

자살시도 이후 신앙경험에 대한 해석현상학적 분석(IPA)

홍 세 나* 홍 경 화**

국문초록

본 연구는 자살 시도 후 기독교인의 신앙 체험과 그 의미를 탐구하였다. 다섯 명의 참여자를 대상으로 해석 현상학적 분석을 진행한 결과, 신앙 경험은 '기존 신앙에 대한 회의', '하나님과의 직접적이고 깊은 만남', '관계 속 양가적 경험', '생각과 대처방식의 변화', '다짐과 소명을 소유'라는 다섯 영역으로 정리되었다. 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 자살시도 이후의 신앙 경험은 언어로 온전히 담기 어려운 강렬한 체험으로, 그 자체가 존중되어야 함을 보여준다. 둘째, 신앙은 자살을 삶의 선택지에서 완전히 배제하도록 하는 힘으로 작용하였다. 셋째, '자살하면 지옥에 간다'는 담론은 일부에게 억제 요인으로 작동했으나 다른 이들에게는 죄책감과 낙인을 심화시켰기에, 목회와 상담에서 신중히 다루어야 한다. 넷째, 신앙 경험은 자살위기로 인해 무너진 현실을 넘어 삶 전체를 다시 바라보도록 이끄는 강력한 전환점이 되었다. 다섯째, 그러나 인간의 실존은 언제나 고정된 상태에 머무르지 않고, 상황과 감정의 흐름 속에서 다시 흔들릴 수 있다. 특히 자살 위기를 지나온 사람에게는 이러한 진폭이 더 크게 다가올 수 있기에, 신앙적 각성이 이루어진 이후에도 전문적인 상담과 치료의 지속적인 도움이 함께할 때 더욱 안정적이고 온전한 회복이 가능함을 시사한다.

주제어: 기독교 상담, 기독교 신앙 경험, 자살시도, 회복, 해석현상학적 분석(IPA)

* 솔트심리상담연구소 대표, 제1저자

** 햇빛트리니티신학대학원대학교 기독교상담심리학과 교수, 교신저자

I. 여는 글

매일 맞는 새로운 날에 실패의 위협과 타인의 공격이 들어있지만, 우리가 가장 진드리기 두려워하는 것은 자기 파괴의 위협이다...하지만 자살은 날마다 일어나고, 많은 사람이 친척이나 친구가 자살한 것을 경험했음을 우리는 안다(Shneidman, 2019: 21).

‘자살’이라는 단어는 위기감을 환기시키는 동시에 우리 일상에서 빈번하게 접할 수 있는 주제이다. 한국 정부는 2004년부터 자살 예방을 위한 기본계획을 수립하고 이를 시행해 왔으며, 국가 주요 과제에 ‘자살 예방 및 생명 존중 문화 확산’을 포함하였다. 이를 계기로 정부, 지방자치단체, 민간 기관 간 협력을 통해 다양한 자살 예방 사업이 적극적으로 추진되었으나, 이러한 노력에도 불구하고 2024년 기준 한국의 자살률은 인구 10만 명당 29.1명으로 OECD 국가 중 여전히 가장 높은 수준을 유지하고 있다(통계청, 2025).

자살은 특정 집단에 국한된 문제가 아니라, 기독교인의 삶에서도 경험될 수 있는 중요한 주제이다. ‘기독교인 자살’에 대한 공식적인 통계는 존재하지 않으나, 라이프 호프 기독교 자살예방센터(2022)는 우리나라 연간 자살자 수를 약 13,000명으로 추정하며, 전체 인구 중 기독교 비율인 20%를 적용하여 매년 약 2,600명의 기독교인이 자살할 것으로 추산하였다. 삶과 죽음에 대한 깊은 통찰을 추구하는 종교는 자살이라는 문제를 본질적으로 외면할 수 없다. 그럼에도 불구하고, 기독교에서는 자살을 생명의 주권자이신 하나님을 대적하는 최악 된 행위로 간주하면서, 자살이라는 주제는 논의 자체가 기피되는 경향이 있다. 이러한 경향은 교회 공동체가 자살을 개인의 신앙적 결함으로 해석하게 만들며, 자살 위협에 처한 기독교인들이 신앙 내에서 도움을 요청하기 어렵게 만드는 요인이 될 수 있다.

하지만, 자살 위기를 경험한다고 해서 그것이 반드시 자살로 이어지는 것은 아니다. 위기 상황에서도 삶을 지속하려는 선택을 하는 이들이 더 많으며, 이 과정에서 개인이 지닌 심리적 자원이나 신념 체계가 중요한 역할을 할 수 있다. 특히 기독교 신앙을 가진 자살 시도자들 가운데는, 위기 한가운데서 극적인 신앙 체험을 통해 하나님을 인격적으로 만났다고 고백하며, 그 경험이 생존의 결정적 계기가 되었다고 말하는 간증(testimony)들이 적지 않게 등장한다. ‘죽고 싶을 만큼 힘든 상황에 처했지만’, ‘극단적인 선택을 고민했지만’, ‘실제로 자살을 시도하려 특정 장소에 갔지만’과 같은 표현은,

신앙이 개인의 생존과 심리적 회복 과정에서 중요한 전환점을 형성할 가능성이 있음을 시사한다. 그러나 이러한 간증적 사례들은 체계적인 학문적 연구로 정리되지 않았으며, 자살 시도를 경험한 기독교인이 신앙을 통해 무엇을 경험하는지에 대한 학문적 논의는 여전히 체계화되지 않았고, 자살 시도를 경험한 기독교인이 신앙을 통해 무엇을 경험하는지, 그 경험이 삶에서 어떤 의미를 지니는지에 대한 학문적 논의는 여전히 부족하다.

본 연구는 자살시도를 경험한 기독교 성인을 대상으로, 그들이 자살시도 이후에도 삶을 이어가고 있는 데에 기독교 신앙이 어떤 방식으로 작용했는지를 살펴보고자 한다. 특히 자살시도 이후의 신앙 경험이 어떻게 해석되고, 어떤 의미로 내면화되었는지를 탐색함으로써, 자살 위기를 지나온 기독교인의 심층적 신앙 체험과 그 재구성 과정을 밝혀보고자 한다. 통상적으로 '자살 위험 과정'은 자살 사고의 발생에서부터 자살 충동, 자살행동까지 전 과정을 포함한다. 자살 이전에도 신앙적 배경이나 실천이 있었을 수 있으나, 본 연구는 자살시도라는 극단적인 위기를 통과한 이후의 신앙 경험 속에서 어떤 변화가 일어났는지를 보다 깊이 들여다보고자 한다. 특히 일부 신앙 간증에서 '죽고 싶었지만 하나님을 만나 삶을 버티게 되었다, 삶이 변하게 되었다.'는 식의 이야기들이 자주 등장하는 맥락을 볼 때, 이 시기의 신앙 경험이 단순한 회복을 넘어 삶을 바라보는 시각이나 의미 해석에 영향을 주었을 가능성이 엿보인다. 이에 본 연구는 자살시도를 반복하지 않게 된 이유나 삶의 방향 변화뿐 아니라, 그러한 경험을 통해 기독교 신앙이 개인에게 어떤 존재적·영적 의미를 갖게 되었는지를 심층적으로 살펴보고자 한다. 이러한 맥락에서 본 연구는 자살시도 이후 개인에게 기독교 신앙 경험이 어떤 의미로 다가오는지를 탐색하고자 하며, 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 자살시도 기독교인의 자살시도 이후 기독교 신앙 경험은 어떠한가?

둘째, 자살시도 기독교인의 기독교 신앙 경험이 갖는 의미는 어떠한가?

II. 펴는 글

1. 선행연구 검토

기독교 전통에서는 자살을 단순한 도덕적 일탈이나 개인의 선택으로만 보지 않고,

그것이 구원의 가능성과 어떤 관계를 맺는지를 두고 오랫동안 신학적 탐구가 이어져 왔다(이상원, 2009). 신원하(2012)는 자살과 구원의 관계에 대해 신학적으로 분석하였는데, 성경에 언급된 자살은 어떤 것도 우호적으로 표현되지 않았지만, 어떤 본문도 성경인물의 자살을 구원과 관련시켜서 취급하고 있지 않는다고 하였다. 자살이 구원받지 못하는 죄라는 통설은 중세 교회와 로마 가톨릭교회가 제정한 교회법과 교리에서 기원해서 오늘날까지 이어지고 있음을 언급하였다. 따라서 자살은 회개의 기회를 갖지 못한 죄로 간주되기도 하나, 구원은 회개 여부에 달린 것이 아니라 전적으로 하나님의 은혜에 근거한다는 점을 강조하였다.

삶과 죽음 주제에 대해서 기독교 신앙은 희망과 구원의 메시지를 강조하지만, 동시에 신앙적 갈등과 영적 고통을 수반할 수도 있다. 조광덕(2023)은 종교적 신념 중에서 '천국에 대한 믿음'은 자살 예방의 보호 요인으로 작용할 수 있지만, 반대로 '지옥에 대한 믿음'의 정도는 자살사고의 위험요인이 될 수 있음을 제시했다. 즉, 부적인 정서를 일으키는 믿음이 정신건강에 부정적인 영향을 미치며 자살사고까지 이어질 수 있다는 것인데, 기독교 신앙과 자살 위험 간의 관계는 단순한 인과로 환원되기 어려우며, 개별적인 신앙 경험과의 상호작용 속에서 정밀한 탐색이 요구된다고 보았다.

한편, 강은정과 이재희(2013)는 대학생들을 대상으로 기독교 신앙이 자살사고에 어떤 영향을 미치는지 분석하였다. 그 결과, 종교적 안녕과 실존적 안녕이 매개 변인으로 작용하여, 기독교 신앙을 가진 학생들이 비신앙인에 비해 자살사고가 더 낮게 나타났다. 이러한 결과는 종교적 안녕이 자살사고를 완화할 수 있는 보호적 요인으로 기능할 수 있음을 보여준다. 따라서 자살을 시도한 기독교인이 실제 삶에서 이러한 보호 요인을 어떻게 체감하고 경험하는지에 대한 보다 깊이 있는 연구가 필요하다. 정숙희(2013) 역시 기독 대학생들을 대상으로 우울과 자살사고 간의 관계를 살펴보면, 이 관계에서 영적 성숙이 조절 변수로 작용할 수 있음을 검증하였다. 연구 결과, 우울 수준이 높아질수록 자살사고도 증가하는 경향이 있었으나, 영적 성숙이 높을수록 우울과 자살사고 모두 낮아지는 경향이 나타났다. 이에 자살 사고를 낮추는데 영적 성숙이 어떤 방식으로 형성되고 경험되는지를 밝히는 후속 연구가 요구된다.

김미경(2015)은 노년기의 자살을 예방하기 위해 이야기치료를 중심으로 기독교 상담적 접근을 시도하였다. 이 연구는 노인이 자살생각을 극복하려면 죄책감과 분노가 수용과 감사로 바뀌는 정서적 전환이 필요하며, 이는 자신의 삶을 이야기로 풀어내고 새롭게 해석하는 과정에서 가능하다고 보았다. 또한 예배와 같은 신앙적 실천을 통해 개인의 삶과 하나님의 이야기가 맞닿을 때 삶의 의미가 재구성될 수 있음을 제안하였

다. 이 연구는 신앙적 내러티브가 정서적 회복과 삶의 재구성에 미치는 가능성을 보여주며, 자살시도 이후 신앙 경험이 개인의 내면에 어떤 변화를 일으키는지에 대한 관심을 불러일으킨다.

이명훈(2022)은 여섯 명의 기독교인 자살 유가족을 대상으로 애도 과정에서 나타나는 심리적 갈등을 분석하였다. 그는 '상실과 고통을 홀로 대면', '기독교인으로서의 신앙 갈등', '혼동 속에서 만난 하나님', '생(生)에 대한 새로운 범주'라는 네 단계의 갈등 경험을 제시했다. 이 연구가 유가족의 정서적·영적 경험을 조망하는 데 의미가 있다면, 이제는 자살을 시도한 기독교인 당사자가 신앙 안에서 겪는 내적 경험과 그 의미를 재해석하는 과정을 본격적으로 탐색할 필요가 있다.

Osafu, Asare-Doku & Akotia(2023)는 가나(Ghana)에서 자살시도를 경험한 생존자 10명을 대상으로, 회복 과정에서 종교가 어떤 방식으로 심리적 자원이 될 수 있는지를 탐색하였다. 이들의 연구에 따르면, 자살시도 이후의 회복 여정에서 개인이 가진 종교적 관습, 하나님과의 유대감, 종교 공동체에 참여는 정서적 안정과 회복을 돕는 핵심 요소로 작용했다. 연구자들은 이 같은 결과를 바탕으로, 정신건강 분야에서 자살 위험을 평가할 때 내담자가 종교나 종교의식을 가지고 있는지 충분히 고려해야 하며, 치료 과정에서도 종교적 활동에 대한 선호도와 참여 의지를 세심하게 파악하는 것이 중요하다고 강조하였다. 이러한 통찰은, 문화적 맥락이 다른 한국 사회에서 자살을 시도한 기독교인을 이해하는 데에도 시사점을 제공한다. 특히, 자살시도 이후 기독교 신앙이 이들에게 어떤 방식으로 경험되고 해석되는지에 대한 면밀한 조명이 이루어진다면, 한국적 정서와 신앙문화에 보다 적합한 이해의 틀이 마련될 수 있다. 더 나아가, 신앙을 위기 극복의 수단으로만 바라보는 것을 넘어, 자살시도 이후 삶 전반에 걸쳐 신앙이 어떻게 자리 잡았는지를 들여다봄으로써, 연구 참여자들이 그 신앙적 경험을 어떻게 받아들이고 자기 안에서 재해석해 나가는지를 이해하는 깊이 있는 접근이 요구된다.

Mason(2021)은 아홉 명의 미국 기독교인을 대상으로, 기독교 신앙 공동체 내에서 자살에 대한 낙인이 어떻게 작동하는지를 질적으로 탐색하였다. 연구자는 자살 낙인을 내적 낙인, 대인관계적 낙인, 그리고 신학적 낙인이라는 세 가지 범주로 구분하였으며, 이러한 자살에 대한 금기와 낙인이 자살 충동을 경험하는 이들이 외부에 도움을 요청하는 데 장애물이 될 수 있고, 그들을 더욱 고립시키는 경향이 있음을 밝혔다. 이 연구는 자살 낙인에 대한 경험과 그로 인한 심리적·사회적 영향을 조명했다는 점에서 의미가 있다. 다만, 연구 참여자가 자살을 실제로 시도한 당사자에 국한되지 않고, 자살

사고를 경험한 이들이나 유가족까지 포함되어 있다는 점과 신앙공동체 내의 경험에 초점이 맞추어졌다는 점에서, 자살 시도자의 내면적 신앙 경험과 그 의미 형성 과정에 대한 탐색은 여전히 필요하다.

최근 서미 외(2025)는 자살시도 청소년을 대상으로, 자살시도 이후 회복 과정의 모형을 도출하는 연구를 수행하였다. 이들은 자살사고와 자살행동을 중심 현상으로 제시하고, 그에 영향을 미치는 인과적 조건, 맥락적 조건, 중재적 조건을 분석하였다. 그 결과, 자살시도 이후 회복 과정은 총 4단계로 '자살시도 단계', '개인의 노력과 외적 변화의 단계', '회복의 단계', '성장의 단계'를 제시하였다. 이 연구는 자살시도 청소년의 회복 경험을 구조화하였다는 점에서 의의가 크지만, 각 단계가 신앙적 관점에서는 어떻게 인식되고 체험되는지에 대한 논의는 포함되지 않았다. 따라서 기독교 신앙을 가진 자살 시도자의 회복 경험이 이러한 과정 안에서 어떻게 해석되고 의미화되는지를 다루는 후속 연구가 요구된다.

2. 연구 방법

1) 해석현상학적 분석(IPA)

본 연구는 자살시도를 경험한 기독교인의 자살시도 이후 신앙 경험이 개인에게 어떤 의미로 구성되는지 탐색하는 데 목적이 있다. 이에 Smith의 해석 현상학적 분석(Interpretative Phenomenological Analysis, IPA)을 연구 방법론으로 채택하였다. 이는 연구 참여자들의 서사를 통해 개인이 기독교 신앙 경험과 해석이 고유하고 다양하다는 점에서, 단일한 본질보다 각자의 의미 구성 과정을 중점적으로 조망하려는 본 연구의 목적과 부합된다. 따라서 본 연구는 각자의 신앙 경험이 어떻게 해석되고 구성되는지를 섬세하게 조망할 수 있는 IPA의 접근을 통해, 그들의 고유한 의미 형성 과정을 따라가고자 하였다.

IPA는 연구 참여자의 체험을 있는 그대로 기술하는 것을 넘어서, 그 체험이 어떤 맥락에서 어떻게 해석되고, 개인에게 어떤 의미로 연결되는지를 탐색하는 접근이다(Smith et al., 2009; 이광석, 유상현, 이은하, 2023에서 재인용). 특히 본 연구는 자살이라는 극한의 위기를 지나온 사람들이 그 이후 기독교 신앙을 어떻게 경험하고, 그 경험을 어떻게 해석하고 의미화해 가는지를 중심으로 하기에, 참여자의 주관적 의미 구성 과정을 세심하게 따라가는 것이 필요했다. 본 연구자는 이 과정을 단지 '자료'로 다루기보다는, 각 참여자가 삶의 이야기(narrative) 안에서 신앙을 어떤 방식으로 의

미화해 가는지를 함께 듣고자 하는 마음으로 접근하였다.

기존의 현상학적 연구들, 예를 들어 Colaizzi나 Giorgi는 개별 경험을 종합하여 하나의 본질적 구조를 도출하는 데 중점을 둔다. 그러나 본 연구의 참여자들은 동일한 ‘자살시도 이후 기독교 신앙 경험’이라는 주제 아래에서도, 신앙에 부여하는 의미나 그 영향력에서 매우 다양한 양상을 드러냈다. 이러한 특성은 보편적 구조보다는 개인 고유의 해석과 서사에 중점을 두는 IPA와 잘 맞아떨어졌다. van Manen의 존재론적 현상학은 인간 경험의 깊이를 시적 언어로 조망하며, 삶의 본질을 탐색하는 데 강점을 지닌다. 그러나 그의 접근은 참여자의 언어를 비교적 압축하거나, 연구자의 해석 틀 안에서 정제해 기술하는 경향이 있으며, 종종 개별 이야기보다 그로부터 드러나는 실존적 구조에 초점을 둔다(이광석, 유상현, 이은하, 2024). 반면 본 연구는, 자살이라는 극한의 삶의 위기를 통과한 개인들이 자신의 언어로 들려준 고유한 기독교 신앙 경험의 서사와 의미 구성 과정을 가능한 한 손상 없이 따라가고자 하였다. 이러한 목적에는 연구자의 해석과 연구 참여자의 해석이 중첩되는 IPA의 이중의 해석적 활동이 보다 적절하다고 판단되었다. IPA는 체험의 복잡성과 모호함, 그리고 그 안에 담긴 진실성의 결을 섬세하게 드러내는 데에 유리한 틀을 제공한다.

2) 연구 참여자

본 연구에 참여한 연구 참여자들은 자살시도했던 경험이 있는 기독교 성인 총 6명이다. 이러한 인원의 선정은 연구 참여자의 적정 수 기준으로 3명~6명을 권장하는 Smith 외(2009)의 현상학 연구와 3명~10명을 권장하는 Dukes(1984)의 해석적 관점을 적용한 현상학 연구를 참고하였다. 연구 참여자의 배경정보는 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구참여자 배경정보

	성별	현재	자살시도		
		연령대	연령대	방법	이유
1	여	30대중반	20대후반	경부압박	연인 이별, 직장생활 어려움
2	여	20대중반	20대초반	연소형 일산화탄소중독	연인 갈등, 친구의 자살
3	남	20대후반	20대후반	고위험 환경 노출	가족 갈등, 정신건강(우울)
4	남	30대초반	20대후반	경부압박	학업 압박
5	남	20대후반	10대후반	자해성 관통 손상	부모 갈등, 가정경제 위기

연구 참여자들은 모두 자살시도 이후에도 기독교 신앙을 유지하고 있는 성인이며, 자신의 경험을 일정 수준 이상 언어화할 수 있으며, 정서적 안정성과 자기 성찰 능력을 갖춘 이들을 중심으로 의도적 표집(purposive sampling) 하였다. IPA는 심층적 탐구를 위해 소수의 참여자를 대상으로 하는 것을 원칙으로 하며, 본 연구 역시 한 사람의 경험 안에서 울리는 복합적 의미들을 면밀히 들여다보는 방식으로 진행되었다.

모집 기준은 만 19세 이상의 기독교인으로, 과거 자살 시도 경험이 있고, 그로부터 2년 이상 경과한 후, 스스로 자살 위기를 극복했다고 인식하는 자로 한정하였다. 선행 연구에 따르면, 자살 시도 후 재시도 위험은 일반적으로 첫 1년 이내가 가장 높으며, 첫 시도자의 약 20%가 12개월 이내에 두 번째 시도를 한다는 연구 결과가 보고된 바 있다(이명훈 외, 2020). 이러한 연구 결과를 바탕으로, 본 연구에서는 자살 시도를 하지 않은 기간을 최소 2년 이상으로 설정하였다. 이는 연구 참여자가 자신의 경험을 충분히 의미화하고 내러티브를 형성할 수 있도록 하기 위함이다.

자살 시도 경험에 대한 기억은 시간이 지남에 따라 그 생생함이 감소할 수 있기 때문에, 본 연구에서는 원래 '자살 시도 후 2년 이상 5년 이하'의 기간을 기준으로 참여자를 선별하는 방안을 고려하였다. 그러나 해당 기준이 참여자 모집을 과도하게 제한할 가능성이 있다고 판단하여, 최종적으로는 '자살 시도 후 2년 이상 10년 이하'의 자살 시도 경험을 가진 사람으로 범위를 완화하였다. 실제 참여자 중 한 명은 자살 시도 경험이 약 20년 이상 지난 것으로 확인되어, 연구 목적 및 분석의 적합성을 고려해 최종 분석 대상에서는 제외하였다. 본 연구의 심층 면담은 2024년 10월부터 11월까지 약 두 달 동안 집중적으로 수행되었다.

3) 자료수집

본 연구에서는 참여자들의 경험을 보다 깊이 있고 풍부하게 이해하기 위해 반구조화된 면담 질문지를 활용하였다. 질문지는 초기 초안을 바탕으로 질적연구 경험이 있는 박사과정 학생들 9명과 함께 논의하며 수정과 보완을 거쳤다. 이후 비전공자 2명을 대상으로 사전 면담을 실시하여 질문의 명확성과 이해 용이성을 점검하였으며, 이 과정을 통해 여러 차례 조정을 거쳐 최종 면담지를 완성하였다. 실제 면담에서 사용된 반구조화된 질문의 예시는 “자살시도 이후 예배를 드릴 때 어떤 경험을 하셨나요?”, “기도하는 과정에서 느낀 변화가 있다면 무엇이었나요?”, “하나님의 존재를 특별히 느꼈던 순간이 있으셨다면 말씀해 주시겠어요?” 등이다.

모든 면담은 연구자가 직접 대면으로 진행하였다. 면담 전에는 연구의 목적과 절차

에 대해 충분히 설명하였고, 참여자들의 자발적인 동의를 얻은 후 면담을 시작하였다. 각 면담은 약 60분에서 90분 정도 소요되었으며, 참여자의 상황에 따라 유연하게 조정되었다.

수집된 모든 자료는 연구 윤리를 준수하여 안전하게 보관하였다. 종이로 작성된 자료는 잠금장치가 있는 서랍에 보관하였고, 디지털 파일은 비밀번호가 설정된 보안 장치에 저장하여 접근을 제한하였다. 음성 녹음된 면담 자료는 연구자가 직접 전사하였으며, 이후 분석 과정에 사용되었다.

4) 자료 분석

본 연구는 Smith 외(2009)가 제시한 해석현상학적 분석(Interpretative Phenomenological Analysis, IPA) 절차를 따라, 연구참여자의 심층 면담 자료를 네 단계에 걸쳐 분석하였다.

첫 번째 단계는 원자료에 몰입하는 과정으로, 연구자는 인터뷰 녹음 파일을 직접 전사한 뒤, 텍스트를 여러 차례 반복해 읽으며 탐색적 노트를 작성하였다. 탐색적 노트에 설명적, 언어적, 개념적 노트로 나뉘어 주석을 달았다. 설명 노트는 참여자의 발화 속에서 드러나는 경험의 구체적인 내용을 중심으로 구성되었고, 언어 노트는 참여자가 사용하는 언어 표현, 비유, 반복 등을 분석하는 데 활용되었다. 개념 노트는 텍스트를 읽으며 떠오르는 연구자의 해석적 질문이나 통찰을 기록한 것으로, 이후 해석이 심화됨에 따라 이 질문들에 대한 연구자의 이해가 점차 구체화되었다.

두 번째 단계에서는 각 참여자의 발화를 바탕으로 핵심적인 의미를 요약한 '경험적 진술(empirical statement)'을 생성하였다. 이 과정에서 연구자는 참여자의 언어를 가능한 한 존중하며, 그들이 구성한 경험의 본질을 간결하게 포착하려 노력하였다. 하나의 발화에서 하나 이상의 진술이 도출되기도 하였으며, 이러한 진술은 참여자가 경험을 해석하는 방식에 대한 통찰을 제공하였다.

세 번째 단계는 경험적 진술 간의 의미 있는 연결을 찾고, 유사한 내용끼리 묶어 주제 클러스터를 형성하는 과정이다. 이때 연구자는 모든 진술 목록을 출력하여 개별 항목을 오려낸 뒤, 테이블 위에 무작위로 배치하여 직접적인 조작을 통해 주제 간의 유사성과 차이를 직관적으로 비교하고 재구성하였다. 이를 통해 각 참여자의 서사 안에서 경험적 진술들이 어떻게 관계 맺고 있는지를 입체적으로 조망할 수 있었다.

네 번째 단계에서는 각 참여자의 고유한 경험을 포괄하는 주제를 구성하였다. 주제 아래 포함된 진술에 번호를 부여하면서, 반복적으로 등장하는 핵심어와 핵심 문장을

중심으로 주제를 명명하였다. 이후 사례 간 분석을 통해, 참여자들 간에 공통적으로 나타나는 패턴과 개별적으로 독특한 차이점을 함께 조망하였다. 이러한 과정을 통해 참여자들이 공유하는 경험의 구조와 개인 고유의 해석 방식이 모두 드러날 수 있도록 분석하였다.

두 번째 단계 이후부터는 해석학적 상호작용의 원칙을 강화하고자 참여자와 추가 면담을 진행하였다. 이는 분석 과정에서 도출된 해석이 참여자의 실제 경험과 부합하는지를 점검하기 위함이었으며, 참여자와의 대화를 통해 해석을 보완하고 공동으로 의미를 구성하는 과정을 포함하였다.

마지막으로, 전체 분석 단계를 마친 뒤에는 글쓰기 작업을 통해 결과를 서술하였다. 이 과정에서는 참여자의 발화와 연구자의 해석이 구별되도록 유의하였으며, 인용과 해석의 경계를 명확히 하여 독자가 두 영역을 구분할 수 있도록 기술하였다.

5) 타당도 확보

본 연구는 분석의 신뢰성과 타당성을 높이기 위해 삼각검증(triangulation)과 참여자 검토(member checking)를 실시하였다. 먼저, 연구자가 도출한 주제와 의미를 참여자에게 제공하고, 해당 해석이 자신의 실제 경험과 부합하는지를 직접 확인받는 과정을 거쳤다. 이를 통해 연구자의 해석이 참여자의 내면적 체험을 충실히 반영하는지 점검하였으며, 필요한 경우 해석 내용을 조정하거나 보완하였다. 구체적인 타당도 확보 절차는 다음과 같다.

첫째, 연구 초기에 파일럿 인터뷰를 실시하여 면담 질문의 적절성과 명확성을 점검하였다. 이 과정에서는 교수 및 동료 연구자의 피드백을 반영하였으며, 질문이 연구 목적에 부합하는지를 함께 검토하였다. 수정된 질문지는 이후 본 면담에 사용되었다.

둘째, 분석의 신뢰도를 높이기 위해 여러 각도에서 자료를 확인하고 해석을 검토하는 과정을 거쳤다. 먼저, 자료 차원에서는 반복 면담과 파일럿 인터뷰를 포함해 다양한 맥락에서 이야기를 듣고, 그 내용을 교차해 살폈다. 연구자 자신도 분석 과정에서 특정한 해석에 갇히지 않도록 선이해 노트를 작성하며 스스로의 시각을 점검했다. 해석 방법에 있어서도 한 방향만 고수하지 않고, 참여자의 피드백을 반영해 해석을 다듬는 등 다양한 방식으로 자료를 다시 들여다보는 노력을 기울였다. 이런 여러 접근이 결과의 신뢰도를 높이는 데 도움이 되었다.

셋째, 경험적 진술이 도출된 이후에는 참여자 검토를 통해 해석의 타당성을 다시 한번 점검하였다. 분석된 개념과 의미가 참여자의 경험과 일치하는지를 피드백 받는 과

정을 통해 자료 분석의 신뢰도를 제고하였다.

넷째, 연구 윤리 측면에서도 충분한 설명과 보호조치를 마련하였다. 연구 주제와 목적, 연구의 필요성과 절차에 대해 참여자에게 상세히 설명하였으며, 개인정보 보호 및 비밀 보장에 대해서도 명확히 안내하였다. 아울러 참여에 대한 감사의 표시로 소정의 참여비를 제공하였다.

다섯째, 면담 질문 중 일부는 자살 위기 경험을 회상하게 할 수 있으므로, 참여자의 심리적·신체적 상태가 불안정하다고 판단될 경우 인터뷰를 유보하거나 중단할 수 있도록 하였다. 연구 시작 전, 참여자가 원할 경우 언제든지 연구 참여를 철회할 수 있으며, 면담이 끝난 이후나 중도 탈락한 경우에도 상담이 필요하다고 느끼는 참여자에게는 총 3회기의 상담 서비스를 제공할 수 있음을 사전에 고지하였다. 이러한 고지를 인터뷰 중간과 마무리 때에도 반복하여 제시하였다.

여섯째, 해석 과정에서 연구자의 선이해가 분석에 과도하게 개입되지 않도록 주의하였다. 연구자는 전 과정에서 선이해 노트를 별도로 작성하였으며 연구자의 기존 신념이나 전제가 분석에 미치는 영향을 의식적으로 점검하였다. 또한 해석이 참여자의 언어와 의미 구성에 기반할 수 있도록 자기 성찰(reflection)을 지속하였으며, 참여자의 진술을 반복적으로 읽으며 그 안에 담긴 의미를 온전히 이해하려는 노력을 기울였다.

3. 연구결과

본 연구는 자살 시도를 경험한 기독교인을 대상으로, 그들이 자살 시도 이후에 겪은 기독교 신앙 경험이 어떠한지와 그 경험이 지닌 의미를 깊이 있게 탐색하였다. 해석현상학적 분석 방법(IPA)을 적용하여 다섯 명의 연구참여자 인터뷰 자료를 분석한 결과 51개의 하위주제를 도출하고, 9개의 상위주제, 5개의 영역을 도출하였다.

5개의 영역은 '기존 신앙에 대한 회의', '하나님과의 직접적이고 깊은 만남', '관계 속 양가적 경험', '생각과 대처방식의 변화', '다짐과 소명을 소유'로 도출되었으며, 9개의 상위주제는 '기존의 신앙과 헌신에 대한 회의감과 무의미감', '하나님과의 독대적 만남', '언어로 담기 어려운 강렬한 기독교 신앙 경험', '자살시도 이후, 하나님과의 만남을 통한 체험적 고백', '관계적 돌봄으로 인한 회복 경험', '공동체 속 실망 경험', '신앙경험 이후 생각 변화', '신앙을 통한 대처방식의 변화', '자살위기과정 이후, 소유하게 다짐과 소명'으로 구성되었다. 이러한 결과는 자살 시도 이후 신앙 경험이 단순한 자살 위기 극복을 넘어, 삶의 의미와 정체성, 신앙관을 재구성하는 과정임을 보여

주며, 도출된 결과는 <표 2>에 제시하였다.

<표 2> 자살시도 기독교인의 자살시도 이후 기독교 신앙 경험에 대한 분석결과

영역	상위주제	하위주제
기존 신앙에 대한 회의	기존의 신앙과 헌신에 대한 회의감과 무의미감	<ul style="list-style-type: none"> • 자살충동 앞에서 교회에 헌신했던 경험이 무력함을 느낌 • 자살충동 앞에서 그동안 드렸던 예배와 섬김에 의문이 생김 • 신앙적 실천으로 해결되지 않았던 자살충동이 약물치료로 급격히 회복되면서 신앙에 대한 회의감을 느낌 • 기도와 몸부림에도 진전이 없었던 것에 대한 허무·분노를 느낌
하나님과의 직접적이고 깊은 만남	하나님과의 독대적 만남	<ul style="list-style-type: none"> • 신앙적 신념과 경험들이 사라지고 '하나님은 존재한다'는 고백만 남음 • 말이 아닌 온몸의 떨림이 곧 기도가 됨 • 고립하면서 '부스러기라도 붙잡는 심정'으로 기도를 시작함 • 하나님을 주권자로 인정하며 성과에 정체성을 뒀던 교만을 회개함 • 기도 중에 '너는 내 것이다'라는 말씀이 갑자기 가슴에 심어짐 • 말씀으로 하나님께 소속됨을 느끼고 눈물로 회개함
	언어로 담기 어려운 강렬한 신앙 경험	<ul style="list-style-type: none"> • 찬송 가사에 설명할 수 없는 벽찬 감정과 하나님의 만지심을 느낌 • 신앙경험은 너무나 강력하나, 언어로 설명하기 어려움
	자살시도 이후, 하나님과의 만남을 통한 체험적 고백	<ul style="list-style-type: none"> • 멘토의 전화로 자살시도를 멈췄고, 하나님이 막으신 것일지도 모른다고 생각함 • 간증문처럼 일기를 쓰며 나의 자살 충동 이유를 이해하고, 자살시도 순간에 하나님이 살려주셨음을 깨달음 • '보라 새 것이 되었도다'라는 말씀으로 자살시도를 반복했던 과거가 정리되고, 하나님이 나를 만지셨다고 느낌 • 기도 중 자살시도 장면이 떠올랐고, 그때 그 자리에서 예수님이 함께 울고 계심을 깨달아 위로·감사·죄송함을 동시에 느낌 • 삶 전체가 말씀으로 이해되며, 현재 생활이 자살하고 싶을 만큼 고되어도, 나의 삶은 하나님의 소유물로 살아가는 삶이라는 것 만으로도 완벽하다고 확신함 • 자살 위기과정을 기독교 신앙으로 일어서면서 오히려 하나님이 살아계심을 확실히 믿게 됨 • 하나님이 내 안에 계신다는 확신 속에서 자살충동이 급속히 회복되었고, 주변에서 '기적 같다'는 말을 들음

관계 속 양가적 경험	관계적 돌봄으로 인한 회복 경험	<ul style="list-style-type: none"> • 자살충동을 교회 친구에게 얘기했을 때, 기도 대신 함께 이야기를 들어준 것이 충동이 줄어드는데 도움이 됨 • 입원 대신 고모 집에서 예배·말씀·기도로 신앙 훈련을 받은 것이 자살시도를 줄이는데 도움이 됨 • 자살 시도 재발방지를 위한 고모의 신앙적 전담돌봄으로 하나님의 사랑을 알게 됨 • 나는 나를 소중히 여기지 않아서 자살시도를 했는데, 기독교 봉사단에서 사람들이 내게 소중한 사람이라고 해준 따뜻한 말을 하나님의 메시지로 느낌 • 자살 시도 이후 고립되어있을 때, 신학교 동기들이 불러내 함께 공부하고 밥을 먹으며 시간을 보내주어 마음이 열리고, 자살충동 완화에 큰 도움이 됨 • 신학교 동기들의 연약함을 드러낸 간증 속에서 진정성을 깨닫고, 자신이 성과에 정체성을 뒀서 자살충동이 일어났음을 이해하게 되면서, 이를 교만으로 여기고 회개함 • 신학교 교수님의 신학적 가르침과 개인적인 사역 경험을 나눠주셔서 자살 시도 이후 하나님에 대해서 알고자 했던 것이 충족됨 • 자살하고 싶었던 이유가 된 가정은 여전히 불행하지만, 교회는 즐거운 곳이어서 깊은 나눔이 없어도 교회를 가면 즐거움을 느낌
	공동체 속 실망 경험	<ul style="list-style-type: none"> • ‘자살하면 지옥 간다’는 말은 자살시도를 멈추게도 했지만, 더 고통스럽게 만들기도 함 • 자살충동과 우울을 ‘영적 전쟁’으로만 보는 시선 속에서 괴로움과 좌절감을 느낌 • 교회와 목회자들의 자살충동에 대한 무지와 자살사건 은폐를 보며 무력감과 실망을 느낌 • 자살 시도 이후 교회로 돌아가려 했지만, 섬기지 않으면 소속되기 어려운 교회 구조가 부담이 됨 • 또래가 자살사고가 있지만, 믿음으로 이겨내보겠다고 약물처리를 거부하는 모습을 보면서 기독교 문화의 문제를 느낌
생각과 대처 방식의 변화	신앙적인 대처 방식으로 변화	<ul style="list-style-type: none"> • 힘들 때 자살시도로 대처하지 않고, 기도와 말씀으로 풀어감 • 자살 시도 이후, 하나님에 대해 지식적으로 알고 싶고, 하나님을 증명하고 싶은 마음이 더 커짐 • 자살 시도 이후에도 남아있던 통제할 수 없는 불안을 벗어나기 위해 기도에 매달림 • 하나님께 소속되었다는 것을 알고, 힘들어도 자살시도로 대처하지 않고 기도로 의지하게 됨 • 기도 중 말씀이 마음에 심어져서 자유로움과 활기분함, 목적 의식이 생겼고, 이전과 달리 편안해짐

생각과 대처 방식의 변화	신앙적인 대처 방식으로 변화	<ul style="list-style-type: none"> • 이전부터 열심히 암송했던 성경말씀과 성경 지식이 자살시도 이후 삶을 지탱하는 데 효과적이었음 • 요구 중심의 기도에서 하나님의 주권에 맡기는 기도로 변화됨 • 자살시도 후 기독교 신앙 경험이 하나님을 순수하게 사랑했던 '추억'으로 남았으며, 지금도 신앙이 해이해졌을 때 그때를 떠올리면서 회개하게 됨 • 자살충동의 촉발요인인 가정불화는 여전했지만, '나는 하나님 것'이라는 확신으로 감사 기도를 반복함 • 두려움이 아니라, 하나님께 속했다는 확신 속에서 자살이라는 선택지가 지워짐 • 자살하고 싶을 만큼 마음이 어려울 때마다 '나에게 붙잡을 것이 있다'는 확신을 가지게 되었고, 말씀을 읽고 견디며 '나는 이걸로 버틴다'는 개념이 마음 안에 새겨짐
다짐과 소명을 소유	자살위기과정 이후, 소유하게 된 다짐과 소명	<ul style="list-style-type: none"> • 자살위기를 회복하는 과정에서 하나님과 대화하듯이 매일 기도를 했고, 삶을 하나님께 드리겠다고 다짐함 • 자살위기 회복 이후 건강한 신앙 선배와 교회의 필요성을 느끼며, 자신이 그런 존재가 되어야겠다고 소명을 품고 교회 회복의 비전을 가짐 • 자살하려는 군대 선임이 기도 부탁하는 것을 통해, 자살위기가 있던 자신이 다른 이들의 자살예방 조력자가 될 수 있음을 깨닫게 됨

1) 기존 신앙에 대한 회의

(1) 기존의 신앙과 헌신에 대한 회의감과 무의미감

참여자들은 자살 충동 앞에서 그동안 자신이 쌓아온 신앙적 실천과 헌신이 무력하다고 느꼈다. 예배와 봉사, 기도와 같은 신앙 활동들이 자살위기 상황에서는 어떠한 힘도 발휘하지 못한다는 자각을 하였다. 이로 인해 깊은 허무감과 충격을 경험하였고, 기도와 몸부림에도 변화가 없자 좌절감을 느꼈다. 또한 약물치료를 통해 자살 충동이 빠르게 완화되자, 기존의 교회나 기독교 선교단체에서 자살충동을 신앙으로 극복하라는 말에 회의감을 품게 되었다. 참여자들은 과거의 신앙적 열심과 현재의 위기 사이에서 깊은 간극을 경험하며 혼란을 겪었다. 반면 이러한 회의감의 밑바탕에는 참여자들이 신앙적 활동이 자신들을 자살 위기에서 보호해주고 자살 위기를 이겨낼 수 있는 힘이 될 것이라 기대가 있었을 것으로 보여진다.

모태신앙으로서 23년 동안 예배를 드리고 교회를 빠짐없이 나갔는

데, 중간에 방황할 때도 있었지만 제가 이런[자살] 생각을 가질 때 하나도 영향력이 없었다라는 게 저한테 충격이었어요. 돌아봤을 때 이때까지 드렸던 수많은 예배, 수많은 교회 생활, 어쩌면 정말 열정적으로 회장도 하고 찬양팀도 했던 수많은 수련회의 경험들이 지금 내가 현재 이렇게 힘들었을 때 그 어떤 영향력도 끼칠 수 없구나 어떤 힘도 없구나라는 게 저한테 너무 충격이면서 ... (참여자 2)

병원 약을 먹고 저는 확 괜찮아졌거든요. 약을 먹고 나서는 한 번도 자살시도를 안하게 되니까 전 솔직히 뭐라 해야 되나?! 저는 그것 때문에 신앙에 회의감이 온 사람이거든요. 오히려 ... 저는 그러니까 어떤 느낌이 들었냐면 [약 먹고 확 괜찮아지니까] '내가 여태까지 기도하고 이랬던 게 뭐지?' 전 이런 생각이 좀 많이 들었거든요. (참여자 3)

2) 하나님과의 직접적이고 깊은 만남

(1) 하나님과의 독대적 만남

참여자들은 고립된 상황 속에서 '부스러기라도 붙잡는 심정'으로 기도를 시작하였고, 그 과정에서 하나님과 일대일로 대면하는 듯한 체험을 경험하였다. 이전에 가졌던 신앙적 확신과 체험이 모두 사라졌음에도 불구하고, 최소한의 고백인 '하나님은 존재하신다'는 인식만이 남았다. 그러나 이러한 단순해 보일 수 있는 기도가 오히려 하나님과의 깊은 만남으로 이어졌다. 기도 중 온몸이 떨리는 현상을 경험하거나, 하나님께 기도하면 할수록 무언가를 찾는 깊은 갈망함을 느낀 것으로 보인다. 이는 신앙의 틀 무너진 자리에서도 하나님과 직접적으로 연결될 수 있다는 가능성을 보여주며, 하나님과의 만남은 형식과 전통에 얽매이지 않음이 시사된다.

하나님이 존재하는 건 알고 있었지만 '하나님은 존재한다' 외에 나머지 기독교와 관련된 모든 것들 있잖아요. 예배라는 틀, 그 다음에 기도라는 형식, 그리고 공동체라는 사람들, 그리고 사람들과 이루어지는 교제 이런 것들이 다 없어졌어요. 그냥 이렇게 제 마음속에, 생각 속에 그래서 정말 '하나님은 존재한다' 그런 문장에, 이렇게 아래에 있는 요소들이 다 없는 것들이 되면서, 어떻게 보면, 지금 생각해 보

면, 하나님과 저와의 그냥 독대 같은 느낌이 많이 들었던 것 같고
... (참여자 1)

[자살시도 이후] 기도 경험은 오히려 더 하게 된 것 같아요. 왜냐하면 부스라기도 붙잡는 심정으로 약간 뭔가를 붙잡아야 되잖아요. 그래서 좀 더 그때 혼자서 고립되고 혼자 좀 우울했을 때 이제 그냥 혼자 있으면서 생각도 더 많이 하고 하나님한테 얘기를 더 많이 하게 되는 그런 시기였던 것 같아요. ... [기도하면서] 약간 체험보다 뭔가를 찾는 느낌이었어요. ... 그냥 상황이 이런 거, 이런 거에서 이제 꺼내달라라는 그런, 그런 느낌이 더 컸던 것 같아요. (참여자 4)

(2) 언어로 담기 어려운 강렬한 신앙 경험

참여자들은 찬송과 말씀 속에서 설명하기 힘든 벅찬 감정과 평화를 경험했다. 이들이 표현하는 하나님의 만지심은 참여자들에게 강력한 체험으로 남았다. 그 강렬한 체험은 인간의 언어로 완전히 설명하기 어려운 차원에 속해 있었다. 참여자들은 분명히 하나님을 만났다고 고백했지만, 그것을 구체적 언어로 표현하는 데는 한계를 느꼈다. 이는 단순한 감정의 변화가 아니라, 언어로 표현할 수 없는 깊은 차원에서 존재를 흔드는 경험이었음을 시사한다.

눈물이 멈추지 않았고 너무 좋았고 그래서 제 영혼이 반응을 했던 것 같아요. ... 제 마음이 진짜 하늘에 봉 뜬 것 같고 그냥 하늘을 날아다니는 것 같고 너무 그냥 천국이 이런 거구나 라고 생각이 들 정도로 너무 평화롭고 너무 기쁘고 너무 행복하고 너무 너무 그랬어요. ... 그냥 뭔가 표현하기가 좀 어려운데 그냥 제 안에 계속 말씀을 읽고 싶은 생각이 너무 많이 들었고 ... (참여자 2)

아무 말도 할 수 없이 그냥 몸으로 제 마음과 하나님에게 전달하고 싶은 메시지를 전달하고 있는 저의 모습이었던 것 같아요. 아 근데 이게 말로 설명이 잘 안되요. 어떤 단어를 붙여도 그때 그 느낌이 표현이 다 안돼요. (참여자 1)

하나님을 경험한 첫 간증으로서 [이 이야기] 정리가 안 되거든요. 아직도. 왜냐하면 제가 그때 말씀을 뒤져서 나온 말씀도 아니고, 누가 와서 저한테 말해 음성을 들은 것도 아니고, 그냥 기독교인들끼리만 이해할 수 있는, 갑자기 내 마음에 그 말씀이 왔어, 나도 몰라라고 밖에 말할 수 없는 경험이잖아요. 사실은 근데 부정할 수 없는, 너무 명확하게 가슴 가운데 있었고, 그 말씀을 기도하면서 곱씹었을 때 정말 처절하게 다 내려놓으면서 울며 기도했던 경험이 있기 때문에 부정할 수가 없잖아요. 이걸 뭔가 사람들이 이해시킬 수 있는 이야기로 만들어서 전달하는 게 너무 어려운 거예요. 근데 이 경험을 통해서 극복한 경험은 있잖아요. 그게 너무 또렷하게 있기 때문에... 두루뭉실하게 표현할 수밖에 없는 게 좀 있는 것 같아요. (참여자5)

(3) 자살시도 이후, 하나님과의 만남을 통한 체험적 고백

참여자들은 자살위기사황 자체에 하나님이 직접 개입하시고, 자살시도 현장에 함께 계셨다고 해석되는 체험을 보고하였다. 하나님이 자신을 붙들어서 자살시도가 중단되었고, 자살시도 상황에서 하나님이 자신을 살리셨음을 자각하기도 했다. 또한 자살시도 이후 하나님과의 만남을 통해서 자신의 삶에 기적같은 변화를 경험하기도 하고, 기도 중에는 과거 자살시도 장면이 다시 떠올랐으나, 그 자리에서 예수님이 함께 울고 계심을 체험하며 위로와 감사를 동시에 느꼈다고 진술하였다. 이러한 체험적 고백은 참여자들이 단순하게 자살위기 탈출이 아니라, 생명을 다시 부여받았다는 재해석을 가능하게 하여 자신만의 신앙을 근본적으로 재구성하게 만드는 계기가 된 것으로 보인다.

그때 제가 제 나름대로 일기처럼 간증문을 써둔 게 있었는데 그것들을 쓰는 작업에서 제가 굉장히 나의 자살 충동에 대해서 이해가 됐던 것 같아요. 간증 일기를 쓰는데 파노라마처럼 장면이 지나갔고, 그동안 안보였던 하나님의 프레임이 보였어요. '하나님 프레임' 안에서 파노라마 장면이 지나갔어요. 정말 많이 울었던 것 같아요. 그러면서 충동이 일어나도 시도까지는 잘 하지 않게 됐던 것 같고 ... 딱 하나님은 존재한다라는 것만 생각할 수 있는 그 순간을 제가 기억하고 있는데 저는 자살 위기 과정을 겪으면서 오히려 하나님의 존재

하나님이 살아계신다라는 거에 대해서 확신을 얻게 된 것 같아요.
(참여자 1)

그 이후에 제가 기도하면서 이제 느꼈던 게 내가 그렇게 내 목숨을 끊으려고 하는 그 방에 내가 그렇게 행동[자살시도]하는 그 순간에 예수님이 그곳에 같이 계시셨구나, 울고 계셨구나, 그냥 보고 계셨구나 이거를 제가 약간 기도하면서 느끼고 봤어요. 그 장면을 그래서 엄청 올렸던 기억이 나요. 그냥 그 자리에 계셨고, 그걸 계속 보고 계셨고, 계속 함께 아파하고 계셨구나. 왜냐면 나는 그때 혼자인 줄 알았는데 예수님이 그 자리[자살시도 했던 곳]에 있으셨구나. 이런 게 너무 죄송하고 너무 감사하고 너무 위로가 되더라고요. 그것 자체가 그래서 그게 좀 기억에 남는 것 같아요. (참여자 2)

굳이 짚자면 그때도 뭔가 내가 확신을 가진 게 나 이제 하나님 거니까 나 세상적으로 성공할 거고 나 능력 있고 나 학교에서 인기가 많아지고 이런 게 아니잖아요. 그냥 하나님 소유물이 됐기 때문에 내가 지금 하는 모든 것들이 그의 영광을 돌린다면 굳이 표현하자면 그 영광을 돌린다면 오케이! 너무 행복하고 목적 의식으로서 완벽하다 충족됐다! (참여자 5)

3) 관계적 경험

(1) 관계적 돌봄으로 인한 회복 경험

참여자들은 가까운 이들의 돌봄을 통해 자살 충동이 약화되는 경험을 했다. 친구가 기도 대신 내 얘기를 들어주었던 대화, 고모가 제공한 신앙적 전담 돌봄, 봉사단의 따뜻한 격려, 신학교 동기들의 일상적 동행은 모두 회복의 중요한 자원으로 작용하였다. 이러한 경험은 일대일의 밀착된 돌봄과 공동체적 유대가 자살 위기 완화에 큰 힘이 되었음을 보여준다. 참여자들이 자살시도 이후 맞이하는 일상은 너무나 외롭고, 일상의 구조가 크게 무너져 있는 상태였기 때문에, 누군가가 곁에서 함께 일상을 살아가는 경험이 더욱 절실하게 다가왔다. 이와 같은 동행은 전문적인 영적 조언이나 교리적 가르침이 아니더라도, 단순히 함께 시간을 보내고 밥을 먹고 공부하는 행위 자체가 회복의 힘으로 작동하였다. 결국 이러한 관계적 돌봄은 위기를 통과하는 과정에서 일상 회

복의 발판이 되었음을 보여준다.

그 분[집안일 도우미로 온 권사님]이 저한테 그런 말을 해줬었어요. 제 이름[참여자 이름]을 부르면서 “제가 청소를 할 때 곳곳에 기도를 했어요. 당신을 위해서 기도에 씨를 뿌리듯이 기도를 했어요.” 이 얘기를 했는데 제가 그때 굉장히 그 말이 거부가 되지 않으면서 굉장히 안심이 되는 거예요. 내가 집에서도 죽을 수 있을 거라는 생각을 하고 있었는데 내 집의 곳곳에 누군가가 나를 위해서 하나님께 기도하는 기도의 씨앗을 뿌렸다. 그게 너무 저에게 보호받는 느낌 안심되는 느낌을 줬고 ... 그 한마디가 제가 굉장히 충격이 됐던 것 같아요. (참여자 1)

그때 이후로 고모 집을 가서 매일매일 이제 찬양 부르고 그 찬양 밑에 있는 말씀 구절 펴서 말씀 읽고 또 말씀 읽으면서 마음에 담기는 단어나 마음에 담기는 구절 외당는 거 궁금한 거 이런 것들 이제 고모랑 나누면서, 그다음에 이제 고모가 인도해 주는 대로 기도하고 이렇게 가정 예배를 하루에 한 번씩 계속 드렸었는데 그때 이제 말씀을 읽으면서 하나님이 이런 마음이지구나, 하나님이 이런 분이시구나 하면서 정말 빠른 시일 내에 일주일 안에는 바로 제 마음이 정말 많이 괜찮아지고 그렇게 하나님을 만나서 그때 그랬었던 것 같아요. (참여자 2)

약간 어두운 곳에서 끌어낸 게 자체가 그 동기들이었어요...동기들이 이제 막 일부러 불러내가지고 같이 공부하자 약간 이런 부분에서 좀 많이 열리게 됐어요. 자살시도나 우울증이 사라지는 데 도움이 많이 됐던 것 같아요....이제 같이 뭔가를 하는 거, 같이 공부를 하는 부분에 있어서, 왜냐하면 솔직히 가고 싶지도 않고 굳이 내가 왜 가야 되나 약간 이런 생각을 했었는데 그래도 애들이 와서 같이 공부하자, 그래도 중간고사 기말고사 같이 공부하면 조금 더 성적이 나아지지 않겠느냐라고 얘기를 해서 그냥 어저지로 가진 했는데 그런 부분에서 조금씩 그냥 마음이 열리는 게 됐던 것 같아요. (참여자 4)

(2) 공동체 속 실망 경험

교회나 선교단체 등 기독교 공동체는 자살위기를 겪고 있는 참여자에게 실망을 안겨주거나 분노를 느끼게 하는 장이 되기도 했다. ‘자살하면 지옥간다’, ‘자살 충동을 느끼는 것은 영적 전쟁이다’, ‘자살충동을 느끼면 믿음이 없는 사람이다’라는 설교와 담론, 교회 내에서 자살 사건을 은폐하는 것으로 대처한 영적지도자의 모습, 자살시도 이후 교회에 출석하고 싶지만 섬기지 않으면 소속되기 어려운 교회 구조, 자살충동을 느끼는 사람에게 진심을 쏟는 보호보다는 권면 중심적이거나 관계 중심적인 교회 문화 등은 참여자들에게 죄책감과 좌절을 심화시켰다. 공동체는 때로 위기의 버팀목이 되었지만, 동시에 새로운 상처의 원인이 될 수 있음을 보여준다.

[특히 기독교는] 맨날 영적 전쟁 이런 소리 쓸데없는 소리 하고 있잖아요. [자살충동이 일어날 때] 저는 맨날 영적 전쟁이라 생각하고 괴로워했거든요. (참여자 3)

내가 아픈 거[자살충동 느끼는 것]랑 그런 기독교적인 거랑 내 아픈 거에 기독교적인 걸 대입하면 늘 죄책감에다가 나는 신앙 없는 사람 믿음 없는 사람 나는 하나님을 제대로 믿지 않고 있기 때문에 이런 거다라는 그런 두려움이랑 죄책감들이 생겼었어요. (참여자 3)

[자살 시도했던 기간에도] 교회는 계속 다녔었어요. 근데 교회가 그냥 완전 관계 중심적인, 예고 안에 있는 교회였어가지고 교회가 제 역할은 하지 못했었던 것 같아요. ... [자살시도 이후 영적 갈망이 있었지만 교회 안에서는] 아무도 내가 말씀에 대해서 궁금할 때 얘기해 줄 수 있는 사람이 없고 날 사랑해 주는 목자가 없고 나를 바른 길로 인도해 줄 사람이 없구나 하나님을 알려주는 하나님이 소유한 복음을 소유한 교회가 없구나라는 생각이 들었어요. (참여자 2)

4) 생각과 대처방식의 변화

(1) 신앙경험 이후 생각 변화

참여자들은 자살시도 이후 자신의 가치와 신앙적 태도, 세계관에서 커다란 변화를

경험하였다. 성과 중심적 가치관을 내려놓고, 자신의 가치는 하나님께로부터 주어진다
는 확신을 얻었다. 또한 극적인 신앙 체험만으로는 회복이 완전하지 않으며, 신앙과
전문적 치료가 함께 가야 한다는 자각에 이르렀다. 이러한 변화는 위기를 통해 신앙적
자각이 성숙해졌음을 보여주며, 단순한 위기 극복을 넘어 신앙 정체성의 재편으로 이
어졌다.

전혀 전혀! 하나님은 전혀! 교회에서 말한 것처럼 [자살충동이 일어
날 때] 약 먹으면 안 돼, 기도를 이겨내야 돼!![라고 하는] 그런 분은
아니라는 거죠. 하나님의 그 원칙이 있는 거예요. 그래서 병원이라는
곳이 있으니까 거기 가도 된다 이렇게 이런 걸 넘어서 그러니까 그
런 것보다도 ... [기술 발전한 것, 약물 개발 등의] 혜택을 누리면서
살아가는 것이 세상에 살아가는 원칙이라고 생각하거든요. 기독교는
세상과 거리를 두는게 아니라. ... 진짜 내가 구분된다는 말은 그건
것 같아요. 막 세상에서 하는 행동을 안 하는 게 아니라 세상이 하
지 못하는 것들을 하는 거라고 난 생각하거든요. 구분된다는 게 그
러니까 세상이 하는 걸 안 하는 게 아니라 세상이 못하는 걸 하는
게 구분된다는 거라고 생각해요. (참여자 3)

저는 약간 후회되는 게 내가 그때 입원 치료받았으면 어땠을까라는
생각을 하거든요. 그래서 그 치료 두 개가 균형을 이뤄야 된다는
생각이 들어요. 신앙적이고 극적인 것도 정말 은혜고 정말 좋지만
진짜 상담도 받을 수 있으면 받아보고 약도 먹을 수 있으면 먹고 그
냥 그런 나의 상태와 내 지금의 현 주소를 인정하고 그거를 할 수
있는 치료는 받는 거 중요한 것 같다고 생각했어요. (참여자 2)

약간 어떻게 보면 신앙적으로 봤을 때 나의 정체성이 하나님이나 예
수님이 아닌 이제 세상이 주로 말하는 그 성공 또는 지식 아니면 나
의 성과에 더 얽매어 있었던 그런 상황인 것 같아요. 그래서 더 사
라지고 싶었던 것 같아요. 그 교만으로 자살하고 싶었다는 생각을
했어요. (참여자 4)

(2) 신앙적인 대처방식으로 변화

참여자들은 어려움이 닦쳤을 때 자살 대신 기도와 말씀으로 대응하게 되었다. 약물 치료를 거부하는 것이 신앙이 아님을 깨달았고, 기도 역시 요구 중심에서 하나님의 주권에 맡기는 방식으로 변화하였다. 무엇보다 자살 위기 속에서 경험한 신앙 체험은 너무도 강렬하고 정서적 전환이 분명하여, '죽음'이라는 선택지가 삶의 목록에서 자연스럽게 사라지는 결과를 낳았다. 다시 말해, 자살은 더 이상 고통을 풀어내는 방법으로 고려되지 않았고, 신앙적 대처가 유일하고 확실한 길로 자리잡았다.

그 불안감, 왜냐하면 그 불안감에 이제 외적인 요소가 있으면 그 요소를 차단하면 불안감이 사라지잖아요. 그 불안감이 어떻게 해도 사라지지 않으니깐 이거에서 벗어나고 싶은 마음이었던 것 같아요. 그러니까 내가 컨트롤할 수 없는 그런 상황이기 때문에 이제 더 기도를 했던 것 같아요. (참여자 4)

그냥 힘들긴 엄청 힘들고 그런 생각들이 습관적으로 계속 들고 힘들면 그냥 나 죽고 싶다 이런 생각들이 계속 드니까 근데 이제 그런 생각들이 얼마나 잘못된 건지 알고 또 그런 생각을 하지 않게끔 하나님이 나를 어떻게 살리셨고, 또 어떻게 나를 사랑하시는지를 알고 있으니까 이거를 푸는 방법이 바뀌었던 것 같아요. [이전에는] 심리적으로 힘들었던 걸 푸는 게 그냥 이 힘들에서 벗어나는 게 죽음이다 이런 생각들로 좀 공격성을 그렇게. 공격성도 그렇고, 벗어나는 것도 그렇고. 방법 자체가 이제 죽음이라는 생각, 삶을 그만하는 거 이렇게 이제 생각이 그렇게밖에 안 됐었는데, 이제는 힘들면 기도하면 되지, 힘들면 말씀 읽으면 되지, 하나님이 어떤 분이신지 알면 되지 이런 게 아예 길이 잡혀졌으니까 경험을 했으니까 그렇게 풀었던 것 같아요. (참여자 2)

자살시도를 두려워서 못한다기보다 그냥 생각이 많이 안 난 것도 있고, 상황에 대해서도 뭔가 조금 더 기도에 의지하게 되는 거지 이쪽 [자살시도]을 그냥 생각 별로 안 하게 된 것 같아요. 선택지가 지워진 느낌이 좀 있어요. (참여자 5)

너무 힘들면 성경 자꾸 보게 되더라고요. ... [자살시도 이후 하나님 만난 경험 이후] 내가 붙잡을 게 있다라는 느낌. 뭔가 '나는 힘들 때 말씀을 읽는다.' 그 경험을 바탕으로 해서 이거에 대한 목적성을 갖는, '그래 이걸 견뎌낸다. 왜냐하면 난 하나님 것'. 그때 되게 막연한 신앙이어서 영광 돌린다는 게 되게 어려운 표현인데, 어떻게든 [하나님께] 영광이 돌려진다면 '그래 오케이, 나는 이거 견딜게!'가 됐어요. (참여자 5)

5) 영적 갈망과 소명

(1) 자살위기과정 이후, 소유하게 된 다짐과 소명

일부 참여자들은 자살 위기를 통과한 이후 삶을 하나님께 드리겠다는 결단을 내리게 되었다. 이 과정에서 신앙적으로 도움을 받았던 경험과 동시에 공동체 안에서 느낀 결핍을 함께 성찰하면서, 비슷한 어려움에 처한 이들을 돌보아야 한다는 책임감을 품게 되었다. 하나님께 속한 존재라는 정체성을 바탕으로 살아가던 중, 실제로 또 다른 자살 위기자를 신앙적으로 돕는 상황을 맞이하면서, 그들의 소명은 개인적 결단을 넘어 타인의 생명을 지키는 조력자의 역할로 확장되었다. 이러한 변화는 단순한 자기 회복에 머무르지 않고, 자살 위기를 새로운 정체성과 사명을 형성하는 전환점으로 만들어냈음을 보여준다.

근무하는 모든선임들이 제가 크리스천인 걸 알았어요. 제 바로 위에 있던 선임은 너무 힘들어서 자살을 고민하고 있었거든요. 그 선임이 저한테 와서 근무 중에 '너 교회 다니지 않냐' 뒤에, 이렇게 같이 이렇게 점검하는 것 때문에 같이 걸어가는 데 툭툭 쳐가지고 '너 교회 다니지 않아' 그러니까 '그렇다.'라고 제가 말했더니, 그 선임이 나를 위해 기도해 달라고, 자기 너무 힘들다고 그래서 뭔가 그때 저는 이런 사람들 주변에 있구나 하고 그때 뭔가 좀 뭐랄까 그냥 내가 이런 모습을 보임을 통해서 기도 제목을 위탁받은 것도 처음이고 그런 나는 지금 죽고 싶다는 생각은 안 하는데 주변 사람들이 그렇게 그러니까 그런 사람들로 둘러싸여 있는 거에 대해 인지가 되면서 뭔가 좀 이렇게 다르다는 느낌을 받은 그런 경험이 있어요. (참여자 5).

그냥 제 비전이랑도 이어지는데 제가 교회에 대한 비전이 있는 이유가 이 일이랑 연관되어 있거든요. 제가 모태신앙으로서 23년 동안 예배를 드리고 교회를 빠짐없이 나갔는데 중간에 방황할 때도 있었지만 제가 이런 생각을 가질 때 하나도 영향력이 없었다라는 게 저한테 충격이었어요.... 그게 이 시대 한국교회 현재 모습 말씀이었고 예배가 죽어 있고 아무도 말씀에 대해서 궁금할 때 얘기해 줄 수 있는 사람이 없고 날 사랑해 주는 목자가 없고 나를 바른 길로 인도해 줄 사람이 없구나 하나님을 알려주는 하나님이 소유한 복음을 소유한 교회가 없구나라는 생각이 이어지면서 영혼이 살려면 가정에 살려면, 이 땅이 살려면 교회가 살아야겠다, 교회가 먼저 살아야 한 영혼도 살고 가정도 살고 그게 다 이어지는 회복이 있겠다 그런 생각들이 들었어서 그래서 제가 교회에 대한 비전이 가장 크거든요. 제가 회복되고 나서 그래서 주변에 그렇게 해줄 수 있는 신앙의 선배가 있는 건강한 말씀을 소유하고 정말 하나님을 사랑하는 자들이 모여 있는 그런 정말 건강한 교회를 세우고 싶은 비전이 생겼어요.

(참여자 2)

4. 연구 논의

본 연구는 자살 시도 기독교인의 자살 시도 이후 기독교 신앙 경험과 그 경험이 갖는 의미에 대해서 심층적으로 해석하고자 하였다. 이를 위해 자살 시도 경험이 있는 기독교인 5명을 참여자로 모집하여 일대일 면담을 실시하고, 해석학적 분석방법(IPA)을 활용하여 연구를 수행하였다. 분석 결과는 51개의 하위주제, 9개의 상위주제, 5개의 영역으로 도출되었다. 분석 결과를 바탕으로 논의 내용을 다음과 같이 제시하고자 한다.

첫째, 본 연구의 참여자들은 자살 시도 이후 경험한 신앙적 체험이 강렬하고도 뚜렷했지만, 그것을 언어로 충분히 표현하기에는 한계가 있다고 고백하였다. 김미경(2015)은 노인 자살 예방을 위한 기독교상담 연구에서, 노인이 자살생각을 극복하기 위해서는 죄책감과 분노가 수용과 감사로 전환될 때 정서적 변화가 일어나며, 이러한 감정의 전환을 돕는 과정이 바로 '자신의 경험을 언어화하고 이야기로 재구성하는 것'이라고 보았다. 이 연구에서는 언어로 자신의 경험을 표현하고 재구성하는 과정이 회복에 중요한 역할을 한다는 점에서, 언어는 치유의 통로가 될 수 있음을 시사한다. 그러나 본

연구에서는 자살시도 이후의 기독교 신앙 체험이 강렬하고 생생했음에도, 참여자들은 그 경험을 언어로 온전히 설명하기 어렵다고 진술하였다. 찬송이나 기도 가운데 느껴진 벅찬 감정과 하나님이 내 삶에 임재하신 느낌은 분명하게 체험되었으나, 이를 구체적으로 설명하기에는 언어적 한계를 느낀다고 진술하였다. 이는 신앙 경험이 단순한 심리적 위안이나 일시적인 감정이 아니라, 언어를 넘어서는 차원에서 삶을 뒤흔드는 사건으로 나타날 수 있음을 보여준다. 나아가 이러한 경험은 자살위기 이후의 신앙 경험이 단순한 극복을 넘어서, 삶의 의미와 관점을 새롭게 구성하는 출발점이 될 수 있음을 시사한다. 이러한 결과는 기독교상담과 목회적 돌봄 현장에서 중요한 의미를 지닌다. 자살을 시도한 기독교인의 신앙적 체험은 자살 충동을 약화시키는 힘이 될 수 있지만, 동시에 언어로는 충분히 담아내기 어려운 차원을 포함하고 있다. 따라서 이와 같은 신앙 경험을 가진 이들을 대할 때에는, 표현되지 못한 체험을 억지로 구체화하려고 하기보다 그 자체를 존중하고, 그것이 개인의 삶 속에서 어떤 의미를 형성하는지를 함께 살펴보는 태도가 필요하다.

둘째, 연구 참여자들의 경험에 따르면 자살 충동은 억지로 억제되거나 특정 기술을 익혀 대체된 것이 아니었다. 오히려 압도적인 신앙적 체험이 충동 자체를 덮어버리면서, 자살이라는 선택지가 삶 속에서 자연스럽게 사라진 것으로 나타났다. 이러한 결과는 종교적 안정이 자살사고를 완화하는 보호 요인으로 작용함을 보고한 강은정과 이재희(2013), 영적 성숙이 우울과 자살사고 간의 관계를 완화한다고 제시한 정숙희(2013)의 연구와 맥을 같이한다. 그러나 본 연구가 보여주는 독특한 점은, 자살사고가 단순히 줄어든 수준에 그치지 않고, 삶을 구성하는 선택지 목록에서 완전히 사라지는 현상으로 나타났다는 사실이다. 이러한 결과는 기독교 상담과 목회 현장에도 의미 있는 통찰을 제공한다. 자살위기자를 도울 때, 억지로 충동을 통제하도록 권고하거나 단순한 대처기술을 습득하도록 하는 접근보다, 그들이 신앙적 체험을 하는 데 필요한 지지와 환경을 적극적으로 제공하는 것이 필요하다.

셋째, 참여자들은 자살시도 이후 예민해진 상태에서 공동체의 신앙적 권면이나 중보 하겠다는 메시지가 회복에 도움되지 않았다고 표현하였다. 오히려 혼자 고립되어 있을 때 한 개인이 제공한 밀착된 영적 돌봄은 참여자들에게 깊은 신앙적 지지를 주었다. 다만 공동체적 접근으로는 또래나 동료들과 식사를 같이 하고, 공부를 같이 하는 등 일상적 교제가 자살 충동을 약화시키며, 일상을 회복하는 데 기여하였다. 이는 자살시도자의 회복 과정에서 종교적 자원이 핵심적인 역할을 한다고 밝힌 Osafo 외(2023)의 결과와도 맥락을 같이한다. 본 연구는 특히, 일대일 관계에서는 신앙생활에 대한

집중적인 조력이 효과적이었고, 일대다수 관계에서는 일상을 함께 살아내는 동행이 회복에 실질적인 힘이 되었다는 점을 구체적으로 보여주었다는 것에 의의가 있다. 자살 시도 이후 개인은 심리적·신체적으로 크게 소진되어 있으며, 일상이 무너진 상태이기 때문에 곧바로 공동체 생활에 적응하거나 활발히 교류하기가 쉽지 않다. 이러한 점을 고려하여 자살시도자의 필요에 따라 개별적 돌봄과 공동체적 돌봄을 적절히 구분하고 조합하는 접근이 요구된다. 신앙생활에 대한 조언과 영적 지지를 효과적으로 제공하기 위해서는 개별적 돌봄이 필요하고, 자살 시도 후 일상의 리듬을 되찾기 위해서는 공동체가 함께 일상을 살아주는 돌봄이 필요함이 시사된다.

넷째, 교회 안에서 형성된 자살 담론은 참여자들에게 이중적인 의미를 지니고 있었다. 일부 참여자는 '자살하면 지옥에 간다'와 같은 신앙적 금기가 실제로 극단적 행동을 멈추게 한 계기가 되었다고 진술하였다. 그러나 다른 이들은 동일한 메시지로 인해 더 큰 죄책감과 낙인을 경험하며 고통을 겪었다. 조광택(2023)은 천국에 대한 믿음은 자살 위기에서 보호 요인으로 작용하지만, 지옥에 대한 믿음은 위험 요인으로 기능할 수 있다고 밝혔는데, 반면 본 연구에서는 지옥에 대한 믿음 즉, 자살하면 지옥에 간다는 담론이 일부 참여자들에게는 자살시도를 멈추게 했다는 결과가 나타났다. 또한 본 연구는 이러한 담론이 추상적 교리 차원에 머무르지 않고, 실제 신앙생활과 자살 충동의 경험 속에서 어떻게 체감되는지를 보여주었다는 점에서 의미가 있다. 따라서 기독교 상담뿐 아니라 목회 현장에서도, 자살과 관련된 교회의 담론이 가진 양가성을 함께 고려하는 태도가 필요하다.

자살을 '지옥으로 가는 죄'로만 규정하는 담론은 순간적으로 자살을 억제하는 힘이 될 수 있다. 그러나 동시에 죄책감과 분노를 심화시켜 신앙에서 멀어지게 만들 위험도 내포한다. 그러므로 교회와 상담 현장에서는 자살위기자를 돕기 위해서 단순히 담론에만 의존하지 말고, 당사자가 자살을 시도할 만큼 겪고 있는 극심한 고통 자체에 주목해야 한다. 더 나아가, 그들이 고통 속에서 하나님을 어떻게 경험하고 있는지, 신앙을 어떤 방식으로 재해석하고 있는지를 탐색하는 접근이 필요하다.

다섯째, 참여자들은 자살 시도 이후 신앙경험으로 관점의 변화가 생기는데, 이는 단순히 위기에 대한 관점이 아니라 자신의 삶 전체에 대한 관점을 새롭게 이해하게 되는 의미를 갖게 되었다. 이전에는 현재와 과거의 고통에 묶여 있었으나, 이후에는 하나님 안에서 자기 존재를 전생애적 맥락 속에서 인식하게 되었고, 이는 주로 사명과 정체성의 새로움으로 나타났다. 이러한 변화는 이명훈(2022)이 제시한 '생에 대한 새로운 범주'와 연결될 수 있다. 다만 본 연구 참여자들의 경우, 그 전환이 단순한 관점

의 변화에 그치지 않고, 삶 전체를 하나님께 부여받은 소명과 존재적 의미의 차원에서 재해석했다는 점에서 차별성이 드러난다. 또한 참여자들은 신앙적 체험을 통해 삶을 지탱할 새로운 근거를 확보하였다. 자살을 시도했던 장소는 절망과 죽음의 공간이 아니라 예수님도 함께 울고 계셨던 자리 즉, 하나님과의 만남이 이루어진 자리로 재해석 되었고, 더 나아가 각자가 붙잡을 수 있는 말씀 구절이나 신앙 고백의 문장을 발견하였다. 본 연구 참여자들은 말씀과 기도를 통해 하나님 안에 속해 있는 나 즉, 하나님께 소속됨을 새롭게 인식하였으며, 성경 말씀은 단순한 지식 전달을 넘어 삶의 방향과 의미를 제공하는 자원으로 작용하였다. 이러한 결과는 기독교 상담과 목회 현장에서 중요한 함의를 지닌다. 자살위기를 돕는 과정에서 단순히 현재 드러나는 증상이나 상황만으로 판단하기보다, 그들이 위기를 신앙적으로 어떻게 의미부여 및 해석하고, 하나님과의 관계 안에서 그 경험을 어떻게 재구성하고 새롭게 의미화하는지를 세심히 살피는 태도가 요구된다.

마지막으로, 참여자들은 여전히 남아 있는 상처와 심리적 어려움을 자각하였다. 이는 신앙 체험만으로는 회복이 완결되지 않으며, 전문적 조력과 병행이 필요함을 보여 준다. 이러한 점은 자살 시도 청소년의 회복 과정을 '자살 시도-노력과 외적 변화-회복-성장'이라는 네 단계로 제시한 서미 외(2025)의 연구와도 연결된다. 서미 외(2025)의 연구가 개인적 노력과 외적 자원의 중요성을 강조했다면, 본 연구는 여기에 신앙과 전문적 치료의 균형적 결합이 필요하다는 함의를 추가로 제시한다. 따라서 자살 시도를 경험한 기독교인의 회복을 돕기 위해서는 다층적인 접근이 요구된다. 신앙적 체험은 위기 순간을 지탱하는 중요한 자원이 될 수 있으나, 그것만으로는 충분하지 않다. 약물치료와 상담은 자살 시도 이후에도 남아 있는 불안과 상처를 구체적으로 다루는 데 필요하며, 기독교 상담은 이러한 과정을 신앙적 의미와 연결해 해석할 수 있도록 돕는 것이 필요하다. 더불어 목회 현장에서는 자살 시도에 대한 교리적 판단을 앞세우기보다 돌봄의 태도로 성도를 지지하는 것이 중요하다. 이러한 접근들이 균형 있게 제공될 때, 자살 위기를 경험한 신앙인의 회복은 보다 안정적이고 지속적으로 이어질 수 있다.

Ⅲ. 닫는 글

본 연구는 자살 시도를 경험한 기독교인을 대상으로, 그들이 자살 시도 이후에 겪은

기독교 신앙 경험이 어떠한지와 그 경험이 지닌 의미를 깊이 있게 살펴보았다. 이 연구의 핵심적인 특징은, 자살시도라는 주제를 신학적 판단이나 심리학적 진단에 머물지 않고, 개인의 신앙 경험 내러티브를 있는 그대로 경청하고 해석하려는 존재론적 접근에 두었다는 점이다. 또한 지금까지는 주로 간증의 형태로만 전해지던 자살시도 이후의 신앙 경험을 학문적인 방식으로 정리하고 분석하려는 시도를 하였다라는 점에서도 의미가 크다. 이를 통해 자살이라는 극단적 위기를 통과한 이들이 어떻게 신앙을 통해 삶을 다시 이해하고, 고통의 기억을 새롭게 의미화하며, 죽음의 자리를 하나님과의 만남의 자리로 전환해 나갔는지를 드러냈다.

나아가 본 연구는 자살시도 이후의 신앙 경험이 단순히 개인의 내면적 회복에 머무르지 않고, 새로운 정체성과 소명, 그리고 타인을 돌보려는 책임감으로 확장되는 과정을 포착함으로써, 자살과 신앙을 바라보는 기존 담론의 한계를 넘어서는 실존적 통찰을 제시하였다. 이러한 결과는 자살위기를 경험한 개인의 이야기를 평가나 처방의 대상이 아니라, 그 경험의 존재자체와 의미 형성의 현장을 존중하고 이해해야 함을 보여 주었으며, 기독교 상담과 목회적 돌봄에 새로운 방향성을 제공하였다.

이와 같은 결과는 자살시도 이후 신앙 경험에 대한 학문적 논의의 출발점으로서 의미를 지니지만, 여전히 다루지 못한 영역과 질문들이 남아 있다. 이에 본 연구의 함의를 확장하고, 보다 다면적인 이해를 구축하기 위해 다음과 같은 후속 연구가 필요하다.

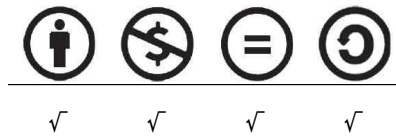
첫째, 본 연구는 기독교인이라는 특정 종교 집단에 국한되었기에, 다른 종교적 맥락이나 비종교인 집단과의 비교 연구가 필요하다. 이를 통해 신앙 경험이 자살 위기 극복에 미치는 독특한 영향과 보편적 요인을 구분할 수 있을 것이다.

둘째, 본 연구는 5명의 참여자만을 대상으로 수행되었기에, 향후 연구에서는 더 다양한 연령, 성별, 교단적 배경을 가진 참여자를 포함하여 일반화 가능성을 넓힐 필요가 있다.

셋째, 자살시도 이후 신앙 경험의 장기적 변화를 추적하는 종단 연구가 요구된다. 시간이 흐르면서 신앙 경험이 어떻게 유지, 약화, 혹은 재구성되는지 탐색함으로써 상담 개입의 시사점을 더욱 구체화할 수 있을 것이다.

넷째, 교회의 자살 담론이 실제로 신앙인들의 충동과 회복 경험에 어떻게 영향을 미치는지를 탐구하는 후속 연구가 필요하다. 이를 통해 교회 교육과 목회적 접근에서 보다 건강한 담론 형성을 위한 자료를 제공할 수 있을 것이다.

- 논문 투고일: 2025년 09월 30일
- 논문 수정일: 2025년 11월 06일
- 게재 확정일: 2025년 11월 10일



【참고문헌】

- 강은정, 이재희 (2013). 기독교가 대학생의 자살 생각에 미치는 영향에 대한 영적 안정과 사회적 지지의 매개효과: 충남 1개 대학교를 중심으로. **신앙과 학문**, 18(2), 7-32. <http://dx.doi.org/10.30806/fs.18.2.201307.7>
- 김미경 (2015). 노인자살 예방을 위한 기독교 상담적 돌봄: 이야기 치료를 중심으로. **복음과 상담**, 23(2), 41-68. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2015.23.2.41>
- 서미, 채민정, 이태영, 최수정, 김은하 (2025). 자살시도와 회복과정에 대한 근거이론 연구: 상담경험이 있는 청소년을 대상으로. **상담학연구**, 26(2), 75-101. <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.26.2.202504.75>
- 이광석, 유상현, 이은하 (2024). **해석현상학적 분석 이론과 실제**. 서울: 하누리.
- 이명훈 (2022). 기독교인 자살 유가족의 심리적 갈등 경험 연구. **한국기독교상담학회지**, 33(4), 255-278. <http://dx.doi.org/10.23909/kjcc.2022.12.33.4.255>
- 이명훈, 장재호, 조진성, 최우성, 최재연 (2020). 청소년 자살시도 환자의 임상적 특성 및 예후 연관 요인: 중독 대 비중독. *Pediatric Emergency Medicine Journal*, 7(2), 85-93. <https://doi.org/10.22470/pemj.2020.00066>
- 이상원 (2009). 기독교윤리적 측면에서 본 자살. **신학지남**, 76(1), 55-80.
- 조광덕 (2023). 종교가 자살 생각에 미치는 영향: 종교 믿음 체계는 보호요인인가, 위험요인 인가?. **종교와 사회**, 11(2), 5-54. <https://doi.org/10.22890/ajrs.11.2.202307.1>
- Shneidman, E. S. (2019). **자살하려는 마음**(서정희, 안병은 역, *The suicidal mind*). 경기: 한울아카데미. (원전 1996 출판).
- Mason, K. (2021). Suicide stigma in Christian faith communities: A qualitative study. *Religions*, 12(7), 540. <https://doi.org/10.3390/rel12070540>
- Osafo, J., Asare-Doku, W., & Akotia, C. S. (2023). Exploring the role of religion in the recovery experiences of suicide attempt survivors in Ghana. *BMC Psychiatry*, 23, 219. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04674-3>
- 통계청 (2025. 09. 25). 2024년 사망원인통계 결과. <https://kostat.go.kr>에서 2025

년 9월 26일 인출.

한국기독교공보 (2022. 09. 19). 자살 사안이 발생...교회는 어떻게 해야 할까. <https://www.pckworld.com/article.php?aid=9505432073>에서 2025년 9월 30일 인출.

[Abstract]**A Phenomenological Interpretation of Christian Faith
Experiences Following a Suicide Attempt****Hong, Se Na* Hong, Kyungwha****

This study explored the post-suicide-attempt faith experiences of Christians and the meanings they attributed to those experiences. Using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), five participants were interviewed in depth. The analysis identified five themes: doubt toward prior faith, a direct and profound encounter with God, ambivalent experiences in relationships, changes in thinking and coping patterns, and renewed commitment and sense of calling. The findings revealed that post-attempt faith experiences were powerful and ineffable, deserving respect as deeply existential events. Faith functioned as a strong force that removed suicide as an option for life. The discourse “those who commit suicide go to hell” inhibited some participants but deepened guilt and stigma for others, highlighting the need for pastoral and counseling sensitivity. Faith also served as a transformative turning point, enabling participants to reframe their shattered reality and view life anew. Yet human existence remains fluid, especially for those who have faced suicidal crises. Thus continuous counseling and therapeutic support, together with spiritual awakening, are essential for stable and holistic recovery.

Key words: Christian counseling, faith experience, suicide attempt, recovery, Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)

* Salt Counseling Center / Director

** Torch Trinity Graduate University, Department of Christian Education / Professor