

자살자 유가족도 우울증... 남은 이들이 위험하다

#1. 40대 여성 A씨는 일 년 전 남편과 사별했다. 남편은 스스로 목숨을 끊었다. A씨는 남편의 잃은 슬픔을 느낄 여유도 없이 경제적인 어려움과 아이들에 대한 책임, 남편에 대한 미움으로 고통스러운 나날을 보내고 있었다. 친구와 주변 지인들이 건네는 위로의 말도 A씨에게는 상처가 됐다. 술이 없으면 밤에 잠을 이루지 못하고 대인관계도 점차 파하면서 고립된 생활을 하고 있었다.

#2. 공무원으로 퇴직한 B씨는 평소 자신의 마음을 헤아려주던 아들의 갑작스런 자살로 망연자실했다. 아들이 극단적인 선택을 할 수밖에 없었던 이유를 찾고 싶었지만 쉽지 않았다. A씨는 '도대체 왜 그랬을까'에 몰두하며 점차 잠을 이루지 못하고 매일 소주 1~2병을 마시는 등 술에 의존하기 시작했다.

10명 중 7명 심리적 어려움

전문가 상담 3%에 그쳐

'심리부검' 등 적극 대응 필요

국민 10명 중 3명이 주변인의 자살을 경험한 적이 있고, 자살자의 유가족 10명 중 7명은 A씨나 B씨와 같은 심리적 어려움을 겪고 있지만 실제로 도움을 받는 이는 극히 드문 것으로 나타났다.

5일 보건복지부 중앙심리부검센터에서 따르면 국민 31.8%가 가족, 친척, 친구, 선·후배 등 주변 가까운 사람의 자살을 경험한 적이 있다.

가까운 사람의 자살을 경험한 사람 중 24%가 우울감을 느끼는 것으로 나타나 그렇지 않은 사람(17.7%)에 비해 상대적으로 높은 것으로 조사됐다. 또 심각한 자살

을 생각하는 비율도 일반인의 경우 9.9%에 그쳤지만, 가까운 사람의 자살을 경험한 사람은 2배가 넘는 21.3%에 달하는 것으로 나타났다.

특히 자살자 유가족의 67.4%가 심리적인 어려움으로 전문가의 도움이 필요하다고 느꼈지만 도움을 받은 사람은 3%에 그쳤다.

실제 지난해 중앙심리부검센터 등을 통해 심리부검을 받은 자살 유가족 중 37.1%가 수면장애를 겪고 있고, 43%는 심각한 우울증을 경험하는 등 가족의 자살이 유가족의 정서·행동에 상당한 영향을 끼치는 것으로 조사됐다.

자살 유가족들이 전문가의 도움을 받지 못한 이유로는 '도움을 받는 방법을 몰라서'(28.9%), '경제적 이유'(15.7%), '주변 시선 의식'(13.2%) 등으로 나타났다.

보건복지부 관계자는 "자살자 유가족의 애도는 일반적인 경우와는 다른 과정을

심리부검

자살자의 유가족이나 지인을 면담해 생전 고인의 삶에서부터 죽음에 이르는 과정까지를 재구성하는 작업. 제2의 자살 고위험군으로도 분류되는 유가족의 입장에서는 가족의 죽음을 애도하고 차분히 돌아볼 수 있는 시간을 통해 심리적 고통을 덜어내는 효과가 있다.

거치게 되기 때문에 혼자서 끔찍히 생각되는 전문적인 정신건강 서비스를 받는 등 보다 적극적인 대응이 필요하다"며 "자살자 유가족의 심리부검을 확대하고 심리 지원을 강화하는 방안을 고민하고 있다"고 밝혔다.

심리부검은 사망자의 자살 원인을 알아내기 위해 가족 등 주변인 진술을 기반으로 일정 기간의 심리적 행동 변화를 재구성하는 방식이다. 앞서 A씨와 B씨는 심리부검을 통해 심리적인 건강을 되찾았다.

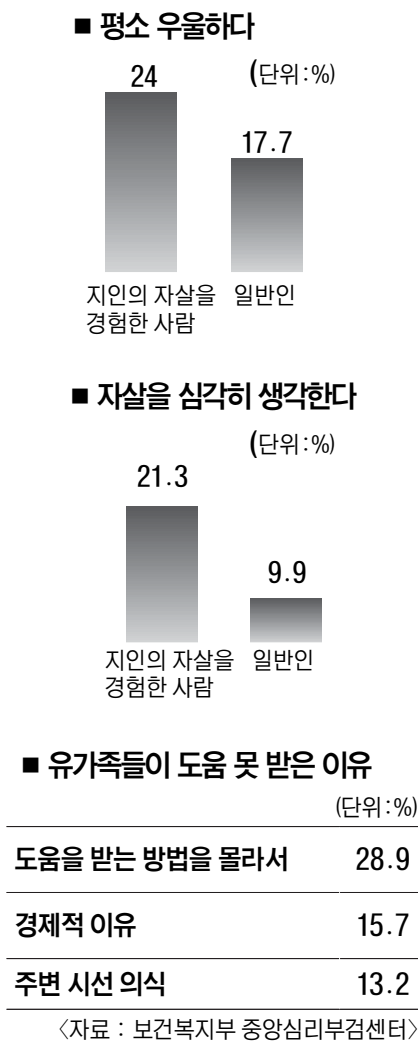
A씨 등과 비슷한 경험을 하고 있는 경우 보건복지부가 매년 심리회복 도움서 '치유와 회복'을 통해 도움을 받을 수 있다.

또 정신건강증진센터나 자살예방센터를 통해 상담을 받을 수 있다.

광주광역시자살예방센터에서는 매일 1차례 '또 하나의 가족'이라는 이름으로 자살 유가족 자조 모임이 열리고 있다. 문의 062-600-1900.

/김경민기자 kki@kwangju.co.kr

· 자살 유가족들의 심리 설문조사



'맞춤형 기초생활보장급여' 시행 1년 만에 수급자 35만명 늘었다

부양의무자 기준 완화

생계·의료·주거·교육 등 필요에 따라 기초생활 급여를 지급하는 '맞춤형 기초생활보장 급여' 제도가 시행 1주년을 맞았다.

보건복지부는 5일 '기초생활보장 맞춤형 급여 개편 전·후 비교' 보고서에서 맞춤형 기초생활보장 수급자 수가 2016년 5월 기준 167만명으로 1년 전에 비해 35만명(27%) 증가했다고 밝혔다. 새로 수급 자격을 얻은 사람이 47만명이었으며, 1년간 수급자에서 벗어난 사람이 12만명이었다.

급여별로는 중복 수급자를 포함해 교육급여가 22만3000명 늘어 증가폭이 가장 컸고, 의료급여(11만6000명), 주거급여(9만9000명), 생계급여(9만8000명) 등이 뒤를 이었다.

새로 급여를 받을 수 있게 된 사람의 62.1%는 부양의무자 기준 완화 등 맞춤형 급여 제도가 도입된 덕분에 수급자 자격을 얻었으며 나머지 37.9%

는 소외된 복지 사각지대를 발굴하는 노력의 결과로 수급자 자격을 얻을 수 있게 됐다고 복지부는 설명했다.

수급 기구가 받는 월평균 현금 급여(생계급여+주거급여)도 2016년 1월 현재 51만4000원이 제도개편 시행되기 직전(40만7000원)보다 10만7000원을 늘었다고 복지부는 덧붙였다.

복지부는 맞춤형급여 시행 1주년을 맞아 이날 세종시 복지부 대회의실에서 유공자 포상식을 개최, 제도의 정착에 기여한 공무원 20명에게 복지부장관상을 수여했다.

이화영 광주시 양산동 주민센터 주무관은 어머니의 정신질환으로 자녀들이 방임되던 기정을 찾아내, 어머니에게는 치료를, 아이들은 교육의 기회를 받을 수 있도록 했고, 박지민 대구시 달서구 송현1동 주민센터 주무관은 가족과 연력이 끊긴 독거노인이 망상 증세를 보이자 이 노인의 자산을 정리해주고 요양시설을 연계해 주거급여 자격을 얻었으며 나머지 37.9%

/연합뉴스

동네 저소득층 학원비 '심시일반'

학운동 주민들 340만원 모금

광주시 동구 학운동주민복지공동체(위원장 강기술)는 모두 340만원의 예산을 들여 저소득층 학생 20여명에게 여름방학 중 학원비를 지원한다.

학운동주민복지공동체와 광주시사회복지공동모금회가 공동으로 추진하는 이번 학원비 지원 사업은 가정형편이 어려운 저소득 청소년의 학업의지를 북돋워 지역인재를 육성하고 학습기회 불균형과 교육 격차 해소를 위해 추진됐다.

이번 학원비 지원은 지자체 지원 없이 전액 학운동 주민의 후원으로 모금됐다.

지원 대상은 관내 기초생활보장수급자, 한 부모 가정, 차상위계층 등 법정 저소득층 자녀와 교육비 지원 대상자(초등학교 5~6학년, 중학생)로, 학원은 자율적으로 선택할 수 있다.

신청은 선착순으로 학운동주민센터에서 방문하면 된다. 강기술 학운동주민복지위원장은 "앞으로도 지원범위를 확대해 청소년들이 가정형편에 관계없이 마음껏 배우고 꿈을 키워나갈 수 있는 교육환경을 위해 힘쓰겠다"고 말했다. 문의 062-608-3808.

/김경민기자 kki@kwangju.co.kr

광주 북구, 오늘 양성평등 주간 기념행사

"일·가정 양립, 가정도 직장도 행복해요!"

광주시 북구는 6일 오후 3시30분 북구 시화문화마을 문화관에서 '양성평등 주간 기념행사'를 개최한다.

제21회 양성평등 주간을 맞아 열리는 이번 행사에는 여성지도자, 여성친화서포터즈, 주민 등 250여명이 참여할 예정이다.

이번 행사는 광주지방경찰청 제3기동제대의 호신술 시범공연을 시작으로 기념식, 특별공연, 특강 순으로 진행된다.

기념식에서는 이현·강향복(충흥3동) 부부와 박삼서·정한순(운암1동) 부부에게 양성평등 모범부부상을 수여하고, 유공주민 4명에 대한 시상도 실시한다.

특별공연에는 북구가 전국 최초로 여성친화도시를 주제로 창작한 노래 '시명 나는 여성친화 광주 북구'가 여성친화서포터즈의 안무와 함께 무대에 오른다. 강은미 한국인재경영교육원 대표의 '세상을 바꾸는 여성의 힘'을 주제로 한 특강도 이어진다.

/김경민기자 kki@kwangju.co.kr

광주 서구, 무료 정신 상담

매주 화~금요일

광주시 서구는 오는 12월까지 우울·불안·스트레스 등 정신과적 도움이 필요한 주민을 위해 '마음건강 주치의 상담실'을 운영한다고 5일 밝혔다.

마음건강 주치의 상담실은 지역주민에 대한 정신건강 돌봄 서비스를 확대하기 위한 조치로 정신건강 문제를 조기발견, 치료함으로써 민생화를 예방하기 위한 서구청의 프로그램이다.

서구 주민이면 누구나 무료로 이용할 수 있다.

마음건강 주치의 상담은 매주 화요일부터 금요일에 상무금호보건지소 내 서구정신건강증진센터와 서구보건소 2층 예방접종실에서 진행된다. 동 주민센터 순회 상담 및 직장인 대상 이동 상담도 정기적으로 실시할 예정이다.

상담 전 전화예약하면 더욱 쉽게 진료를 받을 수 있다. 문의 상무금호보건지소 062-350-4735.

/김형호기자 khh@kwangju.co.kr



'고용복지플러스센터'에 구인정보 다 있네 최근 광주시 북구 금남로 '고용복지플러스센터'를 찾은 시민들이 상담을 기다리고 있다. 북구청 취업정보센터 및 복지지원팀, 북구여성새로일하기센터, 광주고용센터, 중·장년일자리희망센터, 서민금융지원센터 등 5개 기관이 참여하는 고용복지플러스센터는 지난해 8월부터 구인·구직, 복지지원, 금융지원 등 모두 4000여건의 상담을 진행했다. <광주시 북구 제공>

광주일보 지사·지국 안내

광주시내(062)	전남(061) · 전북(063)
북구 동광 264-2012 문흥 266-1960 북광주 525-3761 신안 222-8171 양산 571-7658 오치 266-7601 용봉 522-7752 우산 512-8116 중흥 654-2985 남동 222-9440 동명 222-9054 동부 225-6001 중앙 222-1896 장부 222-8171 남부 652-0175 백운 651-1833 봉선 675-5530 하월 675-6605 진월 671-7276 광천 382-5788 상무 372-2352 서광주 369-0583 운천 376-7153 치평 376-6511 동암 803-0311 화정 369-0583 월곡 941-9174 침단 973-2900 하남 959-1500 광산 944-0444	동부권 고흥군 842-2121 곡성군 362-8111 구례군 782-4696 광양시 792-8111 보성군 852-9646 순천시 746-8111 여수시 692-0997 중부권 나주시 335-5501 강진군 434-6830 담양군 383-8116 영암군 471-1717 장성군 394-0400 장흥군 863-8822 화순군 374-4423 서부권 목포시 276-9200 무안군 452-8535 신안군 278-8111 영광군 351-1004 완도군 554-6677 진도군 543-0100 함평군 324-8111 해남군 537-6767 전북권 군산시 467-2500 정읍시 531-5544 순창군 652-1920 남원시 626-1601 고창군 010-2815-2267 부안군 582-8118

독자와 함께 걸어온 길 64년
광주일보
 광고문의 227-9600
 신문구독 220-0551
 예행구독 220-0550

모임이 있으신가요? 귀한 손님 대접하시는지요?

금수장관광호텔 아리랑하우스에서 정성껏 모시겠습니다.

건강한 한정식으로
즐거운 만남이 완성되는 곳!

- 부담없는 가격의 내 집 처럼 편안한 객실
- 30년 전통 광주음식명가 한정식 아리랑하우스
- 각종 모임을 위한 대소 연회장
- 300가지 와인을 즐길 수 있는 카페 보네르
- 맞춤형 출장도시락

세미나
연회장
상견례
가족모임

금수장관광호텔 아리랑하우스
계림동 홈플러스 건너편 www.geumsoojang.com
예약문의 (062)525-2111