

선별 도구와 위험도 평가도구 앱/웹 버전 소개

「자살 고위험군 선별 및 평가도구 개발」은 보건복지부 정신건강문제해결연구사업 국가 R&D 연구의 일환으로 자살 고위험군을 효과적으로 선별하고 선별된 고위험군의 자살 위험도를 정확하게 평가하여 국가 자살률 감소에 기여하고자 개발되었습니다.

국내 자살과 관련된 요인들과 사회심리적 요인을 반영한 문항으로 구성된 「자살 고위험군 선별도구」을 이용해 자살 위험이 있는 성인을 조기에 선별하고자 합니다. 나아가 선별된 고위험군을 대상으로 「자살 위험도 평가 면담도구」를 실시하여 자살사고 및 자살행동에 대한 종합적인 평가를 하도록 구성되어 있습니다. 두 도구의 궁극적 목적은 선별 및 평가를 통해 자살 고위험군에게 적절한 개입과 효과적인 심리지원 서비스를 제공하는 것입니다.

선별도구와 면담도구의 앱/웹 버전은 자동으로 점수화가 가능하고 접근성이 높아 사용이 더 용이합니다. 또한 대상자 관리 체계를 갖춰 장기 추적검사가 가능하며 여러 번의 점수를 통합한 보고서를 통해 대상자의 자살 위험도 추이를 파악할 수 있습니다.

자살 고위험군 선별도구 구성 및 내용

「자살 고위험군 선별도구」로 자가평가도구(Suicide Screening Questionnaire-Self-rated; SSQ-SR)와 관찰자 평가도구(Suicide Screening Questionnaire-Observant-rated; SSQ-OR)가 있으며 각각 29 문항과 28 문항으로 구성되어 있습니다.

1) 자가평가도구 (SSQ-SR)

| | |
|-------|--|
| 평가 내용 | <ul style="list-style-type: none">○ 대인관계, 환경, 성격, 정신건강 및 자살태도와 자살행동 요인을 반영한 29 문항으로 구성. |
| 실시 방법 | <ul style="list-style-type: none">○ 자신(대상자)가 직접 평정하는 자기보고식 도구.○ 문항 1~23: 지난 한 달 동안 자신의 경험에 기반해 4 점 척도에 표시.○ 문항 24~29: 자살과 관련된 경험의 여부와 해당되는 기간에 표시. |
| 채점 방법 | <ul style="list-style-type: none">○ 각 문항의 점수를 합산하여 총점을 구함.○ 전혀 그렇지 않다/전혀 없음=1 점 약간 그렇다/12 개월 이전=2 점 그렇다/2-12 개월 이내=3 점 매우 그렇다/1 개월 이내=4 점 |
| 해석 지침 | <ul style="list-style-type: none">○ 총점의 범위: 0-116 점○ 절단점 (cutoff): >35 점=자살 고위험 |

2) 관찰자 평가도구 (SSQ-OR)

| | |
|-------|--|
| 평가 내용 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 관찰되는 대인관계, 성격, 정신건강, 환경, 자살 관련 요인을 반영한 28 문항으로 구성. |
| 실시 방법 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 대상자의 지난 한 달 간의 심리적 상태를 잘 아는 관찰자(의사, 배우자, 가족, 동거인, 상담자 등)가 대상자에 대해 응답하는 검사 ○ 지난 한 달 간 대상자가 보인 태도에 기반하여 '그렇다', '아니다', '모른다'로 응답함. |
| 채점 방법 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 각 문항의 점수를 합산하여 총점을 구함. ○ 0=아니오/모른다 1=예 |
| 해석 지침 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 총점의 범위: 0-28 점 ○ 절단점 (cutoff): >6 점=자살 고위험 |

자살 위험도 평가 면담도구 구성 및 내용

「자살 위험도 평가 면담도구」는 전문가가 자살 고위험군을 대상으로 자살위험도를 평가하는 구조화된 면담도구입니다.

| | |
|-------|---|
| 평가 내용 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 자살사고, 자살행동, 스트레스 사건, 정신장애, 자살시도 가족력을 측정하여 각 영역의 위험도와 종합적인 자살위험도를 평가하는 도구. ○ 자살사고: 빈도, 지속기간, 분명한 의도 등 평가. ○ 자살행동: 자해 및 자살시도 과거력, 자살에 대한 분명한 의도, 방법의 치명도, 자살 행동 이후 도움 요청 등 평가. ○ 스트레스 사건: 직장, 경제적/관계적/신체적 문제 등 자살 사고 및 행동의 잠재적 원인이 되는 스트레스 사건 평가. ○ 정신장애 유무: 정신건강의학과 치료력, 진단명, 우울, 불안, 수면문제 등 평가. ○ 자살시도 가족력: 가족의 과거 자살시도 및 사망 평가. |
| 실시 방법 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 일차의료기관, 학교, 상담기관 등에서 전문가가 사용될 목적으로 개발되어 정신건강에 대한 전문적 지식을 갖춘 인력이 실시하는 것을 권고함. ○ 1 개월 이내 자살사고 및 자살시도를 각각 평가하도록 하였으며, 최근 1 개월간 삽화가 없는 경우 과거 삽화를 토대로 평가하도록 구성함. |
| 채점 방법 | <p>자살 생각/충동:</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>c가 '예' → 고도 b가 '예', c가 '아니오' → 중등도 a가 '예', b와 c가 '아니오', d나 e가 3~5 → 중등도 a가 '예', b와 c가 '아니오', d와 e가 1~2 → 경도 a,b,c가 '아니오' → 경도</p> </div> <p>권고 기준을 따르되, 최종적인 평가는 임상가(평가자) 판단.</p> |

자살 행동:

a-1='4'인 경우
d='4' 또는 '5' → 고도
d='3' → 중등도
d='1' 또는 '2' → 경도

a-1='1~3'인 경우
d-1='3' → 고도
d-1='2' → 중등도
d-1='1' → 경도

권고 기준을 따르되, 최종적인 평가는 임상가(평가자) 판단.

스트레스 사건: 스트레스 사건(a~l)이 1 개 이상이며, 대상자의 직업, 사회생활, 또는 그 외의 중요한 영역에 있어 현저한 괴로움을 주거나 기능저하를 초래하는 지 고려하여 심각도를 임상가(평가자)가 최종적으로 판단함.

정신 장애: 정신적 문제(b~j)이 1 개 이상이며, 대상자의 직업, 사회생활, 또는 그 외의 중요한 영역에 있어 현저한 괴로움을 주거나 기능저하를 초래하는 지 고려하여 심각도를 임상가(평가자)가 최종적으로 판단함.

자살 심각도 평가: 자살생각/충동, 자살행동, 스트레스 사건, 정신장애를 심각도를 반영해 최종적으로 판단.

자살시도 현재 삽화가 있는 경우:
A3-1 중등도 이상 → 고도
A3-1 경도, 이외 중등도 2개 이상 → 고도
A3-1이 경도, 이외 중등도 1개 이하 → 중등도

자살시도 현재 삽화가 없는 경우(A3-1 기준):
A2-1, A3-1, A5-3 중
고도 1개 이상 → 고도
중등도 3개 이상 → 고도
중등도 2개 → 중등도
중등도 1개 이하 → 경도

| | |
|-------|---|
| 해석 지침 | 자살 위험도 및 심각도(고도, 중등도, 경도)에 따른 개입 및 치료 (아래 참고) |
|-------|---|

자살 위험도 및 심각도에 따른 개입 권고

아래 개입 권고는 개입의 방향을 지시하며, 임상적 결정 및 치료를 대체할 수 없음을 알려드립니다.

| 자살 위험/심각도 | 자살위험 높음 | 자살위험 중간 | 자살위험 낮음 |
|-----------------|---|--|---|
| 대상: 성인, 청년, 대학생 | <ul style="list-style-type: none"> 가족 및 중요한 사람(지인) 등을 확인, 연계하여 대상자가 혼자 있지 않도록 해 대상자가 안전한 환경에 있도록 보장. 필요시 정신의학적 및 심리적 응급 지원 제공. 증상이나 자살 충동이 악화되는 상황을 위한 대비책 마련. 지역사회 내 의료기관으로 치료 연계. 대학생의 경우, 학교 내 대학상담센터 연계 24 시간 내로 재평가. | <ul style="list-style-type: none"> 증상이나 자살 충동이 악화되는 상황을 위한 대비책 마련. 자살방지를 위한 서약서 작성. 잠재적 자살도구의 확인 및 제거 권유. 접근이 용이한 지역 내 상담자원 연계. 대학생의 경우, 학교 내 대학상담센터 연계. 응급서비스(24 시간 자살예방전화 등)에 대한 정보 제공. 자살위험성에 대한 지속적 평가. | <ul style="list-style-type: none"> 현재 겪고 있는 스트레스 사건이나 상황에 대한 탐색 필요. 필요한 경우, 접근이 용이한 대학 내 상담센터나 지역 내 상담자원 연계. 한달을 간격으로 재평가. |