

ISSUE PAPER

2021 Vol. 02

| 발행인 이기순

| 발행일 2021. 5. 24.

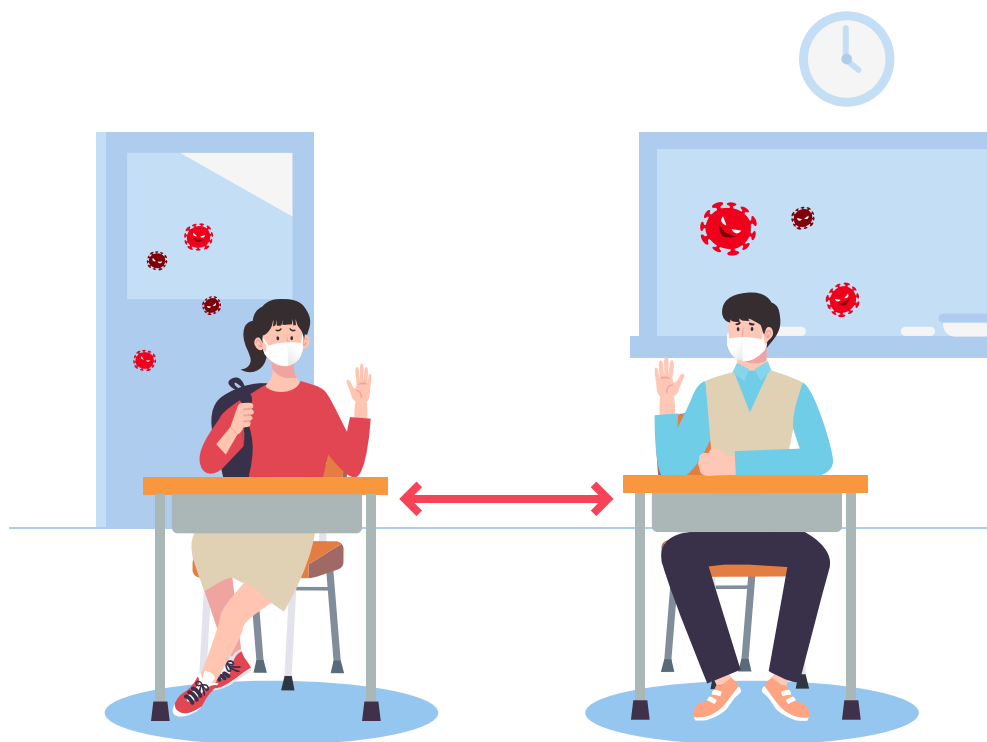
청소년상담 이슈페이퍼

코로나19 이후 1년, 청소년 정신건강 변화 기록

01 들어가기

02 실태조사

03 대응방안



요약

코로나 1년, 아동청소년 정신건강은 변화했는가?

한국청소년상담복지개발원은 2020년 4월 1차 실태조사 이후, 코로나19 발생 1년 후의 아동청소년 정신건강 변화를 확인하고 대응방안을 제시하기 위하여, 2021년 4월 실태조사를 실시함

- 조사 대상 : 9 ~ 24세 청소년 862명
- 조사 기간 : 2021년 4월 13일 ~ 5월 2일
- 조사 내용 : 코로나 이후 경험하는 주된 감정 및 힘든 점, 심리적 어려움, 코로나 스트레스, 학업/진로에 대한 어려움, 학교생활 중 힘든 점

코로나로 인한 부정적 감정의 일상화

- 코로나 1년이 경과, 청소년 불안/걱정, 짜증, 우울 여전히 높음
- 1차 조사에 비해 감사, 평온, 관심 같은 긍정적 정서는 저하
- 코로나가 언제 끝날지 모른다는 불안 특히 높아, 누적된 스트레스로 인한 우울감과 무기력감이 지배적

대인관계 결핍으로 소외와 고립감 증가

- 새학년 도래, 교사와의 소통 결핍과 학교적응의 어려움 심화
- 단절된 생활의 지속은 청소년의 소외, 고립감 증가
- 후기 청소년, 여자 청소년의 심리적 어려움 더욱 심각

고위기 청소년의 정신건강 문제 더욱 심각

- 고위기 청소년, 코로나 이후 심리적 어려움이 더 심해짐
- 청소년상담복지센터 내담자 호소문제, 코로나 이후 학교에 가지 못하고 외부활동의 어려움으로 인한 답답함, 무기력, 우울·불안이 가장 많음

비대면 시대, 청소년에게 위기를 성장의 기회로

- 청소년의 불확실성에 대한 내성, 회복 탄력성을 높이는 개입 필요
- 비대면 상황에서도 관계의 결핍을 보충하고 청소년의 사회성 발달 촉진하는 정책 및 프로그램 개발
- 고위기 청소년을 위한 세분화된 심리지원 강화와 비대면 시대 특성에 맞는 청소년안전망의 재정비 필요

01 들어가기

- 2020년 1월 코로나¹⁾ 팬데믹 이후 1년이 훌쩍 넘었지만, 여전히 전 세계적 감염률은 최고치를 이어가고 있고 어린아이부터 어른까지 예측 불가능한 변화에 적응하는 동안 코로나는 우리 일상의 모든 것을 바꾸어 놓음
- 코로나로 인한 강제적인 일상의 변화는 전방위적인(multidimensional) 스트레스원(stressor)으로 청소년의 인지적, 신체적 사회정서 발달의 위기를 초래함(Gruber et al., 2020)
- 특별히 코로나로 인한 아동청소년 정신건강 위기는 심각한 수준으로, 외국의 경우 코로나발생 기간 동안 청소년의 43%가 우울, 37%가 불안 증상을 호소하는 것으로 나타남(Zhou et al., 2020). 우리나라의 경우 코로나 팬데믹 이전과 이후를 비교했을 때 정신건강 관련 사이버상담이 78.6%, 가족이 70.5%, 학업/진로가 20.5%, 대인관계는 5.8% 순으로 팬데믹 이전보다 증가함(표 1)

<표 1. 코로나 전후 정신건강, 대인관계, 학업/진로, 가족 영역>

단위: 건(%)

구분	정신건강	대인관계	학업/진로	가족
코로나 이전 (A) (18년~19년1분기)	77,563	68,990	43,466	33,964
코로나 이후 (B) (20년~21년1분기)	138,566	73,023	52,373	57,911
증감 (B-A)	61,003 (78.6)	4,033 (5.8)	8,907 (20.5)	23,947 (70.5)

- 코로나 발생 초기와 1년 후를 비교했을 때, 2021년 1분기 상담 건수가 79,132건으로 전년 같은 기간(2020년 1분기)에 비해 28% 증가했으며, 정신건강관련 고민 상담이 가장 많았고 대인관계, 가족, 학업·진로 고민 순으로 사이버상담실을 찾음(표 2). 많은 청소년이 코로나 이후 남들에게 말하지 못하거나 가까운 사람들이 쉽게 알아차리지 못하는 자신의 심리적인 어려움에 대해 온라인 상담으로 주로 토로하고 있음

1) 코로나바이러스19에 해당하는 내용은 가독성을 위해 '코로나'로 표기

<표 2. 20년 & 21년 1분기(1~3월) 사이버상담 호소내용>

단위: 건(%)

호소 문제 기간	가족	학업/진로	대인관계	정신건강
'20(A) (1분기)	8,111	7,900	11,928	17,207
'21(B) (1분기)	11,140	10,849	13,313	27,042
증감 (B-A)	3,029 (37.3)	2,949 (37.3)	1,385 (11.6)	9,835 (57.2)

- 청소년상담복지센터 실무자 대상 실태조사²⁾에서도 코로나 이후 청소년 내담자의 주된 호소문제로 ‘친구들과 못 어울리는 것에 대한 답답함과 외로움’, ‘코로나의 장기화로 인한 우울감 증가’ 등 대인관계 및 활동제한으로 인한 고립, 무기력감이 많았음
- 이처럼 성인에 비해 감염률이 적은 청소년의 정신건강 문제가 심각하게 나타난 것으로 코로나라는 재난 자체에 대한 불안 보다 감염병 통제를 위한 사회적 거리두기 등 강제된 생활의 변화가 가져온 누적된 스트레스와 관련이 깊을 것으로 여겨짐
- 주목할 점은, 코로나로 인한 일상의 변화가 청소년의 심리사회적 발달에 가장 큰 영향을 미친다는 점임. 오랜 학교생활의 부재와 사회적 거리두기는 청소년에게 사회적 상호작용의 결핍, 특히 또래관계의 단절을 가져옴. 청소년에게 또래 경험은 성장과 탐색의 기회를 확대하고 사회·정서적, 도덕적, 행동적, 정체성 발달에 중요한 역할을 하며, 또래는 부모가 주는 것과는 다른 방식으로 자극하고 사회적 기술을 학습하게 함으로써 청소년의 발달을 촉진함(김현수, 2020)
- 그러나 코로나의 장기화로 인한 사회적 상호작용 결손은 청소년에게 성장과 탐색의 기회를 빼앗아 이로 인한 발달상 문제를 초래할 수 있음. 사회적 거리두기로 인한 일상생활 및 청소년 활동 제약은 청소년기 자율성 발달을 저해하고, 특히 졸업식, 입학식, 수학여행, 체육대회와 같은 축제나 전통적 의례의 부재는 코로나로 인한 대표적인 사회적 경험의 박탈이라 할 수 있음(변경진, 2021. 02. 17.)
- 청소년기는 다양한 심리정서행동 문제에 취약한 시기로 성인에 비해 코로나와 같은 재난이나 스트레스에 대처하는 역량이 부족하고 위기와 변화의 영향에 수동적일 수 밖에 없는 시기임 (Kousky, 2016; Swell, & Gaines, 1993)

2) 전국청소년상담복지센터 실무자 대상 “코로나 이후 센터를 찾은 청소년 내담자의 주 호소문제”에 대한 실태조사, 조사기간: 2021. 04. 19. ~ 05. 04.

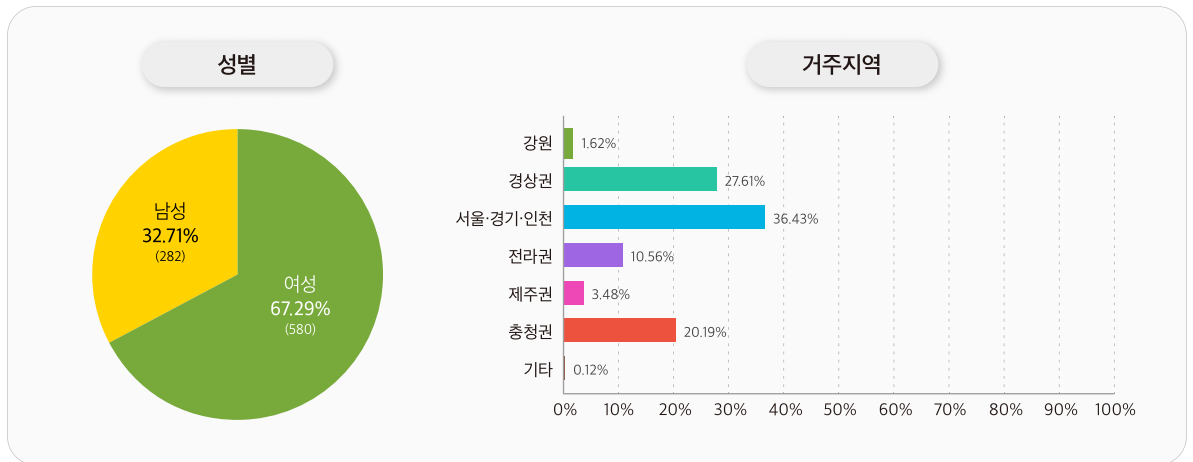
- 청소년의 정신건강 어려움이 더 심각한 발달 문제로 이어지기 전에 청소년 정신건강 보호를 위한 예방적 차원의 적극적인 개입이 요구됨
- 그러나 코로나 대유행이 시작된 이래 코로나로 인한 정신건강관련 실태조사와 연구가 주로 성인 위주로 진행(한국트라우마스트레스학회, 2021. 01. 18.), 국내 아동청소년의 정신건강에 대한 실태 조사는 부족한 실정임(고정민, 2021. 05. 08)
- 이번 이슈페이퍼에서는 강제적이고 갑작스러운 일상의 변화에 대한 적응 스트레스로 심리지원 개입이 시급했던 코로나 팬데믹 선언이후 1년이 경과한 현 시점에 청소년 정신건강의 변화를 파악하고 이에 대한 심리지원 방안을 제시하고자 함



02 2021년 아동청소년 정신건강 실태조사

1) 실태조사 개요

- 조사 기간 : 2021년 4월 23일 ~ 5월 2일
- 조사 방법 : 온라인 설문조사
- 조사 대상 : 전국의 9 ~ 24세 청소년 862명



구분		재학 여부	
		재학중	재학중 아님
나이	9세 ~ 11세 (13명)	76.9%	23.1%
	12세 ~ 13세 (39명)	76.9%	23.1%
	14세 ~ 16세 (135명)	72.6%	27.4%
	17세 ~ 19세 (486명)	32.5%	67.5%
	20세 ~ 24세(187명)	34.2%	65.8%
전체		41.9%	58.1%

• 조사내용

번호	조사영역	조사내용	비고
1	인구학적배경	성별, 연령, 재학여부, 주지역	
2	감정	코로나로 인해 느끼는 가장 큰 감정	
3	코로나 영향	코로나 이후 가장 힘든 점	
4	코로나로 인한 심리적 어려움	코로나 이후 심리적으로 힘든 점	총 14문항(5점 Likert 척도)

번호	조사영역	조사내용	비고
5	코로나 스트레스	감염에 대한 두려움, 불안, 타인에 대한 분노	총 15문항(5점 Likert 척도)
6		사회적 거리두기로 인한 어려움	총 8문항(5점 Likert 척도)
7		사회적 고립감	총 9문항(5점 Likert 척도)
8	학업 관련 어려움	코로나 이후 학업, 진로 관련 어려움	
9	코로나 이후 학교생활 중 가장 힘든 점		
10	코로나 이전 또는 코로나 이후 심리상담 경험 여부		
11	코로나 이후 심리적 어려움이 더 심해졌나?		

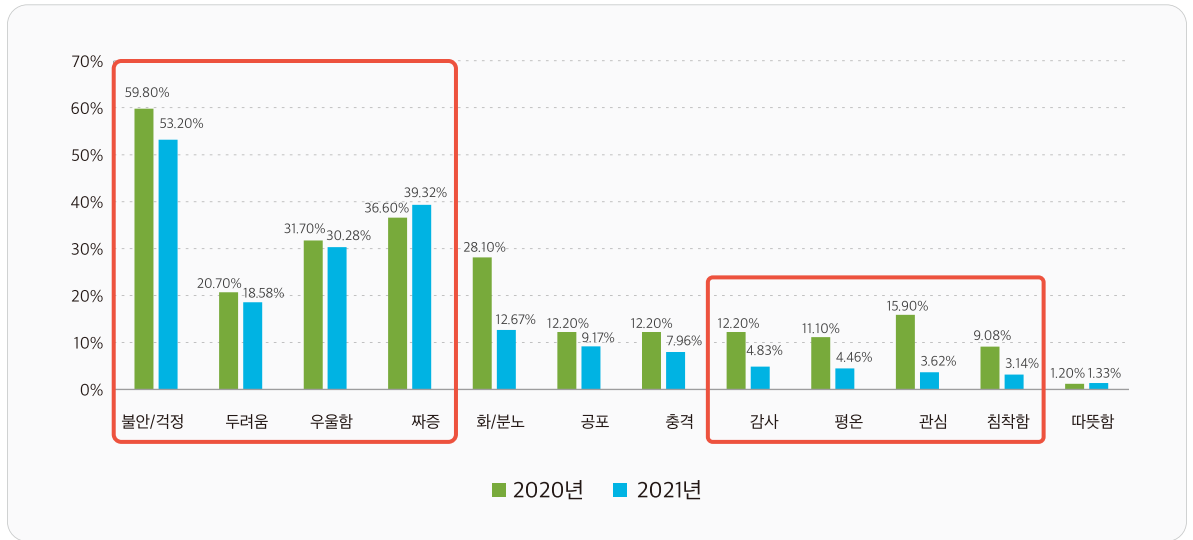
2) 실태조사 결과

- ✓ '20년과 비교해 코로나로 인한 불안/걱정, 짜증, 우울은 여전히 높고 관심, 감사, 평온, 침착함은 약 3배이상 감소
- ✓ 코로나로 인해 가장 힘든 점은 코로나가 언제 끝날지 모른다는 불안, 외출자제로 인한 갑갑함, 학교에 가지 못하게 된 것
- ✓ 청소년들에게서 무기력감, 긍정적 정서저하, 우울감 등 높은 편이며, 여자 청소년과 후기 청소년에게서 두드러짐
- ✓ 코로나 스트레스 중 타인에 대한 분노 가장 높고, 남자 청소년에 비해 여자 청소년의 코로나 스트레스가 높음
- ✓ 특히 감염에 대한 불안은 후기 청소년이, 사회적 고립감은 재학 청소년이 높게 나타남
- ✓ 학업 및 진로에 대한 어려움, 여자 청소년과 재학 청소년이 높음
- ✓ 학교생활의 어려움은 감염병 예방 수칙준수, 친구관계, 진로탐색 어려움 순으로 나타남
- ✓ 고위기 청소년 코로나 이후 심리적 어려움이 더 심해졌다고 보고함



■ 감정 | 코로나 이후 청소년이 겪는 주된 감정

- 청소년이 겪는 가장 큰 감정은 ‘불안과 걱정’(53.2%), ‘짜증’(39.32%)과 ‘우울’(30.28%), ‘두려움’(18.58%) 순으로, 2020년 1차 실태조사 결과(불안과 걱정, 짜증, 우울, 화/분노)와 유사하게 나타남
- 코로나 1년 후, 전 국민이 감염병에 대해 무감각해 지고 있다는 지적이 제기되는(김은정, 2021. 01. 20) 현 시점에도 청소년들은 여전히 코로나 초기와 같은 불안/걱정, 짜증, 우울과 같은 심리정서적 어려움을 호소하고 있다고 여겨짐

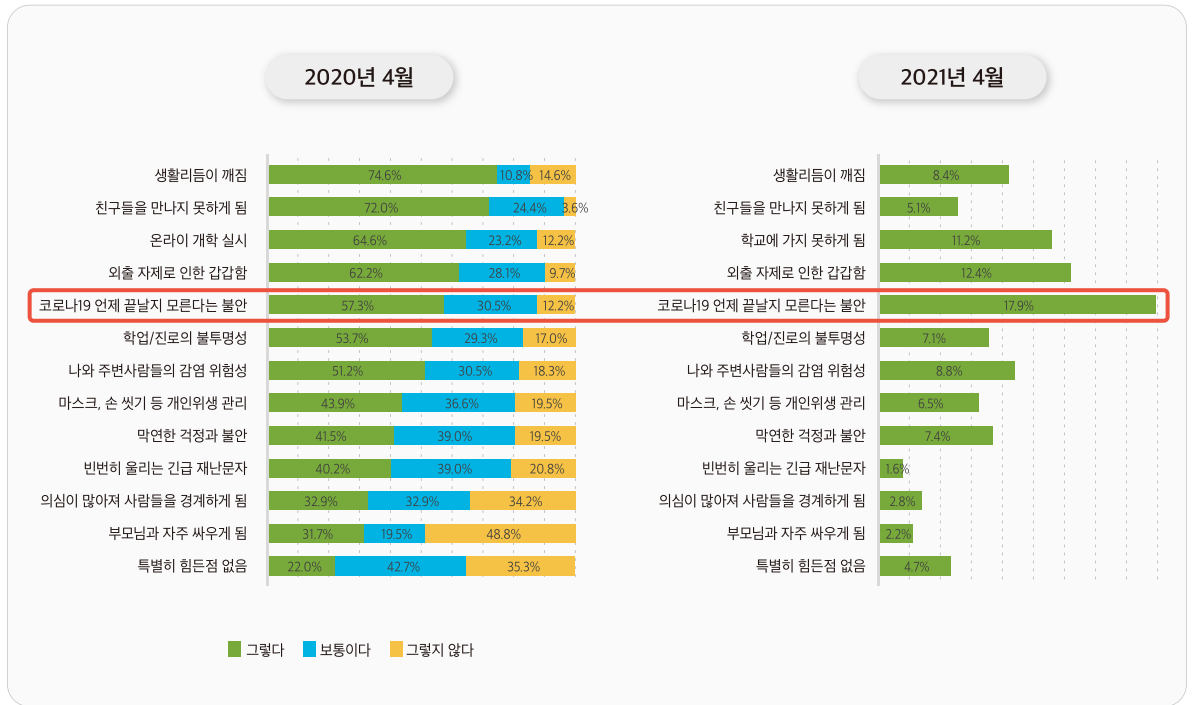


<그림 1. 코로나 이후 겪는 주된 감정>

- 눈에 띄는 변화는, 이번 조사에서는 ‘관심’, ‘감사’, ‘평온’ 같은 긍정적 감정을 느낀다는 청소년이 지난 1차 조사에 비해 평균 약 3배 이상 낮아짐
- 이는 코로나 발생 초기 청소년들은 등교 중단과 온라인 학습의 시작 등 갑작스럽고 강제적인 일상의 변화에 대한 불안, 적응 스트레스를 경험하면서도 코로나라는 위기에 대한 관심과 일상 회복에 대한 기대감 등 긍정적인 정서도 느꼈다면, 코로나가 장기화 되면서 통제와 예측이 불가능한 감염에 대한 불안과 걱정이 일상화 되어가고 있으며 일관성 없는 등교 지침과 일상 생활 제약이 지속되면서 장기적인 스트레스와 무기력감으로 인한 부정적 감정이 기본 정서가 되어가는 것으로 보임

■ 코로나 영향 | 코로나로 인해 청소년이 가장 힘든 점

- 코로나로 인해 가장 힘든 점은 ‘코로나19가 언제 끝날지 모른다는 불안’이 가장 높았고, ‘외출자제로 인한 갑갑함’, ‘학교에 가지 못하게 됨’, ‘나와 주변사람들의 감염 위험성’ 순으로 나타남
- 이는 2020년 1차 조사에서 가장 높은 응답을 보인 ‘생활의 리듬이 깨짐’이라는 결과와 차이가 보이는 것으로 갑작스런 일상의 변화 및 불규칙한 일상으로 인해 힘들었던 코로나 초기에 비해 일 년 넘게 지속되는 코로나 감염에 대한 불안과 공포가 현재의 청소년들에게서 더욱 만연해진 것으로 보임



<그림 2. 코로나로 인해 힘든 점>

■ 심리적 어려움³⁾ | 코로나 이후 경험하는 우울감, 긍정적 정서 저하, 무기력, 자살사고 등

- 코로나 이후 청소년이 경험하는 심리적 어려움(우울감, 긍정적 정서의 저하, 무기력, 자살사고 등)은 보통이상(M=2.59)으로 나타났고 특히 여자 청소년과 연령이 높은 청소년, 특히 후기 청소년(20-24세)이 두드러짐 - 즉, 남자 청소년에 비해 여자 청소년이 지속되는 코로나 상황에서 우울감과 무기력감, 어떤 일에 대한 흥미나 즐거움의 저하, 막연한 불안과 삶에 대한 의미의 저하와 같은 심리적 고통(distress)을 심각하게 느끼고 있음

<표 1. 코로나 이후 심리적 어려움(성별비교)>

구분	N	평균	표준편차	t
여	534	2.71	0.98	5.32***
남	259	2.32	0.96	
합계	793	2.59	0.99	

*p < .05, **p < .01, ***p < .001 (최소값=1점, 최대값=5점)

<표 2. 코로나 이후 심리적 어려움(연령비교)>

연령	N	평균	표준편차	F	비교
9세 ~ 13세(a)	45	2.11	0.83	7.27***	a < c a < d b < d
14세 ~ 16세(b)	124	2.44	1.07		
17세 ~ 19세(c)	458	2.59	0.97		
20세 ~ 24세(d)	166	2.81	0.96		

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

3) 심리적 어려움, 코로나 스트레스, 학업관련 어려움 문항 모두 리커트형 5점 척도를 사용

- 또한 연령이 어린 청소년에 비해, 코로나 이후 학업, 진로, 취업에 있어 타 연령대에 비해 취약계층이 되어버린 후기 청소년의 심리적 어려움이 심각한 수준으로, 이들을 대상으로 맞춤 심리지원 강화가 시급함

■ **코로나 스트레스 | 감염에 대한 두려움, 감염에 대한 불안, 타인에 대한 분노, 사회적 고립감, 사회적 거리두기로 인한 어려움**

- 청소년이 코로나 이후 경험하는 스트레스는, 코로나의 확산과 관련하여 ‘타인에 대한 분노’(M=3.76)가 가장 높았고, ‘감염에 대한 두려움’(M=3.14), ‘사회적 거리두기로 인한 어려움’(M=3.10) 순으로 높게 나타남
- 가장 높게 나타난 스트레스 요인 중 타인에 대한 분노는 우리나라 문화나 맥락과 관련된, 위계적 대인관계, 희식문화, 대면예배 등으로 인한 코로나 확산을 반영한 분노와 관련된 질문들로, 코로나가 길어지면서 이전보다 마스크 착용 등 자가 방역에 무더진 사람들에게 대한 피로와 스트레스가 청소년들에게 팽배해 지고 있다고 보임

<표 3. 코로나 스트레스>

구분	N	평균	표준편차
감염에 대한 두려움	755	3.14	1.05
감염에 대한 불안	755	2.53	0.89
타인에 대한 분노	755	3.76	1.01
사회적 고립감	729	2.39	0.94
사회적 거리두기로 인한 어려움	729	3.10	1.02

- 코로나 스트레스는 모든 하위영역에서 여자 청소년이 남자 청소년 보다 더 크게 경험하는 것으로 나타나, 스트레스에 더 취약한 여자 청소년 대상 심리지원 개입 강화가 필요

<표 4. 코로나 스트레스(성별비교)>

구분		N	평균	표준편차	t
감염에 대한 두려움	여	511	3.27	1.00	5.05***
	남	244	2.87	1.10	
감염에 대한 불안 행동	여	511	2.62	0.86	3.90***
	남	244	2.35	0.92	
타인에 대한 분노	여	511	3.88	0.93	4.73***
	남	244	3.51	1.13	
사회적 거리두기로 인한 어려움	여	495	3.23	0.97	5.26***
	남	234	2.82	1.06	
사회적 고립감	여	495	2.47	0.94	3.42**
	남	234	2.21	0.93	

*p <.05, **p <.01, ***p <.001

- 연령별 차이로 감염에 대한 불안은 중학교 연령대 청소년에 비해 후기 청소년(M=2.71)에게서 높게 나타났으며, 이러한 결과는 연령이 어린 청소년에 비해 사회 활동 및 사회적 상호작용이 더 활발하고 다양할 수 밖에 없는 후기 청소년의 특성이 반영된 것으로 여겨짐

<표 5. 코로나 스트레스(연령, 재학여부 비교)>

구분		N	평균	표준편차	F/t	비교	
감염에 대한 불안	연령	9세 ~ 13세(a)	43	2.34	0.83	3.87**	
		14세 ~ 16세(b)	120	2.39	1.07		
		17세 ~ 19세(c)	433	2.53	0.97		
		20세 ~ 24세(d)	159	2.71	0.96		
사회적 고립감	재학여부	재학중	299	2.47	0.90	2.21*	b < d
		재학중 아님	428	2.32	0.97		

*p <.05, **p <.01, ***p <.001

- 사회적 고립감으로 인한 스트레스는 학교 밖 청소년에 비해 재학 청소년(M=2.47)에게서 더 높게 나타남
 - 이는, 사회적 상호작용 및 대인관계 경험이 학교생활을 중심으로 형성될 수 밖에 없는 재학 청소년들에게 등교 중단으로 인한 단절 된 생활의 지속과 또래 관계의 결핍은 학교 밖 청소년에 비해 더 심각한 소외와 외로움, 고립감을 증대시켰을 것으로 보임

■ 학업관련 어려움 | 코로나 이후 학업, 진로에 대한 걱정 및 불안

- 코로나 이후 청소년들은 보통 이상의 학업·진로에 대한 걱정과 불안을 느끼는 것으로 나타남(M=2.77). 남자 청소년에 비해 여자 청소년이, 학교 밖 청소년에 비해 재학 청소년에게서 학업관련 심리적 어려움 더 크게 나타남
 - 학업 관련 어려움 역시 코로나로 인한 심리적 어려움 및 코로나 스트레스와 유사한 결과로 여자 청소년과 재학 청소년이 코로나로 인한 부정적 영향에 더 취약한 집단이라 할 수 있음

<표 6. 학업관련 어려움(성별, 재학여부 비교)>

구분		N	평균	표준편차	t
성별	여	458	2.88	1.01	4.18***
	남	220	2.53	1.11	
재학여부	재학중	279	3.09	0.97	6.90***
	재학중 아님	397	2.54	1.05	
합계		678	2.77	1.06	

*p <.05, **p <.01, ***p <.001

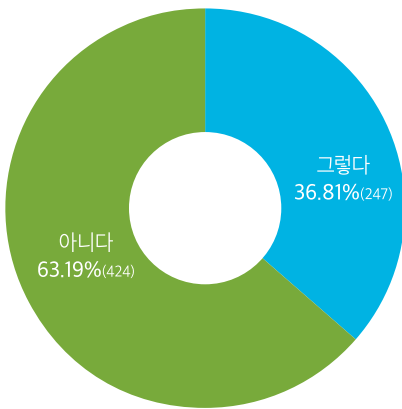
■ 코로나 이후 학교생활 중 가장 힘든 점

- 코로나가 장기화 되면서 등교 연기부터 불규칙 등교 등 불규칙한 학교생활 중 가장 힘든 점으로 감염병 예방 수칙 준수(37.30%), 친구관계(33.73%), 진로 탐색의 어려움(32.84%) 순으로 나타남
- 이는 감염병 예방을 위한 많은 수칙을 준수하면서 학교생활을 유지해야하는 피로감과 거리두기를 지키면서도 친밀한 친구 관계를 유지하고자 하는 스트레스가 컸을 것으로 여겨짐

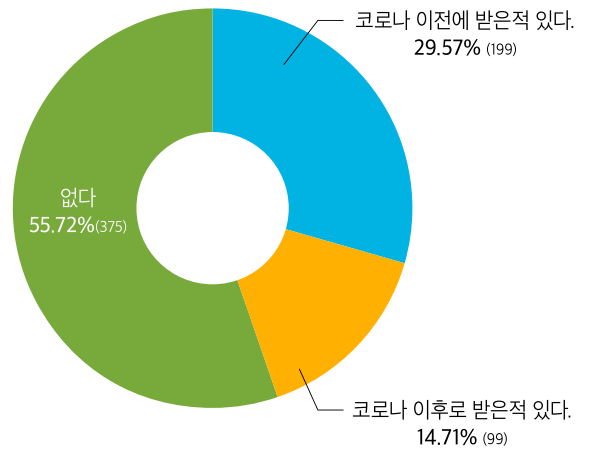


<그림 3. 코로나 이후 학교생활 중 가장 힘든 점>

■ 고위험 청소년의 심리적 어려움의 심화 및 심리상담 경험



<그림 4. 코로나 이후 심리적 어려움 심화>



<그림 5. 심리상담 경험>

- 청소년의 36.81%가 코로나 이후 심리적 어려움이 더 심해졌다고 응답, 심리상담에 대한 경험은 29.57%는 코로나 이전을, 14.71%는 코로나 이후 심리상담을 받은 적이 있다고 나타남
- 기존에 정신건강 문제를 가진 고위험 청소년의 정신건강(우울, 불안, 자살자해 등) 개입이 시급하며 비대면 심리상담에 대한 청소년의 접근성을 강화해야 할 필요 있음

03 대응방안

청소년들은 코로나라는 위기에 대한 무력감과 분노감을 학습하고, 대인관계 단절로 외로움, 고립감 깊이 체감.. 스트레스나 위기로부터 성장하는 회복 탄력성과 지체된 또래관계 회복을 위한 상담과 교육이 필요!!

■ 통제와 예측이 불가능한 위기에 대응하고 성장하는 회복 탄력성 강화

- 청소년은 2020년 비대면 사회 규칙에 적응하느라 긴장하고 불안했던 것에 비해, 코로나 1년 후 지금, 통제할 수 없고 불확실한 위기상황에서 불안과 무기력감 등 부정적 감정이 일상화 되어가고 있음. 특히 부정적 감정의 확산을 줄여줄 수 있는 긍정적 감정이 감소하고 있어 청소년 정신건강은 향후 더 심각해질 것으로 예상됨
- 이에 위기나 스트레스에 효율적으로 대응하는 회복 탄력성을 높이는 게 가장 시급함. 회복 탄력성은 통제와 예측이 불가능한 위기를 부정하기보다 성장의 기회로 삼는 의미부여나 긍정적 활동을 통해 강화됨
- 특히 취약한 집단으로 나타난 여자 청소년과 후기 청소년의 욕구에 맞는 세분화된 대응이 시급(e.g. 학업 및 진로 걱정, 취업 및 자립 지원 등)
- 한국청소년상담복지개발원은 올해 코로나로 인한 청소년의 스트레스 해소 및 심리적 트라우마 회복을 지원하는 '청소년 사회성 발달 및 스트레스 대처(회복 탄력성) 프로그램'을 개발하여 청소년이 위기를 통해 성장할 수 있도록 지원할 예정임
- 또한 코로나 청소년 스트레스 척도를 개발하여 청소년 스스로 자신의 정신건강을 체크하고, 나아가 부모, 상담자, 교사들이 효과적으로 지도할 수 있도록 지원할 계획임

■ 비대면 상황에서도 또래관계 회복을 통한 사회성 발달 프로그램 강화

- 본 조사에서 학교밖 청소년에 비해 재학청소년의 사회적 고립감이 더 높아 재학 청소년의 소외와 고립감에 대한 개입이 시급해 보임
- 학교폐쇄와 지역사회 경험 박탈, 특히 장기간의 또래, 교사와의 상호작용 및 관계 단절로 인해 청소년이 느끼는 소외, 고립감은 사회성 발달의 지체를 초래할 수 있음(이정희, 2021. 05. 04.)
- 특히 또래관계는 정신적 고통(distress)이나 방향을 완화해주는 청소년기 정신건강에 안정감을 제공하는(김현수, 2020) 대표적인 보호요인 이므로 단절로 인한 또래관계 결핍은 자아정체성 발달이나 사회성 발달에 큰 지장 초래, 지속적으로 문제 발생 가능성이 높음
- 비대면 시대, 관계의 온도를 높이고 또래와의 긍정적 경험을 바탕으로 청소년 각자의 스트레스 조절 능력을 키울 수 있도록 다양한 심리지원 콘텐츠 활성화 필요
- 한국청소년상담복지개발원은, 올해 전국의 청소년 및 또래상담자를 대상으로 또래고민상담 토크쇼 '또랜(LAN) 상담쇼'를 운영, 청소년의 다양한 고민을 청취하고 남들에게 쉽게 말하지 못하는 자신만의 심리적인 어려움에 대해 또래상담자와 상담을 통한 심리지원뿐만 아니라 긍정적 또래 경험을 확장할 수 있도록 지원할 예정임

■ 고위기 청소년 위한 맞춤형 심리지원 및 사회안전망 강화

- 학교 폐쇄로 그동안 정신건강 문제 징후가 보이는 청소년의 조기 발견과 개입에 중요한 역할을 했던 교사와의 접촉이 차단되어, 위기 청소년 발굴 및 대응에 사각지대 발생
- 또한, 코로나 이후 지역사회 내 청소년상담복지센터, 청소년수련시설 등 지역사회안전망 접근에 한계 발생
- 가정이외의 지역사회안전망은 고위기 청소년에게 중요한 보호요인으로 위기청소년 지원을 위한 청소년안전망 인프라의 재정비 필요
- 한국청소년상담복지개발원에서는 지난해 ‘청소년 불안·우울 상담개입 매뉴얼’과 비대면 상담 지원을 위한 ‘화상상담 매뉴얼’을 개발, 전국청소년상담복지센터 및 꿈드림을 대상으로 보급, 올해에는 청소년상담복지현장 전문가의 비대면 상담역량 강화를 위한 ‘화상상담 개입 프로그램’을 개발, 청소년 비대면 심리지원에 적극 대응하고 있음
- 또한 비대면 시대에 맞춰 청소년전화1388 뿐만 아니라 고위기 청소년에게 더 가까이 다가갈 수 있도록 ‘카카오톡 상담’, ‘문자상담’ 등 비대면 상담서비스의 채널을 다각화 하여 더욱 촘촘한 청소년 심리지원을 지속할 계획임



■ 또래고민상담 토크쇼 ‘또랜(LAN) 상담소’



■ 청소년상담1388 상담서비스

청소년의 다양한 고민을 해결할 수 있도록 심리상담 및 위기개입 솔루션까지 지원하는 청소년상담 전문채널

채팅상담실

전문상담원과 심리적 고민에 대해 1:1 실시간 채팅으로 평균30~40분 상담 진행



게시판 상담실

고민글 작성 후 24시간 이내에 비밀글로 상담 답변 제공



웹심리검사

대인관계, 진로, 성격/정서, 중독 관련 간략한 온라인 심리검사 제공



문자상담

고민 내용을 쓰고 수신자 번호 #00001388 입력 후 고민 전송



카카오톡 상담

카카오톡 채널 '청소년상담1388' 친구추가 후 카카오톡 상담



전화상담

유선전화: 1388만 누르세요!
휴대전화: 지역번호+1388



- 고정민. (2021.05.08.). 코로나19가 아동·청소년 정신건강에 미친 영향 제대로 파악돼야. 청년의사.
<https://www.docdocdoc.co.kr/news/articleView.html?idxno=2010439>
- 김은정. (2021.01.20.). 코로나 발생 1년, 국민들 감염병 무감각 지수 높아. 위키리크스 한국.
<https://www.wikileaks-kr.org/news/articleView.html?idxno=102368>
- 김현수. (2020). 코로나로 아이들이 잃은 것들. Denstory.
- 박선영. (2020). 포스트 코로나19 시대 청소년활동과 청소년정책의 과제. 한국청소년활동연구, 6(4), 173-194.
- 변경진. (2021.02.17). 1년의 교육공백 100년짜리 빛이 되다. 시사IN.
<https://www.sisain.co.kr/news/articleView.html?idxno=43908>
- 이은환. (2020). 코로나19 세대, 정신건강 안녕한가!. 경기연구원, 이슈&진단, 1-25.
- 이정희. (2021.05.04.). 코로나 학습결손보다 더 두려운 이것의 상실. 오마이뉴스.
http://star.ohmynews.com/NWS_Web/OhmyStar/at_pg.aspx?CNTN_CD=A0002740100&CMPT_CD=P0010&utm_source=naver&utm_medium=newsearch&utm_campaign=naver_news
- 정익중. (2020). 코로나19 전후 일상변화와 아동행복. 제 17차 아동복지포럼 자료집.
- 정익중, 이수진, & 강희주. (2020). 코로나 19 로 인한 아동일상 변화와 정서 상태. 한국아동복지학, 69(4), 59-90.
- 한국청소년상담복지개발원. (2020). 코로나19로 바뀐 일상-청소년, 보호자 체감도 조사 및 대응방안.
https://www.kyci.or.kr/fileup/issuepaper/IssuePaper_202002.pdf
- YTN탐사보고서 기록 (2021. 04. 27.) 교육재난 2부 : 학교의 재발견.
<https://www.ytn.co.kr/replay/view.php?idx=189&key=202104272111337567>
- Gruber, J., Prinstein, M. J., Clark, L. A., Rottenberg, J., Abramowitz, J. S., Albano, A. M., ... & Weinstock, L. M. (2020). Mental health and clinical psychological science in the time of COVID-19: Challenges, opportunities, and a call to action. *American Psychologist*.
- Kousky, C. (2016). Impacts of natural disasters on children. *The Future of Children*, 26(1), 73-92.
- Sewell, K. H., & Gaines, S. K. (1993). A developmental approach to childhood safety education. *Pediatric nursing*, 19(5), 464-466.
- Zhou, S.-J., Zhang, L.-G., Wang, L.-L., Guo, Z.-C., Wang, J.-Q., Chen, J.-C., Liu, M., Chen, X., & Chen, J.-X. (2020). Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 29(6), 749-758.