

2021 경기도 청년연구 공모 결과보고서

# 과거 고립했던 청년의 현재 경험과 고립의 연속성에 대한 관계

리바이브

연구책임 | 임성수

공동연구 | 박현우, 신은경, 김초롱, 유승규, 이사야



경기복지재단  
경기청년지원사업단

■ 청년연구공모사업 보고서는 청년들이 청년 관련 현안에 대한 실태와 개선방안 등을 모색하기 위한 아이디어를 제시하고자 작성된 자료입니다.

■ 본 보고서는 경기복지재단의 공식적인 입장과 다를 수 있습니다. 본 보고서의 내용과 관련한 의견이나 문의 사항이 있으시면 아래로 연락주시기 바랍니다.

Tel : 031-267-9349 Fax : 070-8220-0200 E-mail : kimjm1785@ggwf.or.kr

# 목차

## I | 서론 / 507

- 1. 연구의 배경 및 목적 ..... 507
- 2. 선행연구 고찰 ..... 509

## II | 본론 / 511

- 1. 연구 목적 ..... 511
- 2. 연구 방법 ..... 511
- 3. 연구 참여자 선정방법 및 기준 ..... 512
- 4. 연구의 윤리적 사안 ..... 513
- 5. 자료 수집 방법 ..... 513
- 6. 질문 내용 및 설명 ..... 513
- 7. 연구 참여자 자료 ..... 515
- 8. 참여자가 고립에서 벗어난 후 겪고 있는 어려움 ..... 517

## III | 결론 / 537

- 1. 결론 ..... 537
- 2. 개선방안 및 정책제언 ..... 538

## | 참고문헌 / 543



# I 서론

## 1. 연구의 배경 및 목적

최근 코로나19로 경기가 침체되면서 일자리가 감소하는 추세가 나날이 심화되고 있으며, 이로 인하여 정규직과 비정규직 등의 구분 없이 많은 청년들이 한정된 자원을 획득하기 위한 치열한 경쟁을 벌이고 있다. 또한 사회가 개인에게 보다 높은 전문성과 지식을 요구하게 되면서 이러한 추세에 민첩하게 대응하지 못하는 청년들에게 많은 절망과 좌절감을 안겨주고 있다. 특히 청년들이 스스로 생계를 유지하기 위하여 어떠한 형태로든 사회로 진출하기를 희망하고 끊임없이 도전함에도 불구하고, 지속적인 취업 실패로 인한 사회적 자립에 대한 두려움과 좌절은 세상으로 나아가는데 큰 장벽이 되고 있다.

2020년 1월~5월 비구직 니트 규모는 53만명으로 해당인구(15~34세 인구)의 10.4%를 차지하고 있으며 이러한 추세가 지속된다면 2020년 비구직 니트 규모는 127.3만명에 이를 것으로 예상했다.(남재량, 2020).

니트족 가운데 수입을 목적으로 일한 경험이 없는 자(이하, 전직 경험 없음)와 일을 그만둔 지 1년 이상인 자(이하, 무직 1년 이상)의 비중이 50% 이상 수준을 유지하고 있다. 무직 1년 이상의 니트족과 더하면 약 23.8만명으로 전체 니트족의 54.6%를 차지했다.(주원, 2021)

위와 같은 결과에 따라 현재 경기도 및 고양시의 고립 청년의 비율을 추산 해본 결과 아래 표(표1)와 같이 그 규모가 추산된다.

□ 경기도 및 고양시 니트족 비율 추산치 <표1>

니트족		1년 이상 장기 니트족	
경기도	고양시	경기도	고양시
333,016명	28,006명	181,826명	15,291명
추산 방법			
전국 청년인구(1,223만 8,000명)의 10.4%인 127만 3,000명으로 추정되는 니트족 추산치에 전국대비 경기도(26.16%)와 고양시(2.2%)의 청년비율을 각각 곱하였음 *청년인구 : 만 15 ~ 만 34세 청년		경기도 333,016명, 고양시 28,006명을 니트족 추산비율 중 전직 경험 없는 니트족, 1년 이상 니트족을 합친 비율인 54.6%비율로 각각 계산하였음 *청년인구 : 만 15 ~ 만 34세 청년	

한편, 급변하는 사회는 우리 가족구조의 많은 변화를 가져왔다. 우선 가족구조 자체에서 자녀 수가 감소하고, 외동이가 증가하고, 핵가족이 되었다.(한국청소년상담원, 2006). 이 과정에서 형제자매가 함께 성장하면서 자연스럽게 사회적인 교류 방법을 학습할 수 있었던 기능이 현저히 약화되었으며, 이는 곧 청년세대의 전반적인 사회성이 낮아지는 현상을 불러 일으켰다.

자녀수의 감소로 인해 부모는 과잉보호, 과잉통제, 모자밀착 등 자녀들이 건강한 문제해결능력을 기르기에는 부적절한 양육태도를 보이는 경우가 많으며 그에 따라 아이들 역시 의존적이고, 미성숙하며, 자생력을 가지지 못한다. (황순길 외, 2005). 사회적 고립을 선택한 2030세대의 부모들도 경우에 따라 유사한 방식의 성장 환경을 경험했을 수도 있겠지만, 형제자매를 통하여 자연스럽게 대인관계를 체득할 기회가 있었으며, 공동체 기능이 강했던 과거의 사회에서는 고립현상 발생에 대한 요인이 다소 적거나 그 영향이 미비했을 것으로 추측된다. 그러나 개인주의와 지역사회 공동체의 붕괴, 독자녀를 추세하는 가족문화 등은 오늘날 청년세대가 제대로 된 대인관계를 경험을 통해 체득하기 어렵게 만들었고, 이것이 바로 타인과의 사회적 관계에서 사회성의 성장이 부모세대 보다 어려운 이유다.

이처럼 취업을 통한 생계유지가 어려워진 점 뿐만 아니라 가족 문화와 자녀 양육 방식의 변화는 청년들의 사회성·자존감 하락과 함께 니트와 은둔형 외톨이 등 사회적 고립을 선택하게 만드는 주된 요인이다.

이 연구에서는 일하지 않고(Non Employment), 교육을 받지 않고(Education), 훈련을 받지 않는(Training) 사람을 니트족이라 한다. 또한 6개월 간 대부분의 시간을 집 안에서 생활하고 있지만 편의점, 취미활동을 위한 외출은 하고 오프라인에서 교육 및 취업 활동을 포함한 어떠한 활동도 하지 않았으며 가족 외에 교류하는 사람이 현저히 적은 사람들을 은둔형 외톨이라 한다. 니트족·은둔형 외톨이를 포괄하는 의미인 ‘고립 청년’에서 고립이란 뜻은 단어 그 자체로 사회 안에서 이루어지는 어떠한 상호작용이나 역학관계를 하는데 어려움이 있어 사회와 단절된 상태를 의미한다.

다양한 개인적·사회적 요인에 기인한 상처로 인하여 고립을 하는 청년은 사회생활 및 대인관계를 하지 않게 되고 이러한 상황을 장기간 지속할 경우 극도의 우울감과 괴로움을 느끼는 상태를 겪게 되며 이들이 사회로 진출하더라도 동일한 어려움을 느끼고 다시 고립 되거나 은둔 하는 사례가 보고되고 있다.

따라서 본 연구는 개인이 고립을 벗어나게 된 이후에도 재고립을 하게 만드는 원인을 파악하고 고립이 개인에게 미치는 영향과 적합한 지원방안을 탐구하여 새로운 맞춤형 복지의 방향성을 제시하고자 한다.

## 2. 선행연구 고찰

노가빈 외 (2021)는 은둔형 외톨이 모두 은둔 이후 장기간 고립을 탈피하고 사회적 활동에 참가했지만, 또다시 고립생활로 되돌아가는 ‘은둔-사회활동’의 되풀이됨이 최초 은둔 이후부터 지속적으로 삶에 패턴화 되었다는 것을 발견하였다. 그 이유로는, 주로 경제적 어려움 및 진로발견 등을 이유로 은둔을 탈피하고 경제활동을 시작하나, 열악하고 불합리한 노동환경을 경험하며 육체적·정신적 소진으로 고립생활을 시작하지만, 경제적 어려움 및 가족과의 불화 등으로 어쩔 수 없이 다시 경제활동에 뛰어들고, 또다시 노동 소외를 반복적으로 경험하게 되면서 ‘은둔-사회활동’ 패턴이 형성된 것이었다고 한다.

小菅 由子 (2011)는 은둔형 외톨이에서 벗어날 때는 은둔형 외톨이에게 긍정적인 자극이 생길 때 사회와 재회하지만 그렇지 않으면 다시 은둔형 외톨이로 되돌아가 버리는 악순환이 반복된다는 것이다. 세 사례를 보면 참여자 기간은 각각 다르지만 세 사례 모두 지지관계가 약해지는 경우 이전 상태로 쉽게 되돌아가는 특징을 가지고 있었다고

하였다.

정연순 (2013)은 고립 청년은 취업과 실업, 실업과 비경황 상태를 오가면서 일과 (쉬었음) 상태를 끊임없이 반복하고 있었다. 어떤 청년들이 어떤 과정을 통해서 현재 상태에 이르렀는가에 대한 관찰 없이 니트의 규모만을 추산하는 일정 시점의 종단면 조사는 이직과 전직, (쉬었음)을 반복하는 청년층의 증가를 일할 의욕을 상실한 일종의 사회 병리현상으로만 간주할 위험이 있다. 청년 니트의 심리사회적 특성을 분석해 보면 업무 보다는 대인관계에서 어려움을 더 크게 느끼며, 응답자의 40%가량이 우울감, 무력감을 느껴 심리적으로 어려움을 겪는 것으로 나타났다고 하였다. 취업을 위한 직무 특수 기술이나 지식 이전에 기초적인 직업능력이 미비한 경우가 많아 취업알선에 어려움을 겪는다고 한다. 청년 니트의 경우 활발한 의사소통이 어렵고, 규칙적인 생활을 어려워해 약속 시간을 잘 못 지키는 경우도 있으며, 대인관계에 불안이나 장애를 겪는 사례들도 있다고 한다. 이러한 문제가 해결되지 않은 채 취업성공패키지의 단계를 밟아 교육훈련에 참여해도 취업이 되지 않아 교육훈련만을 반복하거나, 취업이 되어도 결국은 단기간 내에 퇴사하여 일시적 취업에 그치는 경우가 많다고 한다. 이러한 청년들을 위해서는 관행적 방식의 취업알선보다는 사회적 관계 회복과 노동 경험이 동시에 이루어질 수 있는 특별한 돌봄과 알선이 필요할 것이다. 직업이력으로부터 알 수 있는 것은 실업, 프리터, 니트의 경계선은 고정되어 있지 않아, 각 상태를 오고갈 가능성이 높다는 점이다. 그 과정에서 니트 상태에 머물게 된 청년 중에는 복합적인 어려움을 겪고 있는 사람이 많았다. 이러한 원인으로 이·전직을 몇 번이고 반복 하게 되면서 인간관계 문제 등 부정적인 체험으로 인해 일에 대한 자신감을 잃고 잘할 수 없을 것이라는 의식이 더욱 증폭하게 됨을 지적했다..

본 연구팀은 선행연구 조사를 통해 고립 청년이 사회에 진출하더라도 다양한 사유로 다시 고립하게 되는 고립의 연속성이 존재함을 확인하였으며, 고립에서 벗어나더라도 반복적으로 어려움을 겪고 있어 사회생활 시 여러 어려움이 있어 보였다.



## II 본론

### 1. 연구 목적

본 연구를 위한 선행 연구 조사 과정에서 은둔형 외톨이가 재고립을 하고 있으며, 니트도 같은 현상을 겪고 있다는 것을 파악할 수 있었다.

따라서 이들이 고립 상황에서 벗어나 사회생활을 하는 과정에서 어떤 구체적인 이유로 다시 고립을 선택하거나 경험하게 되는지를 파악하고, 이러한 문제를 해결하기 위한 맞춤형 복지의 방향을 제시하는 것이 이번 연구의 목적이다.

### 2. 연구 방법

2021년 7월 15일부터 9월 15일까지 연구계획서 작성 및 선행 연구 문헌고찰 후 9월 19일부터 10월 15일까지 9명의 연구 참여자들을 인터뷰 한다. 기존 문헌자료 등을 통한 선행연구 조사의 실시 과정에서, 중요 데이터 및 내용에 대해서는 별도로 정리하여 본 연구에 활용한다. 데이터 수집과 가공은 9월 19일 연구 참여자 인터뷰와 함께 진행되며, 10월 31일까지 본 연구를 마무리 하는 것으로 한다.

연구 참여자(대상)는 현재 대한민국에서 니트 또는 은둔형 외톨이 현상을 겪은 경험자를 대상으로 하며, 응답 대상자는 의사소통이 가능한 자로, 본 연구의 목적을 이해하고 연구 참여에 동의한 사람이다.

### 3. 연구 참여자 선정방법 및 기준

본 연구의 참여자는 ‘2021 경기도 청년연구공모사업’의 지침에 따라 경기도에 살고 있는 만19세부터 39세까지의 청년 중, 일본 내각부에서 2016년에 발표한 ‘히키코모리 분류’ 기준을 참고하여 우리 연구팀이 정한 참여자 선정 기준에 따라 선정했다. 선정 기준은 다음과 같다.

- 6개월 이상 대부분의 시간을 집 밖에 나가지 않았음
  - \* 편의점 구매, 단기적 장거리 외출, 가족행사, 그 외 필수행사 등
- 6개월 이상 오프라인에서 어떠한 활동을 하지 않았음
  - \* 취업을 위한 활동 혹은 정기적인 근로 및 사회적 관계 및 교육
- 경기도에 소재지가 등록 되어있는 청년
  - \* 연구 참여자의 나이: 19~39세
- 위 사안에 대한 내용을 과거에 경험했거나 유관기관의 클라이언트였던 자
- 본 연구의 참여 대상으로 적합하다고 판단되는 자

연구에 적합한 참여자를 모집하기 위하여 이들을 지원하는 유관 기관(청년재단, 사회적기업 (주)K2인터내셔널코리아)에서 발굴했으며, 이외의 참여자는 관련 시민단체(한국은둔형외톨이부모협회) 관계자 및 기존 연구원들의 인적네트워크를 통하여 섭외했다.

본 연구팀은 대상자 선정 시, 관련 기관에 연구 참여자 선정 기준을 알리고 그에 따른 참여자의 인적사항을 제공 받았으며, 후에 연구원과 참여자의 유선 대화를 통하여 선정기준에 대하여 재확인 과정을 거쳤다.

한편 정신적 부분에서 어려움을 겪고 있는 참여자는 질병이 주된 원인이 될 수 있으므로 참여자 선정에서 배제했다.

#### 4. 연구의 윤리적 사안

본 연구팀은 윤리적 사안을 지키기 위하여 연구윤리에 대한 사전 정보제공 문서를 작성했으며, 책임연구원의 성명과 연구 주제 및 연구배경에 대한 내용을 전달했다.

본 연구와 관련된 모든 데이터가 익명으로 가공되어 공개될 것을 사전에 안내하였고, 관련한 녹취, 음성, 화상내용, 필사본, 사전에 받은 인적 정보자료 등은 연구사업 종료 시 모두 폐기하기로 했다.

참여자의 연구 참여에 대한 피해를 줄이고자 인터뷰 시 발생하는 트라우마로 인하여 심적 고통이 발생 시 언제든지 인터뷰를 중단 할 수 있음을 알렸으며, 추후 발생하는 심적 고통 발생 시 관련 기관과 협의하여 심리적 안정에 도움을 줄 수 있음을 전달했다. 또한 소정의 연구 참여비를 제공하였다.

인터뷰 시작 전 상기 내용을 다시 한번 더 구두로 전달 하였으며, 참여자의 동의를 구하고 난 뒤 인터뷰를 진행했다.

#### 5. 자료 수집 방법

본 연구는 연구 참여자들을 대상으로 심층 인터뷰를 진행 했으며, 코로나19로 인한 참여자들의 안정과 건강을 고려하여 비대면 화상 인터뷰 방식으로 진행했다. 이 과정에서 녹화를 진행 하였으며 질문을 하는 연구원 외에는 참여한 연구원들이 필사본을 작성 하여 참여자의 답변을 속기하였다.

#### 6. 질문 내용 및 설명

본 연구팀은 고립에서 나왔다 하더라도 개인적 사유로 인하여 회귀하는 현상을 알아보고자 기초적 질문 외에 심층 질문을 제시하여 고립을 그만 둔 청년의 현재 상태와 대인관계적 상황이 어떠한지 확인 하였다.

질문은 총 18문항으로 이루어져있으며 기초적 질문 3문항, 고립을 그만둔 현재 상태

에 대한 질문 7문항, 대인관계에 대한 질문 6문항 기타 분류가 어려운 질문은 2문항으로 나누어 설정 하여 아래와 같이 질문 하였다.

- 아 래 -

◎ 기초적 질문

1. 고립 생활은 언제부터 하였습니까?
2. 고립 생활의 계기가 무엇이라 생각 하십니까?
3. 고립 생활을 지속하게 되었던 요인은 무엇입니까?

◎ 현재 상태 질문

1. 고립 생활을 그만 두었을 때 심적으로 어떤 것이 어려웠습니까?
2. 특별한 일정 없이 쉬는 날엔 어떠한 것들을 하고 계십니까?
3. 고립에서 벗어난 지금을 지속하기 위해 노력하고 있는 것은 무엇입니까?
4. 다시 고립을 하게 된다면 어떤 경우나 요인으로 하게 될 것 같습니까?
5. 외출은 어떤 경우에 하시고 외출 시 어떤 생각이 드십니까?
6. 고립을 나오는 과정 중에 타인과 대인관계를 하거나 사회생활을 하면서 느낀 점은 무엇입니까?
7. 고립을 그만 뒀거나 그만두려 노력하는 중에 조력자가 해주었으면 하는 것이 무엇입니까?

◎ 대인관계 질문

1. 나를 이해해주는 공동체가 있다면 어떨 것 같습니까?
2. 주변인들과 연락을 얼마나 하고 계시며 그 정도 연락을 하는 이유가 무엇입니까?
3. 타인과 약속을 하는 것에 대하여 어떻게 생각하고 있습니까?
4. 대인관계 형성에 대해 어떤 생각을 가지고 계시며 형성하기 위해 어떤 행동을 하고 계십니까?
5. 타인과 깊은 관계를 맺는 것에 대해 어떻게 생각하십니까?
6. 타인에게 어려움을 털어놓고 도움을 요청하는 것에 대하여 어떻게 생각하십니까?

◎ 기타질문

1. 나의 문제를 스스로 해결해야 한다는 것에 대하여 어떻게 생각하십니까?
2. 근로를 통해 얻는 소득을 어떠한 것에 소비하고 있습니까?

## 7. 연구 참여자 자료

본 연구에서 이들이 어떠한 상황에 있었는지, 지금 상태는 어떠한지를 파악하여 결론과 정책제언에 활용 하고자 하였다. 따라서 참여자들의 기본 인적사항과 고립과 관련된 사항을 전달 받아 이들에 대한 기초적인 정보를 수집하였다.

□ 연구 참여자 기본적 자료 <표2>

참여자/질문	연령대	거주지역 (경기도)	가족배경	개인소득수준
A 참여자	30대 초반	용인시	부, 모, 형제1	월 300만원
B 참여자	30대 초반	남양주시	부, 모, 형제1	월 165만원
C 참여자	30대 후반	고양시	부, 모, 형제1	월 120만원
D 참여자	20대 후반	의정부시	부, 모	월 200만원
E 참여자	20대 후반	부천시	부, 모, 형제1	월 200만원 이하
F 참여자	30대 초반	의왕시	부, 모, 형제2	월 165만원
G 참여자	30대 초반	성남시	모, 형제1	추측불가 (창업초기)
H 참여자	30대 초반	성남시	부, 모, 형제1	월 80만원
I 참여자	20대 초반	안양시	부, 모, 형제2	월 20만원

□ 고립과 관련된 상황표 <표3>

참여자/질문	고립기간	고립을 나온 기간	고립에서 벗어나 사회생활 시 어려움의 주관적 강도	은둔 생활시 소득 및 상황	고립 기간 동안의 생활 패턴
A 참여자	약5년	6개월	하	부모님이 카드를 주심 동생이 함께 살 때 사중 18~19년쯤부터 후드 쓰고 집근처 편의점 외출가능	집 안-> 강아지와 산책 가능->이사 및 취업 -> 자기계발 병행 중
B 참여자	4년	약2년	중	용돈을 부모님에게서 받고 집 밖에 자주 나감	집 안-> 외부 활동-> 집 안 -> 취업
C 참여자	약10년	약5년	중	부모님께 용돈을 받으며 심리상담, 심신치유 워크샵에 참여할 때나 혼자 취미생활(공연.전시관람, 쇼핑. 산책. 도서관 방문)을 할 때에만 간헐적으로 외출함.	집 안-> 외부 활동-> 구직 활동-> 집 안 -> 파트타임, 프리랜서로 일함
D 참여자	약1년	약 2년	중	용돈을 부모님에게서 받음	집 안-> 외부 활동-> 구직 활동-> 집 안
E 참여자	2년 반	3개월	중	같이 사는 친구에게 생활비용 의지. 건강보험료 및 전기/도시가스 장기미납, 긴급복지 대상 선정됨	휴학->집->복학-> 출석 실패->집->취업-> 퇴사->집->취성패 (중단)->집->근로
F 참여자	약2년	약 1년 반	중상	은둔 전 2년간 사회생활을 하며 저축한 돈+ 각종 지원금(실업급여,청년취업 지원금,코로나19 재난지원금) 으로 생활함	집 안-> 당사자 관련 프로그램 참여-> 취업 -> 근무중
G 참여자	약1년	약1년	하	돈을 벌지 않고, 친구관계도 다 끊음. 편의점 외에 집 밖에 거의 나가지 않음	집 안 -> 편의점 -> 집 안
H 참여자	3.5년 (2년+ 1.5년)	9개월	상	용돈을 부모님에게서 받고 주 2회 이상 병원에 외출함	집->병원->창업
I 참여자	약2년	약4개월	중	용돈을 부모님에게서 받고 필요시 외출함	대부분 집. 주 1회 등교를 제외하면 집 앞 분리수거/편의점 등 비정기적 외출

## 8. 참여자가 고립에서 벗어난 후 겪고 있는 어려움

본 연구팀은 경기도 고립 청년에 대하여 연구 조사 하였다. 9명의 참여자들과 인터뷰를 통해 공통적으로 느끼는 문제를 추출 해냈으며 자존감, 경제적 요인, 초기 사회진입에 대한 어려움, 대인관계, 신체적 요인, 은둔 특성, 참여자의 외출 빈도, 가족 환경, 과거 요인, 혼자서 하는 취미 생활이 도출 되어 총 9개의 어려움을 파악하게 되었다. 각각의 어려움에는 다양한 주제가 존재하기도 했다.

### □ 어려움에 대한 요약 <표4>

어려움	주제	현상
자존감	타인과 자신을 비교하여 낮아진 자존감	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 참여자들은 사회로 나와도 전에 겪었던 고립으로 인해 남들보다 뒤쳐져 있다는 생각이 있음</li> <li>• 남들(평균)과 자신을 지속적으로 비교하여 자신을 평가하여 자존감이 낮아짐</li> </ul>
	자신에 대한 믿음이 없음	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 고립에서 나온 참여자들은 사회생활을 하더라도 어떠한 일을 추진함에 있어서 자기 능력에 대한 확신이 없음</li> <li>• 이로 인해 참여자들은 타인의 무조건적인 지지와 신뢰가 바탕이 되어야 할 수 있다고 생각함</li> </ul>
경제적 요인	경제적인 어려움으로 인한 사회생활의 어려움	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 고립 당사자들은 경제적인 어려움으로 인해서 고립에서 벗어나는데 어려움을 겪고 있음</li> <li>• 실제로 부족한 부분을 경제적인 부분으로 상쇄하거나 대인관계를 유지하기 위하여 최소한의 경제적인 자원을 필요로 함</li> </ul>
초기 사회진입에 대한 어려움	초기 사회진입에 대한 어려움	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 연구 참여자들은 과거 고립 생활로 인하여 일정 기간 사회와 단절되었음</li> <li>• 때문에 초기 사회 진입 시 대화가 어렵다거나, 나이에 비해 사회 경험이 부족하다고 느껴 적응을 힘들어함</li> </ul>
대인관계	협소한 대인관계로 인한 재고립 가능성	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 참여자들은 별 다른 일 없이 쉴 때는 주로 만나는 사람 한 두 명을 제외하고는 없음</li> <li>• 넓은 대인관계를 하고 있지 않음</li> </ul>
	타인에게 도움을 요청하지 않음	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 도움이 필요한 상황임을 인지함에도 타인의 시선을 의식하여 도움을 요청하지 않음</li> <li>• 도움을 요청하는 일을 약점이라고 인식함</li> <li>• 남들에게 도움을 청하는 일은 부끄러운 일이라고 생각함</li> </ul>

어려움	주제	현상
	타인과 깊은 관계를 맺는 것에 관하여 동경과 고민, 두려움이 있음	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 타인과 깊은 관계를 맺는 것을 동경하고 있음</li> <li>• 본인이 직접적으로 그런 관계를 형성해낼 수 있는 것에서는 회의적인 관점을 가지고 있긴 함</li> <li>• 관계를 유지 시키는 것에 관하여 고민함</li> <li>• 대부분의 참여자들은 안정적으로 타인과 깊은 관계를 맺는 것에 어려움이 있음을 공통적으로 호소하고 있음</li> </ul>
	자신을 이해해주는 공동체에 대하여 희망하고 원하나 회의적임	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 자신을 이해해주고 위로해주는 사회안전망 같은 공동체가 있기를 대부분 소망함</li> <li>• 현실에 그러한 공동체란 존재하지 않을 수 있다고 생각함</li> <li>• 공동체를 탐색하고 기대하며 그만 두기도 함</li> </ul>
	대인관계에 대한 트라우마	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 과거 트라우마가 앞으로의 인간관계에 대한 두려움을 불러일으키고 있음</li> </ul>
신체적 요인	신체적 질병, 어려움이 있어 외출을 꺼림	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 참여자들은 외형적인 고민 혹은 만성적인 질병 등, 신체적 어려움으로 인해 외출을 두려워함</li> <li>• 외출을 최소화하거나, 정신적인 측면에서 우울감 개선을 위해 노력함</li> </ul>
은둔 특성	약속에 대한 부담감	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 참여자는 기본적으로 약속을 지킬 수 없는 심리 상태로 인해 약속을 지속적으로 포기하거나 어겼기 때문에, 약속 자체에 부담감을 느끼고 있음</li> <li>• 실제로 참여자들은 약속을 지나치게 중요히 여기거나 책임을 져야 한다는 생각에 의무감이 들어 스트레스를 받고 있음</li> <li>• 평소에 약속을 지키지 못하여 약속을 지키는 것에 대해 부담감을 느껴 약속을 잡지 않는 경우가 존재함</li> </ul>
	참여자의 외출 빈도	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 참여자들은 고립을 벗어나 사회생활을 한다고 하더라도, 최소한의 생필품 구매를 제외하면 외출을 잘 하지 않는 경향이 있음</li> </ul>
가족환경	자녀를 지지하지 않는 가족환경에서 자람	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 참여자들은 가족환경에도 많은 영향을 받는데 주로 가정생활에 대한 영향을 많이 받음</li> <li>• 가족에게 엄격한 부모님으로부터 이해와 인정을 받지 못해 고립됨</li> </ul>
과거요인	과거 감정 조절실패로 인한 대인관계 어려움	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 참여자들은 감정을 제어하지 못하는 경향이 있어 보이며 이를 통해 대인관계 형성이 어렵다는 사실을 자기 자신도 알고 있음</li> <li>• 서툰 감정표현은 대인관계에 특히 영향을 미치는 것으로 보여짐</li> <li>• 불안정하고 잘못된 감정 표출에 관하여 어려움을 겪고 있음</li> </ul>



어려움	주제	현상
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 이것을 변화시키려고 노력하고 있는 모습이 보임</li> <li>• 감정을 절제하는 법을 통해 원활한 대인관계를 형성하는 방법에 대하여 고민하고 있음</li> </ul>
	고립을 벗어난 후에도 지속적으로 영향을 미침	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 참여자는 고립 당시 느꼈던 심리적 어려움을 지속적으로 느끼고 있음</li> <li>• 그렇기 때문에 이것을 해결하고자 노력과 파약을 하고 있지만, 고립 당시 느꼈던 심리적 요인들이 현재에도 지속적으로 영향을 미치고 있음</li> <li>• 좋지 못한 감정이 올라올 때마다 참여자도 지속적으로 이 같은 사안에 대하여 고민하고 해결하고자 하고 있음</li> </ul>
혼자 하는 취미생활	사회생활을 하고 있으나 대인관계의 변화가 없으며 주로 혼자하는 취미생활을 즐김	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 참여자에서 벗어나려고 노력하고 있는 청년들은 사회생활을 하더라도 직장과 집을 벗어나지 않고 주로 집에서 혼자하는 취미를 가지고 생활함</li> <li>• 주로 타인을 만나지 않고 혼자서 할 수 있는 취미를 가지고 있기에 기존 고립을 할 때와 같이 대인관계 부분에서 변화가 없음</li> </ul>

## 8-1. 자존감

### 가. 타인과 자신을 비교하여 낮아진 자존감

참여자들은 사회로 나온 뒤, 이전에 겪었던 고립으로 인해 남들보다 상대적으로 뒤쳐져 있다는 생각과 남들과 자신을 지속적으로 비교하면서 자존감이 낮은 상태가 지속되었다.

이 때문에 고립에서 벗어나더라도 좌절감이나 압박감을 지속적으로 느끼게 되는데, 구체적으로 오랜기간 외부와 단절되어 자신이 타인보다 모자라다는 생각을 했으며, 고립에 대한 시간이 길어질수록 다시 정상적인 사회생활로 복귀하기 어렵다는 생각을 가지고 있었다.

### D참여자

*“비교하는 것 때문에 힘들었어요. 마음을 다시 다잡았어요. 다른 사람이랑 비교 하는 것 자*

체가 잘못된 것이다. 그렇게 안 다잡았다면 내가 모자라 보이고 그냥 집에 숨고 싶고 그랬을 것 같아요.”

“아르바이트를 하면서 노력을 했거든요. 그럼에도 불구하고 좌절감이 들었어요. 제가 못나게 느껴지고 다른 사람과 다르게 느껴지고 한 것 같아요. 다른 사람들과 있으면 아르바이트 할 때 사람들이 의식이 되고 불안하다고 느끼고 평범하지 않다고 느끼니까 좌절감을 느낀 것 같아요.”

## F참여자

“제가 모자라다는 느낌? 머리가 잘 안 돌아가요. 회사에서 일을 했던 경험에 비해 둔해졌고 시간감각도 좀 없어진 것 같고 다르다고 느끼는데, 둔화된 제가 답답하고 회사의 다른 사수님이 나 멘토님의 눈에는 내가 어떻게 보일까, 답답한 사람으로 평가될까 봐 두려움이 있어요.”

## G참여자

“남들보다 뒤쳐져 있다는 생각이 저를 짓눌렀습니다. 늘 남들보다 못한 2등 시민으로 살아갈 거라는 생각이 저를 압박했습니다. 고립을 오래 지속한 후, 다시 삼수를 준비하려고 기숙형 입시학원에 들어갔을 때 사람들이 나를 이상하게 볼 것 이라는 생각에 사로 잡혔습니다. 그런 시간들이 누적되면서 나는 사회에 적응할 수 없고, 기존의 인생을 바꿀 수 있는 방법은 다시 태어나는 일밖에 없다는 생각을 가지게 되었습니다.”

## I참여자

“그런 관계들을 동경하면서도 내 치부를 드러낼지도 모른다는 두려움도 있는 것 같습니다. 내 행동에 대한 생각을 많이 했던 것 같습니다. 지금 내 모습이나 말이 어색하거나 이상하지는 않은지에 대한 걱정이요.”

## 나. 자신에 대한 믿음이 없음

고립에서 벗어난 참여자들은 사회생활을 다시 시작 하는 과정에서 자기 능력에 대한 확신이 없는 경향을 보였다. 따라서 참여자들은 타인의 무조건적인 지지와 신뢰가 바탕이 되어야 사회생활을 할 수 있다는 말들을 했으며, 현재까지 자신의 삶을 살아가는데 있어 어려움을 느끼고 있었다.

### E참여자

“기복이 심하다는 걸 느꼈어요. 괜찮을 때, 괜찮은 상대, 장소, 상황, 시간 이런 것들이 너무 널뛰어요. 그래서 스스로 판단을 할 수가 없는 게, 언제 내가 또 안 좋을지 언제 또 상황이 악화 될지 이런 걸 신경쓰다 보니 좋을 때도 망설이게 되요. 상태가 괜찮을 때도 망설이게 되고요. 도주로를 찾는 것처럼.”

### F참여자

“뭔가 그런 마음이 안전하다고 느끼는 공간이 필요한 것 같아요. 안정감이 있어야 조금 혼자서 내 문제를 스스로 해결해야하지 하는 마음이 드는 것 같아요.”

### H참여자

“솔직히 말해 무섭습니다. 독립심이 부족하고, 누군가 나를 실질적으로 돕는 것이 아니더라도, 무조건적으로 지지해주어야만 합니다. 그렇지 않으면 스스로를 지지할 수 없을 것 같습니다.”

## 8-2. 경제적 요인

### 경제적인 어려움으로 인한 사회생활의 어려움

고립 당사자들은 경제적인 어려움으로 인해서 고립에서 벗어나는데 어려움을 겪고 있다. 사회생활시 들어가는 버스비, 병원비 등 경제적인 부분을 필요하다 하였고 대인관계를 유지하기 위하여 최소한의 경제적 자원을 필요로 했다. 또한 경제력이 부족함으로 인해 타인과 만남이 줄어들거란 생각을 하였으며 이로 인해 관계가 나빠지고 정신적 문제로 고립을 할 수 있을거란 생각을 하고 있었다.

### E참여자

“밖으로 나가는 것도 일단 자기의 최소한의 자원이 있어야 되는 것 같아요. 버스카드도 충전이 돼 있어야 하고, 핸드폰도 충전이 돼 있어야 하고. 병원비 택시비도. 어떤 사태가 벌어졌을 때 그것을 커버할 만한 시간, 자원이 있어야 돼요. 그렇지 않으면 나가면 100% 실패 확정이고. 어디에 가야 하는데 너무 가기 싫고 시간도 못 지키고 상태도 안 좋고 머리도 아프고 그런데, 택시비가 있다면 어쨌든 가려고 해볼 순 있어요.”

## G참여자

“사회 생활을 하지 않을 경우 경제적으로 사람을 만나는 게 어려워지게 될 것으로 판단됩니다. 처음에는 약속을 피하는 것이지만 반복적으로 만남을 피하는 모습이 보이게 될 경우 주변 지인들과 관계가 나빠지고 결국에는 정신적 문제로 고립이 발생 될 것 같습니다.”

## 8-3. 초기 사회진입에 대한 어려움

### 의사소통과 업무 적응에 대한 어려움

연구 참여자들은 과거에 고립 생활로 인한 사회와 단절을 겪었었다. 그렇기 때문에 사회 복귀 초기에 일상적인 회화를 어렵게 느끼거나, 나이에 비해 부족한 사회경험으로 사회생활과 업무에 대한 적응을 어려워했다. 그래서 고립 기간이 길어질수록 고립을 겪은 당사자의 사회 복귀 이후 적응이 어려워지는 경향을 보인다.

## A참여자

“횡설수설 말을 너무 빨리하고, 친구들도 말이 빠르다고 했습니다. 너무 많은 이야기를 하려고 하는 것 같아요. 횡설수설해요. 내가 모든 걸 설명하려고 하고 듣는 사람도 이 듣는 걸 별로 좋아하지 않는구나, 라는 생각을 했어요. 그 때는 내가 이걸 말해야 하나? 어떻게, 어디까지? 같은 걸 고민 했습니다.”

## C참여자

“아까 말했듯이 10년이 싹둑 잘려있는 상태인데 20대 중반처럼 행동하니까 주변에서 이상하게 생각한단 말이에요. 자기가 잘하는 분야에서는 잘하는 것 같은데 이야기하는 거를 보면 세상 물정을 모르듯이 이야기를 하니까. ‘자기 생각위주네?’ 이런 오해를 받기도 하고. 그런 서러움을 겪었어요. 나 같은 사람, 나처럼 회귀질환을 겪다가 나온 사람은 많이 적겠지만 어쩌면 교도소에서 복역하다가 나와서 마음을 고쳐먹은 사람 혹은 우울을 심하게 겪은 사람들, 10년 15년일 수도 있잖아요. 그 사람들은 타임머신을 타고 현실에 온 느낌일 수 있거든요.”

## E참여자

“다른 사람들과하고 공통으로 이야기하고 공감 얻을 수 있는 부분이 많이 없어진 것 같습니다. 요즘에 느낀 게 정말 몸이 안 따라갑니다. 이게 갑자기 쓰러지고 실려가고 이런 것도 아니어서, 언제나 고정된 게 아니라 설명하기가 힘들고, 생각도 못했던 겁니다. 시간을 지키는 거라든지, 출퇴근을 한다든지 그런 기본적인 것들. 사람 만나고 인사하고 태도를 어떻게 할지. 그런 것들이 어색한 게 많이 느껴집니다.”

## I참여자

“인간관계. 대화다운 대화를 해본지 너무 오래돼서 그전엔 사람들과 어떤 주제로 대화를 나눴지, 어떤 이야기로 말문을 열었지, 자기소개는 어떻게 했었지 등등 대화에 두려움이 커졌습니다.”

## 8-4. 대인관계

### 가. 협소한 대인관계로 인한 재고립 가능성

참여자들은 휴식 시 주로 만나는 사람 1~2명 또는 연인관계 있는 사람을 제외하고는 넓은 대인관계를 보유하고 있지 않은 것으로 보인다. 특히 연인관계에서는 다분히 의존적인 성향을 나타내고 있다.

협소한 인간관계를 가진 참여자들이 다시 고립을 선택 할 경우 주변의 연락이 끊길 경우 그러한 문제를 인식하고 도움을 주기가 어려울 수도 있다. 또한 사회로 복귀 후 다시 고립을 선택하였을 때도 조기에 발견되기 어려울 것이다.

## B참여자

“주 1회, 2주 1회? 그 정도 연락을 하고 있습니다. 주변에 같은 경험을 한 친구들이 없어서 공감대가 많이 없어요. 그래서 막 자주 연락하지는 않아요. 그렇지만 또 비슷한 상황인 사람들과 연락하거나 그런 것을 막 좋아하지 않습니다. 그래서 제가 먼저 연락하지 않는 이상 그들이 연락하는 편은 아니어서 연락이 뜸하게 되는 것 같아요.”

## C참여자

“엄마, 가끔 할머니, 애인 이렇게 연락합니다. 몇 달에 한 번씩 친구 한두 명과 연락을 해요. 나머지는 일할 때 필요한 연락들을 합니다. 일은 생존에 필요하니까 하는 것이고 대인관계는 제가 할 수 있는 만큼 해요. (중략) 그렇지만 자주연락을 할 수 있는 친구는 없는 것 같아요.”

## D참여자

“여러 인간관계를 유지하고 싶거든요. 고립쪽으로 안가는 길이라고 생각해요. 마음대로 그렇게 되지 않더라고요. 아빠랑은 간간히 연락하고 남자친구랑은 사이가 좋긴한데 제가 고립하고 그 전에도 유일한 인간관계가 남자친구밖에 없었거든요. 그런데 헤어지면 인간관계가 너무 없더라고요. 그러니까 더 고립을 하게 되고요.”

## F참여자

“고립되기 전에 친했던 사람들은 다 연락이 끊긴 상태고요. 작년 고립 청년관련 프로그램 하면서 만났던 참여자들은 10명 정도 있었는데 1,2명하고 연락을 하고 있어요. 상담선생님과도 함께요. 3개월에 한 번 정도인 것 같습니다.”

## H참여자

“프로그램에서 만난 비슷한 사람들에게 간간히 연락하고, 페이스북을 하기도 합니다. 비슷한 경험을 한 사람들 끼리는 초기부터 서로를 오해할 일이 거의 없다고 생각해서 조금 빠르게 마음을 열었습니다.

남자친구와는 매일 연락하고 있습니다. 전화를 사용하는 것이 아직 무섭기 때문에, 보통 문자로 연락합니다. 너무 자주 연락하는 것이 제 독립에 건강하지 않다고 생각하지만, 나를 보냈으면 좋겠다는 욕심이 많이 앞서서 연락을 많이 하게 됩니다.”

## I참여자

“자주 하면 1~2일에 한 번, 적게 하면 n주에 한 번씩 하는 것 같습니다. 이전에는 별로 안 친한 친구들과도 하루에 몇 번씩 통화하곤 했는데 이제 친한 친구들과도 며칠에 한 번 정도 연락합니다. 전처럼 일거수일투족을 다 이야기하는 연락에 지친 것도 있고 귀찮음이 큰 것 같아요.”

## 나. 타인에게 도움을 요청하지 않음

참여자들은 스스로 도움이 필요한 상황임을 인지하고 있음에도 불구하고, 타인의 시선을 의식하여 도움을 요청하는 일을 약점이라고 인식하고 그것을 남들에게 보이는 것은 부끄러운 일이라고 생각한다. 따라서 어려운 일이 일어났을 경우 적극적으로 도움을 주변에 요청하지 않을 가능성이 높아 보인다. 또한 본인의 걱정 또는 문제를 타인과 공유하면 해당 사람에게 어려움을 주는 행위라고 생각하는 경향을 보였다.

### B참여자

“누군가에게 뭔가 어려움을 털어놓는다는 게, 되게 어렵습니다. 주로 인간관계를 맺으면 누가 저한테 와서 힘든 얘기를 하는 편이지 제가 그 사람에게 힘든 이야기를 하는 편은 아닙니다. 상담을 받을 땐 상담사 선생님께 얘기했는데, (중략) 누군가에게 의지하는 게 싫습니다. 나의 약한 모습을 보여주는 게 부끄럽기도 하고요. 그렇게 하지 않아서 어색하고 어렸을 때부터 도움을 청하는 것에 익숙하지 않았습시다.”

### D참여자

“내가 도움을 청해도 될까? 바보 같아 보이지 않을까? 라는 생각을 해요. 사람들에게 마음을 열지 않아서 어려워서는 생각을 합니다.”

### I참여자

“남에게 작은 고민 하나 얘기하는 것도 정말 많이 힘들어 합니다. 내 고민 때문에 되려 그 사람이 우울해지면 어떡하지라는 걱정에 말 꺼내는 것이 힘들어요. 그리고 마음속에 어느 정도 바라는 공감이가 있기 때문에 듣는 사람이 이 정도로 공감을 안 해주면 어떡하지라는 마음에 더더욱 못하는 것도 있습니다. 가끔씩 이런 것도 이야기를 못하는 내가 참 한심하고 불쌍해 보일 때도 있습니다.”

## 다. 타인과 깊은 관계를 맺는 것에 관하여 동경과 고민, 두려움이 있음

참여자들은 다른 사람들이 타인과 깊은 관계를 맺는 것을 동경하고 있다. 본인이 직접적으로 그런 관계를 형성해낼 수 있는 것에서는 회의적인 관점을 가지고 있으며, 타인과의 관계를 유지 시키는 방법을 고민하고 있는 참여자도 있었다. 따라서 대부분의 참여자들은 안정적으로 타인과 깊은 관계를 맺는 것에 대해 어려움이 있음을 공통적으로 호소하고 있다.

### C참여자

“깊은 관계를 맺고 싶죠. 깊은 관계를 맺을 수 있는 좋은 친구 한, 두 명만 만나도 좋을 것 같아요. 저 스스로의 안정감이 커지면 대인관계의 안정감이 커지지 않을까? 라는 생각을 합니다.”

### F참여자

“깊은 관계를 맺는 그런 사람이 있었으면 좋겠다는 생각이 있지만 세상에 없을 것 같다고 생각해요. (중략) 상담선생님과는 관계를 이어나가려면 돈을 지불해야하는 관계이기 때문이라고 생각해요. 돈을 지불하고 만난 심리상담가는 가능 할 수도 있다고 생각하지만 일반 사람들과는 힘들다고 생각합니다.”

### G참여자

“타인과 깊은 관계를 맺는 것에 어려움을 겪었습니다. 저는 제가 노력한 것에 비해 사람과 친해지는 것이 어렵지는 않지만 그럼에도 불구하고 깊은 관계로 발전해나가는 것에 거부감을 가지고 있습니다. 현재는 그 부분을 인지하고 그런 마음을 알아차리면 한 템포 쉬어가려고 했지만, 예전에는 관계를 끊어내기 일쑤였습니다. 그래서 일방적으로 관계를 끊어버린 많은 소중한 관계에 대한 아쉬움을 가지고 있습니다.”

### I참여자

“그런 관계들을 동경하면서도 내 치부를 드러낼지도 모른다는 두려움도 있는 것 같습니다.”



## 라. 자신을 이해해주는 공동체에 대하여 희망하고 원하나 회의적임

자신을 이해해주고 힘든 일이 있을 때 고민을 함께 나누는 사회안전망이 있기를 원했으며, 함께 성장하고 에너지를 얻기를 소망했다. 그러나 현실적으로 사회안전망 역할을 해줄 공동체가 존재하기 어렵다는 생각을 하고 있다.

### B참여자

“나를 이해해주는 공동체를 프로그램에서 경험 해봤는데 좋았습니다. 그렇지만 나도 그사람들을 이해해줘야 하니 그런 것들이 부담 될 때가 있었습니다. 예전에 경험해보기 전에는 막연히 좋을 거라고 생각을 했다면, 이제는 너무 같은 상황에 있는 사람들보다는 조금 다른 상황에 있는 사람들을 만나보는 것도 도움이 될 것 같습니다.”

### C참여자

“살맛나고 잘해보자는 동기도 많이 올라가고. 존재감, 자존감, 자기 가치감이 많이 올라가겠죠. 안정감이 커지고. 완전하다는 느낌이 들 것 같아요.”

### D참여자

“힘이 될 것 같아요. 지금은 센터 사람들이랑 연락을 자주 하고 그러지는 않아요. 있을 때는 또 좋긴했는데 나오니까 연락도 끊기고. 지금은 끊어진 생각이 드는데 그래도 뒤에 든든한 끈이 있다는 생각이 들면 좋을 것 같아요.”

### E참여자

“있을지 모르겠습니다. 있다면, 좋겠죠. 동질감을 느낄 수 있는 사람들이 있으면 좋을 것 같습니다. 만나고 싶고 얘기를 하고 싶거나.”

### F참여자

“마음이 편안해지고 이곳은 안전하다고 느낄 것 같아요. 마음의 안전망이 생겨서 무엇인가 할 에너지가 생길 것 같아요.”

## G참여자

“다시 시작해보고 싶은 마음이 들 것 같습니다. 나를 이해해주는 공동체와 아픔과 고민을 나누고, 저도 작은 도움을 주면서 함께 성장해나갈 수 있다면 이야기만 들어도 가슴이 따뜻해지는 것 같아요. 공동체라는 건 필연적으로 사람들이 모여들 수밖에 없기 때문에 미숙한 사람들이 만나서 미숙한 인간관계로 인해 더욱 상처를 받게 되지는 않을까? 라는 생각이 드는 건 어쩔 수 없네요.”

“같은 아픔과 고민이 가졌다는 건 서로를 더욱 쉽게 공감을 가질 수 있는 토대를 만들어주지만 각 각 천차만별의 삶을 살고 있기 때문에 온전히 나를 이해해주는 공동체가 존재할 수 있을까?라는 의문점이 드는 것은 사실입니다. 부정적인 이야기를 했지만 올바른 소통을 배운 후 서로를 존중해주는 문화가 있는 공동체가 생긴다면 어떻게 해서든 참여하고 싶습니다.”

## H참여자

“인간불신이 심한 이유로 그런 공동체가 과연 존재하거나 할 것인지에 대한 의문부터 듭니다. 저를 케어하기 위한 그룹이 아니라면, 그런 것은 불가능할 것이라고 생각해서, 아직은 거기까지 생각하지 않는 것이 좋을 것 같습니다.”

## I참여자

“정말 좋을 것 같습니다. 평소 내가 하는 이야기가 다른 사람에게 어떤 영향을 미칠지, 내가 하는 이야기가 듣는 사람도 흥미 있어 할 이야기인지 고민이 너무 많아 내 이야기를 잘 안 하는 편인데, 나를 이해해 준다는 것을 아는 공동체가 있다면 고민을 삭히기보단 이야기하며 훌훌 털어버릴 수 있을 것 같습니다.”

## 마. 대인관계에 대한 트라우마가 있음

과거에 겪은 여러 요인에 기인한 트라우마로 인간관계에 대한 두려움이 있다. 사회생활의 중요한 요소인 인간관계의 어려움으로 재고립을 선택하게 되기도 한다는 것을 알 수 있다. 인간관계가 어려움이 계속될 경우 타인에 대한 불신과 우울감과 혐오감 등으로 일상생활에서도 관계가 어려워지기도 한다.

### B참여자

“인간관계에서 너무 어려워서 다시 고립할 수도 있을 것 같습니다.”

### H참여자

“인간에 대한 불신과 공포감이 심해질 때가 있습니다. 당장 생각할 수 있는 것은, 인간관계 실패로 인한 고립이 가장 걱정되는 부분입니다. 병원 진료 받으러 갈 때 출근을 할 때, 남자친구와 만날 때 외출 시 필연적으로 마주칠 수밖에 없는 불특정 인간에 대한 불신, 혐오감이 큰 것이 가장 불편한 점입니다. 고립을 그만두고 세상에 나갔더라도 사람들이 많은 공간에 가면 약간의 공황이 발생합니다. 또한 타인에 대한 두려움이 있습니다.”

### I참여자

“최근에도 인간관계에서 생긴 마찰로 우울감이 극심하게 높아진 적이 있는데, 이런 일이 또 발생한다면 스스로 고립되려고 할 것 같습니다.”

## 8-5. 신체적 요인

### 신체적 질병, 어려움이 있어 외출을 꺼림

참여자들은 외형적인 고민 또는 만성적인 질병 등 신체적 어려움으로 인해 외출을 두려워했다. 이에 대한 해결 방안으로 바깥으로 나가는 것을 최소화하거나, 정신·정서적 상담을 통해 우울감 개선을 위해 노력하여 좋은 결과를 얻을 수는 있으나, 여전히 신체 증상에 대한 어려움 및 트라우마와 외형적인 부분의 스트레스로 인해 부끄러움을 느끼고 있었다.

### C참여자

“저는 원인불명으로 몸이 아팠어요. 대학 졸업하고도 아팠기 때문에 사회활동을 하기가 힘들었어요. 근육의 긴장과 통증이 주된 증상이었는데 기능이 원인인 아니라는 것을 나중에 알게 되었어요. 20대 중반이후에. 트라우마적인 경험이 오래있음으로 해서 뇌가 긴장상태가 만성화되어

서 신경적 증상을 일으킬 수 있는 것이라는 것을 알게 되었어요. 사회활동을 할 수 있게 만들어야 하기도 하고 오래된 우울증이나 신체적 고통을 해결하기 위해서 정신적인 비중을 바꿨던 것 같아요.”

#### E참여자

“안 그러면 밖에 얼굴을 드러내고 나간다고 하면 준비를 정말정말 많이 해야 해요. 옷을 잘 입어야 하고, 잘 씻어야 하고, 잘 씻는다는 게 샴푸도 원래 탈모 샴푸가 아니고, 그냥 딴 걸 써야 합니다. 그리고 최대한 눈에 안 띄거나 내 기준으로 완벽하게 나름대로 하고 나가야 해요. 안 그러면 사람이 앞에 있을 때 얼굴을 못 들어서요. 머리를 가리기 위해 모자도 잘 써야 해요. 그래서 머리도 다 말리고 가야 합니다.”

## 8-6. 은둔 특성

### 가. 약속에 대한 부담감

참여자는 기본적으로 약속을 지속적으로 포기하거나 어겼기 때문에, 누군가와 약속을 하는 것 자체에 부담감을 느끼고 있는 것으로 보여진다. 실제로 참여자들은 약속을 지나치게 중요히 여겨 스트레스를 받거나, 책임을 져야 한다거나, 의무감이 들어 스트레스를 받고 있으며, 기존 경험에서 약속을 지키지 못한 경험으로 인해 다시 약속을 지키지 못할까봐 걱정하여 타인과의 약속을 회피하는 경향을 보였다.

#### B참여자

“조금 부담이 됩니다. 저에게 약속이라는 건 제가 뭔가 주도적으로 한다는 걸 의미해요. 내가 지켜야 한다는 의미보다 좀 더 크게, 내가 뭔가 있으려, 책임지려 가야 한다는 생각이 들어서. 친구들끼리 만나는 것도 내가 이 상황을 책임져야 한다. 그런 의무감이 좀 있습니다. 그래서 조금 부담스럽습니다. 조금 많이.”

#### E참여자

“기본적으로 인생에서 가족들과의 약속이었는데 스스로와의 약속을 어기기 시작하면서 다른

사람들과의 약속도 그냥 떠내려가듯이 희미해진 것 같습니다. 당연했던 게 한 번 깨지고 나면 그 다음에는 그럴 수 있는 게 되고, 하다 보면 안 지키는 게 정상이 됩니다. (종락) 정시, 혹은 몇 분, 이런 건 솔직히 스스로 못 지킨 적이 너무 많아서 그냥 그럴 수도 있는 상황이 수없이 벌어졌기 때문에 다른 사람도 그렇겠지 하고 생각합니다. 자포자기.”

## F참여자

“저는 약속을 잘 지키지 못합니다. 그 날의 컨디션 때문이죠. 고립 전 지각을 자주하게 되고 그러다보니 그것에 대하여 안 좋은 피드백을 받게 되었어요. 약속을 연기하는 것도 많이 했습니다. 그럴 때 이해해주지 못하는 구나 이런 생각이 들면서 마음의 문을 닫아서 그 후로는 만남 같은 약속조차도 못 만들게 되었어요.”

## H참여자

“약속을 매우 중하게 여깁니다. 시간 약속은 물론이고, 약속 전반에 대해 ‘어기면 내가 아니라 상대도 스트레스 받고, 곤란해진다.’ 라고 생각해서 필요 이상의 스트레스를 받을 때가 많습니다.”

## I참여자

“지켜야 한다고 생각하지만 마음 한편에 귀찮다는 생각도 있는 것 같습니다.”

## 나. 참여자의 외출 빈도

참여자는 고립을 벗어나 사회생활을 한다고 하더라도, 최소한의 생필품 구매를 제외하면 외출을 잘 하지 않는 경향이 있다. 따라서 이들이 일을 하며 사회생활을 하고 있지만 사실은 고립하던 때와 크게 달라지지는 않은 것으로 보여진다.

주로 식료품 구입 및 식사, 편의점, 심리상담소, 병원 방문 등 필요에 의한 외출을 제외하고 집 밖으로 외출 하지 않는 성향을 보였다.

## B참여자

“외출은 잘 안해요. 해야 될 때는 상담 받으러 가거나, 병원가거나 이럴 때. 그냥 반반. 누군가 만나러 가야 해서 좋을 때도 있고, 싫은데 억지로 가야 해서 싫을 때도 있어요.”

### E참여자

“집 밖에 나가는 것도 무섭습니다. 편의점엔 잘 가요. 담배를 사야하고 가깝기 때문에. 나갈 때 되도록 사람의 눈에 안 띄려는 것도 있습니다. 코로나 이전에도 나는 마스크를 썼고, 머리도 스트레스인지 중간에 그런 건지 탈모가 심하게 와서, 그래서 모자도 썼고. 후드 같은 걸 쓰고 최대한 빨리 갔다가 빨리 오는 거예요.”

### F참여자

“편의점 가는 것도 힘들어서 배달음식을 시켜먹거든요. 어떤 마음인지 잘 기억이 안나네요.”

### I참여자

“학교 등교, 필요한 음식/물건을 살 때, 약속이 있을 때 등 필요한 경우에만 외출합니다. 다시 생각해 보면 고립 전과 크게 달라진 것은 없네요. 나가서 다른 사람과 소통할 일은 잘 없기 때문에 별 생각은 안 드는 것 같습니다.”

## 8-7. 가족환경

### 자녀를 지지하지 않는 가족환경에서 자람

참여자들은 가족환경, 그 중에서도 주로 가정생활에 대한 영향을 많이 받았다. 가정환경이 좋지 않았거나 엄격한 부모님에게 이해와 인정을 받지 못하여 고립을 경험 하거나 지속하게 된다. 그래서 가족으로부터 지지를 받지 못하게 되면, 향후 부정적인 영향을 끼치게 된다. 자신이 이해받지 못하는 것에 대하여 많은 실망을 겪고 그것이 고립에 영향을 끼치고 있었다.

### A참여자

“어머니가 화가 많으시다. 대화하는 방법이. 정말 어머니도 봉사활동 많이 다니시고, 봉사활동 단체 회장이기도 하셔서 부드러울 땐 부드러우신데 자신이 아니라고 생각하는 것에는 아니다 하시면서 화를 내실 때가 있습니다. 그럴 땐 정말 힘들었다. 그런데 저는 책을 읽으면서 그러면 안 된다는 걸 읽었기 때문에 어머니랑 정말 많이 싸웠습니다. 다시 돌아간다면, 어머니

와의 갈등 때문에 돌아갔을 수도 있었을 것 같아요.

내가 못한 사람이 된 것 같고. 부모님께 쉬고 싶다는 것도 이해받지 못했습니다. 내 상황을 객관적으로 말해서 정말 힘든데 좀 더 쉬고싶다라고 얘기했으면 사람들에게 위로받으며 밖으로 나갈 수 있었을텐데... 미안해서 얼굴 들 수 없다는 것을 말할 용기도 없고, 부모님한테도 이해받지 못했던 거 때문에 지속하게 되었습니다.”

## G참여자

“가정에 고립 생활을 먼저 하고 있는 오빠는 현재는 10년 가까이 컴퓨터 게임을 하면서 고립 생활을 지속중이며 도박을 하고 있는 아빠 때문에 환경이 나아질 수 없다고 생각했습니다. 현재는 부모님 이혼 후 어머니와 생활 중입니다. 어머니의 경우는 전반적인 가정 생활을 유지하기 위해서 새벽부터 늦은 저녁까지 회사를 다녔습니다. 직접적인 원인은 대입 실패이지만, 가정문제가 결합이 되면서 더욱 오랜 시간 밖으로 나가지 못하는 생활이 길어졌습니다. (중략) 가족이 건강상의 문제가 생기거나 정신 건강상의 문제가 발생하게 될 경우도 다시 고립을 촉발 시킬 것 같습니다. 가족은 밀접하게 관계가 되어있어서 문제가 발생하게 되면 고립의 문제를 일으킬 수 있을 것 같네요. 이번 기회가 아니라 다음 기회에 잘 해보자 라는 마음을 먹을 수 있었을 것입니다. 하지만 가장 근본적으로 우리 가족은 망가졌고, 일반 가정처럼 행복해질 수 없다는 마음이 쌓여가면서 병이 악화되었습니다.”

## 8-8. 과거요인

### 가. 과거 감정 조절실패로 인한 대인관계 어려움

참여자들은 감정적인 부분에서 종종 폭발하는 경향이 있는 것으로 보이며, 이러한 문제에 대해 본인도 알고 있는 편이다. 급격한 감정적 폭발 경향은 참여자들의 대인관계에 주로 영향을 미치는 것으로 보이며, 불안정하고 잘못된 감정 표출에 대하여 어려움을 겪고 있고 이것을 변화시키려고 노력하고 있는 경향을 보이고 있다.

## D참여자

“작년에 센터에 있으면서 그 때 많이 또래 친구들이랑 깊은 관계를 맺어본 적이 없었던 것 같거든요. 소수로 한 명, 두 명하고만 지냈는데 관계 유지하는 것을 배우고 싸우면 어떻게 화해할지, 화를 절제하는 방법을 배우기도 하고 그랬어요.”

## H참여자

“정서적 충동을 조절하기 힘든 병증, 그러니까 감정적 행동에 관한 불안한 것을 갖고 있기 때문에 불특정한 사람에게 폭발적인 감정을 표출할지도 모른다는 불안감이 있습니다. 인구밀집도가 높은 구역에 가면 공황과 비슷한 상태가 되어 거동이 어려웠습니다. 현재도 일정부분 있습니다. 불신과 공포감이 인간에 대한 기본적인 스탠스가 되었기 때문에 외출시 불특정한 사람이 무섭습니다. 인간답지 않은 행동, 기초적인 도덕 상실, 예의 부족, 배려를 거부 등 이런 것을 하는 사람들에게 대해 심한 적대감을 가집니다.”

## 나. 고립을 벗어난 후에도 지속적으로 영향을 미침

참여자는 고립 당시 느꼈던 심리적 어려움을 지속적으로 느끼고 있다. 그렇기 때문에 이것을 해결하고자 원인을 파악하기 위해 노력하고 있지만, 고립 당시 느꼈던 심리적 요인들이 지속적으로 부정적 영향을 미치고 있어 해결을 어려워하고 있다.

## C참여자

“누가 가르쳐줘서가 아니라 우울을 오래 가져가신 분들의 공통점이 눈떴을 때라고 해요. 우울을 오래 앓은 사람들은 혼자 오래 있었고 이해받지 못한 경험이 정말 길고 많은 것 같아요. 잘 때 안 좋은 꿈이나 이런 것들. 무력감이나 불쾌감들이 심해요. 그러면 침대에서 두 시간 세 시간 갈 때도 있거든요. 그 때 아무 옷이나 걸쳐입고 바로 산책을 해버리면 기분이 달라져요.”

## G참여자

“고립을 벗어난 이후에도 꾸준히 조울증은 지속되고 있습니다. 현재도 어려운 상황에 회피하고 싶다는 생각을 많이 합니다. 지금은 많이 나아졌지만 과거에는 인간관계를 한 번에 끊어버리고, 전화번호를 바꾸는 행동을 반복했습니다. 위와 같은 행동이 잘못되었다는 사실을 인지하고 이를 바꾸기 위해서 지속적으로 마음공부를 하고, 참여자 관련 프로그램 등에 참여하며 저의 문제점을 파악하려고 노력하고 있습니다.”



## 8-9. 혼자 하는 취미생활

사회생활을 하고 있으나 대인관계의 변화가 없으며 주로 혼자 하는 취미생활을 즐김

참여자에서 벗어나려고 노력하고 있는 청년들은 사회생활을 하더라도 직장과 집을 벗어나지 않고 주로 집에서 혼자 하는 취미를 가지고 생활하는 것으로 보인다. 주된 취미 활동으로 타인을 만나지 않고 혼자서 할 수 있는 것들에 집중하고 있어, 기존 고립을 할 때와 같이 대인관계 부분에서 변화가 없다. 지속적으로 타인과의 대인관계 형성과 상관 없는 취미생활을 주로 하고 있기 때문에 고립에서 벗어났더라도 이전 고립 상태와 크게 다르지 않은 생활 패턴을 보이고 있다.

### C참여자

“일정 없이 쉬는 날은 청소하거나 영화를 보거나 코로나라서 밖에 잘 안 나가게 되더라고요. 그런 경우가 많죠. 아직도 많이 혼자 지내고 있는 것 같아요. 과거에도 혼자서 잘 지냈는데 혼자 가만히 우울해 빠져있는 시간이 과거에는 길었던 것 같고 지금은 혼자 하는 것이 많아진 거죠. 사회에서 실수한 것을 곱씹고. 지금은 청소를 하거나 무엇인가를 찾아보거나 하는 시간이 늘어났죠. 특별한 일정이 없는 날에는 유튜브를 보거나, 친구를 만나거나 긴 시간 잠을 자면서 시간을 보내고 있습니다.”

### F참여자

“고립 이전과 크게 달라진 것은 없습니다. 주로 인터넷, 동영상 사이트들을 전전하며 시간을 보내거나 잠을 자요. 그냥 책을 보거나 만화를 보거나 못 봤던 프로그램을 보거나. 직장 생활 시작한 지 얼마 안돼서 크게 어디 돌아다니거나 할 기회는 별로 없습니다. 인터넷을 해요. 잠을 자거나. 직장 생활 시작한 지 얼마 안돼서 크게 어디 돌아다니거나 할 기회는 별로 없어요. 인터넷을 해요. 잠을 자거나.”



## III 결론

### 1. 결론

본 연구를 통해 다음과 같은 결론을 도출해 낼 수 있다.

소득 수준은 최저임금 수준이거나 그 미만의 청년들이 다수였다. 평균 고립기간은 36개월 이상이며, 고립에서 벗어난 기간은 평균 17개월로 나타났다.

고립 시 주로 가족 안에서 경제적인 부분을 해결하였으며 참여자들의 고립 생활의 패턴을 종합적으로 보았을 때 지속적으로 고립의 상태가 호전되었다가 다시 악화되어 고립을 벗어난다 하더라도 지속적으로 발생 하였다.

고립을 할 당시에는 가족들에게서 용돈을 얻어 쓰는 형태가 상당히 많았으며 구직과 일을 병행하면서 고립을 선택하는 경향도 많이 보였다.

고립 청년을 벗어난 청년들은 고립기간 동안 대인관계와 업무 역량 등 자신의 부족함에 대한 많은 압박감을 느끼고 있으며, 이러한 압박감은 자존감 하락으로 이어졌다. 이는 고립 상황에서 사회생활 능력이 하락함에 따라 생겨나는 현상으로 보이며, 사회생활을 하더라도 일반적인 삶을 살아온 타인의 시선을 의식하고 그 과정에서 차이를 느끼게 되는 대다수의 고립 청년이 겪는 현상으로 보인다.

보편적으로 타인을 만나거나 필요한 것을 구매해야할 때 개인의 경제적 능력을 필요로 할 때가 많다. 그러나 고립 청년들이 고립 생활에서 벗어난지 얼마 되지 않았을 경우 소득이 일정치 않고 불안정하기 때문에 그에 대한 부담감으로 인간관계를 단절하고 재고립을 경험하게 될 수 있다.

또한 고립 생활을 하며 얻게 된 무기력감과 실패의 경험이 향후 고립을 벗어나기 위한 활동을 계획하고 수행하는데 있어서, 당사자가 지속적으로 어려움을 느끼게 만드는 경향을 발견할 수 있었다. 그리고 이해 받지 못하고 존중받지 못하는 가정환경으로 인

해 지속적으로 무기력감을 느끼는 경우, 가정에서 받은 부정적 영향이 사회생활 전반에 걸쳐 영향을 주고 있다.

긴 기간 동안 타인과 상호작용을 하지 못하여 경험이 부족해 발생하는 감정 조절 어려움 등 대인관계에 대한 어려움은 참여자들에게 사회 정착을 어렵게 하는 요인으로 보인다.

본 연구에서 파악 한 것을 토대로 고립 청년 현상을 경험한 청년들이 인간관계에 많은 상처와 어려움이 있었던 것으로 보인다. 무엇보다 현재 신체적 문제, 외출 빈도, 근무 외에 하고 있는 취미나 인간관계 등도 고립 청년 때와 크게 달라지지 않은 것으로 드러났다.

결과적으로 고립을 경험 했던 청년이 고립을 그만두고 사회생활을 다시 시작 하더라도 기존의 고립 과정에서 느꼈던 심리적 불안정함과 능력이 저하된 신체, 대인관계능력, 사회생활, 업무역량부족으로 어려움과 고통을 겪고 있음을 알 수 있다. 무엇보다 사회에 나가서 지속적으로 어려움을 겪는 다른 고립 청년 또한 재고립으로 회귀할 가능성을 보이기 때문에 이러한 현상 재발을 방지하고 원활하게 사회로 복귀할 수 있도록 제도적으로 지원해야할 필요성이 있다.

## 2. 개선방안 및 정책제언

### 가. 자존감 형성 등 심리적 요인에 대한 지원

고립 청년들은 사회로 나와도 고립생활의 주된 요인에서 발생한 문제로 인해 지속적으로 어려움을 느끼고 있었다. 또한 고립 기간 동안 어떠한 상호작용을 하지 않았기 때문에 정상적인 삶을 살아온 타인보다 대인관계능력, 경력과 그에 따른 역량이 부족하다고 보인다.

이는 타인과 상호작용을 통해 고립 청년 자신이 직접적으로 느끼고 있는 사안이며, 고립 청년은 고립을 벗어나 일반적인 사회생활을 하는 과정에서 반복적으로 좌절감을 겪으며 자존감 하락을 경험하게 된다.

따라서 반복적으로 좌절감과 자존감 하락을 겪는 이들을 이해해주는 심리 지원과 대

인관계 형성에 도움이 되는 심리지원이 필요해 보인다. 또한 인간관계의 협소함으로 다시 고립하게 된다면 이들을 발굴하기 어려울 것이며 더 이상 외부로 외출하지 않으려 할 것이므로, 이들을 찾아가는 가정방문상담을 제공하여 사회에 재진입 할 수 있도록 지속적인 관심과 독려를 해줘야 할 것이다.

#### 나. 자립과 사회적 관계 형성을 위한 경제적 지원

이들은 고립, 은둔 당시 부모에게 용돈을 받아 사용하기 때문에 경제적인 부분을 스스로 해결하고 자립하는데 한계가 있다. 자립 보다 부모에게 기생하는 현상이기 때문에 근본적인 해결책이 필요하다.

사회적 관계 형성과 경제적 자립을 위해서는 경제적인 부분이 충분히 뒷받침 되어야 한다. 긴 고립기간으로 인해 사회생활 시 타인과 자신을 비교하고 심리적 불안과 대인관계에 대하여 어려움을 겪는 이들을 이해해주는 멘토가 있으며 일 경험을 할 수 있는 중간 단계의 일자리 제공해야 한다.

이를 통해 자립의식을 고취시키고 근로에 대한 정당한 대가를 제공하여야 하며 그와 동시에 대인관계형성과 필요한 자격증 취득 및 자신의 역량을 통해 할 수 있는 일들을 조언하는 등 경제적인 부분을 해결하고 재고립을 방지하기 위해 당사자의 미래 설계에 실질적인 도움을 줘야 할 것이다.

#### 다. 부모 교육 및 건강한 가족체계 형성을 위한 노력

고립 청년들이 주로 방에서 생활하는 이유는 부모의 인정과 이해가 없어서 발생된 문제로 보인다. 가족 문제로 재고립 하지 않도록 올바른 부모교육을 제공하여 자녀와 부모 간에 상호 존중과 배려를 할 수 있는 건강한 가족 지지체계를 형성할 수 있도록 지원해야 할 것이다.

#### 라. 대인관계 형성을 위한 사회적 교육 시스템과 실질적 대인관계 형성 지원

고립 당사자들은 무엇보다도 대인관계에 대해서 어려움을 느끼고 있는데, 이러한 문제들이 근로를 하고 있음에도 외출 빈도가 늘어나지 않으며 협소한 대인관계 유지, 혼자 하는 취미생활에서 드러난다. 타인과 상호작용에서 감정을 절제하지 못하거나 약속

에 대한 부담감을 느끼는 부분도 인간관계에 있어 큰 장애가 되기도 한다.

대인관계능력은 한 번에 형성되는 것이 아니라 지속적으로 사회적 상호작용을 해야 형성되는 능력이므로 체계적인 사회성 교육 시스템을 도입하여 당사자들이 원활하고 건강한 대인관계를 이룰 수 있도록 지속적으로 지원해야 한다.

대인관계에 대한 교육을 제공한 뒤 배운 것을 바탕으로 공동체, 자조모임에서 대인관계에 대한 선 경험을 제공하여 향후 사회 진출 시 재고립을 방지해야 한다.

#### 마. 각계 전문가들의 협업 모델 구축 및 각 부처(정부) 또는 실국(지방자치단체)간 협업 제언

본 연구 결과에 따르면 고립 청년이 겪는 문제는 다양하며 주로 1. 심리적 2. 신체건강 3. 경제적 4. 가족관계 문제가 복합적으로 얽혀있어 보인다.

그러나 우리나라의 정부형태에 따르면 1. 심리적 문제와 2. 신체건강 문제는 보건복지부 3. 경제적 문제는 고용노동부와 중소벤처기업부 4. 가족관계와 관련된 문제는 여성가족부의 소관이다.

지방자치단체도 각 지방 특성으로 인해 실국과 그에 따른 소관이 다를 수 있지만 기존 정부의 시스템에서 크게 다르지 않은 것으로 보인다.

예시로 경기도 조직도 상 1. 심리적 문제와 2. 신체건강 문제는 보건건강국 3. 경제적 문제는 경제실 4. 가족관계와 관련된 문제는 여성가족국의 소관이며 추가로 복지국을 개별적으로 두고 있어 부처 간 칸막이로 효율적인 행정이 이루어지지 못하고 있다.

이로 인해 당사자에 대한 지원체계를 구축함에 있어 주된 책임 소관 부서를 정하기 어려울 것이며, 고립청년의 문제는 어느 한 부처에서 해결할 수 있는 문제가 아니기에 각 부처 또는 실국 간 협업의 소지가 매우 필요해 보인다. 따라서 충분한 논의를 통해 소관을 정하고 협업 할 수 있는 시스템을 만들어 이들에게 융복합적인 지원체계를 제공해야 할 것이다.

또한 복지적, 정신적, 심리적, 경제적 시각에서 다양한 각계각층의 전문가들의 이들에 대한 종합적인 지원에 대한 토론과 논의를 할 수 있는 위원회 설치 등 거버넌스가 필요하다. 다양한 분야의 전문가와 당사자들이 효율적인 지원체계를 형성할 수 있도록 지원해야 한다.

#### 바. 고립 청년에 대한 지속가능한 후속 체계 형성 필요

본 연구를 통해 참여자는 사회생활을 하더라도 지속적으로 고립된 은둔 생활 시 얻게된 부정적 영향으로 사회생활, 대인관계, 심리적 어려움을 느끼고 있었다.

고립을 경험한 청년들은 단기간에 자신이 가진 문제를 해결하려 하지만 해결하기 어려운 점이 매우 많고, 이후 사회생활 또는 외부 활동을 시작 했음에도 불구하고 결과적으로 고립에서 벗어났다고 판단하기 어려운 경향이 있다. 지속적인 관심과 사례관리가 필요해 보인다.

따라서 일과 후 심리지원과 대인관계망 형성, 타인과의 상호 작용에 대한 교육 등을 제공하여 재고립을 방지하는 지속가능한 후속 체계가 필요 할 것이다.

#### 사. 은둔형 외톨이를 벗어나는 과정에 대한 단계적 연구 필요

본 연구 결과에 따르면 은둔형 외톨이들이 사회에 나왔다고 해서 단기간 내에 은둔 습관을 벗어날 수 있는 것은 아니다. 이들은 여전히 사회적인 불안감을 느끼고 있었고 단순히 직장을 다닐 뿐 대인관계에 있어 큰 변화가 있지 않았다. 또한 은둔형 외톨이는 심리적, 경제적, 신체적 복합적인 문제를 반복적으로 겪고 있어 사회생활을 어려워하고 있었다.

초기 사회진입을 시작한 은둔형 외톨이들에게 이전의 은둔 습관을 제거하고 사회화와 대인관계 조성을 돕기 위해선 초기 사회진입에 대한 단계적 연구와 그에 수반한 체계적 지원 체계 마련이 필요하다.





## 참고문헌

- 노가빈, 이소민, 김제희 (2021). 청년 은둔형 외톨이의 경험과 발생원인에 대한 분석 「한국사회복지학 제73권 제2호」 한국사회복지학회 pp. 76~77
- 남재량 (2021). 청년의 삶 - 청년 니트(NEET)를 중심으로 - 「저출산 콜로키움 발표자료」 p.3
- 은둔형부적응청소년 상담 가이드북 청소년상담원 (2006). p. 13
- 주원, 이부형, 류승희 (2021). 국내 니트족(NEET) 현황과 시사점 - 니트의 장기화 예방이 시급하다! 「경제주평」 현대경제연구원 p.
- 정연순, 변정현, 황여정, 宮本みち子 (2013). 「취업지원을 위한 청년 니트 실태조사」 한국고용정보원 p. 99, 186, 198, 210
- 황순길, 여인중, 남재량, 장미경, 허묘연, 권해수, 박정민, 손재환, 홍지영 (2005). 「은둔형 외톨이 등 사회부적응 청소년 지원방안」 청소년위원회 pp. 15~16
- 小菅 由子 (2011). 은둔형 외톨이 사례연구 - 한국과 일본사례를 중심으로 - 「석사학위논문」 숭실대학교 대학원 p.
- <若者の生活に関する調査 報告書 内閣府政策統括官(共生社会政策担当)>. 「청년의 생활에 관한 조사(히키코모리에 관한 실태조사)보고서」 내각부정책통괄관(공생사회정책담당). (2016). p. 9

