

성균관대학교

자살위기대응 매뉴얼



성균관대학교
SUNG KYUN KWAN UNIVERSITY

CONTENTS

자살위기 대응 매뉴얼

I. 자살 예방 활동	2
II. 위기상황 분류	2
III. 위기상황 대처방법	3
IV. 위기사례 부서별 업무분장	4
V. 자살 징후 감지 및 대응절차	5
1. 자살 암시 신호 확인	5
2. 자살위기 수준 판단	6
3. 자살위기 감지 시 대응방법	7
VI. 자살 사건 발생 시 교내 대응절차	9

[참고자료]

1. 자살위기자 보호적 조치
2. 외부전문기관 연락처
3. 교내 유관부서 연락처

일반적으로 자살에 대한 이야기를 듣거나 상황을 접하게 되면 당황하기 마련입니다. 그래서 자살위기 신호를 무시하거나 왜곡하는 등의 반응을 하기 쉽습니다. 그 결과 자살을 생각하는 학생에게 상담 및 약물치료에 필요한 도움을 제공할 수 있는 기회를 놓치게 될 수 있습니다. 이에 본 매뉴얼은 자살위기 상황에 따른 신속하고 적절한 대응 방법을 안내하고자 만들어졌으며, 위의 내용으로 구성되어 있습니다.

I 자살 예방 활동

전체 학생을 대상으로 자존감 및 생명존중의식 함양 등 정신건강 증진을 위하여 i-Campus와 연계하여 삶과 죽음에 대한 교육, 정신보건 및 상담교육 진행 (생명지킴이교육, 보고·듣고·말하기 교육)

II 위기상황 분류

단계	설명	위기 유형	대처방안
1단계 긴급	신체적 손상으로 생명소실 및 기능손실의 가능성이 있는 경우 (목땀, 음독, 손목 그음 등의 자살시도, 자해 또는 난폭행동)	① 자살을 시도한 경우 ② 급성 정신병적 증상 ¹⁾ 으로 인한 난폭행동	즉시 119 신고 ⇒ 구급대 도착 후 가까운 병원 응급실 후송
2단계 응급	응급진료가 요구되며 치료 지연 시 상위단계로 진행될 수 있는 경우	① 적극적, 구체적 자살시도 계획이 확인된 경우 ② 자·타해 위험성이 뚜렷하지 않으나 급성 정신병적 증상으로 현실검증력이 저하된 경우	보호자(가족) 연락 ⇒ 학생 상태 파악, 경찰 신고 상의 및 응급 진료 권고(가까운 병원 응급실 후송 또는 정신건강의학과 당일 진료) 보호자(가족) 연락불가 시 ⇒ 112 신고 ⇒ 안전 확보 후 응급 진료 권고
		공황발작 (수분 내에 최고조에 이르는 극심한 불안감, 숨이 막히거나 가슴이 뛰고 금방 죽을 것 같은 불쾌한 느낌 동반)	발작이 지속되는 경우 ⇒ 119 신고 ⇒ 가까운 병원 응급실 후송 및 처치 발작이 소실된 경우 ⇒ 준응급 상태에 준하여 대처
3단계 준응급	빠른 진료가 필요하지만 응급으로 치료하지 않아도 되는 경우	① 자살징후가 있으나 구체적 계획은 없는 경우 ② 지속적인 우울, 불안, 불면 등의 증상이 있거나 정신병적 증상이 의심되는 경우	당일 카운슬링센터 연락 후 위기개입 상담 ⇒ 이후 가능한 빨리 건강센터 정신건강의학과 진료 의뢰 상담 거부 시 ⇒ ① 상담 재권고 + ② 24시간 위기상담 가능 연락처 제공 + ③ 보호자(가족) 연락하여 진료 권고

1) 급성 정신병적 증상 : 환청, 망상, 왜해진 언어 및 행동 또는 혼란스럽고 대화가 불가능한 상태

Ⅲ 위기상황 대처방법

신고	<p>① 긴급 또는 응급 단계인 경우 119 또는 112 신고, 보호자(가족) 연락</p> <p>② 준응급의 경우 당일 카운슬링센터 연락 후 위기개입 상담 또는 보호자(가족) 연락</p>
함께 하기	<p>① 현장에 있는 경우 학생의 상태를 주의 깊게 관찰하며 정서적으로 안정적인 환경을 조성하고 추가적인 도움을 받을 때까지 혼자 두지 않기</p> <p>② 준응급의 경우 당일 카운슬링센터 상담 또는 건강센터 정신건강의학과 진료 동행</p>
위험도구 제거	<p>현장에 있는 경우 자살도구(긴 끈, 약물, 칼, 가위, 번개탄 등) 및 다른 위험 도구(기타 날카로운 물건 등)가 있는지 확인하고, 있다면 숨기거나 멀리 치우기</p>
약물복용 시 (음독 자살시도)	<p>현장에 있는 경우 복용한 약물의 종류, 용량 등을 추정할 수 있는 단서(약봉지, 용기, 처방전 등)가 있다면 전문가에게 전달</p>

예시) 학생이 메일로 자살시도를 암시하는 내용을 보냈을 때

구체적 자살시도 계획이 언급되지 않았더라도 자살하겠다는 의도가 명확히 표현되어 있다면 적극적 자살시도 계획이 확인된 응급 상태로 간주 ⇒ **보호자(가족) 연락** ⇒ 학생 상태 파악, 경찰 신고 상의 및 응급 진료 권고(가까운 병원 응급실 후송 또는 정신건강의학과 당일 진료)

* **보호자(가족) 연락 불가 시 ⇒ 112 신고 ⇒ 안전 확보 후 응급 진료 권고**

IV 위기사례 부서별 업무분장

부서	담당 업무
----	-------

■ 위기상황(응급 등) 발생 시 행동 지침 (주말/야간 포함)

- ① 최초 인지부서에서 지체없이 119 및 112 등 신고 및 필요 조치 수행
 - ② 최초 인지부서에서 지체없이 주요 대응부서에 전파 및 (필요 시) 병원 등 현장 동행
 - * 동행은 2인 1조 원칙, 인원 동행이 어려울 경우 주요 대응부서에 협조 요청 (협조 요청자: 최초 인지부서 부서장)
 - ③ 주요 대응부서에서 보호자/가족 연락, 연락체계 구축
 - * (교내 상황 발생 시) 주요 대응부서
 - 안전보건팀/학생지원팀/총괄지원팀/단과대학행정실
 - * (교외 상황 발생 시) 최초 인지부서
- ① 최초 인지부서 조치 → ② 주요 대응부서 등 전파 → ③ 협조체계 구축

자산관리처	안전보건팀	[주요 담당업무] 교내 상황 비상 대응 및 안전 확보 ▶교내 위기상황 中 학내 안전 확보, (필요 시) 현장 동행 지원
학생처	학생지원팀	[주요 담당업무] 교내 상황 비상 대응 및 제반 학생 지원 업무 ▶(필요 시) 현장 동행 지원 ▶기타 학생지원사항 검토 및 협의
	안전보건팀	[주요 담당업무] 필요시 건강상담 제공, 내/외부기관 연계 ▶(자과캠)정신건강의학과 전문의 진료를 통한 병원내방 및 약물치료 검토 ▶교내-외 기관 연계 및 약물치료 모니터링
총무처	총괄지원팀	[주요 담당업무] 교내 상황 비상 대응 및 협조 체계 운영 지원 ▶위기상황 관련 경영진 보고 및 원활한 협조체계 구축 지원 ▶(필요 시) 현장 동행 지원, 기타 업무 지원/조정/협조
단과대학 행정실	단과대학 행정실	[주요 담당업무] 단과대학, 학과, 학부모 등 전파, 후속 조치 지원 등 ▶학부모 상황 고지 및 소통 업무, (필요 시) 현장 동행 지원 ▶학과장 및 지도교수가 위기학생 면담 통해 학과생활 모니터링 및 생활지도, 학업중단 필요 시, 판단하여 조치 ▶심리적 위기로 인한 중도휴학 관련 행정 지원, 자살시도 및 사망사고 발생 시 주변 학생 안전 모니터링 및 상담 안내
학생인재 개발원	카운슬링센터	[주요 담당업무] 심리상담 제공, 교내-외 기관 연계 ▶내부연계 - 건강센터 및 관련기관 ▶외부연계 - 종로구 정신건강 복지센터, 서울시자살예방센터, 수원시 행복정신건강 복지센터
국제처	외국인유학생 지원팀	[주요 담당업무] 통역 및 체류 업무 지원 ▶통역 지원 및 체류 관련 업무 (외국인등록증 등) ▶외국인 학생 (필요 시) 현장 동행 지원, 영사관 협조 요청 등
기숙사		[주요 담당업무] 위기학생 기숙사 거주 안전 관리 ▶위기학생 기숙사 거주시, 생활지도 조교인력을 활용한 안전 모니터링 실시

V 자살 징후 감지 및 대응절차

1 자살 암시 신호 확인

언어적 신호



- 나 죽고 싶어
- 유일한 탈출구는 죽음뿐이야
- 더 이상 사는 것은 의미 없어
- 전부 정리할 거야
- 남에게 짐이 되는 것 같아
- 불안해서 잠이 안와
- 나는 누구에게도 필요하지 않아
- 살아갈 희망이 없어

행동적 신호



- 자살 관련 도구 수집(수면제, 감기약 등)
- 알코올, 약물남용이 심해짐
- 유서를 써 놓음, 신변 정리
- 일기장, SNS에 죽음을 암시하는 글을 씀
- 자살 방법에 대해 자주 검색하거나 물어봄
- 평소 아끼던 물건을 주변인에게 나누어 줌
- 과거 자살 시도 경험 등

자살 암시 신호

정서적 신호



- 과도한 불안, 초조
- 극도의 무기력 또는 절망감
- 강한 죄책감 또는 분노 등

상황적 신호



- 중요한 인간관계의 상실
(지인의 자살, 사별, 이별)
- 심각한 질병 진단 또는 만성질환 등
- 심각한 경제적 어려움
- 시험, 취업 실패 등 좌절 경험

2 자살위기 수준 판단

① 자살위기 체크리스트

자살 위험도 평가 항목

- 과거에 자살을 시도했던 경험이 있음(최근 1년 이내)
- 공격적이고 난폭한 행동을 보임
- 초조해하고 불안정한 행동을 보이다가 갑자기 차분해지는 등 예측하기 어려운 감정과 행동을 나타냄
- 주변에 칼, 끈, 극약, 다량의 수면제, 오래된 알약 등 자살 도구를 가지고 있음
- 평소에 아끼던 물건, 기념이 될 만한 물건을 다른 사람들에게 나눠줌
- 평소와는 다른 행동을 보여서 '왜 저러지'라는 생각이 들게 함
- 잠을 못 자거나 악몽을 꾸는 등 수면 문제가 있고 불안감, 우울감을 호소함
- 최근에 가족이나 친한 사람이 사망한 경험이 있음
- 자신의 무가치함을 강조하고 위축됨
- 술에 취한 상태이거나 술 문제가 있음
ex) 알코올 중독으로 병원에 입원한 경험, 술 때문에 이혼 등
- 평소에도 자주 '자살을 하겠다'라는 말을 함
- 죽음으로 모든 것을 해결할 수 있다고 얘기함

※ 3개 이상 체크되면 '높은 위험'이고 붉은색 항목이 하나라도 체크되면 '아주 높은 위험'

② 자살 위험 수준

수준	내용
낮음	자살 생각은 있으나 자살 계획은 없음. 자살하지 않을 것이라고 말함.
보통 위험	막연한 자살 계획을 가지고 있음. 자살도구가 구체적이지 않음. 자살하지 않을 것이라고 말함.
높은 위험	자살계획이 구체적이고 치명적인 편임. 자살하지 않을 것이라고 말함.
아주 높은 위험	매우 치명적이며 자살 계획을 갖고 있음. 자살할 것이라고 말함.

3 자살위기 감지 시 대응방법

1) 대화시도

① 듣기

자살 생각과 죽음의 이유를 적극적으로 묻고 듣는다.

듣기 단계1

자살에 대해 직접 묻기
("자살에 대해 생각하고 있나요?")

※ '자살'이라는 단어를 직접 언급하는 경우, 자살위험성을 낮추고 대화의 내용이 명확해질 수 있음.

듣기 단계2

자살을 생각하게 된 이유에 대해 듣기
("자살을 생각하게 된 이유가 뭔가요?")

듣기 규칙

- ▶ 들을 수 있는 상황을 만들기
 - 조용하고 안전한 장소, 충분한 시간을 확보하기(단! 음주는 권하지 않음)
- ▶ 옳고 그름을 판단하지 않기
 - 상대방의 생각이나 느낌을 비난하지 않고 끝까지 경청하기
- ▶ 공감적 듣기
 - 공감과 따뜻한 마음을 언어로 전달하기

언어적 공감

진짜
힘들었겠어요.

다른
힘든 것도 있나요?

말하기
힘들었을텐데
말해줘서 고마워요.

힘든데 잘 버텼네요.
버틸 수 있었던
이유가 있나요?

비언어적 공감

자세와 시선을
상대쪽으로

고개 끄덕임

온화한 태도

충분히 듣고
말하기

3 자살위기 감지 시 대응방법

② 말하기 자살위험성을 확인하고 안전하게 도와주기 위한 말을 한다.

자살계획 여부 확인하기

- “언제, 어디서, 어떤 방법으로 자살할지 생각해 본 것이 있나요?”

이전 자살시도 유무 확인하기

- “언제 어떤 방법으로 자살을 시도하였나요?”
- “그때 얼마나 심각한 상해를 입었나요?”

※ 자살시도가 최근이며, 치명적인 방법을 사용할수록 다시 자살을 시도할 확률이 높음.

안전 확보

- 가족과 지인에게 도움 요청하기
- 술 마시지 않도록 하기
- 자살 도구를 없애는 것을 돕기
- 혼자 두지 않기
- 정신건강의학과 진료 및 입원치료 권유하기
- 다양한 복지 서비스 안내하기

2) 교내 · 외부전문기관에 도움 요청하기

	기관명	연락처	업무시간
인문 사회과학 캠퍼스	카운슬링센터	02)760-1290	주간 (9시-17시 30분)
	건강센터	02)760-1230	주간 (9시-17시 30분)
	종로구 정신건강복지센터	02)745-0199	주간 (9시-18시)
		1577-0199	24시간
자연과학 캠퍼스	카운슬링센터	02)290-5260	주간 (9시-17시 30분)
	건강센터	02)290-5250	주간 (9시-17시 30분)
	수원시 행복정신건강복지센터	02)253-5737	주간 (9시-18시)
	수원시 자살예방센터	02)214-7942	주간 (9시-17시 30분)

VI 자살 사건 발생 시 교내 대응절차

최초 발견자의 긴급신고



- **119** 또는 **112**에 신고
- **건강센터**
 - 인사캠 : 02)760-1230
 - 자과캠 : 031)290-5250
- **카운슬링센터**
 - 인사캠 : 02)760-1290
 - 자과캠 : 031)290-5260
- **개별 학과에 연락**



긴급 회의(학과 및 관련부서)



- 사건 경위 파악
(일시, 장소, 학생 신변 등)
- 관련 부서 및 기관 통보
- 사후 처리 방안 협의



사후 대응



- 주변 학우 모니터링
(공황, 불안, 무기력, 불면 등)
- 주변 학우 애도작업
 - 슬픈 감정을 충분히 표현하기
 - 힘들어하는 학생 상담 지원 및 모니터링
- 기타 필요한 행정업무 지원



보호자 연락 및 지원

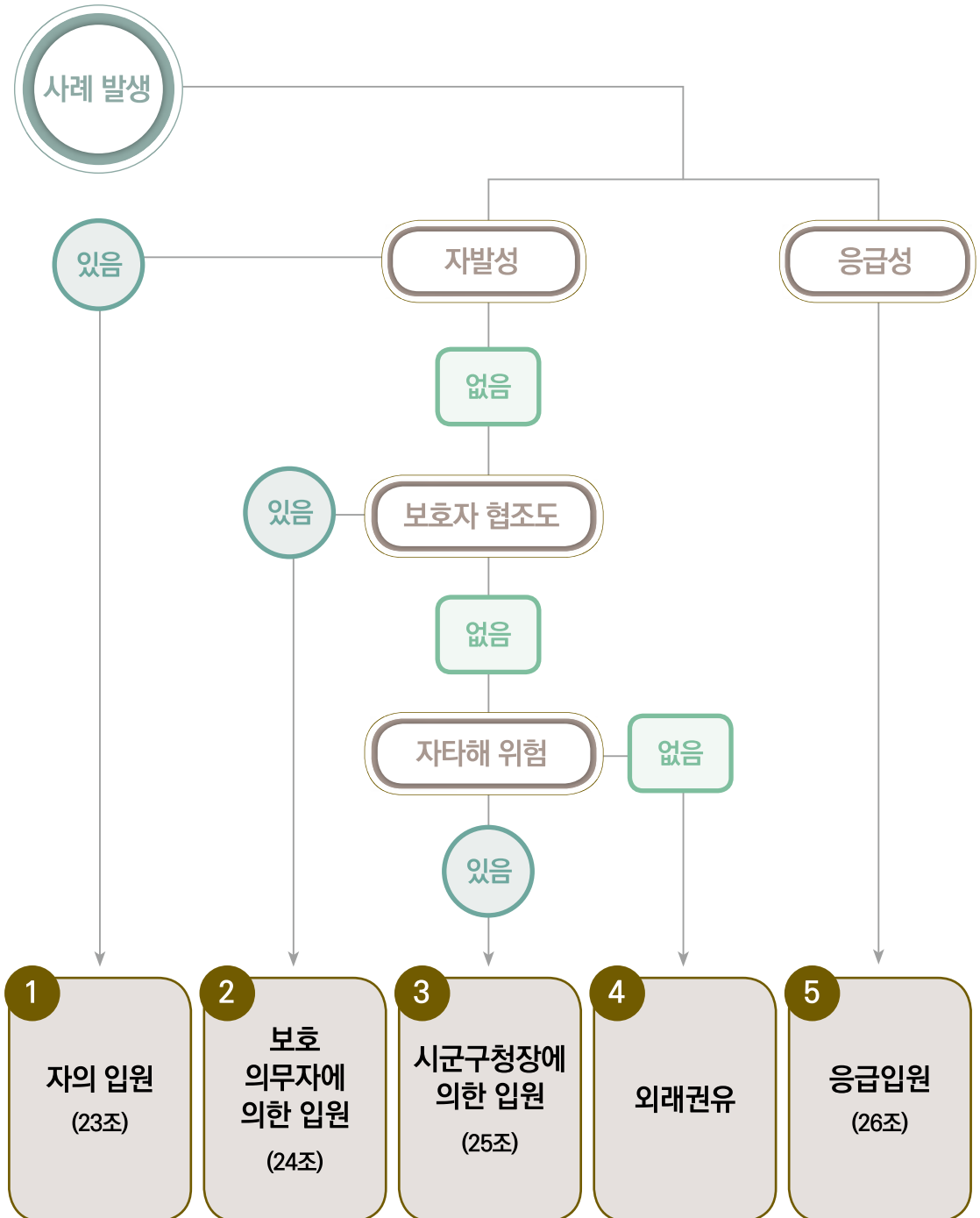


- 신중하고 신속한 대처
- 보호자 상담지원 필요시 지원
- 가족에게 학교의 지원 방향 안내

참고자료

1) 자살위기자의 보호적 조치

자살위기가 급박하거나 정신과적 문제가 심각하여 자·타해 위험이 있을 경우 고려하는 입원유형



자살위기자의 입원유형에 대한 법령

① 자의 입원 (정신보건법 23조)

내담자가 자발적으로 입원을 요청하는 경우이다. 가장 권장되는 형태의 입원 방법이다. 그러나 내담자가 퇴원을 요구하면 퇴원을 막을 수 없다.

② 보호의무자에 의한 입원 (정신보건법 24조)

가장 많이 발생하는 입원방식으로 강제 입원의 형태이다. 자타해 위험으로 입원이 필요하다고 전문의가 판단한 상황에서 내담자는 입원에 대한 자발성이 없다. 이런 경우 법적인 보호 의무자가 협조가 된다면 입원이 가능한 형태이다. 이때 보호의무자는 2명이 있어야 한다. 만일 보호 의무자가 1명뿐이라면 1명만으로도 가능하다. 보호의무자는 직계혈족이거나 생계를 같이하는 친족이어야만 한다. 만일 보호의무자가 전혀 없다면 해당 자치단체장이 보호의무자가 될 수 있다. 최대 6개월까지 입원이 가능하며 연장을 하려면 해당 기초정신보건 심판위원의 판정이 있어야만 한다.

③ 시군구청장에 의한 입원 (정신보건법 25조)

내담자의 자발성이 없고 보호의무자가 존재하지만 내담자에 대한 문제의식이 전혀 없는 상태인 경우이다. 예를 들면 상담자의 판단 상 내담자가 급박한 위험이 있어서 어떻게든 보호적 조치를 취해야만 하는데 내담자의 아버지는 내담자에게는 전혀 위험이 없다고 주장한다. 이런 경우에 위험도가 크고 내담자로 인해 주위 사람들의 피해가 예상되는 경우 예방적 차원에서 고려해야 하는 입원 형태이다. 이런 경우 해당 자치단체장이 정신과전문의의 소견을 고려하여 입원을 명령할 수 있는 방식이다.

④ 응급입원 (정신보건법 26조)

급박한 위험으로 자타해 위험이 크다고 판단되는 경우이다. 이때는 경찰관의 도움이 우선 있어야 한다. 상담자의 판단 상 내담자가 위험하다고 고려되어도 경찰관이 동의하지 않으면 성립이 안 된다. 적어도 경찰관이 동의를 해서 내담자를 종합병원이나 정신과병원으로 후송했을 때 병원의 의사가 자타해 위험에 동의하면 72시간 동안 강제 입원이 실행되는 입원방식이다. 대부분 정신과병원으로 입원이 되는 것이 일반적이다. 72시간 이후에는 자의 입원, 보호의무자에 의한 입원, 시군구청장에 의한 입원 등으로 전환될 수 있다. 자살위기자에게 가장 활용도가 높은 입원 형태이다.

2) 외부전문기관

기관명	연락처	설명	업무시간
중앙자살예방센터	1393	자살예방상담전화	24시간
	1577-0199	정신건강상담전화	
보건복지부 콜센터 희망의 전화	129	자살위기사담	
한국생명의전화	1588-9191	민간 자살위기사담	

3) 교내 유관부서 연락처

기관명	인문사회과학캠퍼스	자연과학캠퍼스
학생성공센터	02)740-1768	031)299-4078
카운슬링센터	02)760-1290	031)290-5260
건강센터	02)760-1230	031)290-5250
학생지원팀	02)760-1073/1074	031)290-5031
기숙사	02)760-0161	031)290-5202

캠퍼스	행정실/부서	전화번호
인문사회과학캠퍼스	학부대학/사범대학	02)760-0991/0992 02)760-0963/0966
	유학대학/문과대학	02)760-0913~0916
	법학전문대학원	02)760-0922~0926
	글로벌리더학부	02)760-0191
	사회과학대학/예술대학	02)760-0905/0906 02)760-0933/0935
	경제대학	02)760-0942
	경영대학	02)760-0951/0954/0959
	글로벌경제학과	02)760-0042
	글로벌경영학과	02)760-0034
	동아시아학술원	02)760-0775

캠퍼스	행정실/부서	전화번호
인문사회과학캠퍼스	SKK GSB	02)740-1510
	중국대학원	02)740-1542~1544
	성균어학원	02)760-1221~1224
	정보통신대학원	02)760-1171~1172
	외국인유학생지원팀	02)760-0021~0023
	글로벌융합학부	02)740-1782~1784
자연과학캠퍼스	학부대학	031)299-4223/4224
	자연과학대학	031)290-5804
	생명공학대학	031)290-5801
	스포츠과학대학	031)290-5876
	정보통신대학	031)290-5816
	소프트웨어융합대학	031)290-5817
	공과대학	031)290-5813
	약학대학	031)290-5875/7720
	의과대학	031)299-6021~6024
	성균나노과학기술원	031)299-4113~4115
	삼성융합의과학원(SAIHST)	02)2148-7797~7799
	성균어학원	031)290-5231
	성균융합원	031)290-5702~5705 031)299-4272/4340
	외국인유학생지원팀	031)290-5024~5025

- 한국생명존중희망재단(2021). 보고듣고말하기 워크북
- 정신과적 응급상황 매뉴얼(2020). 성균관대학교 건강센터
- 대구광역시서서부교육지원청(2014). 자살위기개입매뉴얼
- 중앙자살예방센터(2013). 자살위기상담자침서
- 교육과학기술부(2011). 학생자살 위기관리 프로토콜



성균관대학교
SUNG KYUNKWAN UNIVERSITY