용이 필요하다는 의견이 있었다.

“그다음에 이제 제가 특별히 말씀드리고 싶은 것은 이제 거의 나왔는데 사후 관리가 필요해요. 이 친구들이 은둔해서 나왔다고 하더라도 금방 또 은둔하거든요. 금방이 아니라 언제든지 들어갈 수 있어요. 은둔할 수 있거든요. 그래서 제가 만난 경우는 한 2년 정도 운둔했다가 저 만나고 한 3개월 활동하다가 다시 2개월 은둔을 하다가 또 제가 연락하고 뭐 해서 나와 가지고 활동하다가 또 일주일 정도 안 나오고 연락도 안 하고 이런 경우들도 있거든요. 그래서 이제 길게 보고 정말 이 사람이 건강하게 활동할 수 있도록 해주는 시간이 많이 필요해서 이런 부분을 좀 매뉴얼에 넣었으면 좋겠다 이런 생각을 합니다.” (참여자E)

⑤ 부모상담

고립·은둔 청소년의 부모상담에 대해서는 다양한 유형에 대해 쉽게 실행할 수 있는 개입 내용, 정서적지지 등에 대한 개입 내용이 필요하다는 의견이 있었다.

“깊이 있는 내용이 뭔가 많이 들어가 있는 것보다는 기본적인 내용이 좀 여러 가지 들어가 있는 게 더 나올 거라고 보입니다. 부모 유형이 지금 사례가 적으니까 조금 특정돼 보이는 저지 사례가 늘어나면 더 늘어날 거잖아요. 그럼 저희가 일반 부모 교육하는 것처럼 그걸 좀 추가한 내용들 집에서 좀 그래도 쉽게 실행할 수 있는 부분들이 좀 들어가면 좋을 것 같습니다. 무겁지 않고 이 정도면 내가 해볼 만하겠는데 하는 행동 강령 같은 10계명이라든지 이런 식으로 해서 좀 작게 들어가 있는 것도 괜찮을 것 같습니다.” (참여자G)

“종결 시기에 그리고 앞서서 얘기가 나왔지만 저는 가족 상담은 필수적이라고 생각합니다. 왜냐하면 가족이 그래도 가장 큰 보호 요인이기 때문에 가족이 조금만 바뀌어도 큰 힘이 될 것 같아서 가족 상담은 필수고 부모님의 어려움과 공감을 지지해 주고 다만 지금 아이를 위해 할 수 있는 게 뭔지 이런 식으로 얘기를 하면 좋을 것 같고요.” (참여자D)

나) 기타

고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼 내 기타 필요한 내용으로는 고립·은둔 단계별 지원 내용과 사례관리자의 역할에 대한 내용이 필요하다는 의견이 있었다.

① 고립·은둔 단계별 지원

고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼에는 고립·은둔의 단계 구분 및 지원 내용이 필요하다는 의견이 있었다.

“고립 은둔 단계를 5단계로 나뉘셨더라고요. 전조기 침잠기 모색기 이렇게 단계별로 나뉘셨더라고요. 이 기준에 의해서 나뉘고 나뉘고 이 친구에게 적절한 서비스 방향을 고민하고 있어요. 은둔 고립 정도에 따른 그런 서비스 방향 혹은 이런 설정 시작점을 매뉴얼에 좀 반영할 수 있다면 참 좋겠다는 생각이 듭니다.” (참여자O)

② 사례관리자의 역할

고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼에는 사례관리자의 정확한 역할, 자격, 필요한 환경에 대해 명시하는 것이 필요하다는 의견이 있었다.

“정확한 직무가 무엇인지, 또는 이거를 하기 위해서는 어떤 사람들이 필요한지, 어디까지 할 것인지 사실은 그런 게 되게 정해지는 게 필요한데. 그냥 지금 했던 일하다가 하나 푼 것 없 어주면 이것도 같이 가겠지 이렇게 생각한다는 건 사실은 아이들을 더 힘들게 하는 거거든요. 아까 말씀하셨던 것처럼 언제 사라질지도 모르고 선생님이 시간 될 때 연락했다가 시간 안 되면 못 했다가 저 사람이 받았다가 담장도 없고 이렇게 되면 사실은 고립 운동을 겪고 있는 청소년에게는 더 하나의 아픔을 주는 거거든요. 내가 이 사람이 괜찮아서 나를 지지해 줄 것 같고 마음 문을 열까 하는 생각을 가졌다가 너도 마찬가지로 이 사회는 여전히 라고 하는 그런 생각들을 주면 그다음에 열려고 하는 사람은 훨씬 더 어려워지는 거거든요. 사실은 여기에 정확한 직무, 정확한 매뉴얼 정확하게 일할 수 있는 환경을 만들어 주셔야 된다고 생각을 하 거거든요. 그렇다고 하시면 얼마나 이 사람을 다루는 게 어려운 일인지를 사실은 인지하고 시스템을 만들어야 되는 거잖아요.” (참여자M)

마. 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 결과 요약 및 시사점

본 연구의 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 결과를 통한 시사점을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 고립·은둔 청소년의 특성은 다차원적이므로 해당 청소년 개개인의 상태에 맞는 개

입이 필요하다는 것이다. 고립·은둔의 정의, 계기, 상태에 대한 현장전문가들의 경험과 의견은 일치하는 부분도 있었지만, 다양한 형태로 나타났다. 고립·은둔 청소년의 부모의 특징이나 양육태도도 마찬가지이다. 따라서 사례관리자는 고립·은둔에 대한 편견이나 고정관념에 치우치지 않고, 다양한 가능성을 고려해야 하며, 고립·은둔 청소년과 부모의 상태 중심 개입전략을 수립할 필요가 있다.

둘째, 고립·은둔 청소년에 대한 개입에 있어 발굴은 다양한 경로로 이루어지고 있으나 가족이나 교사 및 지역사회를 통한 의뢰가 가장 많은 것으로 보고되었는데 이는 고립·은둔 청소년 당사자를 직접적으로 발굴하기 위한 수단도 필요하지만, 가정·학교·지역사회 영역 각각을 활용한 홍보 및 발굴이 적극 고려되어야 함을 시사한다.

한편, 고립·은둔 청소년 개입에 대한 의뢰가 들어왔더라도 정작 청소년을 만나기가 힘든 경우가 많다. 이러한 발굴 단계에 있어 도움이 되는 방법으로는 청소년의 관심사에 대한 이야기 시도, 학교 등 기존 관계가 잘 되어 있는 사람의 활용, 문이 닫혀 있다면 쪽지를 주는 방법 등을 적극 시도해볼 필요가 있다. 다만, 청소년이 부담스럽지 않은 선에서 준비가 될 때까지 충분히 기다릴 필요가 있다.

고립·은둔 청소년에 대한 평가 방법으로는 기존에 개발된 척도를 사용하거나, 다른 심리검사를 활용 또는 별도 검사 도구 없이 면접만으로 평가하기 까지 다양한 형태로 이루어지고 있었다. 다만 고립·은둔 여부에 대해 평가하는 척도는 아직 충분한 경험적 데이터가 쌓이지 않았으므로 검사 도구에만 의존한 판별은 유의할 필요가 있다. 따라서 청소년의 상태에 대해 평가하기 위해서는 기존의 MMPI 등 검증된 검사 도구를 활용하되, 무조건적 검사 실시보다 청소년이 처한 환경과 상태를 고려하여 실시하도록 해야 한다.

고립·은둔 청소년에 대한 상담 지원은 기존 정형화된 상담 형태를 벗어날 수 있음을 고려해야 한다. 기본적으로 언어적 의사소통에 기반한 상담이 진행되겠지만, 필요에 따라 보드게임 등 함께 할 수 있는 활동을 같이 하거나, 자조모임, 생활 속에서 청소년과 접촉을 늘려 가는 것이 더 효과적일 수 있다. 또한, 고립·은둔 특성 상 외부 활동이 어려운 경우가 정이나 학교, 외부의 어떤 장소로 찾아가야만 상담이 진행될 수도 있다. 특히 유의해야 하는 것은 압박·비난·평가 받는 느낌이 들도록 하는 것은 효과적인 개입이 될 수 없다는 것이다. 청소년 상태에 대해 타당화 해주고, 언제든지 도와줄 수 있는 사람이 있다는 것을 느낄 수 있도록 정서적 지지와 격려를 해주는 것이 핵심적인 치료요인이라 할 수 있다.

고립·은둔 청소년의 부모에 대해 개입할 때 효과적인 개입방법으로는 자녀에 대해 부모가 노력하고 있는 부분에 대한 지지, 자녀의 프로그램 등 참여 상황에 대한 공유 및 피드백 제공, 고립·은둔 관련 콘텐츠의 제공이 보고되었다. 특히, 청소년이 상담을 거부할지라도

부모에 대해서는 선제적으로 개입하는 것이 효과적이라 할 수 있겠다. 반면, 부모가 바뀐다고 해서 무조건 자녀의 고립·은둔이 해결되는 것은 아님과 사례관리자 혼자 아닌 부모가 함께 변화를 위해 노력하는 것이 중요함에 대한 강조가 필요하겠다.

셋째, 고립·은둔 청소년 및 부모에게 필요한 지원으로 발굴 단계에 있어서는 학교 내·외에 고립·은둔 징후에 대해 선제적으로 개입할 수 있는 학교·가정·지역 센터 간 발굴 체계가 있어야 한다는 의견이 있었다. 후생노동성(2010)의 가이드라인에 따르면 고립·은둔 상태는 크게 4가지 단계로 진행되는데, 첫 번째 단계인 준비단계는 고립·은둔의 경과가 시작된 것을 눈치 채기 어려운 시기이나, 이 단계에서의 적절한 지원은 고립·은둔의 장기화를 예방하는 요인이 된다고 하였다. 따라서, 고립·은둔 징후를 조기 포착하여 선제적으로 예방하고, 발굴하여 개입할 수 있는 체계의 구축이 시급하다고 할 수 있다.

청소년에게 필요한 지원으로는 다양한 활동 지원, 탈고립·탈은둔 이후에도 원활한 사회 진입을 위한 사후관리, 경제적 지원, 온라인으로 활동 할 수 있는 콘텐츠 및 플랫폼이 필요하다는 보고가 있었다. 또한, 부모에 대해 필요한 지원으로는 부모를 위한 체계적인 교육과 자조모임, 부모를 대상으로 활용할 수 있는 검사도구, 부모를 위한 체계적인 상담 지원, 부모를 위한 콘텐츠가 보고됨에 따라 이를 사례개입 과정에서 적극 활용할 필요가 있다.

고립·은둔 청소년 및 부모에게 필요한 정책으로 지원 체계, 상담 인력에 대한 지원에 대한 필요성이 보고되었다. 지원 체계에 대해서는 기존 공적 지원 기관과 더불어 접근성 향상을 위한 민간 영역에서의 시스템의 필요성, 공적 체계 내에서도 기존 기관 외에 별도 중점 지원 기관의 필요성이 제기되었다. 또한, 실적에 대한 압박 없이 사례관리자가 다양한 접촉을 시도할 수 있는 여건, 보호자의 거부에도 불구하고 개입이 필요한 경우에 대한 대응체계의 필요성 등이 보고되었다. 한편, 고립·은둔 청소년 및 부모에게 양질의 서비스를 제공하기 위해서는 결국 상담 인력에 대한 처우 및 지원이 이루어져야 한다는 의견도 있었으며, 사회적으로 고립·은둔에 대한 인식 전환이 필요하다는 의견도 있었다. 이러한, 정책과 관련된 의견들을 사례개입 매뉴얼에 모두 담을 수는 없겠으나, 후속 연구를 위한 제언으로 지속 논의될 필요가 있다.

넷째, 고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼에 필요한 내용으로 상담의 전개 과정에 따른 개입 및 부모상담에 대한 내용, 고립·은둔의 단계 구분 및 단계별 지원 내용, 사례관리의 정확한 역할, 자격, 환경에 대한 내용이 필요하다는 보고가 있었다. 따라서 기존 상담자의 역할에서 좀 더 확장된 개념으로서의 사례관리자의 개념 및 역할, 기존의 상담 전개 과정에 기반을 두되 고립·은둔의 특성과 진행 단계를 고려한 사례개입 내용으로 매뉴얼을 구성할 필요가 있다.

4. 매뉴얼 구성

가. 매뉴얼 구성 원리

본 연구에서는 고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼의 구성 원리 및 구성 요소 추출을 위해 선행연구를 고찰하고, 청소년과 현장전문가를 대상으로 인터뷰한 결과를 분석하였다. 우선, 고립·은둔 경험 청소년을 대상으로 ‘고립·은둔 계기’, ‘고립·은둔으로 인한 삶의 변화’, ‘고립·은둔 극복 경험’, ‘고립·은둔 청소년에게 필요한 지원’에 대한 내용으로 심층면접을 진행하고 그 결과를 분석하였다. 또한, 고립·은둔 청소년을 상담해본 경험이 있는 현장전문가를 대상으로 ‘고립·은둔 청소년의 특성’, ‘고립·은둔 청소년 개입 현황’, ‘고립·은둔 청소년 및 부모에게 필요한 지원’, ‘고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼에 필요한 내용’에 대한 내용으로 포커스그룹 인터뷰를 진행하고 그 결과를 분석하였다.

이와 같은 방법으로 분석한 내용을 토대로 매뉴얼 세부내용을 구성하였다. 세부내용에는 사례관리 각 단계별 목표와 개입 방안, 활동지를 제시하여 현장에서의 활용도를 높이고자 하였다. 매뉴얼 구성 원리는 다음과 같다.

1) 고립·은둔 청소년의 상태 중심으로 개입할 수 있도록 매뉴얼을 구성한다.

고립·은둔 현상은 특정 상태를 지칭하는 것이 아닌 다차원적인 개념으로 이해할 필요가 있다. 예를 들어, 보통 대인관계가 매우 제한적이거나 없는 모습으로 나타나지만, 친한 친구와는 교류하는 경우도 있고, 온라인 커뮤니티를 형성하기도 하며, 가족과는 관계가 매우 좋은 경우도 있다. 이렇듯, 가족·또래·기타 사회적 관계 영역에서 고립·은둔의 양상은 매우 상이한 모습을 보이기도 한다. 고립·은둔 기간 또한 6개월 미만에서 3~4년 이상 장기화 되는 경우까지 매우 다르다. 일상생활 측면에서도 보통 급격히 생활패턴이 무너지는 경우가 많으나, 오히려 집 밖을 잘 나서지 않고 사람을 만나지는 않지만 본인만의 규칙을 가지고 규칙적인 생활을 하는 경우도 있다. 인지·정서적으로도 고립감과 외로움을 주로 느끼거나 자기 혐오 등 부정적인 사고의 특징을 보이는 경우가 많지만, 오히려 스트레스 상황 제거로 편안함을 느끼기도 한다.

따라서 본 매뉴얼에서는 고립·은둔 청소년 스크리닝 척도와 초기면접을 통해 고립·은둔 사례개입 대상 여부를 판별하되, 스크리닝 척도에서의 ‘사회단절·고립’, ‘심리적 회피’, ‘생활습관’ 요인의 세부적인 특징을 탐색하고, 고립·은둔의 진행 단계, 청소년 당

사자의 참여 동기 등을 종합적으로 고려하여 개입전략을 수립할 수 있도록 하였다.

2) 심리치료 이론을 중심으로 근거에 기반한 심리상담 매뉴얼을 구성한다.

고립·은둔의 치료를 위한 여러 가지 방법이 지속적으로 연구되어 왔지만, 강력하고 고무적인 자료는 아직 부족한 편이다(Teo, 2010). 다만, 고립·은둔의 계기나 상태가 다양한 만큼 기존의 심리치료 이론들이 고립·은둔 청소년 개입에 효과적인 부분이 있을 것이라는 것은 어렵지 않게 추측해볼 수 있다. 본 매뉴얼에서는 그 중에서도 특히 정서중심치료를 중심으로 하여 심리상담 부분 매뉴얼을 구성하였다.

정서중심치료(Emotion-Focused Therapy: EFT)는 심리치료를 받는 내담자가 자신의 정서를 인식하고, 생산적으로 사용할 수 있도록 고안된 신인본주의적인(neohumanistic) 접근이다(Greenberg, 2021). 고립·은둔 청소년이 주로 겪을 수 있는 외로움과 같은 핵심정서의 문제를 다루는 것은 변화의 핵심이라고 할 수 있다. EFT는 공감적인 치료적 관계를 기반으로 내담자가 자신의 감정을 더 잘 확인하고, 경험하고, 수용하고, 탐색하고, 이해하고, 변화시키고, 유연하게 관리할 수 있게 하여 결과적으로 적응력 있게 생활할 수 있도록 도움을 줄 수 있다(Greenberg, 2021). 고립·은둔 청소년은 대인관계에서 어려움을 겪는 경우가 많고, 고립·은둔 상태는 감정·인지·생활습관·대인관계 등 다양한 영역에서 각 사례마다 다른 특징을 보이는 만큼 본 매뉴얼에서는 치료적 관계에 기반하고 광범위한 내담자 집단에 효과가 증명된 정서중심치료를 중점적으로 활용하고자 한다.

3) 학습 및 활동, 상담관계 형성 내용을 강화한다.

고립·은둔 청소년은 기존의 심리상담 접근만으로는 효과적으로 개입하기 어렵다. 따라서 본 매뉴얼에서는 학습 및 진로, 일상생활 회복을 위한 다양한 활동 및 프로그램 내용을 제시하여 사례관리자가 필요에 따라 선택하여 활용할 수 있도록 하였다. 아울러, 고립·은둔 청소년과의 라포형성이 중요하고 어려운 만큼 고립·은둔 청소년 지원사업 종사자 및 현장전문가들이 실제 활용하고 있는 라포형성 방법에 대해 조사·정리하여 별도로 제시하였다.

4) 사례개입 단계별로 매뉴얼을 구성한다.

사례개입 과정에 있어 체계적이고 효과적인 개입을 위해 본 매뉴얼에서는 진행 단계를 접수 및 평가, 초기, 중기, 후기, 사후관리로 나누어 단계별 목표 및 개입방법을 제시하였다. 특히, 초기·중기·후기 단계에서는 심리상담과 학습 및 활동 부분을 구분하여 구성하였다.

구체적으로 접수 및 평가 단계에서는 고립·은둔 사례개입 대상 여부에 대한 판별과 사례 개입 전략 수립을 위해 초기면접에서 청소년 및 부모 관련 정보 수집을 어떻게 해야 하는지에 대한 내용을 포함하였다. 특히, 청소년의 고립·은둔 위기수준, 심리·정서 위기수준, 부모의 심리·정서 수준을 평가함에 있어 객관적인 검사 도구를 사용할 수 있도록 가이드를 제시하였다. 아울러, 고립·은둔 청소년 사례 개입의 특성 상 방문지원이 주로 이루어짐에 따라 방문지원 시 고려해야 하는 사항에 대한 내용도 포함하였다.

초기단계부터는 심리상담과 학습 및 활동으로 나누어 매뉴얼을 구성하였다. 심리상담의 경우 초기단계에서는 고립·은둔 심리상담에 있어 상담 환경 및 관계 등에서의 구조화, 고립·은둔 상태 전반에 대한 탐색, 상담 목표 수립 및 위기수준에 따른 개입전략을 제시하였다. 아울러, 정서중심치료적 접근에 있어 치료 관계 형성과 주요 감정 및 생각을 인식하고 표현하는 내용을 제시하였다.

학습 및 활동의 경우 초기단계에서는 우선 진로, 학업, 자기개발 등의 분야에 대해 청소년의 참여욕구가 있는지 탐색하고, 진로 및 학업 활동에 대한 필요성을 인식할 수 있는 내용을 제시하였다. 한편, 일상생활이 불규칙한 경우에 하루 일과를 돌아보고 개선방안을 탐색할 수 있는 활동 내용을 포함하였다.

중기단계에서는 심리상담의 경우 정서중심치료적 접근을 통해 부정적인 핵심신념, 부정적인 정서, 해결되지 않은 관계문제를 다루는 것을 주요 내용으로 제시하였다. 아울러, 청소년 심층면접 및 현장전문가 인터뷰에서 주요하게 언급되었던 고립·은둔 위험요인, 스트레스, 대인관계, 지지체계 확보 등과 관련된 개입방법을 포함하였다.

학습 및 활동의 경우 사례관리자와 라포가 어느 정도 형성되고, 학습 또는 활동에 대한 참여욕구가 생기기 시작한 것을 전제로 개입 내용을 제시하였으며, 진로 및 학업 관련 계획 및 세부목표 수립 및 활동, 일상생활 회복을 위해 다양한 미션 형태의 도전과제 수행, 자조 모임 등 집단 활동에 대한 내용을 포함하였다.

후기단계에서는 심리상담의 경우 정서중심치료적 접근을 통해 내담자의 깊은 정서적 고통을 다루는 것을 주요 내용으로 제시하였다. 아울러, 종결 준비 및 회복된 일상생활 유지를 위한 자립 촉진하기, 종결하기와 관련된 개입방법을 포함하였다. 학습 및 활동의 경우 자립을 위한 학습 및 진로활동의 지속, 회복된 대인관계 또는 생활패턴을 안정적으로 유지할 수 있는 내용으로 구성하였다. 사후관리 단계에서는 탈고립·탈은둔 이후 다시 재고립·재은둔하지 않고 일상에 원활히 적응할 수 있도록 개입 방안을 제시하였다.

한편, 고립·은둔 위기 수준은 사례개입이 진행되면서 달라질 수 있다. 따라서 본 매뉴얼에서는 중기·후기단계에서 고립·은둔 청소년 스크리닝 척도를 활용하여 위기수준을 재평

가하고, 이에 따라 개입 방향을 설정하도록 하였다.

5) 부모상담 내용은 구조화된 프로그램으로 제시한다.

고립·은둔 청소년에 대한 사례개입에 있어 부모의 역할은 매우 중요하다. 현장전문가들의 인터뷰에 따르면 부모가 상담을 신청하는 경우가 많고, 청소년은 상담 등 개입을 거부하여 부모에게만 개입을 해야 되는 경우도 많다. 또한, 부모는 고립·은둔 청소년에게 있어 중요한 지지 체계이자, 회복의 주요 요인이 되는 만큼 부모상담 내용을 별도로 제시하였다.

다만, 현장에서 고립·은둔 청소년이 개입을 거부할 경우 무제한적으로 부모에 대한 개입만 할 수는 없기 때문에 15회기의 구조화된 프로그램의 형태로 부모상담 내용을 구성하였다. 부모상담은 부모 자신과 자녀에 대해 이해하고, 의사소통 방법 및 감정 코치 등을 통해 관계를 회복하고 향상시킬 수 있는 내용들을 강조하였다.

나. 내용 구성

1) 매뉴얼 구성 모형

선행연구 고찰 및 현장전문가, 청소년 대상 심층면접 결과를 바탕으로 도출된 구성 원리에 의하여 본 연구에서는 다음과 같이 매뉴얼을 구성하였다. 매뉴얼 구성 모형은 <표 7>에 제시되어 있다.

<표 7> 매뉴얼 구성 모형

구분		구성요소
접수 및 평가 단계		<ul style="list-style-type: none"> ■ 초기면접 <ul style="list-style-type: none"> - 청소년 및 부모(보호자) 정보 수집 - 고립·은둔 위기수준 평가 - 심리·정서 위기수준 평가(청소년 및 부모) · 대상 판정 <ul style="list-style-type: none"> - 사례회의 거쳐 대상자 최종 판정 - 사례관리자 배정
청소년 사례개입	상담관계 형성 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 관계 및 신뢰감 형성
	초기 단계	<심리상담> <ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 상태 탐색 ■ 상담목표 설정 ■ 개입 전략 수립 ■ 정서중심 상담 개입
		<학습 및 활동>

구분		구성요소
중기 단계		<ul style="list-style-type: none"> ■ 활동 참여 욕구 확인 ■ 맞춤형 진로 및 학습동기 파악 ■ 생활 및 시간 관리 점검
		<심리상담> <ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 위기수준 점검 ■ 정서중심 상담 개입 ■ 위험요인 및 스트레스 다루기 ■ 역기능적 대인관계 다루기 ■ 지지체계 확보, 강점 찾기 ■ 기분전환 활동 계획 및 실행 ■ 건강상태 점검
		<학습 및 활동> <ul style="list-style-type: none"> ■ 활동 참여 욕구 확인 ■ 맞춤형 진로 및 학습동기 파악 ■ 생활 및 시간 관리 점검
		<심리상담> <ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 위기수준 점검 ■ 정서중심 상담 개입 ■ 종결 준비하기 ■ 종결 이후 자립 촉진하기 ■ 종결하기
사후관리 단계		<학습 및 활동> <ul style="list-style-type: none"> ■ 맞춤형 진로 및 학습지원 강화 ■ 회복된 일상생활 정착 지원 ■ 다양한 외부 체험 활동 지원
		<ul style="list-style-type: none"> ■ 사후관리 기간 ■ 사후관리 지원 방법
부모상담	들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 문제 및 목표 명료화
	응시하기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 자녀, 다시보기 ■ 부모로서의 나, 바라보기 ■ 너와 나의 상호작용
	이해하기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 가족 속, 너를 이해하기
	시도하기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 나와 너의 다른 교제 I, II
	함께 가기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 함께 걷기, 나아가기(종결하기)

2) 매뉴얼 운영원리

본 매뉴얼의 주요 대상은 9세~24세의 고립·은둔 청소년 및 부모이며, 심리상담·학습 및 활동·부모상담이 가능한 학교밖청소년지원센터 등 청소년상담복지 관련 기관을 대상으로 보급되는 것이 적합할 것으로 보인다.

다음으로, 매뉴얼 내용 구성은 청소년 사례개입의 경우 접수 및 평가 단계로부터 사후관리 단계까지 총 5단계로 나누어 구성되어 있다. 한편, 심리상담의 경우 각 회기는 50분 내외

로 진행하되 상담환경에 따라 유연하게 적용될 필요가 있으며, 고립·은둔 특성 상 장기간에 걸친 개입이 필요할 수 있으므로 전체 회기 수에 대한 제한은 제시하지 않았다. 부모상담의 경우 총 15회기의 구조화된 프로그램으로 구성되었으며, 각 회기는 50분 내외를 기준으로 하여 순차적으로 진행하는 것을 권장한다.

마지막으로, 매뉴얼의 내용은 구체적이고 다양한 개입 전략 및 방법, 예시, 활용도 높은 정보를 중심으로 구성하였다. 이를 위해 다양한 참고자료 및 활동지 등을 포함하였다.

3) 매뉴얼 초안 세부내용

본 매뉴얼 세부내용은 선행연구, 고립·은둔 청소년을 상담한 경험이 있는 학교밖청소년지원센터·청소년상담복지센터·민간기관의 현장전문가 대상 포커스그룹 인터뷰, 고립·은둔 경험이 있는 청소년 대상 심층면접 결과를 바탕으로 도출된 구성 원리에 따라 구성요소를 도출하고 이를 토대로 매뉴얼을 개발하였다. 구체적인 매뉴얼 초안 세부내용은 <표 8>과 같다.

<표 8> 매뉴얼 초안 세부 내용

구분		주요 내용
청소년 사례개입	접수 및 평가 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 위기수준 사정·평가 <ol style="list-style-type: none"> 1) 초기면접 <ul style="list-style-type: none"> - 청소년 관련 정보 수집 - 부모 관련 정보 수집 - 고립·은둔 위기수준 평가(상태 분류) - 심리·정서 위기수준 평가 2) 초기면접 시 유의사항 <ul style="list-style-type: none"> - 초기면접자의 역할 - 초기 방문지원에 대한 고려사항 - 방문지원시 유의사항 ■ 고립·은둔 사례개입 대상 판정 및 사례관리자 배정 <ol style="list-style-type: none"> 1) 고립·은둔 사례개입 대상 판정 <ul style="list-style-type: none"> - 사례개입 대상 판단 - 고립·은둔 위기수준 판단 - 심리·정서 위기수준 판단 2) 사례관리자 배정 ■ 사례관리에 대한 이해 <ol style="list-style-type: none"> 1) 사례관리 개요 <ul style="list-style-type: none"> - 사례관리 개념 및 필요성 - 사례관리 단계 2) 단계별 사례개입 내용

구분	주요 내용
	<ul style="list-style-type: none"> - 목표설정 및 개입계획 - 개입 - 평가 및 종결 - 사후관리
상담관계 형성 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 청소년과 상담관계 맺기 1) 라포형성하기 <ul style="list-style-type: none"> - 일상생활에서 고립·은둔 청소년에게 다가가는 방법 - 고립·은둔 청소년 지원사업 시범운영 센터 관계형성 방법 - 고립·은둔 청소년 상담 전문가 관계형성 방법
초기 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 심리상담 1) 상담구조화 <ul style="list-style-type: none"> - 상담 환경에 대한 구조화 - 상담관계 및 역할에 대한 구조화 - 비밀보장에 관한 구조화 2) 고립·은둔 상태 탐색 <ul style="list-style-type: none"> - 고립·은둔 경험 - 고립·은둔 상태(현재) 3) 상담목표 및 개입방향 설정 <ul style="list-style-type: none"> - 상담목표 설정 - 개입전략 수립 시 참고사항 4) 정서중심 상담 개입 <ul style="list-style-type: none"> - 공감적 조율을 통한 치료적 관계 형성 - 문제 반응 지점에 대한 환기적 전개 ■ 학습 및 활동 1) 활동 참여 욕구 확인 <ul style="list-style-type: none"> - 분야별 활동 욕구조사 실시 2) 맞춤형 진로 및 학습 동기 파악 <ul style="list-style-type: none"> - 진로적성 및 흥미분야 파악 - 진로동기 수준 및 진로탐색 의지 점검 - 학습태도 및 학습관련 사고 점검 3) 생활 및 시간 관리 점검 <ul style="list-style-type: none"> - 하루 일과 점검 및 자기관리 연습 지원
중기 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 위기 수준 점검 ■ 심리상담 1) 정서중심 상담 개입 <ul style="list-style-type: none"> - 고립·은둔 생활로 인한 부정적인 자기대우(갈등 분열) 파악 - 자기분열에 대한 두 의자 작업 시행 - 미해결과제에 대한 빈 의자 작업 시행 2) 고립·은둔 청소년에 대한 다양한 개입 기법 <ul style="list-style-type: none"> - 위험요인 및 스트레스 다루기 - 역기능적 대인관계 및 대인기피 패턴 다루기 - 지지체계 확보 - 기분전환활동 계획 및 실행

구분	주요 내용
	<ul style="list-style-type: none"> - 강점 찾기 - 건강상태 점검 ■ 학습 및 활동 <ol style="list-style-type: none"> 1) 맞춤형 진로 및 학습 지원 <ul style="list-style-type: none"> - 진로동기 강화 활동 - 진로탐색 활동 - 학업 집중도 향상 및 학업스트레스 관리 활동 - 학업 및 취업 맞춤형 프로그램 연계 2) 작은 도전과제 부여 <ul style="list-style-type: none"> - 온/오프라인 챌린지 프로그램 운영 3) 일상생활 관리(생활패턴 회복) <ul style="list-style-type: none"> - 일상요소 탐색 및 루틴화 지원 4) 자조모임 운영 및 지원 <ul style="list-style-type: none"> - 대인관계 회복 지원 - 온/오프라인 자조모임 지원
후기 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 위기 수준 점검 ■ 심리상담 <ol style="list-style-type: none"> 1) 정서중심 상담 개입 <ul style="list-style-type: none"> - 취약성에 대한 공감적 인정 - 괴로움에 대한 자비로운 자기진정 2) 종결 준비하기 <ul style="list-style-type: none"> - 탈고립·탈은둔 정도 평가 - 상담목표 달성 확인하기 - 사례개입 지속 또는 종결 여부 결정하기 - 종결 시점 정하기 3) 종결 이후 자립 촉진하기 <ul style="list-style-type: none"> - 종결 이후 미래 과제 다루기 - 스트레스 대처 방안 강화 - 미래 계획 설계하기 4) 종결하기 <ul style="list-style-type: none"> - 효과적인 종결 작업(정서중심 상담 개입) - 정보제공 및 자원 연계하기 - 사후관리 안내 · 학습 및 활동 <ol style="list-style-type: none"> 1) 맞춤형 진로 및 학습 지원 강화 <ul style="list-style-type: none"> - 학업 및 취업 맞춤형 프로그램 연계 강화 2) 회복된 일상생활 정착 지원 <ul style="list-style-type: none"> - 일상생활 패턴 안정화 - 사회성 향상 및 대인관계 안정화 3) 다양한 외부 체험 활동 지원 <ul style="list-style-type: none"> - 자립활동 지원 - 문화 및 여가활동 지원 - 봉사 및 사회참여 활동 지원

구분		주요 내용
	사후관리 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 사후관리 기간 ■ 사후관리 지원 방법 <ol style="list-style-type: none"> 1) 장기적인 접촉 2) 사회적 안전망 활용 3) 사후관리 시 주요 점검 내용 4) 재개입 여부 판단
부모상담	들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 문제 및 목표 명료화(1~2회기) <ul style="list-style-type: none"> - 라포형성 - 호소문제 탐색 - 상담목표 수립 - 상담구조화
	응시하기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 자녀, 다시 보기(3회기) <ul style="list-style-type: none"> - 자녀를 다시 바라보기 - 자녀 심리 이해 ■ 부모로서의 나, 바라보기(4회기) <ul style="list-style-type: none"> - 부모 자녀 양육태도 점검 - 부모의 의사소통 방식 점검하기 ■ 너와 나의 상호작용(5~6회기) <ul style="list-style-type: none"> - 자녀의 일상행황 기록하기 - 작은 출발 - 대화 잘하기 1단계 : 판단 대신 관찰
	이해하기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 가족 속, 너를 이해하기(7~8회기) <ul style="list-style-type: none"> - 자녀의 일상생활 행동에 대해 이해하기 - 가족 관계도 그리기 - 자녀와 나의 감정, 행동, 결과 이해하기 - 대화 잘하기 2단계 : 내 감정 알아채기
	시도하기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 나와 너의 다른 교제 I (9~10회기) <ul style="list-style-type: none"> - 대화 잘하기 3단계 : 내 감정에 책임지기 - 역지감지 : 자녀와 내 욕구 이해하기 ■ 나와 너의 다른 교제 II (11~12회기) <ul style="list-style-type: none"> - 대화 잘하기 4단계 : 요구 대신 요청 - 감정코치 되기 : 자녀의 문제해결 돕기
	함께 가기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 함께 걷기(13~14회기) <ul style="list-style-type: none"> - 상황 기록지 분석 및 변화 유지 - 자녀의 변화 발견 및 강화 ■ 나아 가기(15회기) <ul style="list-style-type: none"> - 종결하기

5. 실시 및 평가

가. 현장실무자 참여자 관점 평가

1) 참여 대상

본 연구에서는 올해 고립·은둔 청소년 지원사업을 시범운영 하고 있는 전국 12개 학교 밖청소년지원센터의 고립·은둔 청소년 지원사업 전담 실무자 21명을 대상으로 매뉴얼에 대한 참여자 관점 평가를 실시하였다. 참여자의 구체적 정보는 <표 9>과 같다.

<표 9> 참여자 관점 평가 참여자 정보

구분	사례	성별	직위	학력	전공	경력
1	현장실무자1	여	팀원	석사졸업	사회복지학	5년 이상 ~ 10년 미만
2	현장실무자2	여	팀원	박사수료	심리학, 사회복지학	1년 미만
3	현장실무자3	여	팀원	석사졸업	상담학	1년 이상 ~ 3년 미만
4	현장실무자4	남	팀원	학사졸업	심리학	1년 이상 ~ 3년 미만
5	현장실무자5	여	팀원	석사졸업	청소년상담교육	1년 미만
6	현장실무자6	여	팀원	석사졸업	심리학	3년 이상 ~ 15년 미만
7	현장실무자7	여	팀원	석사졸업	사회복지학, 통계학	1년 미만
8	현장실무자8	여	팀원	학사졸업	사회복지학	5년 이상 ~ 10년 미만
9	현장실무자9	여	팀원	학사졸업	사회복지학	1년 미만
10	현장실무자10	여	팀원	학사졸업	사회복지학	10년 이상
11	현장실무자11	여	팀원	석사재학	사회복지학	1년 미만
12	현장실무자12	여	팀원	석사재학	청소년학	1년 미만
13	현장실무자13	여	팀원	석사졸업	심리학	1년 이상 ~ 3년 미만
14	현장실무자14	남	팀원	석사졸업	심리학	3년 이상 ~ 15년 미만
15	현장실무자15	여	팀원	석사졸업	교육심리학	1년 미만
16	현장실무자16	남	팀원	석사재학	심리학	1년 미만
17	현장실무자17	여	팀원	석사졸업	청소년상담교육	1년 이상 ~ 3년 미만
18	현장실무자18	남	팀원	학사졸업	청소년학	1년 미만
19	현장실무자19	여	팀원	학사졸업	사회복지학	1년 이상 ~ 3년 미만
20	현장실무자20	여	팀원	석사졸업	심리학	3년 이상 ~ 15년 미만
21	현장실무자21	여	팀원	석사졸업	미술교육학	1년 미만

2) 평가도구

본 연구에서는 매뉴얼이 개발 목적에 따라 개입 단계별·부분별로 적절하게 구성되었는지에 대한 적절성과, 현장에서 활용하기에 얼마나 적합한지, 고립·은둔 청소년 대상 사례개입 시 얼마나 효과적인지에 대한 내용을 살펴보고자 하였다. 이를 위해 5점 리커트 척도를 활용하였으며, 각 단계별 장점 및 보완사항을 서술식으로 작성할 수 있도록 평가지를 구성하였다.

3) 평가결과

매뉴얼에 대한 평가는 리커트 방식의 5점 척도를 사용하여 측정하였다. 참여자 관점 평가결과 매뉴얼 내용 적절성은 4.45점, 현장에서의 운영 적합도는 4.38점, 효과성은 4.38점으로 나타났다. 매뉴얼 세부 영역별 만족도는 <표 10>과 같으며, 매뉴얼 세부 영역에 대한 주관식 기술 내용은 <표 11>에 제시하였다.

<표 10> 참여자 관점 평가 세부영역별 만족도

구분	질문	점수	
1	본 매뉴얼의 단계별 내용이 단계별 목표를 달성하는데 적절한 내용이었습니까?	접수 및 평가	4.62
		상담관계 형성	4.52
		초기	4.43
		중기	4.38
		후기	4.48
		사후관리	4.24
		정서중심 개입	4.19
		부모상담	4.76
단계별 내용 적절성 평균		4.41	
2	본 매뉴얼이 현장에서 운영하기에 적합하다고 생각하십니까?	4.38	
3	본 매뉴얼이 고립·은둔 청소년 대상 사례개입 시 효과가 있을 것 같나요?	4.38	
만족도 총 평균		4.44	

<표 11> 참여자 관점 평가 세부의견

구분	평가 의견
접수 및 평가	<p><장점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 정신장애 관련성의 경우 청소년 또는 부모가 조현병, 양극성장애 등 치료개입이 어렵다면 정신장애치료가 우선되어야 한다는 명시가 좋음 ■ 고립·은둔 청소년 스크리닝이 다소 약한 부분이 있었는데 심리검사가 추가됨 <p><보완할 점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 상태가 되기까지 여러 기관을 거쳤을 가능성이 큰 만큼 과거 개입 기관에 대한 파악에 대한 내용 필요 ■ 초기면접 시 다양한 장소에 대한 제시(집, 센터가 아닌 외부 장소, 커피숍, 공원, 아이가 거부감을 느끼지 않는 곳) 필요
상담관계 형성	<p><장점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 라포형성을 위한 대화 주제 및 소통방법이 예시로 나와 있어 활용도가 높을 것 같음 ■ 타 기관에서 실행 후 긍정적인 반응이 있었던 예시들을 확인할 수 있어 본 기관에서 시도하기 좋을 것 같음 <p><보완할 점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 손편지, 선물, 활동 등 진짜 다양한 '시도'로도 반응이 없는 친구들에 대한 대응방안 필요
초기	<p><장점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 본격적인 개입 전 파악해야 될 것들이 정리되어서 도움 됨. 특히, 목표설정 부분 표준화해도 좋을 듯함 ■ 상담 환경에 대한 구조화의 경우 주로 내방하는 청소년들에게 목표를 정하고 진행하여 고립·은둔과 차이점이 있고 어려웠는데, 고립·은둔 등으로 상담 구조화에 대한 환경적 내용과 구체적인 고립·은둔 탐색·상담 목표 및 개입 방향 설정이 다차원적으로 접근할 수 있어 용이함 ■ 고립·은둔 상태를 생활 패턴, 외부활동, 온라인 활동, 학업, 가족관계, 또래관계, 건강적인 측면에서 다각적으로 살펴보는 것이 좋았음 <p><보완할 점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 변화를 위해서 청소년 본인의 적극적인 노력 또한 필요하다는 말을 초기에 해주면 좋을 것 같음 ■ 과의존 문제에 대한 다른 기관 등과의 연계 등도 있으면 좋겠음
중기	<p><장점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 초기 이후 중기 단계에서도 스크리닝 척도가 필요한 정보를 알게 되었고, 위기 수준 탐색과 점검을 통해 고립·은둔을 재촉할 수 있는 위험요인이나 스트레스를 다루고 대인관계, 지지체계 확보 등 일반적인 중기 상담에서의 탐색보다 구체적으로 배우게 됨 ■ 대인관계 및 대인기피는 많이 힘들어 하는 분야이기에 여러 가지 예문을 통해서 연습을 할 수 있어서 좋았음. 자주 청소년에게 예시로 사용할 수 있을 것 같음

구분	평가 의견
	<ul style="list-style-type: none"> ■ 작은 도전 과제 부여하여 앞으로 한 걸음 나아가기를 해보는 것과 생각하는 것보다 직접 글로 적어 스스로 자기 점검을 할 수 있는 기회를 부여하는 것이 매우 좋음 <p><보완할 점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 스트레스 다루기 시트지 보완 필요 ■ 사회불안에 대한 내용 보완 필요(불안을 호소하는 경우 많음)
후기	<p><장점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 탈고립·탈은둔에 대한 기준이 있어서 좋았음 ■ 종결뿐만 아니라 학습 및 자립, 외부경험 제공에 대해 매뉴얼화 되어있어 후기단계 활동 시 도움이 될 것 같음 ■ 아직 종결을 경험해보지 않은 담당자로서 종결에 대한 방향성이 잘 제시되어 있어 많은 도움이 됨 <p><보완할 점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 사례회의를 통한 종결 기준도 필요함 ■ 탈고립과 은둔에 대해 스크리닝 척도 이외 다른 요소들을(예시 등) 제시하면 좋겠음
사후관리	<p><장점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 직접 접촉(전화, 문자)을 통해 내담자와 연락을 이어나감으로써 정서적 유대감을 높일 수 있을 것 같고 해당 담당자뿐만 아니라 관련 지지체가 함께 하는 부분이 좋았음 ■ 사후관리는 아직 경험해보지 않았는데 최소한의 기준이 제시되어서 혼란을 많이 겪지 않을 것 같음 ■ 사회적 안전망 활용하여 내담자에 대한 정보를 지속적으로 얻을 수 있도록 사후관리를 계획한 점이 좋았음 <p><보완할 점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 사후관리 시 내담자와 연락이 닿지 않는 경우에 대한 대응방안 추가 필요
정서중심 개입	<p><장점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 일차정서와 이차정서 등 청소년들이 가지고 있는 중요한 핵심 정서를 파악할 수 있고 실제적으로 내담자에게 접근할 수 있는 이론이라 개입할 수 있는데 많은 도움이 됨 ■ 고립·은둔 대상자의 개입방법으로 가장 이상적인 모델인 것 같음. 특히 사례 판정부터 초진단적인 관점이 필요하기 때문에 '정서'에 초점을 두는 것이 좋은 것 같음 ■ 정서의 기능, 유형, 도식, 구성요소, 정서처리 단계까지 등으로 자세히 내담자의 정서파악, 욕구파악에 충족되는 상담은 문제를 다루고 감정을 환기시키는데 도움이 되고 특히 두의자, 빈의자 작업은 많은 활용도로 효과적인 상담이 될 것 같음 <p><보완할 점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 정서중심치료의 주요 용어에 대한 개념 설명 추가 필요

구분	평가 의견
부모상담	<p><장점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 부모상담이 막연하게 느껴졌는데 오히려 구조화되니 더 좋았음. 특히, 다양한 예시와 활동지를 활용할 수 있다는 점이 좋았음 ■ 고립·은둔 청소년보다 부모상담이 많은데 다양한 내용을 배울 수 있어 부모상담 시 양육코칭 등 정보제공에 도움이 됨 ■ 부모상담은 호소문제에 대해 상담이 주로 이뤄지는데 청소년들과 마찬가지로 회기에 따른 상담을 진행함도 필요함을 새롭게 인식하게 되었음 ■ 다양한 예시와 '들어가기-응시하기-이해하기-시도하기-함께가기'의 흐름이 부모상담에 도움이 될 것 같고 현장에서 적하면 부모님들께 도움이 될 것 같음. 특히, 판단보다는 관찰하라는 내용이 좋았음 <p><보완할 점></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 다양한 부모의 형태에 대한 사례개입에 대한 내용 추가 필요

나. 전문가 자문

본 연구에서 개발된 매뉴얼에 대한 최종 수정·보완 과정을 위해 학계전문가 2인에게 감수를 받았다. 전문가 감수에 대한 세부 의견은 <표 12>와 같다.

<표 12> 전문가 감수 세부의견

구분	평가 의견
접수 및 평가	<ul style="list-style-type: none"> ■ 부모와의 면담 과정에서 드러나는 부모의 인지적·정서적 특징에 대한 예시 추가 필요 ■ 전체적으로 단계별 과정이 나타나는 그림 추가 필요 ■ 초기면접에서 심리검사 실시가 어려운 경우, 위기수준을 스크리닝 할 수 있는 체크리스트 추가 필요
상담관계 형성	<ul style="list-style-type: none"> ■ 상담관계 형성 방법 관련 다양한 예시가 나와 있는데, 어떻게 활용하는지 간단한 설명 추가 필요
초기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 비밀보장에 관한 구조화의 예시 추가 ■ 고립·은둔 상태 탐색 시, 내담자에 대한 공감 및 타당화의 중요성 내용 추가
중기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 인터넷·스마트폰 과의존 문제에 대한 개입 내용 추가 필요
후기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 청소년용 성격강점검사(CST-A) 활용 내용 추가 ■ 상담 종결 이후 필요시 청소년이 서비스를 다시 신청할 수 있도록 설명 추가
사후관리	<ul style="list-style-type: none"> ■ 사후 점검 시 내담자와 연락이 닿지 않는 경우에 대한 대처 방안내용 추가 필요
정서중심 개입	<ul style="list-style-type: none"> ■ 상담 기법 등 실제 적용 시 잘 진행이 되지 않을 경우의 대처 방법에 대한 설명 필요
부모상담	<ul style="list-style-type: none"> ■ 부모에게 내담자(청소년 자녀)와의 상담 내용을 알리지 않는 이유 등 비밀보장 관련 내용 추가

다. 매뉴얼 수정 및 보완

본 연구에서는 고립·은둔 청소년 지원사업을 시범운영하고 있는 현장실무자 참여자 관점 평가 및 전문가 감수 결과를 토대로 매뉴얼 내용을 최종 수정·보완하였다. 세부내용은 <표 13>과 같다.

<표 13> 매뉴얼 수정 및 보완

구분	수정·보완사항
접수 및 평가	<ul style="list-style-type: none"> ■ 상담 및 치료경험 이력 관련 탐색해야하는 사항에 대해 추가적으로 설명 제시 ■ 방문 진행 가능한 장소에 대한 예시 추가 ■ 부모와의 면담 과정에서 드러나는 부모의 인지적·정서적 특징에 대한 예시 추가 ■ 사례개입 과정에 대한 전체 체계도 추가 ■ 심리검사를 실시하기 어려운 경우 활용할 수 있는 위기스크리닝 척도 추가
상담관계 형성 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 내담자와의 라포형성이 어려울 경우 사례관리자의 자세 및 대처 방안에 대한 설명 추가 ■ 상담관계 형성 방법 예시에 대한 간단한 설명 추가
초기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 변화를 위해 청소년 스스로의 노력의 필요성에 대한 내용 추가 ■ 인터넷·스마트폰 과의존 문제에 대한 활동 내용 추가 ■ 비밀보장에 대한 구조화 예시 내용 추가 ■ 고립·은둔 상태에 대한 탐색 시 내담자의 상황·선택에 대한 공감·타당화의 중요성 내용 추가
중기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 스트레스 다루기 활동지 보완 ■ 청소년이 겪는 불안에 대한 설명 추가 ■ 인터넷·스마트폰 과의존의 경우 활용할 수 있는 활동내용 추가
후기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 스크리닝 척도 활용 외 탈고립·탈은둔 평가 등 종결기준에 대한 설명 추가 ■ 청소년용 성격강점검사 활용 내용 추가 ■ 상담 종결 이후 서비스 재신청 방법 등 안내할 수 있는 설명 추가
사후관리	<ul style="list-style-type: none"> ■ 내담자와 연락이 잘 안되지 않는 경우 사회적 안전망 활용에 대한 설명 추가
정서중심 개입	<ul style="list-style-type: none"> ■ 핵심 용어의 개념적 정의에 대한 설명 추가 ■ 상담 기법 등 매뉴얼의 전반적 활용에 대한 설명 추가
부모상담	<ul style="list-style-type: none"> ■ 부모상담 시 사례관리자가 경험할 수 있는 어려움에 대한 개입방향 내용 추가 ■ 부모상담시 안내해야하는 비밀보장 관련 내용 추가

최종적으로 수정·보완사항을 반영한 최종 매뉴얼 세부 내용은 <표 14>와 같다.

<표 14> 최종 매뉴얼 세부 내용

구분	주요 내용
프로그램 구성	<ul style="list-style-type: none"> ■ 매뉴얼 구성 및 활용 방법 ■ 사례개입 모형(체계도)
청소년 사례개입	<p style="text-align: center;">접수 및 평가 단계</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 위기수준 사정·평가 <ol style="list-style-type: none"> 1) 초기면접 <ul style="list-style-type: none"> - 청소년 관련 정보 수집(내용 수정) - 부모 관련 정보 수집(예시 추가) - 고립·은둔 위기수준 평가(상태 분류) - 심리·정서 위기수준 평가(스크리닝 척도 추가) 2) 초기면접 시 유의사항 <ul style="list-style-type: none"> - 초기면접자의 역할 - 초기 방문지원에 대한 고려사항(예시 추가) - 방문지원시 유의사항 ■ 고립·은둔 사례개입 대상 판정 및 사례관리자 배정 <ol style="list-style-type: none"> 1) 고립·은둔 사례개입 대상 판정 <ul style="list-style-type: none"> - 사례개입 대상 판단 - 고립·은둔 위기수준 판단 - 심리·정서 위기수준 판단 2) 사례관리자 배정 ■ 사례관리에 대한 이해 <ol style="list-style-type: none"> 1) 사례관리 개요 <ul style="list-style-type: none"> - 사례관리 개념 및 필요성 - 사례관리 단계 2) 단계별 사례개입 내용 <ul style="list-style-type: none"> - 목표설정 및 개입계획 - 개입 - 평가 및 종결 - 사후관리
	<p style="text-align: center;">상담관계 형성 단계</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 청소년과 상담관계 맺기 <ol style="list-style-type: none"> 1) 라포형성하기(설명 및 예시 추가) <ul style="list-style-type: none"> - 일상생활에서 고립·은둔 청소년에게 다가가는 방법 - 고립·은둔 청소년 지원사업 시범운영 기관에서 활용하고 있는 관계형성 방법 - 상담 동기가 낮거나, 상담을 거부하는 내담자와의 관계형성 방법

구분	주요 내용
초기 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 심리상담 <ol style="list-style-type: none"> 1) 상담구조화 <ul style="list-style-type: none"> - 상담 환경에 대한 구조화 - 상담관계 및 역할에 대한 구조화(설명 추가) - 비밀보장에 관한 구조화(설명 추가) 2) 고립·은둔 상태 탐색(설명 추가) <ul style="list-style-type: none"> - 고립·은둔 경험 - 고립·은둔 상태(현재) 3) 상담목표 및 개입방향 설정 <ul style="list-style-type: none"> - 상담목표 설정 - 개입전략 수립 시 참고사항 4) 정서중심 상담 개입 <ul style="list-style-type: none"> - 공감적 조율을 통한 치료적 관계 형성 - 문제 반응 지점에 대한 환기적 전개 ■ 학습 및 활동 <ol style="list-style-type: none"> 1) 활동 참여 욕구 확인 <ul style="list-style-type: none"> - 분야별 활동 욕구조사 실시 2) 맞춤형 진로 및 학습 동기 파악 <ul style="list-style-type: none"> - 진로적성 및 흥미분야 파악 - 진로동기 수준 및 진로탐색 의지 점검 - 학습태도 및 학습관련 사고 점검 3) 생활 및 시간 관리 점검 <ul style="list-style-type: none"> - 하루 일과 점검 및 자기관리 연습 지원 - 미디어 사용 습관 점검
중기 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 위기 수준 점검 ■ 심리상담 <ol style="list-style-type: none"> 1) 정서중심 상담 개입(설명 추가) <ul style="list-style-type: none"> - 고립·은둔 생활로 인한 부정적인 자기대우(갈등 분열) 파악 - 자기분열에 대한 두 의자 작업 시행 - 미해결과제에 대한 빈 의자 작업 시행 2) 고립·은둔 청소년에 대한 다양한 개입 기법 <ul style="list-style-type: none"> - 위험요인 및 스트레스 다루기(활동지 및 설명 추가) - 역기능적 대인관계 및 대인기피 패턴 다루기 - 지지체계 확보 - 기분전환활동 계획 및 실행 - 강점 찾기 - 건강상태 점검 ■ 학습 및 활동 <ol style="list-style-type: none"> 1) 맞춤형 진로 및 학습 지원 <ul style="list-style-type: none"> - 진로동기 강화 활동 - 진로탐색 활동 - 학업 집중도 향상 및 학업스트레스 관리 활동 - 학업 및 취업 맞춤형 프로그램 연계

구분	주요 내용
	2) 작은 도전과제 부여 - 온/오프라인 챌린지 프로그램 운영 3) 일상생활 관리(생활패턴 회복) - 일상요소 탐색 및 루틴화 지원 - 미디어 사용 습관 개선 지원 4) 자조모임 운영 및 지원 - 대인관계 회복 지원 - 온/오프라인 자조모임 지원
후기 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 고립·은둔 위기 수준 점검 ■ 심리상담 <ol style="list-style-type: none"> 1) 정서중심 상담 개입 <ul style="list-style-type: none"> - 취약성에 대한 공감적 인정 - 괴로움에 대한 자비로운 자기진정 2) 종결 준비하기 <ul style="list-style-type: none"> - 탈고립·탈은둔 정도 평가 - 상담목표 달성 확인하기 - 사례개입 지속 또는 종결 여부 결정하기(설명 추가) - 종결 시점 정하기 3) 종결 이후 자립 촉진하기 <ul style="list-style-type: none"> - 종결 이후 미래 과제 다루기 - 스트레스 대처 방안 강화 - 미래 계획 설계하기(설명 추가) 4) 종결하기 <ul style="list-style-type: none"> - 효과적인 종결 작업(정서중심 상담 개입) - 정보제공 및 자원 연계하기 - 사후관리 안내(설명 추가) ■ 학습 및 활동 <ol style="list-style-type: none"> 1) 맞춤형 진로 및 학습 지원 강화 <ul style="list-style-type: none"> - 학업 및 취업 맞춤형 프로그램 연계 강화 2) 회복된 일상생활 정착 지원 <ul style="list-style-type: none"> - 일상생활 패턴 안정화 - 사회성 향상 및 대인관계 안정화 3) 다양한 외부 체험 활동 지원 <ul style="list-style-type: none"> - 자립활동 지원 - 문화 및 여가활동 지원 - 봉사 및 사회참여 활동 지원
사후관리 단계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 사후관리 기간 ■ 사후관리 지원 방법 <ol style="list-style-type: none"> 1) 장기적인 접촉 2) 사회적 안전망 활용(설명 추가) 3) 사후관리 시 주요 점검 내용 4) 재개입 여부 판단

구분	주요 내용	
부모상담	들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 문제 및 목표 명료화(1~2회기) <ul style="list-style-type: none"> - 라포형성 - 호소문제 탐색 - 상담목표 수립 - 상담구조화(설명 추가)
	응시하기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 자녀, 다시 보기(3회기) <ul style="list-style-type: none"> - 자녀를 다시 바라보기 - 자녀 심리 이해 ■ 부모로서의 나, 바라보기(4회기) <ul style="list-style-type: none"> - 부모 자녀 양육태도 점검 - 부모의 의사소통 방식 점검하기 ■ 너와 나의 상호작용(5~6회기) <ul style="list-style-type: none"> - 자녀의 일상행황 기록하기 - 작은 출발 - 대화 잘하기 1단계 : 판단 대신 관찰
	이해하기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 가족 속, 너를 이해하기(7~8회기) <ul style="list-style-type: none"> - 자녀의 일상생활 행동에 대해 이해하기 - 가족 관계도 그리기 - 자녀와 나의 감정, 행동, 결과 이해하기 - 대화 잘하기 2단계 : 내 감정 알아채기
	시도하기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 나와 너의 다른 교제 I (9~10회기) <ul style="list-style-type: none"> - 대화 잘하기 3단계 : 내 감정에 책임지기 - 역지감지 : 자녀와 내 욕구 이해하기 ■ 나와 너의 다른 교제 II (11~12회기) <ul style="list-style-type: none"> - 대화 잘하기 4단계 : 요구 대신 요청 - 감정코치 되기 : 자녀의 문제해결 돕기
	함께 가기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 함께 걷기(13~14회기) <ul style="list-style-type: none"> - 상황 기록지 분석 및 변화 유지 - 자녀의 변화 발견 및 강화 ■ 나아 가기(15회기) <ul style="list-style-type: none"> - 종결하기

IV. 요약 및 논의

본 연구는 고립·은둔 청소년을 지원하고 있는 사례관리자들이 효과적인 개입을 할 수 있도록 고립·은둔 청소년 사례개입 매뉴얼을 개발하고자 하였다. 이를 위해 문헌연구, 고립·은둔 경험 청소년에 대상 심층면접, 고립·은둔 청소년 상담 경험이 있는 현장전문가 대상 포커스그룹 인터뷰를 실시하여 매뉴얼의 주요 구성 원리 및 세부 내용을 도출하였다. 이렇게 개발된 매뉴얼은 고립·은둔 청소년 지원사업 시범운영을 하고 있는 현장실무자 대상 참여자 관점 평가, 학계전문가를 통한 자문 및 감수를 거쳐 수정·보완한 후 최종 확정하였다.

매뉴얼 개발은 김창대 외(2011)의 프로그램 개발 모형을 적용하여 기획, 구성, 실행 및 평가 절차에 따라 진행되었다. 기획단계에서는 매뉴얼 개발을 위해 국내외의 문헌을 조사하였다. 먼저, 청소년 고립·은둔에 대한 이해(정의·실태 등), 청소년 고립·은둔의 위험도 평가, 고립·은둔 청소년에 대한 개입에 대해 전반적으로 조사하였다. 문헌조사 결과 청소년기의 고립·은둔 현상은 발달특성, 가정 및 학교 환경, 또래 등 대인관계, 정신병리, 사회문화 등 다양한 요인의 복합적인 상호작용의 결과로 발생하며, 이에 따른 청소년의 고립·은둔 상태 및 특징 또한 개인마다 매우 다른 양상을 보일 수 있음을 확인하였다. 또한, 고립·은둔 청소년의 사례에 대한 효과적인 개입을 위해서는 가족 및 부모에 대한 개입, 청소년이 경험하고 있는 심리적 고통 등 정신건강 문제에 대한 개입, 불규칙한 생활습관에 대한 개입, 사회적 지지자원 확보 등에 대한 필요성을 확인하였다.

이에 본 연구에서는 먼저 고립·은둔 청소년이 어떻게 고립·은둔을 하게 되었고, 어떤 특징을 보이며, 어떤 요인 및 지원을 통해 극복하는지에 대해 알아보하고자 먼저 고립·은둔 경험이 있는 청소년을 대상으로 심층면접을 진행하였다.

청소년 심층면접 결과를 통해 도출한 시사점은 다음과 같다. 먼저, 청소년의 고립·은둔은 자퇴를 비롯한 학교생활 부적응, 심리적 소진, 가족 등 관계에서의 갈등 등의 문제로 인해 스트레스에 노출되어 있는 상태에서 강렬한 스트레스 사건 경험 등이 촉발요인이 되는 경우가 많은 것으로 나타났다. 다만, 고립·은둔 상태는 다양한 형태로 나타나는 만큼 대상 청소년만의 고립·은둔 계기, 삶의 변화 등 특징에 대한 정확한 이해와 평가에 기반한 맞춤형 사례개입이 필요하다. 또한, 고립·은둔 기간 중에 자기이해 및 수용, 자기 성찰 및 삶의

의미 재구성 등의 과정이 극복의 요인이 되는 만큼 심리지원이 중요하며, 심리지원 이외에도 다양한 활동·학습 지원 또한 도움이 된다고 보고됨에 따라 청소년의 욕구 및 상태에 맞는 다양한 개입 방안이 제시될 필요가 있다. 한편, 고립·은둔 청소년은 대체로 관계 형성에 어려움을 겪고 있고 있는 만큼 개입 시 무엇보다도 청소년과의 라포형성에 집중하는 것이 중요하며, 사례관리자뿐만 아니라 부모 및 비슷한 경험을 가진 또래 집단 등을 활용하여 지지체계를 강화해줄 필요가 있다. 마지막으로, 탈고립·탈은둔 이후에도 재고립·재은둔하게 되는 경우가 많음에 따라 일반적인 상담 장면보다 더 오랜 기간에 걸쳐 전문적인 사후관리가 이루어져야 한다.

아울러, 본 연구에서는 고립·은둔 청소년에 대한 지원이 실제로 어떻게 이루어지고 있는지 확인하고, 효과적인 사례개입 방안을 도출하고자 고립·은둔 청소년 상담 등 지원 경험이 있는 현장전문가를 대상으로 포커스그룹 인터뷰를 진행하였다.

현장전문가 인터뷰를 통해 도출한 시사점은 다음과 같다. 먼저, 고립·은둔 청소년에 대한 개입은 다양한 형태로 이루어지고 있었다. 많은 경우에 청소년 본인이 아닌 부모·교사 등 주변 사람의 신청에 의해 개입이 시작되는데, 개입에 대한 의뢰가 들어오더라도 청소년을 만나지 못하는 경우가 많다. 따라서 기존의 현장전문가들은 스스로 또는 기관 차원에서 개입을 거부하거나 관계형성이 어려운 청소년과 라포형성을 시도하는 노하우들을 가지고 있었다. 이러한 라포형성 방법은 이론적 접근이라기보다 경험적 지식이므로 본 연구에서는 이러한 경험적 노하우들을 최대한 망라해서 제시하는 것이 유용하다고 판단하였다.

또한, 청소년의 고립·은둔 등 위기수준에 대한 평가 도구 및 방법은 정형화되어 있지 않거나 일선 기관마다 달랐는데, 본 연구에서는 고립·은둔을 판별할 수 있는 객관적인 도구 및 심리·정서 위기 수준을 판별할 수 있는 객관적인 도구는 최소한으로 필요하다고 판단하였다. 고립·은둔 청소년에 대한 지원방법에 있어 상담 지원은 필수적으로 진행되어야 하지만, 기존의 정형화된 상담 형태만으로는 진행에 한계가 있으므로 상담 방법에 있어 개방적이고 유연한 접근의 필요성과 청소년의 관심사와 욕구에 맞춰 다양한 형태의 활동 지원이 병행될 때 효과적인 개입이 될 수 있음을 확인하였다. 무엇보다 어떤 형태의 개입을 진행하든 가장 중요한 치료적 요인은 현재 고립·은둔 상태에 대한 충분한 공감과 타당화, 언제든지 도와줄 수 있는 사람이 있다는 것을 느낄 수 있도록 정서적 지지와 격려를 제공해주는 것임을 확인하였다.

한편, 고립·은둔 청소년의 부모에 대해 개입의 경우에 있어서도 부모의 입장에서 자녀에 대해 노력하고 있는 부분에 대한 지지가 매우 중요한 것으로 보고되었다. 아울러, 부모를 위한 상담지원, 체계적인 교육과 자조모임, 부모를 대상으로 활용할 수 있는 검사도구 및

부모용 콘텐츠 제공이 필요한 것으로 나타났다. 마지막으로, 고립·은둔 사례개입 매뉴얼에 필요한 내용으로는 기존의 상담자의 역할에서 더 확장된 개념으로서의 사례관리자의 개념과 역할, 기존의 상담 전개 과정에 기반을 두되 고립·은둔의 특성과 진행 단계를 고려한 사례개입 내용이 포함될 필요가 있다는 점이 확인되었다.

결과적으로, 청소년 대상 심층인터뷰 및 현장전문가 포커스그룹 인터뷰 분석을 통해 도출한 매뉴얼의 구성 원리는 다음과 같다. 첫째, 고립·은둔 청소년의 다양한 상태에 맞춤형 개입을 할 수 있도록 매뉴얼을 구성한다. 둘째, 심리치료 이론을 중심으로 근거에 기반한 심리상담 매뉴얼을 구성한다. 셋째, 학습 및 활동, 상담관계 형성 내용을 강화한다. 넷째, 사례개입 단계별로 매뉴얼을 구성한다. 다섯째, 부모상담 내용은 구조화된 프로그램으로 구성하여 별도로 제시한다.

본 연구에서는 매뉴얼의 구성 원리에 의해 다음과 같이 매뉴얼을 구성하였다. 우선, 개입 내용은 크게 청소년 사례개입과 부모상담으로 나뉜다. 청소년 사례개입은 다시 접수 및 평가 단계, 상담관계 형성 단계, 초기 단계, 중기 단계, 후기 단계, 사후관리 단계로 구성하였다. 접수 및 평가 단계에서는 초기면접에서의 정보수집과 위기수준 평가, 사례개입 대상 판정 및 사례관리자 배정, 사례관리에 대한 이해에 대한 내용으로 구성되어 있다. 상담관계 형성 단계에서는 고립·은둔 청소년과 라포형성을 위해 실제 일선 현장에서 활용되고 있는 노하우들을 정리하여 제시하였다.

사례개입이 본격적으로 이루어지는 초기·중기·후기 단계는 심리상담과 학습 및 활동 부분으로 구분하였다. 초기 단계에서의 심리상담 부분은 고립·은둔 청소년 상담에 있어 상담구조화 전략, 고립·은둔 상태에 대한 탐색 내용, 상담 목표 및 개입방향 설정 방안, 정서중심치료적 접근에 있어 관계 형성 등 개입방법으로 구성되어 있다. 학습 및 활동 부분은 주로 진로·학습과 관련된 활동에 대한 참여 욕구나 동기 파악, 간단한 일상생활 관리에 대한 연습과 관련된 내용으로 구성되어 있다.

중기 단계에서 심리상담 부분은 정서중심치료적 접근을 통해 부정적인 핵심신념, 부적응적인 정서, 해결되지 않은 관계문제를 다루는 것을 주요 내용으로 제시하였고, 이외에도 청소년 심층면접 및 현장전문가 인터뷰에서 주요하게 언급되었던 주제에 대한 다양한 개입 기법 내용을 포함하였다. 학습 및 활동 부분은 청소년의 참여욕구가 있다는 것을 전제로 다양한 진로·학습 활동, 작은 도전과제 수행, 생활패턴 회복을 위한 관리 지원, 자조모임 운영에 대한 내용으로 구성되어 있다.

후기 단계에서 심리상담 부분은 정서중심치료적 접근을 통해 내담자의 깊은 정서적 고통을 다루는 것을 주요 내용으로 제시하였다. 아울러, 종결 준비로부터 종결에 이르는 과정과

개입방법에 대한 내용으로 구성되어 있다. 학습 및 활동 부분은 중기 단계에서의 진로·학습 지원의 강화된 내용, 다양한 외부 활동 지원과 관련된 내용으로 구성되어 있다. 마지막으로 사후관리 단계에서는 사후관리 기간 및 지원 방법에 대한 내용을 제시하였다.

한편, 부모상담 매뉴얼은 15회기의 구조화된 프로그램 형태로 제시하였는데, 부모 자신과 자녀에 대한 이해를 증진하고, 비폭력대화 및 의사소통 방법, 감정 코치 등을 통해 관계를 회복하고 향상시킬 수 있는 내용들로 구성하였다.

본 연구에서 개발된 매뉴얼의 효과를 알아보기 위하여 올해 고립·은둔 청소년 지원사업을 시범운영하고 있는 전국 12개 학교밖청소년지원센터의 고립·은둔 지원사업 전담 실무자 21명을 대상으로 참여자 관점 평가를 진행하였다. 그 결과, 매뉴얼의 내용 적절성은 5점 만점 중 4.45점, 운영 적합도는 5점 만점 중 4.38점, 효과성은 5점 만점 중 4.38점으로 나타났다. 마지막으로 학계전문가 2인의 자문 및 감수를 통해 매뉴얼을 수정·보완하여 최종적으로 확정하였다.

고립·은둔 사례개입 매뉴얼은 다음과 같은 점에서 의의를 찾아볼 수 있다.

첫째, 고립·은둔 청소년 및 부모에 대한 사례개입 매뉴얼을 개발함으로써 현장에서 체계적인 개입이 가능하도록 기여했다는 점이다. 국내에서 은둔형 외톨이에 대한 개념은 2000년대 초반부터 알려지기 시작했다. 하지만, 이후 20여년이 지난 현재까지도 고립·은둔 청소년에 대한 실태, 정의, 개입 방안에 대한 연구는 여전히 기초 단계에 머무르고 있다. 또한, 일선 현장에서도 고립·은둔 청소년에 대한 지원이 확대되고는 있었으나 각 기관 및 전문가마다 서로 다른 특·장점에 기반한 개입이 주로 이루어져 표준화된 개입 모델은 전무하였다고 할 수 있다. 더 나아가, 고립·은둔 청소년과 청년은 개입 방향 및 전략이 달라질 수 밖에 없음에도 불구하고 고립·은둔 청소년에 특화된 개입 모델 또한 찾아보기 힘들다. 이러한 맥락에서 본 연구를 통해 공공과 민간기관에 과편화 되어 있던 개입 노하우를 정리하여 제시하고, 고립·은둔 청소년 및 부모를 특정하여 단계별로 개입할 수 있는 표준화된 가이드라인을 제시했다 것은 매우 의미가 있다. 사례관리자들은 고립·은둔 청소년과 부모의 특징 및 단계별 개입 방안과 주의할 점 등에 대한 기존의 노하우들을 공유 받을 수 있으며, 표준화된 지침에 따라 체계적으로 개입을 할 수 있을 것이다.

둘째, 정서중심치료 이론을 중심으로 근거기반의 상담개입 과정을 제시하였다는 점에서 매우 의미가 있다. 고립·은둔의 치료를 위한 여러 가지 방법이 지속적으로 연구되어 왔지만, 강력하고 고무적인 자료는 아직 부족한 편이다(Teo, 2010). 본 연구에서는 고립·은둔 청소년에 대한 상담개입에 있어 핵심은 치료적 관계의 형성과 외로움과 같은 핵심정서를 다루는 것이라고 판단하였다. 특히 문화적으로 한국 사회는 가족과 집단에서의 사회적 연결

이 강조되는 만큼, 고립·은둔 상태로 인한 사회적 관계의 연결고리가 부재할 경우 외로움의 문제는 더욱 심화될 수 있다. 정서중심치료는 정서를 인식하고 이해함으로써 정서적 변화를 촉진하며, 개인이 자신의 정서를 표현하고 이를 타인과 공유하는데 도움을 주는 탁월한 접근법이다. 또한, 일본에서 최근에 수행된 연구(Iwakabe, 2021)에 따르면 고립·은둔 문제를 겪고 있는 청년이 정서중심치료 접근을 통해 긍정적인 자기감을 형성할 수 있었다는 보고가 있었는데, 이는 고립·은둔 청소년에 대한 개입에 대해서도 중요한 시사점을 제공한다고 볼 수 있다. 이에 따라 본 연구에서는 고립·은둔 현상을 비롯하여 임상적으로 그 효과가 증명된 정서중심치료 접근법을 활용하여 고립·은둔 청소년의 정서 문제를 해결하고 건강한 사회구성원으로 성장할 수 있도록 돕는 방안을 매뉴얼로 구성하였다. 이렇듯, 본 연구는 치료적 관계에 기반하고 고립·은둔 등 광범위한 내담자 집단에 효과가 증명된 심리치료 이론에 근거하여 상담개입 매뉴얼을 제시하였다는 점에서 의의가 있다.

셋째, 고립·은둔 청소년과의 상담관계 형성 방법을 특화하여 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 고립·은둔 청소년에 대한 개입에 있어 관계 형성은 매우 중요하다. 그러나, 고립·은둔 청소년 특성 상 만남 자체가 어려운 경우가 많고, 만날 수 있다라도 관계의 질을 향상시켜 나가기 어려운 경우도 많다. 따라서 본 연구에서는 기존 문헌연구를 통한 자료 조사를 비롯하여 올해 고립·은둔 청소년 지원사업을 시범운영 하고 있는 전담 인력들이 실제 현장에서 활용하고 있는 라포형성 방법, 그리고 기존에 고립·은둔 청소년을 지원하고 있던 학교밖청소년지원센터·청소년상담복지센터·민간 기관에서 활용하고 있는 라포형성 방법을 조사·정리하여 매뉴얼에 포함하였다. 이렇듯 본 연구는 지금까지 각 기관 또는 실무자 선에서만 활용되고, 공유되지는 않았던 관계형성 노하우 및 방법을 조사·정리함으로써 라포형성에 어려움을 겪는 현장 실무자들에게 다양하고 현실적인 개입 방안을 제시하였다는 점에서 의미가 있다.

넷째, 학습 및 활동 내용을 단계별로 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 고립·은둔 경험 청소년 심층면접 및 현장전문가 인터뷰 결과에 따르면 심리상담 뿐만 아니라 학습과 진로·또래와의 관계형성·문화체험 등 다양한 활동이 고립·은둔 극복에 도움이 된 것으로 나타났다. 특히, 학습 관련 개입 내용은 본 매뉴얼의 대상이 청소년이기 때문에 최소한의 기초학습 능력 또는 기초학력 수준을 유지하기 위한 개입이 필요하다고 판단하여 매뉴얼로 구성하였다. 이에 따라 고립·은둔 청소년 사례개입 단계(초·중·후기)별로 학습 및 활동 지원을 할 수 있는 프로그램을 제시하였고, 활동지도 매뉴얼에 탑재하였다. 심리상담과 더불어 학습 및 활동 개입이 이루어질 경우 고립·은둔을 극복할 수 있는 좀 더 효과적인 개입이 될 것으로 기대된다.

다섯째, 고립·은둔 관련 문헌연구 결과 부모의 이해와 지지는 고립·은둔 청소년의 강력한 보호·치료요인으로 나타났는데, 이는 청소년 면접 및 현장전문가 인터뷰에서도 확인이 되었다. 특히, 고립·은둔 청소년이 개입을 거부할 경우 부모상담만 진행되는 경우 등으로 인해 회기수를 제한하여 구조화된 개입이 필요하다고 판단하였다. 이에 따라 부모상담을 청소년 개입 매뉴얼처럼 초기·중기·후기로 나누어 구분하지 않고 15회기로 구조화하여 내용을 구성하였다. 또한, 고립·은둔 청소년에 대한 효과적인 개입을 위한 부모상담이므로 부모 개인의 문제를 다루기보다 부모 자신과 자녀에 대한 이해의 증진, 비폭력대화 및 의사소통, 감정코치 등을 통해 관계의 질 향상을 도모할 수 있는 내용으로 구성하였다. 이렇듯 본 연구는 현장 실무자들에게 고립·은둔 청소년의 부모상담의 방향성 및 개입 방안을 제시하였다는 점에서 의의가 있다.

여섯째, 본 연구는 현장의 의견을 반영하여 현장적용성과 활용가능성이 높은 매뉴얼을 개발하였다는 점에서 의의가 있다. 먼저 고립·은둔 경험 청소년과 고립·은둔 청소년 개입 경험이 있는 현장전문가에 대한 심층면접·포커스그룹 인터뷰를 통해 매뉴얼 구성 원리와 내용을 도출하였다. 또한, 개발된 매뉴얼은 현재 고립·은둔 청소년 지원을 하고 있는 현장전문가 21명의 참여자 관점평가 및 학계전문가의 자문을 거쳐 최종 수정·보완하였다. 이처럼 구성 요인 도출, 매뉴얼 개발 및 수정·보완 등 전 과정에 걸쳐 실제 활용할 현장전문가와 도움을 받게 될 청소년의 의견 및 요구를 반영함으로써 현장에서의 활용성과 적용성을 극대화하였다.

본 연구의 한계점 및 제언은 다음과 같다.

첫째, 개발된 매뉴얼의 효과성을 검증하지 못한 점은 본 연구의 제한점이다. 본 연구의 주요 대상인 고립·은둔 청소년 특성상 사례를 구하기 어렵고, 효과성 검증에 참여 동의를 얻는 과정은 더 어려운 일이다. 또한, 연구 기간이 제한되어 있어 시범운영을 실시할 수 없었다. 다만, 본 연구에서는 현재 고립·은둔 청소년에게 개입하고 있는 현장실무자들로부터 효과성을 검증받고 개선사항에 대한 피드백을 받았으며, 학계전문가의 자문을 거쳐 매뉴얼을 수정·보완하여 현장 활용성을 높일 수 있었다.

추후 고립·은둔 청소년을 대상으로 실제 매뉴얼의 효과성을 확인할 필요가 있다. 개발된 매뉴얼을 활용하여 사례개입을 실시하고, 현장의 피드백을 축적·보완한다면 현장에서의 활용도는 더욱 높아질 것이다.

둘째, 학습 및 활동 부분에 있어 본 연구에서는 기존의 관련 프로그램 중 고립·은둔 청소년에게 필요하거나 유용할 것으로 판단되는 내용들을 정리하였고, 사례개입 단계별로 내용을 구성하였기 때문에 구조화된 프로그램처럼 활용이 가능하다. 다만, 인터넷 과의존·또

래관계 향상 등 특정 주제에 대해 심층적인 개입을 하기 위해서는 고립·은둔 청소년의 특성을 반영한 구조화된 별도의 프로그램이 필요하다. 따라서 후속연구에서는 학습과 진로, 생활습관 개선, 인터넷 과의존, 또래관계 향상 등 고립·은둔 청소년에게 제공될 필요가 있는 프로그램의 영역을 조사하고, 각각에 대한 구조화된 프로그램을 개발할 필요가 있다.

참 고 문 헌

- 강창동, 조현주 (2023). 토픽모델링 분석을 통한 고립 위기 청소년의 활동 탐색. **한국 청소년활동연구**, 9(3), 1~16.
- 광주광역시은둔형외톨이지원센터 (2023). 소개. **광주광역시은둔형외톨이지원센터**. <https://gjtory.kr/introduce>에서 2024.04.03. 인출
- 고스케 유코 (2012). **은둔형 외톨이 사례연구: 한국과 일본사례를 중심으로**. 숭실대학교 대학원 석사학위논문.
- 곽호근 (2007). **생활체육 참여자의 여가만족과 자기효능감 및 사회적응의 관계**. 인하대학교 대학원 박사학위논문.
- 권순명 (1993). **지각된 양육경험과 자아정체감 및 통제귀인간의 관계분석**. 전북대학교 대학원 박사학위논문.
- 김기현, 이운주, 유설희, 배진우 (2017). **청년 사회·경제 실태 및 정책방안 연구 II. 한국청소년정책연구원 연구보고서**, 1-365.
- 김동민, 강태훈, 박현진, 조영미, 이지혜, 조영민, 이정협 (2022). **학교 밖 청소년 심리정서·환경 척도 및 자립역량 척도 매뉴얼**. 부산: 한국청소년상담복지개발원.
- 김명주 (2009). **청소년의 자아탄력성과 지각된 사회적 지지가 심리사회적 적응에 미치는 영향**. 전북대학교 행정대학원 석사학위논문.
- 김미경 (2021). **은둔형 외톨이 자녀를 둔 부모의 자녀양육 경험에 대한 해석 현상학적 분석**. 광운대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김성아, 노현주, 김문길, 곽윤경, 임덕영, 신영규, 함선유, 송치호 (2021). **취약계층 청년 범위 및 지원에 관한 연구 : 사회적 고립(은둔) 청년을 중심으로**. 세종: 국무조정실, 한국보건사회연구원.
- 김성아, 노현주, 김기태, 김문길, 안수란, 신영규, 임덕영, 정세정, 함선유 (2022). **고립·은둔 청년 지원사업 모형 개발 연구**. 세종: 보건복지부, 한국보건사회연구원.
- 김세원. (2018). **청소년기 학교폭력 피해 및 가해 경험이 초기 성인기 발달 결과에 미치는 영향**. **청소년문화포럼**, 39-66.
- 김아래미 (2023). **외로움에 대한 영국의 제도적 대응 : 연결된 사회. 국제사회보장리**

- 뷰, 2023 겨울호(27), 5~16.
- 김영미, 심희옥 (2000). 부모와의 의사소통, 교사와의 관계 및 교내외 활동이 청소년의 또래 관계에 미치는 영향. **아동학회지**, 21(4), 159-175.
- 김예슬 (2007). **인지-행동 집단미술치료를 통한 은둔형 외톨이의 사회참여에 관한 연구**. 명지대학교 석사학위논문.
- 김옥수 (1997). 외로움(Loneliness)의 개념 분석. **간호과학**, 9(2), 28-38.
- 김원영, 서봉언, 김경식 (2017). 과보호 양육, 자아 탄력성 및 사회적 위축이 남녀 청소년의 우울에 미치는 영향. **청소년문화포럼**, 41-69.
- 김유숙, 박진희, 최지원 (2012). **은둔형 외톨이 : 세상으로 나오기가 두려운 아이를 어떻게 도울 것인가?**. 서울: 학지사.
- 김재희 (2023). **청소년기 은둔형 외톨이 자녀를 둔 어머니의 돌봄 경험에 관한 현상학적 연구**. 전남대학교 박사학위논문.
- 김정현 (2008). 청소년기 스트레스가 학교적응에 미치는 영향에 대한 가족지지의 조절효과-부모와의 관계를 중심으로. **한국가족복지학**, 13(4), 161-183.
- 김종진 (2006). **달팽이 껍질 속으로 숨은 외톨이**. 서울: 해피아워
- 김창대, 김형수, 신을진, 이상희, 최한나 (2011). **상담 및 심리교육 프로그램 개발과 평가**. 서울: 학지사.
- 김혜원 (2020). **은둔형 외톨이 현황과 제도적 지원의 정립**. 서울시 은둔형 외톨이 현황과 지원방안 토론회 자료. (2020. 8. 25.)
- 김혜원 (2022). 은둔형 외톨이 청년들의 특성 및 은둔 경험 분석. **청소년학연구**, 29(10), 1~32.
- 김혜원, 조현주, 김지연, 김연옥, 김지향, 박찬희 (2022). **은둔형 외톨이 상담 당사자와 부모 상담 가이드북**. 서울: 학지사.
- 김홍중 (2015). “서바이벌, 생존주의, 그리고 청년세대”, **한국사회학**, 49(1), 179-212.
- 김효순, 김서연, 박희서 (2016). 은둔형 외톨이 성향 청소년의 온라인 게임 중독과정에서 사회적 지지의 조절효과에 관한 연구. **한국컴퓨터정보학회논문지**, 21(10), 149~156.
- 나기희 (2023). **20대 은둔형 외톨이를 위한 비대면 행동활성화치료 프로그램 개발 및 효과**. 조선대학교 박사학위논문.
- 노가빈, 이소민, 김제희 (2021). 청년 은둔형 외톨이의 경험과 발생원인에 대한 분석.

- 한국사회복지학, 73(2), 57-81.
- 노여진 (2007). “히키코모리(ひきこもり)와 한국의 은둔형 외톨이의 비교 고찰 : 발생 원인과 대책을 중심으로”. 전북대학교 석사학위논문.
- 류황석 (2023). 청년의 사회적 고립에 관한 일본의 지원 정책과 현황 : 히키코모리 지원과 ‘고독·고립 대책’을 중심으로. **국제사회보장리뷰**, 2023 겨울호(27), 38-50.
- 문정화 (2020). 상담을 거부하는 학업중단 은둔형외톨이 청소년 자녀의 문제해결을 위한가족치료 사례연구. **한국가족사회복지**, 67(3), 73-99.
- 문진영 (2008). “새로운 사회위험(new social risks)의 등장과 복지정책의 방향”, **민주화 운동기념사업회 연구소 학술행사 자료집**, 99-117.
- 민숙정 (1990). 부모의 양육태도에 따른 청소년의 성취동기. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박현숙 (2004). 사회적 히키코모리에 관한 일 연구-Bowen의 이론을 통해 본 히키코모리 연구. 서울여자대학교 석사학위 논문.
- 백경숙, 권용신 (2004). 부모-자녀간 의사소통유형이 청소년자녀의 학교생활적응에 미치는 영향. **청소년복지연구**, 6(2), 87-99.
- 백형태, 김봉년, 신민섭, 안동현, 이영식 (2011). 부모 작성용 은둔형 외톨이 선별 도구 개발. **소아청소년정신의학**, 22(4), 262-270.
- 보건복지부 (2023). 2023년 고립·은둔 청년 실태조사. 보건복지부.
- 보건복지부 (2023). 고립·은둔 청년, 이제 국가가 돕겠습니다. 보건복지부 보도자료. https://www.mohw.go.kr/board.es?mid=a10503000000&bid=0027&list_no=1479278&act=view에서 2024.04.03. 인출
- 서미, 김은하, 이태영, 김지혜 (2018). **고위기 청소년 정신건강 상담개입 매뉴얼 : 자살·자해편**. 부산: 한국청소년상담복지개발원.
- 서미, 이자영, 김신아, 편여울강, 김지혜, 정성호 (2022). **포스트코로나 시대 청소년 정신건강 연구**. 부산: 한국청소년상담복지개발원.
- 서승희 (2021). 후기청소년 은둔형 외톨이 자녀를 둔 중년기 어머니의 삶에 대한 내러티브 연구. 평택대학교 석사학위논문.
- 성형모, 김정범, 박영남, 배대석, 이선희, 안현의 (2008). 한국어판 백 우울 설문지 2판의 신뢰도 및 타당도 연구. **생물치료정신의학**, 14(2), 201-212.
- 소연희 (2007). 학습자 동기 특성 변인들이 고등학생들의 주관적 안녕감에 미치는 영

- 향: 성취목표지향성, 자기효능감, 자기결정성, 학습동기 및 학업성취를 중심으로. **교육심리연구**, 21(4), 1007-1028.
- 손승영 (2009). “한국 가족의 청소년 자녀 사회화 연구”. **한국청소년연구**, 20(1), 57-84.
- 손은수 (2005). **청소년 은둔형 외톨이에 관한 연구 : 교회공동체를 중심으로**. 광운대학교 석사학위논문.
- 심순애 (2007). **보육교사의 자아탄력성 및 사회적 지지와 심리적 소진의 관계**. 숙명여자대학교 대학원, 석사학위논문.
- 신현희 (2015). **청소년의 기악활동을 통한 몰입경험과 안녕감 간의 관계**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 양미진, 지승희, 김태성, 이자영, 홍지연 (2007). 은둔형부적응청소년 사회성척도 개발 연구. **아시아교육연구**, 8(2), 119-134.
- 양미진, 김태성, 이자영 (2009). 은둔형부적응청소년 수준별 현황 및 촉발요인 연구. **아시아교육연구**, 10(1), 33~53.
- 여성가족부 (2023). **제7차 청소년정책 기본계획(2023-2027)**. 서울: 여성가족부.
- 여인중 (2005). **은둔형 외톨이**. 서울: 지혜문학.
- 오상빈 (2019). **은둔형 외톨이 가정방문 상담 프로그램 개발과 효과**. 목포대학교 박사학위논문.
- 오상빈 (2020). **고립 생활하는 사람은 누구인가? : 은둔형 외톨이 치유와 예방**. 서울: 솔학.
- 유민상, 신동훈, 이민정 (2021). **청년의 사회적 고립 실태 및 지원 방안 연구**. 세종: 한국청소년정책연구원.
- 윤철경, 서보람 (2020). **은둔형 외톨이 현황과 제도적 지원의 정립**. 서울시 은둔형 외톨이 현황과 지원방안 토론회(2020.8.525).
- 윤철경, 권세진, 박현정, 서희정, 이정현, 황현 (2022). **2022 고립·은둔 청년 바우처 지원방안 연구**. 서울: GL학교밖청소년연구소.
- 이건엽 (2020). **한국형 ‘은둔형 외톨이’에 대한 자서전적 탐구와 그 사전적 연구**. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 이경선 (2015). 후기청소년의 사회적 히끼꼬모리와 2차 분리-개별화. **연세상담코칭 연구**, 4, 105-127.
- 이영식, 최태영 (2022). **은둔형 외톨이 탈출기-우리 모두의 이야기**. 서울: 학지사

- 이종은, 박선남, 박호란 (2001). 일부도시 청소년의 자아존중감, 학업성취수준, 가족기능이 희망에 미치는 영향. **아동간호학회지**, 7(1), 74-84.
- 이재영 (2014). **사회적 은둔 청소년의 임상특성, 평가 및 치료**. 중앙대학교 대학원 박사학위논문.
- 이지민, 김영근 (2021). 은둔형 외톨이 경험이 있는 청소년의 은둔 경험에 관한 현상학적 연구. **한국아동심리치료학회지**, 16(2), 61~91.
- 이진아, 서미아 (2022). 성인 은둔형 외톨이 자녀를 둔 어머니의 삶에 대한 내러티브 탐구. **가족과 가족치료**, 30(4), 583-613.
- 이훈진, 원호택. (1995). 편집성 척도 (Paranoia Scale) 의 신뢰도, 타당도 연구. **Korean Journal of Clinical Psychology**, 14(1), 83-94.
- 제세령, 최태영, 원근희, & 봉수현. (2022). 은둔형 외톨이 자가보고 척도의 신뢰도 및 타당도 연구. **Journal of Korean Neuropsychiatric Association**, 61(2), 80-89.
- 조미형, 최지현, 이승영, 최보라, 박지은, 김민지 (2022). **청년의 사회적 고립 측정 척도 개발연구 세미나(2022 청년이음센터 세미나)**. 서울: 생명의전화종합사회복지관 청년이음센터.
- 조수연 (2009). **수줍음이 친구의 사회적 지지와 외로움을 통하여 우울에 미치는 영향**. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 조영미, 김동민 (2011). 은둔형 인터넷 중독 청소년에 대한 상담자 접근방향의 형성과정 분석. **상담학연구**, 12(4), 1069~1089.
- 지승희, 양미진, 김태성, 이자영, 홍지연 (2006). **은둔형부적응청소년 상담 가이드북**. 서울: 한국청소년상담원.
- 차경호, 김명소 (2002). 청소년의 주관적 안녕감과 심리적 특성. **한국심리학회 연차 학술발표대회 논문집**, 203-209.
- 차주환, 이자영, 편여울강, 백정원, 어혜원 (2023). **은둔청소년 발굴 및 지원방안**. 부산: 한국청소년상담복지개발원.
- 최선령 (2007). 아동기 학대피해 여성의 가족치료 사례 연구. **가족과 가족치료**, 15(1), 159-188.
- 통계청 (2023). **사회조사**. 대전: 통계청.
- 한국청소년상담원 (2007). **은둔형부적응청소년 부모교육프로그램 지도자 지침서**. 서울: 한국청소년상담원.
- 허경운 (2005). 은둔형 외톨이의 사회문제와 분석에 관한 연구 : 전화상담, 사이버

상답사례 중심으로. 동국대학교 석사학위논문.

- 황순길, 여인중, 남재량, 장미경, 허묘연, 권해수, 박정민, 손재환, 홍지영 (2005). **은둔형 외톨이 등 사회부적응 청소년 지원방안**. 서울: 청소년위원회.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). Beck depression inventory-II. *San Antonio, 78*(2), 490-498.
- Bowker, J. C., Bowker, M. H., Santo, J. B., Ojo, A. A., Etkin, R. G., & Raja, R. (2019). Severe social withdrawal: Cultural variation in past hikikomori experiences of university students in Nigeria, Singapore, and the United States. *The Journal of Genetic Psychology, 180*(4-5), 217-230.
- Bowlby, J. (1969) Disruption of affectional bonds and its effects on behavior. *Canada's Mental Health Supplement, 59*, 12-33.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Cabinet Office. (2016). *Wakamono no seikatsu ni kansuru chousa-houkokusho [Investigation on Life of Youth]*. Retrieved July 31, 2019, from <https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/h27/pdf/teigi.pdf>.
- Chan, G. H. Y., & Lo, T. W. (2014). Hidden youth services: What Hong Kong can learn from Japan. *Children and Youth Services Review, 42*, 118-126.
- Chauliac, N., Couillet, A., Faivre, S., Brochard, N., & Terra, J. L. (2017). Characteristics of socially withdrawn youth in France: a retrospective study. *International Journal of Social Psychiatry, 63*(4), 339-344.
- Coplan, R. J., Bowker, J. C. (Eds.). (2021). *The handbook of solitude: Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone*. John Wiley & Sons.
- Ding, N., & Zhang, X. (2022). Bullying victimization and quality of life among Chinese adolescents: an integrative analysis of internet addiction and social withdrawal. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(24), 16973.
- Doi, L. T. (1973). The Japanese patterns of communication and the concept of amae. *Quarterly Journal of Speech, 58*(2), 180-185.
- Elliott, R., & Greenberg, L. S. (2007). The essence of process-experiential/

- emotion-focused therapy. *American Journal of Psychotherapy*, *61*(3), 241-254.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York; W. W. Norton.
- Evason, N. (2016). *Family: Cultural atlas*. <https://culturalatlas.sbs.com.au/south-korean-culture/south-korean-culture-family>.
- Furlong, A. (2008). The Japanese hikikomori phenomenon: acute social withdrawal among young people. *The sociological review*, *56*(2), 309-325.
- Greenberg, L. S., & Paivio, S. C. (1997). *Working with emotions in psychotherapy*. New York: Guilford Press.
- Hamasaki, Y., Pionnié-Dax, N., Dorard, G., Tajan, N., & Hikida, T. (2021). Identifying social withdrawal (hikikomori) factors in adolescents: understanding the hikikomori spectrum. *Child Psychiatry & Human Development*, *52*(5), 808-817.
- Hattori, Y. (2005). Social withdrawal in Japanese youth: A case study of thirty-five Hikikomori clients. *Journal of Trauma Practice*, *4*(3/4), 181-201.
- Iannattone, S., Miscioscia, M., Raffagnato, A., & Gatta, M. (2021). The role of alexithymia in social withdrawal during adolescence: a case-control study. *Children*, *8*(2), 165.
- Iwakabe, S. (2021). Working with social withdrawal, or hikikomori, in Japan: From shame to pride. *Journal of Clinical Psychology*, *77*, 1205-1218.
- Khiatani, S., Liu, D., Yeo, B. S. S., & Wong, J. C. M. (2023). Reaching hidden youth in Singapore through the Hidden Youth Intervention Program: A biopsychosocial approach integrating mental health and social work interventions. *Frontiers in Psychiatry*, *14*, 1133659.
- Kobayashi, S., Yoshida, K., Noguchi, H., Tsuchiya, T. & Ito, J. (2003) ‘Shakaiteki hikikomori’ wo kakaeru kazoku ni kan suru jittai chousa (Research for parents of children with “social withdrawal”). *Seishin Igaku (Clinical Psychiatry)*, *45*(7), 749-756.
- Kondo, N., Sakai, M., Kuroda, Y., Kiyota, Y., Kitabata, Y., & Kurosawa, M. (2013). General condition of hikikomori (prolonged social withdrawal) in Japan: Psychiatric diagnosis and outcome in mental health/welfare centres. *The International Journal of Social Psychiatry*, *59*(1), 79-86.
- Krieg, A., & Dickie, J. R. (2013). Attachment and hikikomori: A psychosocial

- developmental model. *International Journal of Social Psychiatry*, 59(1), 61-72.
- Krueger R. A., & Casey M. A. (2000). *Focus Groups: A Practical Guide for Applied Research*, 3rd ed. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Ladd, G. W., & Dinella, L. M. (2009). Continuity and change in early school engagement: Predictive of children's achievement trajectories from first to eighth grade?. *Journal of Educational Psychology*, 101(1), 190-206.
- Li, T. M. and Wong, P. W. (2015). "Youth social withdrawal behavior (hikikomori): a systematic review of qualitative and quantitative studies" . *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 49(7), 595-609.
- Liu, L. L., Li, T. M., & Wong, P. W. (2021). Discovering socially withdrawn youth in Shanghai through the eyes of social workers: A mixed-methods study. *Journal of Social Work*, 21(3), 435-455.
- Matali, J. L., Perez-Racana, A., Oberst, U., Lleras, M., Bertomeu, P., & Flores, E. (2020). Seclusion in adolescents with IGD: New diagnostic criteria or measure of severity?. *Computers in Human Behavior*, 110, 106394.
- Matsuguma, S., & Niemiec, R. M. (2021). Hikikomori from the perspective of overuse, underuse, and optimal use of character strengths. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 8(3), 219-231.
- Morgan, D. L. (1997). *The focus group guidebook (Vol. 1)*. Sage publications.
- Nagata, T., Yamada, H., Teo, A. R., Yoshimura, C., Nakajima, T., & van Vliet, I. (2013). Comorbid social withdrawal (hikikomori) in outpatients with social anxiety disorder: Clinical characteristics and treatment response in a case series. *The International Journal of Social Psychiatry*, 59(1), 73-82; 1178.
- Nakamura, K., Shioji, R. (1997). Taijin kyofushou to hikikomori (Taijin-kyofusho and withdrawal). *Rinshou Seishin Igaku [Clin. Psychiatry]*, 26, 1169.
- Pozza, A., Coluccia, A., Kato, T., Gaetani, M., & Ferretti, F. (2019). The 'Hikikomori' syndrome: Worldwide prevalence and co-occurring major psychiatric disorders: A systematic review and meta-analysis protocol. *BMJ Open*, 9(9), e025213.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of

- loneliness. *Journal of personality assessment*, 42(3), 290–294.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cuttona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480.
- Sakai, M., Ishikawa, S.-i., Sato, H., & Sakano, Y. (2004). Development of Hikikomori behavior checklist (HBCL) and examination of its reliability and validity. *Japanese Journal of Counseling Science*, 37(3), 210–220.
- Shohatsu. (2001). Guideline for social withdrawal of youths in teens and twenties. *Journal of The Ministry of Health and Welfare*, 199, May
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: W. Norton.
- Suwa, M., Suzuki, K., Hara, K., Watanabe, H., & Takahashi, T. (2003). Family features in primary social withdrawal among young adults. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 57(6), 586–594.
- Suwa, M., and Suzuki, K. (2013). “The phenomenon of “hikikomori” (social withdrawal) and the socio-cultural situation in Japan today” . *Journal of Psychopathology*, 19, 191–198.
- Takahata, T. (2003). Saitama-ken ni okeru ‘hikikomori’ no jittai (A survey of withdrawal syndrome in Saitama Prefecture). *Seishin Igaku (Clinical Psychiatry)*, 45(3), 299–302.
- Teo, A. R., Chen, J. I., Kubo, H., Katsuki, R., Sato-Kasai, M., Shimokawa, N., ... & Kato, T. A. (2018). Development and validation of the 25-item Hikikomori Questionnaire (HQ-25). *Psychiatry and clinical neurosciences*, 72(10), 780–788.
- Teo, A. R. (2010). A new form of social withdrawal in japan: A review of hikikomori. *International Journal of Social Psychiatry*, 56(2), 178–185.
- Weinfield, N. S., Sroufe, L.A., Egeland, B., & Carlson, E.A. (1999). *The nature of individual differences in infant-caregiver attachment*. In j. Caasidy & P. R. Shaver (Ed.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 68–88). New York: The Guilford Press.
- Wong, V. (2009). Youth locked in time and space? Defining features of social withdrawal and practice implications. *Journal of Social Work Practice*, 23(3), 337–352.

- Wong, V. (2012). Social withdrawal as invisible youth disengagement: Government inaction and NGO responses in Hong Kong. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 32(7/8), 415-430.
- Wong, V., & Ying, W. (2006). Social withdrawal of young people in Hong Kong: A social exclusion perspective. *The Hong Kong Journal of Social Work*, 40(1n02), 61-91.
- Yuen, J. W., Wong, V. C., Tam, W. W., So, K. W., & Chien, W. T. (2019). A one-year prospective follow-up study on the health profile of hikikomori living in Hong Kong. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(4), 546.
- 齋藤環(2002). ひきこもり救出マニュアル. 김경란, 김혜경 역(2012). **은둔형 외톨이 : 그 이해와 치유법**. 서울: 파워북.
- 厚生労働省 (2010). 「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」. (후생노동성 (2010). 「히키코모리의 평가·지원에 관한 가이드라인」)
- 佐藤隆也. (2018). 「ひきこもり支援の変遷と課題」, *川崎医療福祉學會誌*, 28(1), pp. 27-36.
- 磯部潮(2004). 이성동 옮김(2009). **스타벅스로 간 은둔형 외톨이 : 세상과의 소통을 갈구하는 23명의 이야기**. 서울: 대숲바람.

Abstract

Since the term “hikikomori” emerged in Japan during the 1980s, interest in and research on socially withdrawn individuals began gaining attention in South Korea by the 2000s. More recently, the COVID-19 pandemic has reignited societal interest in the isolation and withdrawal of adolescents. In response, the Ministry of Gender Equality and Family designated reclusive adolescents as a new category of at-risk youth in the “7th Basic Plan for Youth Policy” announced in 2023, and launched a pilot support program for isolated and withdrawn adolescents in 2024. Similarly, the Ministry of Health and Welfare introduced the “Support Plan for Isolated and Withdrawn Youth” in 2023 and commenced support initiatives in 2024.

The exact scale of socially isolated and withdrawn adolescents in South Korea has not been clearly identified; however, it is estimated to be around 140,000. Notably, isolation and withdrawal among young adults often begin during adolescence. Therefore, proactive case interventions targeting isolation and withdrawal during adolescence are urgently needed to support individuals in overcoming isolation and reclusion and to prevent the long-term continuation of these conditions.

In this study, the aim was to develop an effective intervention manual for socially isolated and withdrawn adolescents. To achieve this, the study first examined the characteristics of isolated and withdrawn adolescents and the processes through which they overcame isolation and reclusion. Based on these findings, a case intervention manual was designed to assist youth counselors and case managers in effectively engaging with socially isolated and withdrawn adolescents. The procedure for developing this manual is as follows.

First, during the planning phase of the manual, a literature review was conducted to gather relevant domestic and international research. The review revealed that isolation and withdrawal during adolescence result from the complex interplay of various factors, including developmental characteristics, family and school environments, peer relationships, mental health issues, and sociocultural influences. Furthermore, the states and characteristics of adolescent isolation and withdrawal were found to vary significantly

across individuals. Based on these findings, the study aimed to explore how adolescents became isolated or withdrawn, the traits they exhibited, and the factors and types of support that enabled them to overcome these challenges. To achieve this, in-depth interviews were conducted with adolescents who had experienced isolation and withdrawal, and focus group interviews were held with field experts who had counseling experience with socially isolated and withdrawn adolescents.

Second, in the manual development phase, the principles for structuring the manual were derived based on the data analyzed in the earlier phase, and a draft of the manual was created with detailed content. The intervention content was broadly divided into two categories: adolescent case intervention and parental counseling. The adolescent case intervention was further structured into the following stages: intake and assessment, counseling relationship building, early/mid/late stages, and follow-up care.

The intake and assessment stage focused on information gathering and evaluating crisis levels. In the counseling relationship building stage, practical know-how from frontline practitioners was compiled and presented to help establish rapport with socially isolated and withdrawn adolescents. The early, mid, and late stages, where active intervention begins, were divided into counseling and activity domains to allow for tailored interventions based on the severity of isolation and withdrawal and the diverse states of the adolescents. Notably, counseling intervention strategies incorporating clinically validated emotion-focused therapy approaches were proposed to address isolation and withdrawal effectively.

Meanwhile, the parental counseling manual was developed as a separate 15-session structured program. This program was designed to enhance parents' understanding of themselves and their children, restore and improve relationships through nonviolent communication and effective communication techniques, and equip parents with emotional coaching skills.

Third, during the implementation and evaluation phase, the preliminary manual draft was assessed for effectiveness from the perspective of field practitioners and reviewed by academic experts. Feedback from 21 field practitioners, based on a 5-point Likert scale, indicated that the manual scored an average of 4.4 in terms of appropriateness, operational suitability, and effectiveness, suggesting that the manual was generally

well-constructed. Subsequently, the manual was revised and refined based on the input of two academic experts, leading to the final version of the manual.

This study is significant in that it consolidates fragmented intervention know-how from public and private institutions into a standardized case intervention manual for socially isolated and withdrawn adolescents and their parents, an area where such resources were virtually nonexistent. The manual presents evidence-based counseling intervention processes rooted in emotion-focused therapy theories, learning and activity programs tailored to the characteristics of adolescents, and a structured parental counseling program. Furthermore, considering that the Ministry of Gender Equality and Family is currently piloting a support program for socially isolated and withdrawn adolescents and plans to fully implement it in 2025, the manual is expected to have high practical applicability in the field.

*Keywords: Socially Isolated and Withdrawn Adolescents and Parents, Case Intervention, Manual Development, Consensual Qualitative Research, Emotion-Focused Therapy