

## 군 자살 예방에서의 비전 캠프의 역할: 종교적 접근을 중심으로

(The Role of Vision Camp for Military Suicide Prevention in  
Religious Approaching)

김세훈<sup>1)</sup> 대위



■ 육사61기

### 들어가는 말

대한민국 육군(이하 육군)은 많은 노력을 기울여, 인명사고를 줄이고 자 노력하였다. 이러한 노력의 결과로 육군의 연간 사망자 수는 뚜렷한 하강 곡선을 그려왔다. 하지만 육군의 전체 사망자 수는 줄어든 반면, 자살률은 완만한 감소를 나타냈고, 이에 따라 전체 사고 사망 원인 중 자살이 차지하는 비율은 점차 증가하였다. 이에 따라, 육군은 자살 사고를 예방

1) 해외 군 위탁장교로 The University of Iowa에서 Educational psychology로 자살 예방에 관하여 공부하고 있다.

하는 것이 전체 사고 예방에서 중심적 역할을 하게 됨을 인식하게 되었다 (도표 1).

	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006
사망자	207	203	192	147	125	127	107	103	99	100
자살자	77	75	84	66	60	66	53	54	51	66
전체비율	37.2	35.9	43.8	44.9	48	52	49.5	52.4	51.5	66

(도표 1. 육군본부, 자살사고 예방활동 추진지침, 2007, p.1; 김병훈, 2007에서 인용)

육군의 자살률을 다른 나라 육군의 자살률<sup>2)</sup>과 비교하여 볼 때, 비교적 낮은 비율을 보여 주고 있는 것이 사실이다. 또한 육군의 자살률은 사회의 자살률과 비교하여<sup>3)</sup> 보았을 때에도, 비교적 안정적인 비율을 보여 주고 있다. 하지만 국내의 많은 연구가 말해 주듯이, 육군에서의 자살은 일반인의 자살에 비해, 그리고 모병제를 실시하고 있는 다른 나라의 군에 비해, 더욱 부정적인 결과를 초래할 수 있다. 즉 군내 자살은 군기 질서를 문란하게 하며, 비전투 손실을 초래하고, 군의 사기를 저하시키며, 사회의 군을 향한 불신의 원인이 된다. 특히 군내 자살은 대부분 간부보다는 병사에게서 많이 일어나는 특징에서 볼 때, 가족의 대를 이을 자식을 군에 보낸 부모에게 그들의 자살 소식은 군에 대한 불신을 넘은 분노를 가지게 한다.<sup>4)</sup>

2) 2005년 기준 10만명당 자살자 현황: 일본군- 41.3명, 미국육군-17.6명, 한국군-8.5명. <육군본부, 자살 사고 예방 활동 추진 지침>, 2007, p. 1

3) *Ibid*, 10만 명당 자살 인원 2005년 기준 사회:26.1, 육군:10.8.

4) 이에 관한 논문으로는 아래의 것이 유용하다. 김병훈, “군 자살사고 예방에 대한 연구”(동국대학교행정대학원 석사학위논문, 2007); 이기덕, “군인 자살의 원인과 대책에 관한 연구”(동국대학교행정대학원 석사학위논문, 2006); 서경원, “신세대 병사의 자살사고 실태와 예방 대책에 관한 연구”(경원대학교 사회정책대학원 석사학위논문, 2007).

## 1. 육군 복무자의 특징

### (1) 정신분석학적 측면

군은 직, 간접적인 강제성을 행사하고 있다는 점에서 일반 사회와는 확연히 구분된다. 남성으로서 지니는 병역의 의무는 그 자체로서, 강제성을 선행하고 있다. 또한, 그 구성원들이 서로 다른 지역, 다른 가정환경, 다른 학력, 다른 성장 배경을 지니고 있기 때문에, 군의 특징인 일률적인 명령체제를 유지하기 위해서 직, 간접적으로 병사들에게 통제력을 행사하고 있는 것이다.

이러한 강제성은 모병제를 실시하는 타 군과는 또 다른 특징을 지니고 있다. 이런 측면에서, 우리나라와 같이 징병제를 실시하는 이스라엘군의 자살 연구는 우리에게 많은 점을 시사하고 있다. 그렇다면, 징병제는 군 구성원인 청소년에게 어떤 영향을 미치게 되는가?

군대(혹은 전투 부대, combat unit) 청소년들은 사회와는 다른 차원의 공통점과 소속감, 그리고 새로운 자아 정체감을 유지하도록 한다(Erikson, 1950). 이러한 소속감과 새로운 자아 정체감은 이전의 사회에서 또래 집단에게서 느끼는 것과는 다른 강한 조직에의 충성과 희생을 포함하고 있다. 이전의 어린 아이와 같은 어수룩함, 혹은 더 나아가 장난스러움(playfulness)을 벗어 버리고, 사회의 구성원으로서, 다른 구성원을 보호하며, 전쟁에서 승리하는, 즉 더 성숙하고, 진지한 문제에 관심을 갖도록 강제한다. 다시 말해 징병제 국가에서 군 복무는 하나의 성숙한 사회 구성원으로서 변화되는 중요한 사건(marker event)이 된다(Yerushalmi, 1997).

하지만 실제로 조직 내에서 군인은 퇴행의 모습을 나타낸다. 군대 내에서 이들은 자신의 생명을 위협하는 적을 죽이고, 사회 구성원을 보호하

는 일을 한다. 매일의 업무, 일상 대화, 대부분의 활동은 전쟁에서의 승리, 즉 삶과 죽음에 집중된다. 특히 이들은 예상치 못하는 돌발 상황에서 스스로를 보호하기 위하여, 끊임없이 예상되는 시나리오에 대하여 반복적인 생사의 판타지적인 연습을 하게 되는데, 이러한 전반적인 생활은 분명 군 구성원의 의식적, 무의식적 측면에 영향을 미친다. 이러한 불확실하고 불안한 상황에서 같은 부대 내의 동료는 중요한 역할을 하는데, 그 이유는 동료가 전시에 나의 생명을 구해 주는 잠재적인 동역자가 되기 때문이다. 이러한 인식은 군 구성원의 상호 의존성을 높이게 되고, 이는 조직에 대한 완전한 헌신으로 나타나게 된다.

예루살라미(Yerushalmi)는 이러한 조직으로의 헌신과 서로에 대한 의존이 어린 시절 어머니와의 원초적인 사랑을 회상시키는 역할을 한다고 생각하였다. 이러한 역행의 모습은 이스라엘군의 경우 음식에의 집착, 빨래를 집에 가져가서 하는 군인의 모습, 그리고 어머니가 마련해 주는 잠자리를 그리워하는 군인의 모습으로 설명하고 있다. 즉 군의 환경과 물개 성적 조직에의 헌신은 이전 애착 대상(primary object)과의 단절을 회상시키고, 이로 인한 유아적 욕구(infantile need)<sup>5)</sup>가 채워지지 않는다면, 이는 군 조직원에게 잠재적인 위협으로 나타나게 된다(Yerushalmi, 1997).

## 2) 발달적 측면

우리는 현재 육군에 입대하는 세대를 신세대라고 부른다. 이러한 신세대는 이전 세대와 다른 독특한 성격을 지니고 있다. 먼저 이들은 핵가족화된 가정에서 태어나고, 자라났다. 따라서 대가족 중심으로 자라온 부모

5) 유아적 욕구로는 음식 및 편안한 잠자리뿐만 아니라, 개인생활(privacy)에 대한 욕구, 인정에의 욕구, 소속의 욕구 등을 포괄한다.

세대와 확연한 차이를 가지고 있다. 이전의 세대가 농업사회의 대가족 제도를 통하여, 충분한 지지 체계를 유지한 반면, 신세대의 경우 핵가족화로 인하여 가족기능이 약화되었고, 더불어 사회적으로 늘어난 역기능적 가정의 증가는, 가정으로부터의 지지 체계를 더욱 약화시켰다.

신세대의 또 다른 특징은 대중매체와 깊이 관련되어 있다. 대중문화 속에서 자란 신세대는 대중문화의 영향을 많이 받고 있다. 이는 신세대들의 감각적이며, 물질적인 가치를 중요시하며, 전통적인 권위와 질서를 거부하고, 개인의 자유로운 가치관을 중요시하는 특징과 연관된다.

육군에 입대하는 이들은 대부분이 20대 초기 청년들이다. 즉 이들은 입대 전의 청소년기의 특성을 지닌 채 군에 입대하였다고 생각할 수 있다. 청소년의 자살의 통계 자료를 살펴보면 자살은 15세 미만에서는 드물다가, 15세 이후에 급증하는 모습을 보여 준다. 이런 측면에서, 군의 자살은 청소년기의 일반적인 부적응의 모습을 드러내는 것이라고 생각할 수도 있다. 그렇다면 청소년기의 자살은 왜 발생하는 것인가?

## 2. 자살의 원인과 특징

자살을 기도하는 사람들의 공통적인 자살 원인은 외로움, 소외받음, 사랑받지 못함으로 이해할 수 있다. 군복무자(청소년기)의 자살 원인은 발달적 측면에서 다음과 같이 정리된다.<sup>6)</sup>

첫째, 청소년기의 신체적, 정서적, 지성에서의 빠른 변화와 이에 따른

6) 군복무자 자살 원인에 대해서는 아래 자료가 유용하다.  
Hong, K.E. "The Suicide of the adolescent and children", *Understanding suicide and prevention*, pp. 359-379.  
허태균, "자살 예방과 대중매체의 역할", 《자살의 이해와 예방》, pp. 325-342.

적응의 어려움, 당황 불안함을 가지게 되고, 이에 따라 또래 집단에 대한 필요를 느낀다. 자아 정체감을 이루는 과정에서 느끼는 스트레스는 때로, 실망과 좌절을 가져다 주며, 적절하게 극복하지 못할 때에 자살을 선택하게 된다.

둘째, 청소년의 정신 장애적 요인, 그리고 입시에 의한 공부 스트레스 요인에 의한 자살의 위험이 늘어난다. 비단 우리나라뿐 아니라, 자살의 주요 원인인 우울증의 경우, 후기 청소년기(older adolescents)에 많이 나타나 다른 연령대에 비하여 높은 것으로 알려져 있다. 특히 한국의 고질적인 병폐 중 하나인 대학 입시위주의 교육 또한 전인교육을 방해했으며, 이는 신세대의 부정적인 자아를 형성하는 하나의 원인이 되기도 하였다.

셋째, 약해진 가족 간의 유대와 가정의 역할은 청소년들에게 적절한 지지 체계의 역할을 해 주지 못하고 있다. 농업사회에서의 가정은 청소년들에게 충분한 정서적 지지를 제공해 주었다. 하지만 현대사회의 핵가족화 등장과 이에 더불어, 역기능적 가정의 증가는 가정의 지지체계를 약화시키고, 이는 청소년의 자살의 한 요인으로 작용하게 되었다.

넷째, 현대의 대중매체는 청소년들에게 많은 영향을 미치고 있으며, 특히 자살과 관련된 보도는 청소년의 자살을 부추기는 역할을 한다. 청소년이 중요시 하는 주요 인사의 자살을 다룬 보도나 혹은 이를 미화하는 매체의 영향은 청소년의 모방 자살을 부추기는 결과를 가져오기도 하며, 특히 최근에 급속하게 늘어난 ‘자살인터넷사이트’는 동반자살을 부추기며, 또한 구체적인 자살의 방법을 제시함으로써, 청소년에게 심각한 악영향을 끼치고 있는 것이 사실이다.

다섯째, 군의 환경적인 요인을 들 수 있다. 신세대가 이전 세대와 다른 모습으로 급격한 변화를 겪어온 반면, 군은 이러한 신세대의 변화와는 달리 많은 부분에서 이전의 모습을 고수하고 있다. 군 조직의 특성은 개인의 융통성을 제한하며, 자유와 자율성을 제한한다. 또한 노력의 대가가 사회

와 같이 금전적으로 지불되지 않으며, 개인과 단체, 인내와 책임을 강하게 요구하고, 계급의 질서를 중요시 여기는데, 군에 입대하는 청소년들에게 이러한 급격한 변화는 적지 않은 심리적 부담이 된다.

이러한 청소년기 자살의 특징으로는, 첫째, 분명한 동기가 있다는 점이다. 사회의 청소년 자살의 경우 외모에 대한 고민, 성적 저하, 입시 실패 등의 동기가 자살의 원인으로 작용한다. 육군에서 발생하는 자살의 경우, 개인적 이유와 더불어 부대생활의 부적응 등 부대적 요소 또한 동기로서 작용하고 있다.

둘째, 충동적인 성격을 가지고 있다. 예를 들면 자존심이 상하는 행동 등으로 인하여, 자기 분노를 조절하지 못하고, 자살 행동으로 이어지는 경우이다.

셋째, 동반자살, 모방 자살 등의 특징을 나타낸다. 특히 이 부분에서는 대중매체의 역할이 중요하게 부각된다. 대중매체에 의한 자살은 흔히 ‘베르테르효과(Werther effect)’라고도 한다. 사회적으로 자살의 증가는 자연스럽게 자살에 대한 보도를 증가시키며, 이러한 자살 보도는 곧 모방 자살을 증가시키는 악순환을 일으킨다. 대중매체와 밀접한 관계를 가지는 청소년의 경우 이러한 대중매체의 영향을 더 크게 받고 있다.

### 3. 자살사고 예방의 노력: 비전 캠프

육군의 비전투 손실 중 자살이 차지하는 인원이 증가함에 따라, 육군은 자살사고를 줄이기 위한 많은 노력을 기울여 왔다. 특히, 육군은 ‘비전 캠프’ 프로그램을 통하여서, 자살 우려자 및 복무 부적응자에 대한 포괄적인 치료를 실시하여 왔다. 비전 캠프는 2003년부터 육군에서 실시하고 있는 자살 예방 프로그램으로서, 자살 우려자 및 심한 군복무 부적응자들

대상으로 소그룹 단위의 심리치료를 통해 군복무 적응 유도 및 자살 사고 예방을 목적으로 하고 있다.<sup>7)</sup>

	1일차	2일차	3일차	4일차
06:00-06:50	기상/산책			
07:00-07:50	아침식사			
08:00-08:10	명상의 시간			
08:10-11:45	오리엔테이션, 소개, 별칭 짓기	정체성 확인 프로그램	분노조절/이완프로그램	소감문 작성 및 수료식
12:00-13:00	점심식사			
13:00-13:10	명상의 시간			
13:10-16:45	나를 알아가기 (Ego Okgram 검사)	신뢰 프로그램	심리극 준비 및 발표(개인의 이야기)	
17:00-18:00	저녁식사			
18:00-21:00	자존감 및 기질 검사	영화 감상 및 느낌 나누기	종교행사 및 촛불의식	
21:00-21:30	세면 및 청소			
21:30-22:00	음악 치료			
22:00	청소			

(그림 1. 비전 캠프 1 표준 모델)

비전 캠프는 제대별 자살 우려자에 대한 심리 치료적 프로그램으로서, 군단 및 사단 단위의 군종장교에 의하여 사·군단급 휴양소 및 교육대에 서 소그룹 형태의 인간관계를 이용한 집단 심리치료를 실시하는 것으로, 이를 통하여 자살 예방 및 복무 적응을 유도하고자 한다.

비전 캠프 참여 대상자는 성격장애자, 역기능 가정에서 성장한 병사, 허약체질 및 위기 대처능력이 약한 병사 등 군복무에 장애를 지닌 인원들

7) 이주실, “육군 자살 예방 프로그램의 효과성에 대한 연구 : 비전 캠프 프로그램을 중심으로”(서울대학교 행정대학원 석사학위논문, 2006).

로서, 1회 진행 시 약 15-20명을 포함시키며, 집단의 역동성을 위하여 5명 내외의 동료 상담자를 포함시킨다(이주실, 2006). 이런 의미에서 비전 캠프는 지시적 예방의 성격이 강하다. 즉 자살 징후를 보이지 않더라도, 우울증이나 부적응 등의 부적절한 대처기제 등이 관찰되는 인원은 그 대상으로 포함한다.

비전 캠프의 설계는 첫째, 군복무에 대한 친근감을 유도하고자 한다. 둘째, 함께 살아가는 전우와의 차이점을 알 수 있도록 한다. 셋째, 자신의 고민과 어려움을 나눔으로써 가능한 문제 해결능력을 배양한다. 넷째, 자신의 삶에 대한 고찰을 통하여서 변화를 다짐하는 기회를 가진다.

비전 캠프의 가장 큰 특징은 대부분의 프로그램이 군종 장교를 중심으로 이루어지며, 프로그램 또한 심리치유 모델과 군종 장교들이 가지고 있던 심리 상담 경험을 군의 현실에 맞게 적용했다는 점이다.

군종 장교는 군에서 종교를 대표하는 특징을 가지고 있다. 또한 장병들이 개인적인 문제를 두려움 없이 털어 놓을 수 있는 장점이 있다. 즉 군종 장교를 중심으로 만들어지고, 군종 장교들에 의해서 진행되는, 비전 캠프는 본질적으로 종교적인 집단 심리 프로그램임이다.

그렇다면 비전 캠프는 과연 효과적인 프로그램인가?

육군본부의 발표에 따르면 2006년 현재 비전 캠프 수료 후 복무 적응도에 있어서, 전체 85%의 인원이 부적응의 문제를 해결한 것으로 나타나고 있다.<sup>8)</sup>

현재히 좋아짐	좋아짐	부적합 처리	입소 전과 동일	자살
3,689명(56%)	2,006명(30%)	166명(2.5%)	750명(11.5%)	2명

(도표 2. 비전 캠프 수료 후 복무 적응도)

8) 육군본부, *op. cit.*, p. 5.

특히 2006년의 경우 자살자 49명 중 2명을 제외하고는 모두 비전 캠프에 입소하지 않은 인원이었다. 이는 비전 캠프가 육군의 자살 예방에 긍정적으로 영향을 끼치고 있음을 보여 주고 있는 것이다.

그렇다면 이러한 비전 캠프의 자살 예방에 관한 효율성은 어떻게 설명될 수 있을까? 본인은 비전 캠프의 종교적 집단 심리 치료의 관점에서 프로그램의 효율성을 설명해 보고자 하였다.

#### 4. 자살 예방에 대한 종교의 역할

군에 입대하는 청년들은 후기 청소년 혹은 성인기로 접어드는 시기이다. 에릭슨에 의하여 구분된 8단계의 발달과정에서 보자면, 청소년기는 자아정체감을 형성하는 시기이며, 또한 이러한 자아정체감은 명확한 종교적인 개념에 눈을 뜨게 하는 시기이다. 즉 군에 입대하는 청년들은 주위 환경적인 영향이 아닌, 자신의 의지와 가치관에 의하여 종교를 선택할 수 있으며, 종교에 대한 개념을 받아들이는 단계에 있는 것이다. 즉, 개인에 대한 종교의 영향력이 커지며, 각자의 자발적이며, 의미 있는 종교 활동이 시작되는 시기인 것이다. 갤럽(Gallop) 여론 조사에 따르면, 13-17세 사이의 미국 청소년들의 95%가 신의 존재를 믿으며, 75%는 자신의 종교가 가르치는 방향으로 살고자 노력한다고 보고하였다(Gallop & Bezilla, 1992).

그렇다면 육군에서의 종교는 어떤 가르침을 주고 있을까? 육군에서 종교 활동을 하는 대부분의 인원은 기독교, 천주교, 불교 중 한 개의 종교를 선택하고 있다. 세 종교는 모두 생명 존중 사상과 자살을 죄악시하는 교리를 채택하고 있다. 기독교에 있어 인간의 형상은 하나님의 형상을 물려받은 것으로, 이를 인위적으로 파괴하는 것은 반역의 죄를 뜻한다. 천주교

에서는 자살은 주인이신 하나님을 거부하는 형태로 해석을 하고 있으며, 불교에서는 천상천하유아독존(天上天下唯我獨尊)의 사상에서 알 수 있듯이 나 자신의 존귀성을 알리는 생명 존중 사상을 바탕으로 하고 있다(유영권, 2006).

이에 따라 육군은 적극적으로 종교 활동을 권하고 있다. 이러한 군의 노력은 종교가 가지는 심리 치료적 요소를 적극적으로 활용하고자 하는 노력으로 볼 수 있다.

그렇다면, 종교 활동은 과연 심리 치료적 효과가 있는 것일까? 토머스 사즈(Thomas Szasz)는 그의 책 《The Myth of Psychotherapy》에서 심리 치료(psychotherapy)는 종교적인 차원의 돌봄을 다시 재포장한 것에 지나지 않는다고 하였다(cited from Brenner, 1981). 즉 심리치료의 접근은 이미 종교적이며, 영성적인 흐름의 한 부분이다. 이는 종교적, 영성적 활동은 이미 그 자체에서 심리치료적 요소를 지니고 있다고 할 수 있다.

또한 《Spirituality in clinical practice》에서는 영성과 종교의 치료적인 요인을 소개하고 있다. 월쉬(Walsh)는 영적인 기술과 연습(essential spiritual practice)을 소개하면서, 공통적으로 영적 활동에서 나타나는 치료적 요인들을 열거하였다. 즉 우리는 이를 통하여, 어떤 부분에서 종교적인 치유의 효과가 있을지를 알 수 있다. 그는 기도(prayer), 금식(fasting), 용서(forgiveness), 화해(reconciliation), 도덕 교육(moral instruction), 명상(meditation) 영적인 독서(spiritual reading), 깨달음(mindfulness), 봉사(service) 등의 종교 활동에 심리적인 치료가 있다고 주장하였다.

비전 캠프의 프로그램을 살펴보면, 금식을 제외한 5가지 범주에 모든 프로그램이 포함되는 것을 볼 수 있다. 즉, 군의 종교 지도자에 의하여 이루어지는 비전 캠프는 그 성격에 있어서, 종교를 통한 단기적이고 집중적인 심리치료의 과정이라고 할 수 있다.

## 5. 종교의 심리치료적 접근 : 정신분석학적 접근

앞서 말한 청소년의 자살의 특징 중, 우리가 주목해야 할 부분은 바로 충동적인 특성과 동반 혹은 모방 자살과 같은 동조적인 특징이다. 이에 대해서, 종교계가 가지고 있는 현대적 차원의 자살에 대한 해석은 굉장히 유용한 사고의 틀을 제공해 준다.

유영권(2006)은 자살에 대한 현대적 해석으로서 나르시즘적 자살과 분리 불안에 의한 자살을 들었다. 나르시즘적 자살은 자기애적 성향에 의한 자살이다. 자기애적 성향은 아담과 하와가 원죄를 저지르듯이, 자신의 욕구에 충실하며, 공동체와 희생에 대해서는 무관심한 것을 말한다. 적절한 좌절(optimal frustration)의 결핍과 핵가족화로 인한, 과잉보호를 통한 비정상적 자기애는 개인에게 있어서 붕괴의 경험을 갖도록 유도하며, 현실적 어려움과 불확실성에 대해서 자살이라는 극단적인 자기애적 선택을 하게 된다.

분리 불안은 인류가 가지는 공통적인 죽음에 대한 불안을 말하는 것으로 모든 사람은 태아가 태어날 때 자신이 속한 곳인 자궁으로부터 나오는 출생의 상흔, 즉 분리 불안을 경험한다(유영권, 2006). 이는 에덴 동산에서 평화롭게 살 수 있었던 인간이 죄로 말미암아, 하나님과 자연으로부터 이탈되어 생긴 분리 불안의 상태가 인류의 공통 경험에 스며들어 있다고 할 수 있다(유영권, 2006). 즉 이러한 분리 불안은 청소년의 피암시적이며, 동조적인 자살의 현상을 설명해 주는 부분이다. 이러한 청소년의 충동적이고 동조적인 특징은 예루살라미(Yerushalmi)가 지적인 군 조직에서의 가능한 역행적 성향과 더불어 자살의 가능성을 높이게 된다.

그렇다면 그 해결책은 무엇인가? 아담과 하와가 원죄로 인하여 에덴 동산에서 쫓겨난 사건에 의하여 생긴 분리 불안과 자기애적 성향이라면, 그것을 용서해 주고, 다시 절대자와 인간과의 결합을 추구하는 종교가 분

명 그 해결책이 된다. 즉 안식과 평안, 불확실한 상황 속에서도 견딜 수 있는 능력(endurance)을 제공해 주는 것이다.

비전 캠프의 경우, 분노 해소 프로그램, 충동 조절 프로그램을 통하여, 자기애적 성향으로 인한 분노와 폭력을 해소하려고 하고 있다. 또한, 분리 불안의 해소에 있어서, 적극적인 지지 계층, 집단 상담과 집단 프로그램을 이용하여, 서로에 대한 소속감과 사회적 지지를 상승시키려고 노력하고 있다. 더욱이 이러한 프로그램이 비전 캠프의 종교적 배경에서 이루어지고 있다는 점에서 더욱 효과적인 것이라고 생각된다.

## 6. 종교의 심리 치료적 접근 : 발달적 측면

이런 종교의 심리치료적인 역할은 이미 여러 연구를 통해 알려져 있다. 특히 청소년들의 발달과정상 종교 활동은 청소년의 웰빙(well-being)에 긍정적인 영향을 끼친다. 이러한 측면에서 많은 연구들은 청소년의 종교 활동이 자살예방에 효과적이라는 것을 밝혀주고 있다.

‘프레이머’(Freymer)는 청소년 자살의 3가지 특징적인 징후를 들었다. 그것은 가족 환경, 실직의 상태 그리고 종교적 규범의 준수가 현저하게 줄어든다. 즉 종교적 규범의 준수는 자살 예방과 관련이 있음을 알려주고 있다.

또한 ‘스택’(Stack)은 그의 15-29세의 도시 인구를 대상으로 한 연구에서 자살과 교회 출석률의 저조가 관련이 있음을 밝혔다. 즉 1%의 출석률의 저조가 나타날 시, 1.4%의 자살률이 증가함을 밝혔다.

이러한 이유는 먼저, 종교 참여자에 대한, 종교의 사회적 지지(social support)가 참여자의 정신적, 신체적 웰빙의 상태를 증가시킨다는 것을 생각해 볼 수 있다(Cohen, 1998).

이러한 종교의 사회적 지지는 청소년기의 자살 예방에 있어서 효과가 있음을 보여 주는 연구라고 할 수 있겠다. 특히 청소년기의 특징인 또래 집단의 영향력이 다른 연령에 비하여 큰 것을 고려해 볼 때, 이러한 종교의 사회적 지지는 중요하게 작용된다.

몰록(Molock)은 그의 연구에서 청소년기의 종교가 자살 예방에 어떠한 영향을 미치는 지를 연구하였다. 그는 종교를 가진 청소년들의 자살률이 그렇지 않은 인원에 비하여 상대적으로 낮았으며, 또한 종교를 가진 인원 중에서도, 개인적인 종교 활동을 하는 인원보다, 또래 집단과 함께 종교 활동에 참여하는 인원에게서 낮은 자살률이 나타났다. 즉 연구자는 집단적인 종교 활동을 통해 스트레스에 대처하는 인원이 개인적인 종교 활동을 통하여 스트레스에 대처하는 인원보다 훨씬 낮은 수준의 우울감과 무력감을 나타내고 있음을 밝히었다.<sup>9)</sup>

군중 장교가 군의 대표적인 종교를 대표한다는 점을 감안하여 본다면, 비전 캠프는 집단과 함께 참여하는 종교적 활동으로서, 치료적 효과를 가지고 있다고 생각할 수 있는 것이다. 특히 몰록의 연구는 집단적인 종교 활동의 한 모습이라고 할 수 있는 비전 캠프의 효용성을 뒷받침해 주는 연구라고 하겠다.

## 7. 결론과 한계

1) 청소년기의 혼란은 정상적이고, 건강한 발달을 의미한다. 하지만 이러한 혼란이 발전될 경우, 심각한 부적응이나 정신질환으로 발전하는 것도 사실이다. 앞서 우리는 군복무라는 급격한 환경의 변화와 함께, 발생

9) Sherry Davis Molock, *Rupa Puri, Samantha Matlin and Crystal Barks*, 2006.

할 수 있는 위험요소들을 발달적 측면과 정신분석적 측면에서 살펴보았다. 이러한 위험요소는 청소년의 자살율을 증가시키는 원인으로 해석할 수 있다.

이러한 청소년기의 중요한 특징 중의 하나는 또래 집단의 역할이 강화되는 것이다. 청소년은 자신이 속한 또래 집단을 통하여, 서로의 유사점을 발견하고, 이를 통하여 정서적 안정을 얻는다. 그뿐만 아니라 이들은 또래 집단 안에서, 서로의 장단점을 발견하고, 이를 통하여 긍정적인 발전을 이루어 나가게 된다.<sup>10)</sup>

청소년기의 다른 특징은 종교가 삶에서 중요한 역할을 하기 시작한다는 것이다. 청소년기의 발달된 인지적 능력은 종교의 의미와 본질을 이해하게 하고, 환경적 요소를 벗어나 자신의 선택에 의한 종교 활동을 시작하게 된다.

즉 이러한 모든 요소를 종합해 볼 때, 비전 캠프를 통한 종교적 배경의 집단 심리 치료적 접근은 군 복무자의 자살예방에 효과적으로 기여하여 왔다고 생각할 수 있다.

2) 육군은 자살 예방이 군대 내 사망·사고를 줄이는 가장 중요한 요소라는 인식을 가지고, 이제까지 다양한 방법으로 장병의 자살억제를 위해 노력을 기울였다. 즉 육군은 비전 캠프 및 종교 활동의 권장뿐 아니라, 전문 상담관 제도, 정신교육, 신바람 나는 병영생활 조성, 자살 사고 예방 교육 등 대내외적인 노력을 실시하였다. 이러한 결과로, 자살자는 1980~1990년대의 연평균 110명에서 최근 연평균 57명으로 감소되었다. 이 글은 비전 캠프 외에 육군의 대내외적인 자살 사고 예방 대책 및 노력을 포함시키지 않았다는 점에서 그 한계가 있다.

10) 정옥분, 《청년 발달의 이해》(서울: 학지사, 2003), 참고.