

이달의 초점

빨라지는 기후변화와 우리의 정신적 안녕

기후변화가 정신건강에 미치는 영향과 정책과제

|백주하·김혜윤|

기후 관련 재난 심리지원의 현황과 정책과제

|현진희|

기후위기에 대한 정신건강 전문가들의 대응과 참여 전략: 미국과 영국을 중심으로

|김현수|

기후불안에 대한 올바른 이해와 대응

|채수미|



한국보건사회연구원
KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS

기후 관련 재난 심리지원의 현황과 정책과제

The Current Status of Psychological Support in Climate-Related Disasters and the Policy Challenges

현진희 대구대학교 사회복지학과 교수

최근 폭염, 홍수, 태풍 등 기후변화가 심각해지면서 정신건강에 미치는 영향에 대한 관심이 증가하고 있다. 기후 관련 재난에 노출되었을 때 받는 영향은 다면적이다. 재난에 노출된 개인과 지역사회는 대부분 회복력을 보이지만 일부에게는 심리적 고통이 증가하고 우울증, 불안, 외상후스트레스장애(PTSD) 등 정신건강 문제가 유발되거나 기존의 정신건강 상태가 악화될 수 있다. 재난의 영향에서 벗어나기 위해서는 국가 차원의 심리지원서비스가 매우 중요하다. 이는 개인과 지역사회를 모두 포함한 다차원적이고 장기적인 지원이 되어야 한다. 행정안전부 재난심리회복지원센터와 보건복지부 국가트라우마센터와 권역트라우마센터를 중심으로 제공되고 있는 국내 재난심리지원서비스는 지속적으로 정교화되고 발전하고 있다. 이 글에서는 기후변화로 인해 더욱 빈번해지고 있는 기후 관련 재난에 지속가능한 재난심리지원서비스가 제공되기 위한 방안을 고찰하고자 한다.

1 들어가며

2022년 9월 태풍 힌남노로 인한 폭우로 아파트 지하주차장이 침수되면서 짧은 시간에 많은 인명 피해를 낸 충격적이었던 재난을 기억할 것이다. 2024년 여름엔 집중호우로 인한 호우특보가 잦고 침수와 산사태 위험이 높아지는가 하면 극심한 폭

염이 지속되는 등 과거에 비해 극단적인 이상기후가 나타나고 있다. 기후변화로 인해 자연재난, 복합재난이 증가하고, 미세먼지 및 감염병 노출의 위험 등 건강 피해에 직면하고 있으며, 이들은 모두 우리의 정신건강에 영향을 미치고 있다. 인간이 초래한 기후변화는 이미 전 지구 모든 지역의 날씨와 극한 기후에 영향을 미치고 있다. 이 글에서는 기후 관련

재난의 상당수를 차지하고 있는 자연재난에 대한 국가적 차원의 심리지원 현황과 앞으로 해결해야 할 정책과제에 대해 살펴봄으로써 기후변화로 인해 더욱 빈번하게 발생하고 있는 기후 관련 재난의 부정적 영향을 최소화하고 회복을 촉진할 수 있는 방안을 고찰하고자 한다.

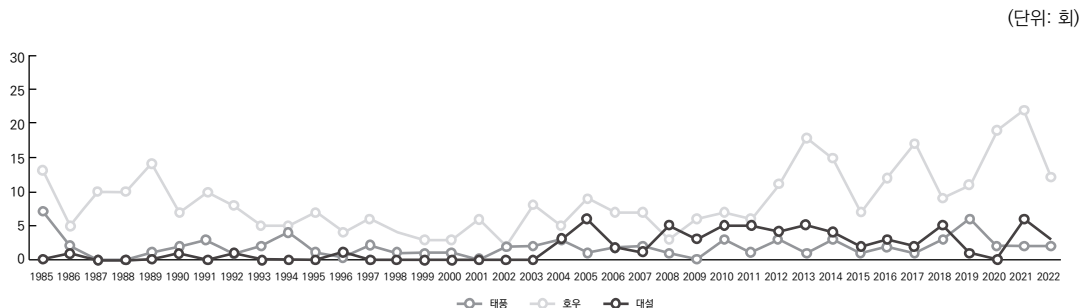
2 기후변화와 기후 관련 재난

관계부처 합동으로 발간된 2023년 이상기후 보고서에 의하면 최근 기후변화 등으로 인하여 이상 고온이나 이상저온 등 극단적인 이상기온이 발생하여 그로 인한 피해가 발생하고 있다. 이상기온 현상은 지역에 따라 달라 국가별로 각각 다르게 정의하는데, 대표적으로 기후변화에 관한 정부 간 협의체(IPCC), 세계기상기구(WMO), 호주기상청 등 외국 주요 기관에서는 이상고온과 이상저온 기준을 각각 기온 발생 확률 정규 분포도의 양쪽 끝단에

위치한 10%ile(퍼센타일) 미만 또는 90%ile을 초과하는 현상으로 정의한다. 우리나라는 IPCC와 WMO의 이러한 기준과 유사하게 정의하고 있다. 2023년 우리나라에서는 더위가 지속되는 고온현상, 겨울철 큰 기온 변동 현상과 호우로 인한 높은 강수 기록, 태풍 '카눈'이 발생하였다. 기후위기가 속화로 극한 홍수와 가뭄 등 기후 양극화가 발생하고 있으며, 건조한 날씨와 가뭄, 강풍 등으로 산불 발생이 증가하고, 집중호우 및 태풍으로 인한 인명·재산 피해와 산사태 피해가 증가하였다. 이렇듯 기후변화의 직접적인 영향으로 인한 자연재난과 간접적인 영향으로 인한 사회재난 등 기후 관련 재난들이 증가하고 있다.

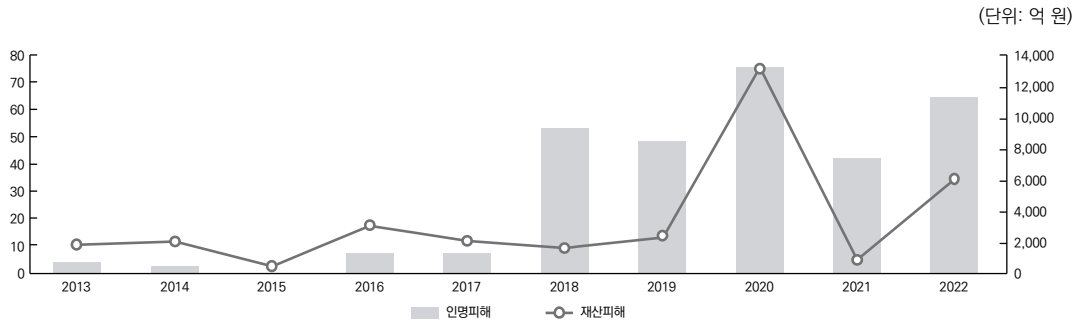
자연재난이란 태풍, 홍수, 호우(豪雨), 강풍, 풍랑, 해일(海溢), 대설, 한파, 낙뢰, 가뭄, 폭염, 지진, 황사(黃砂), 조류(藻類) 대발생, 조수(潮水), 화산 활동, 소행성·유성체 등 자연 우주물체의 추락·충돌, 그 밖에 이에 준하는 자연현상으로 인하여 발생

[그림 1] 자연재난 발생 횟수



출처: "자연재해 발생 횟수", 행정안전부, 각 연도, 지표누리. <https://www.index.go.kr/unity/potal/indicator/IndexInfo.do?idxCd=5105>

[그림 2] 자연재난 피해 현황



출처: “자연재난 발생현황”, 행정안전부, 각 연도, e-나라지표. https://www.index.go.kr/unity/potal/main/EachDtlPageDetail.do?idx_cd=1628

하는 재난이다. 자연재해는 자연재난으로 인하여 발생하는 피해를 의미한다(국립정신건강센터, 2023). [그림 1]에서 보는 바와 같이 자연재난으로 인한 피해, 즉 자연재해의 발생 빈도는 호우가 가장 높은데, 호우는 최근에도 자주 발생하고 있다. 홍수, 가뭄, 태풍과 같은 자연재난은 인명과 재산 손실을 가져오는 데 그치지 않고 수질 및 토양 오염과 같은 환경오염을 발생시키거나 수인성 감염병과 같은 공중보건을 위협하는 등 2차 피해를 양산하기도 한다.

[그림 2]에서와 같이 우리나라에서는 매년 호우, 태풍, 대설 등 자연재난으로 인하여 많은 피해가 발생하고 있다. 연평균(2013~22) 인명피해(사망·실종)는 30명, 재산피해는 3194억 원(각 당해 연도 가격 기준임)에 달한다(행정안전부, 2022). 2022년도에는 총 31회의 크고 작은 재난이 발생하여 64명이 사망하고, 5927억 원의 재산피해가 발생하였다. 최근 10년간 자연재난으로 인한 인명

피해는 폭염에서 가장 많이 발생했고, 그다음은 호우, 태풍 등 풍수해에서 났다. 2018년부터 폭염이 자연재난에 포함된 이후 자연재난의 인명 피해가 크게 증가하였다.

IPCC 제6차 보고서(2023)에서는 기후변화로 인한 극한 고온으로 폭염 피해가 전 지구적으로 증가할 가능성이 매우 높다고 예측했는데, 매년 곳곳에서 관련 피해가 발생하고 있다. 우리나라는 2018년 「재난 및 안전관리 기본법」상 자연재난에 폭염을 추가하고 폭염 피해자의 보상이 가능하도록 개정하였으며(국립재난안전연구원, 2023), 범정부 폭염대책본부를 구성하여 취약계층에 관한 대응책을 강화하고 있다.

폭염, 홍수, 태풍, 산불, 가뭄 등 기후변화 관련 사건에 대한 노출 경험은 다양한 형태의 정신건강 문제를 야기한다(Ma et al., 2022, p. 2, 채수미 외, 2023 재인용). 기후변화가 정신건강에 직접 영

향을 미치는 사건은 자연재난인 경우가 대다수를 차지하고 있는데, 간접적인 영향으로 기후 조건에 민감한 감염병의 발생과도 연관되어 있다. 최근 극단적인 기상현상의 빈도가 잦고 강도가 높아졌는데, 이러한 변화도 감염병 발생의 역학에 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(McMichael & Lindgren, 2011, pp. 408-409; Wu et al. 2015, pp. 18-19; 채수미 외, 2023 재인용). 또한 감염병은 우울, 불안 등 정신건강에 영향을 미치게 되므로 기후 관련 재난은 직접적·간접적인 방식으로 정신건강에 영향을 미친다고 하겠다. 홍수, 열대성 저기압, 산불, 폭염과 같은 기후 관련 재난에 대한 노출은 다면적이며 일부에게는 트라우마로 작용할 수 있다(Hrabok et al. 2020). 재난에 노출된 개인과 지역사회는 대부분 회복력을 보이지만 홍수, 급성 가뭄, 산불, 열대성 폭풍에 노출되면 심리적 고통이 증가하고 우울증, PTSD 등 정신건강 문제가 유발되며 기존의 정신건강 상태가 악화될 수 있다(Bonanno et al. 2010; Norris et al., 2002).

기후 관련 재난 중 폭염은 기분장애와 불안 등과 관련 있는 것으로 알려져 있다. 고온 상황에서의 불편함 증가는 적대감과 공격적인 생각, 행동으로 이어지는데, 이는 신체적인 폭력과 살인으로까지 나타날 수 있다. 또한 극단적인 기온 상승이 사람들의 자해나 자살률을 높인다는 결과도 있다. 가뭄은 심리적 고통, 불안, 우울, 자살 증가 등에 부정적인 영향을 미친 것으로 보고되었다. 특히 농민들의 경우 장기간의 가뭄이 자살 증가와 관련된다고 하며, 이

는 가뭄으로 인한 사회경제적 영향과 관련된다. 산불을 경험한 사람들의 경우 수년 동안 PTSD, 우울, 불안을 겪는 비율이 증가했는데, 이는 어른과 아동 모두에서 나타났다고 한다. 특히 기후변화가 홍수, 태풍, 폭우 등을 증가시키고 있다. 이러한 기상현상에 노출된 경험이 사람들의 정신건강에 미친 영향에 대해 많은 연구가 이루어졌다. 홍수로 발생한 일상과 소유물의 상실은 슬픔, 이주, 사회 심리적 스트레스를 가져오고, 이는 PTSD, 우울, 불안과 같은 정신건강 이슈를 발생시킨다. 태풍(허리케인)은 장기적으로 정신건강에 영향을 미칠 수 있는데, 태풍 경험은 급성스트레스, PTSD와 관련이 높고, 지역사회에서 우울과 자살의 비율을 높였다는 연구 결과들이 많다. 폭우가 높은 수준인 국가에서는 전 생애 동안 기분장애를 가질 확률이 높은 것으로도 나타나는 등 기후 관련 재난은 정신건강에 광범위하고 전 생애에 걸쳐 장기적인 영향을 미친다(채수미 외, 2023).

기후 관련 재난은 정신건강뿐만 아니라 다양한 심리사회적 문제를 야기한다. 2019년 말까지 7950만 명이 강제 이주되었는데 국제이주기구는 현재 분쟁이나 폭력보다 자연재난으로 인해 더 많은 사람들이 난민이 되고 있다고 보고했다(UNHCR, 2020). 기후재난 뒤에는 종종 경제적 어려움, 이주, 사회적 지지체계의 단절 등 정신건강의 위험을 악화시킬 수 있는 2차 스트레스 요인들이 뒤따른다. 특히 기존에 취약성이 있거나 기후 관련 재난에 대한 노출이 심한 개인과 집단의 경우 더욱 그렇다

(Goldmann & Galea, 2014). 이러한 경험은 이후 관련 재난으로 인해 발생하는 문제가 다면적이며, 국가의 심리지원이 다차원적으로 필요하다는 근거이다.

3 기후 관련 재난에 대한 국내 심리지원 체계

가. 국내 재난 심리지원의 발달 과정

국내에서 재난에 대한 국가적 차원의 심리지원이 시작된 것은 2008년 행정안전부(당시 국민안전처) 산하 재난심리지원센터가 민간 등 다양한 운영 주체를 통해 운영되면서부터이다. 초기 재난심리지원센터는 정신건강증진센터(3곳), 대학(7곳), 병원(1곳), 대한적십자사(6곳) 등 다양한 운영 주체가 운영하였다. 2016년 행정안전부(국민안전처)는 대한적십자사에 재난심리회복지원센터 운영을 위탁함으로써 운영 주체를 일원화하였다. 재난심리회복지원센터는 센터장 1명과 직원 1명이 다수의 재난심리 전문 자원봉사자들과 함께 운영하는 구조였다. 평상시에는 재난 업무를 담당하는 2명의 직원이 교육 및 재난 심리지원 대비 등의 역할을 수행하였고, 재난이 발생하면 전문 자원봉사자들을 재난 현장에 파견하여 함께 활동을 하였다.

2014년 세월호 참사가 발생한 이후 재난 트라우마에 대한 전문적인 재난심리지원서비스에 대한 욕구가 증가하였는데, 2018년 「정신건강증진 및 정

신질환자 복지서비스 지원에 관한 법률」(이하 정신건강복지법)이 개정되며 국가트라우마센터의 설치 및 운영에 대한 법적 근거가 마련되었다. 이는 심리지원 활성화 및 협력체계 구축의 바탕이 되었다(제15조의 2). 이러한 법적 근거를 바탕으로 2018년 4월 국가트라우마센터가 문을 열었고, 2019년 5월 영남권트라우마센터를 시작으로 충남권, 강원권, 호남권 트라우마센터가 개소하였다. 이후 국가트라우마센터는 우리나라 재난심리지원서비스의 컨트롤타워로서 전달체계 확립과 재난 심리지원 인프라 구축에 큰 기여를 하였다. 현재는 행정안전부의 재난심리회복지원센터와 보건복지부의 정신건강복지센터, 국립정신의료기관, 국가트라우마센터, 권역별 트라우마센터 등에서 재난심리지원서비스를 제공하고 있다. 또한 재난 심리지원의 대상이 기존 법안에서는 재난 경험자에 국한되었지만, 2020년 12월 29일 개정된 정신건강복지법에서는 재난 경험자의 가족과 재난의 구조, 복구, 치료 등의 현장 대응 인력으로까지 확대되었다.

제15조의2 (국가트라우마센터의 설치·운영)

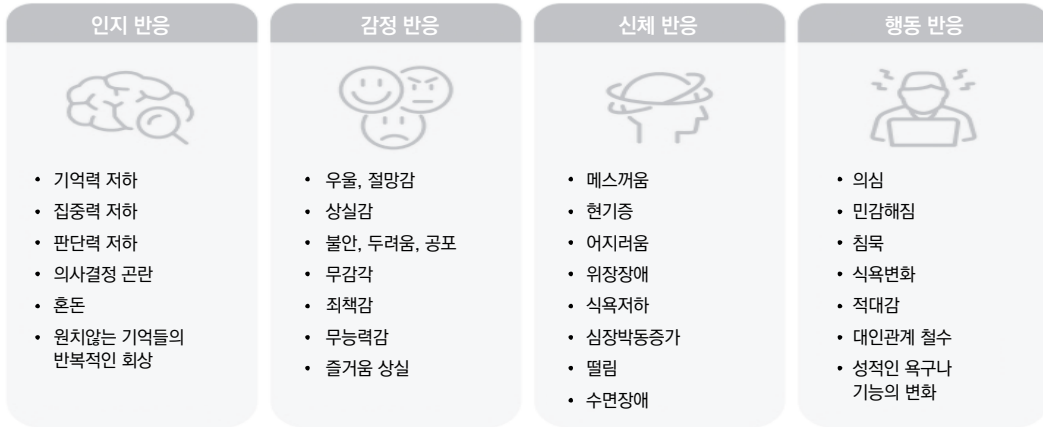
① 보건복지부장관은 다음 각 호의 어느 하나에 해당하는 사람의 심리적 안정과 사회 적응을 지원(이하 이 조에서 "심리지원"이라 한다)하기 위하여 국가트라우마센터를 설치·운영할 수 있다.

1. 재난이나 그 밖의 사고로 정신적 피해를 입은 사람과 그 가족
2. 재난이나 사고 상황에서 구조, 복구, 치료 등 현장 대응 업무에 참여한 사람으로서 정신적 피해를 입은 사람

② 국가트라우마센터는 다음 각 호의 업무를 수행한다.

1. 심리지원을 위한 지침의 개발·보급
2. 제1항 각 호의 어느 하나에 해당하는 사람에 대한 심리평가, 심리상담, 심리치료
3. 트라우마에 관한 조사·연구

[그림 3] 재난 경험자의 일반적 반응



출처: “재난으로 힘들어하는 당신의 몸과 마음의 회복을 위한 가이드북, 풍수해편, 재난 정신건강 전문가용”, 국립정신건강센터, 2023.

4. 심리지원 관련 기관 간 협력체계의 구축
 5. 그 밖에 심리지원을 위하여 보건복지부장관이 정하는 업무
- ③ 보건복지부장관은 대통령령으로 정하는 바에 따라 국가 트라우마센터의 설치·운영을 그 업무에 필요한 전문인력과 시설을 갖춘 기관에 위임 또는 위탁할 수 있다.
- ④ 제1항부터 제3항까지에서 규정한 사항 외에 국가트라우마센터의 설치·운영에 필요한 사항은 대통령령으로 정한다.

출처: “한국의 재난심리지원체제와 재난 대응사례”, 심민영, 2024, 2024 재난심리지원 국제세미나 자료집. p. 17.

나. 재난 스트레스 반응¹⁾

재난 후에 잠을 이루지 못하거나 긴장이 지속되는 등 다양한 스트레스 반응이 나타날 수 있다. 이러한 반응은 대부분 일시적이며 외부의 위협으로부터

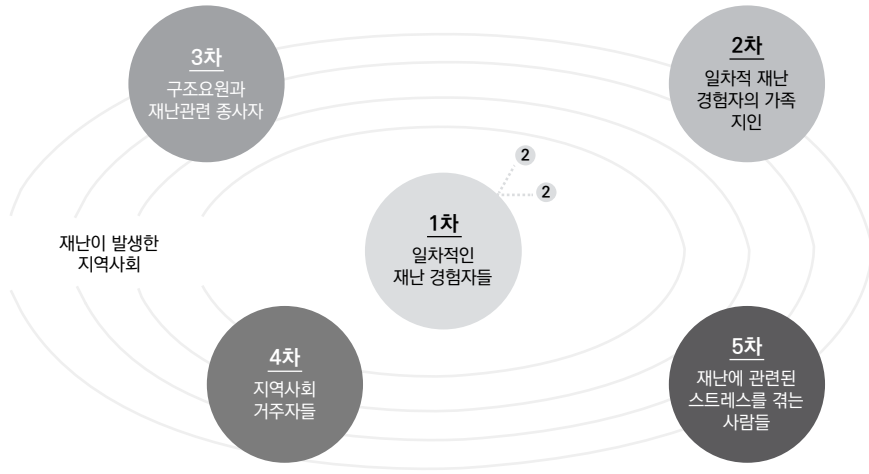
자신을 방어하기 위한 자연적이고 정상적인 현상이다. 재난을 경험한 후 어떤 반응이 나타날 수 있는지 미리 알고 건강하게 대처하는 것은 심신의 회복에 도움이 된다. 재난 심리지원에서 재난 후 스트레스 반응에 대한 정상화는 가장 중요한 점이다.

다. 재난 경험에 따른 심리반응

재난 경험자는 재난을 어떠한 형태로 경험했느냐에 따라 1차 경험자부터 5차 경험자까지로 구분된다(그림 4). 재난이 심리적으로 미치는 영향은 매우 광범위하기 때문에 이들의 재난 경험과 처하게 되는 상황에 어떠한 특수성이 있는지 잘 이해하고 상담해야 한다.

1) “재난으로 힘들어하는 당신의 몸과 마음의 회복을 위한 가이드북, 풍수해편, 재난 정신건강 전문가용”, 국립정신건강센터, 2023.

[그림 4] 재난 경험자의 분류



출처: “재난으로 힘들어하는 당신의 몸과 마음의 회복을 위한 가이드북, 풍수해편, 재난 정신건강 전문가용”, 국립정신건강센터, 2023.

라. 재난심리지원서비스 전달체계

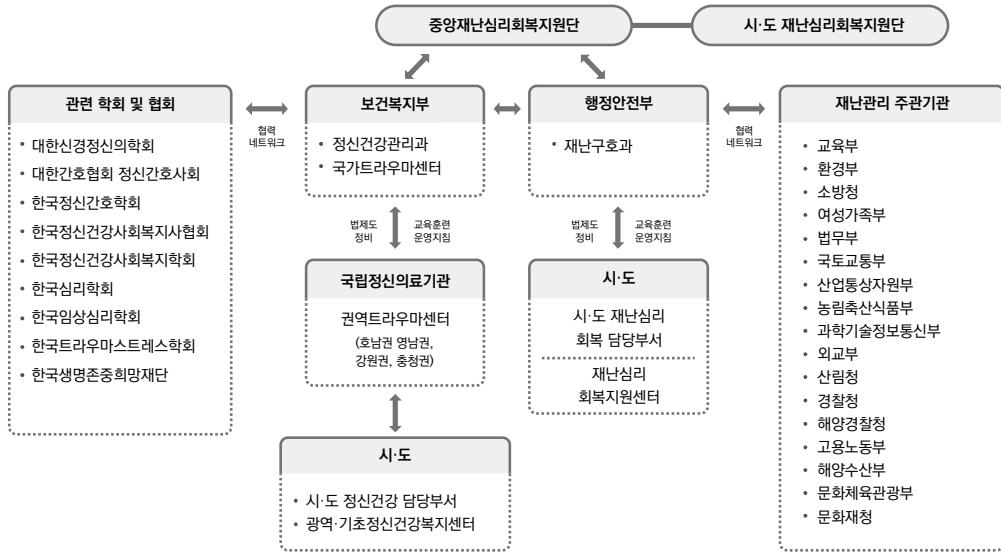
우리나라 재난관리 총괄 기관은 행정안전부이나 재난 심리지원 업무는 정신건강을 다루는 특성상 보건복지부와 협업이 중요하다. 그러나 재난과 같은 위기 상황에서 신속한 대응과 현장에서의 일관성 있고 효율적인 실행을 위해서는 재난 심리지원의 일원화된 지휘, 지원 체계 구축이 매우 중요하다.

[그림 5]와 같이 재난 심리지원 추진 체계는 중앙에서는 보건복지부 정신건강관리과와 행정안전부 재난구호과가 협력의 중심이 된다. 재난의 종류에 따라 다양한 관계 부처가 협업하는 구조로 이루어져 있다. 또한 재난의 특성상 지역사회에 미치는 광범위한 피해와 회복에 요구되는 전문성으로 민간

관련 학회 및 협회가 협력하는 구조로 재난 심리지원이 진행되고 있다. 지역사회에서는 행정안전부 산하의 재난심리회복지원센터와 보건복지부 산하의 정신건강복지센터가 협업하여 재난 발생 직후부터 장기적인 회복까지 재난 경험자의 심리 지원을 제공한다.

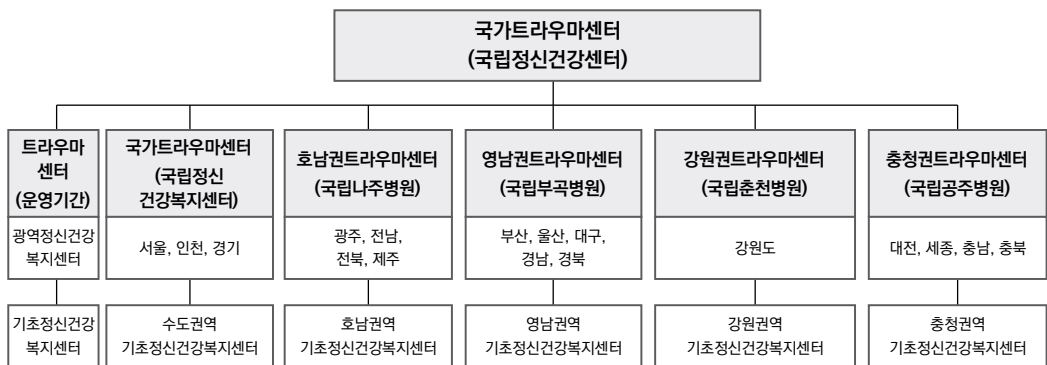
각 지역사회에서 제공되는 재난심리지원서비스는 [그림 6]과 같이 국가트라우마센터가 재난 심리지원의 컨트롤타워 역할을 수행하고, 각 지역에서는 권역별 트라우마센터를 중심으로 지역사회 정신건강복지센터가 재난에 대한 심리지원서비스를 제공하는 형태로 운영되고 있다.

[그림 5] 국내 재난 심리지원 추진 체계



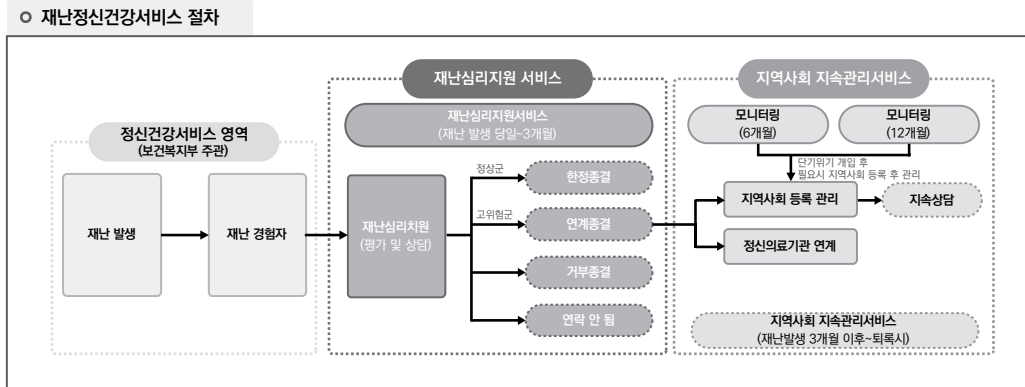
출처: “2024년 재난 정신건강 위기대응 표준 매뉴얼”, 국립정신건강센터, 2024, p. 14.

[그림 6] 재난심리지원서비스 운영체계



출처: “2024년 재난 정신건강 위기대응 표준 매뉴얼”, 국립정신건강센터, 2024, p. 15.

[그림 7] 재난심리지원서비스 절차



출처: “2024년 재난 정신건강 위기대응 표준 매뉴얼”, 국립정신건강센터, 2024, p. 28.

마. 재난심리지원서비스 절차

우리나라 재난심리지원서비스의 절차는 [그림 7]과 같이 재난 발생 당일로부터 3일 이내에 시작되어 이루어진다. 재난 발생 3개월 이후부터는 지역사회의 유관기관과 연계하여 관리서비스를 제공하고 있다. 이렇게 함으로써 장기적인 회복 과정이 필요한 재난 경험자들이 지역사회에 적응해 나갈 수 있도록 하고 있다. 이러한 재난심리지원서비스는 국가트라우마센터와 각 지역의 정신건강복지센터에서 제공하는 정신건강서비스 중 하나이다.

바. 기후 관련 재난에 대한

국내 심리지원서비스 현황과 이슈

국내에서 빈번하게 발생하는 기후 관련 재난은

태풍, 홍수, 호우, 대설 등으로 인한 풍수해가 주를 이루어 왔다. 특히 2018년에 폭염이 자연재난에 포함되면서 폭염에 의한 재난 피해를 고려하기 시작했지만, 폭염으로 인한 재난 경험자들을 위한 서비스는 심리지원서비스보다는 주로 구호 서비스가 제공되고 있는 게 현실이다.

국가트라우마센터에서는 풍수해 시 발생할 수 있는 스트레스에 대한 이해와 스트레스 대처 방안을 포함한 재난 심리지원 가이드를 개발하여 재난 정신건강 전문가 교육을 진행하고 있다. 풍수해를 경험한 경우 초기 단계에는 주민들이 재난 피해 복구에 몰두하게 되며 재산 및 물질적 피해가 어느 정도 복구된 이후 보통 심리지원서비스를 원하는 경우가 대부분이다. 따라서 재난 발생 초기에는 대한적십자사 및 민간단체들이 제공하는 구호활동 과정 중에서 자연스럽게 심리적 응급처치(PFA: Psychological

First Aid)의 원칙들을 적용하는 것이 중요하다.

풍수해와 같은 자연재난의 경우 재난 경험자들은 일반적으로 자연현상으로 인해 발생하는 재난에 압도되고, 자신이 통제력이 거의 없다고 느낀다. 이로 인해 재난 경험자들은 장기적으로 불안과 우울을 경험하는 경향이 높다. 2020년 한반도 폭우²⁾ 당시 전국적인 집중호우의 영향으로 도심과 농경지 침수, 정전, 산사태, 홍수 및 범람, 도로 등 시설물 유실, 저수지 제방 붕괴 등 막대한 피해를 입었다. 폭우의 영향으로 인명 및 재산 피해를 입은 주민들은 임시주거시설에서 대피 생활을 해야 했다. 임시 대피소 생활은 사생활이 보장되지 않았고 의식주에 대한 어려움뿐만 아니라 삶의 터전을 잃었다는 상실감, 불충분한 정보로 인한 불안감, 복구 활동이 장기화하면서 경험하는 실망감과 우울감, 일상생활로 복귀하는 데 따르는 어려움들을 겪었다. 특히 장애인, 고령자, 영유아, 임산부 등 취약계층은 이들을 배려한 서비스의 부족으로 불안감과 공포 등을 경험하였다.

이와 같이 기후 관련 자연재난은 개인과 가족의 정신건강과 일상생활뿐만 아니라 지역사회 환경 전체에 광범위하게 영향을 미친다. 이로부터 회복하는 데는 오랜 기간이 소요된다. 또한 재난은 재난을 직접 경험한 당사자뿐만 아니라 가족, 친인척, 지역 주민, 재난 대응 인력, 재난의 보도를 접하게 되는 국민 중 평소 스트레스에 취약한 국민들에게까지

심리적인 스트레스를 야기한다. 국내 사회재난에는 다양한 사건에 대한 트라우마와 애도 반응을 중심으로 근거 기반 심리 개입이 제공된 반면 기후 관련 재난에는 심리지원서비스로 풍수해에 대한 심리지원이 주로 이뤄졌다. 기후와 관련해 다양한 종류의 재난이 지속적으로 증가하고 있다. 각 재난의 심리 사회적 영향의 이해와 회복을 위한 근거 기반 심리 개입에 대한 연구와 실천이 필요하다.

재난심리지원서비스 절차에서 살펴보았듯이 국내 재난심리지원서비스는 재난 발생 직후부터 초기 3개월 정도, 즉 급성기부터 아급성기까지 집중되어 있다. 3개월 이후 심리사회적인 문제는 각 지역의 정신건강 및 유관기관에서 장기적으로 서비스를 제공하도록 되어 있다. 재난 경험자들의 회복에는 대부분 장기적인 시간이 필요하지만, 초기에 집중적으로 제공되는 재난심리지원서비스는 종결된 후 지역사회 유관기관의 추후 서비스로 연결되기보다는 서비스가 중단되는 경우가 대부분이다. 지역사회 서비스가 중단되는 것은 국내 지역사회 정신건강 서비스 제공 기관이 주민들에게 재난심리지원서비스를 제공할 여력이 없거나, 재난에서 회복되는 방안에 대해 전문적으로 훈련받은 인력이 지역사회에 부족하거나, 전문인력이 있어도 과중한 업무로 재난심리지원서비스를 제공할 여력이 없기 때문이다. 재난 경험자들은 장기적으로 사회의 개입이 필요한데도 지역사회 유관기관의 전문가들은 재난심

2) 국립정신건강센터. (2023). 재난으로 힘들어하는 당신의 몸과 마음의 회복을 위한 가이드북, 풍수해편, 재난 정신건강 전문가용에서 발췌했다.

리지원서비스에서 지켜야 할 원칙이나 개입 방안에 대한 교육훈련이나 슈퍼비전을 제공받지 못하고 있다.

4 기후 관련 재난 심리지원에 대한 국제적 권고³⁾와 국내 시사점

기후변화가 심각해지면서 앞으로 기후 관련 재난은 더욱 빈번하고 강도가 높게 발생할 가능성이 높다. 국제트라우마스트레스학회(ISTSS: International Society for Traumatic Stress Studies)에서는 다음과 같은 공중보건 및 정책 차원, 임상적 차원,

연구적 차원에서 기후변화를 대비하도록 권고하고 있다. 재난 정신건강 전문가로서 필자의 실천과 연구, 제도에 대한 관찰 경험을 바탕으로 국제사회의 권고가 국내 재난 심리지원 현 상황에 주는 시사점을 생각해 보았다.

이상과 같이 기후변화에 대비하기 위한 국제트라우마스트레스학회의 권고 사항을 필자의 국내 경험을 바탕으로 고려해 본 결과 임상적·연구적 차원에서의 노력들은 국제적인 권고에 맞춰 어느 정도 진행되고 있다. 그러나 사회의 다양한 구성원과 조직들을 포함한 제도적·정책적 차원에서 기후변화

[표 1] 국제 권고 사항과 국내 시사점: 공중보건 및 정책차원

국제 권고 사항	국내 시사점
<ul style="list-style-type: none"> 기후변화로 인한 스트레스 요인을 분류하는 프레임워크를 개발한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 정부 부처 합동 이상기후 보고서 작업 등 기후변화에 대한 프레임워크들은 진행되고 있으나, 기후변화로 인한 스트레스 요인 분류 등 정신건강과 연결하는 작업은 향후 더욱 필요함.
<ul style="list-style-type: none"> 기후변화의 영향에 대한 회복력을 높이기 위해 트라우마 스트레스를 포함한 정신건강 문제를 예방하고 치료와 함께 웰빙을 증진하기 위한 노력을 지원한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 트라우마 스트레스와 정신건강 문제를 예방, 치료, 증진하기 위한 지역사회 정신건강 시스템이 갖추어져 있지만, 정신건강에 영향을 미치는 기후변화의 영향을 고려하고 이를 국민들에게 인식시키는 노력이 더 필요함.
<ul style="list-style-type: none"> 정책과 행동의 변화를 가져오기 위해 사람들이 기꺼이 행동에 나설 수 있도록 지원한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 정책과 행동의 변화를 위해 더 적극적인 행동이 필요함.
<ul style="list-style-type: none"> 기후변화의 맥락에서 트라우마 스트레스를 개선하기 위한 노력을 시작하고 발전시키는 과정에서 지역사회 지도자와 풀뿌리 조직을 파트너로 참여시킨다. 	<ul style="list-style-type: none"> 지역사회 지도자와 풀뿌리 조직들을 기후변화와 트라우마 스트레스를 개선하는 노력에 동참시키는 노력 필요함.
<ul style="list-style-type: none"> 기후변화를 해결하기 위한 지속가능성 및 생태학적 노력에 관련 학제 간 보건전문가, 지역사회 지도자, 교육자 및 기타 분야 간 치료 네트워크를 구축한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 다학제로 구성된 재난 정신건강 전문가 간의 연구 및 치료 네트워크가 구성되어 있지만, 기후변화 해결과 지속가능성에 대한 강조가 더 이루어져야 함.
<ul style="list-style-type: none"> 긍정적인 기후변화 적응 및 완화 전략을 지원한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 국가 공중보건정책 차원에서 기후변화 완화 전략이 더 적극적으로 지원될 필요 있음.

3) Augustinavicius, J. L. et al. (2021). Global climate change and trauma: An International Society for Traumatic Stress Studies Briefing Paper. <https://istss.org/public-resources/istss-briefing-papers/global-climate-change-and-trauma/>

와 정신건강 문제에 대비하는 노력은 더 필요해 보인다. 재난 정신건강 전문가로서 필자의 실천과 연

구 경험, 제도에 대한 관찰에 근거한 고찰이었으나 참고가 되길 바란다.

[표 2] 국제 권고 사항과 국내 시사점: 임상적 차원

국제 권고 사항	국내 시사점
<ul style="list-style-type: none"> 지역사회 네트워크를 통해 지역사회 차원 포함한 다양한 수준에서 정신건강 및 심리사회적 지원 서비스를 제공한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 정신건강 및 심리사회지원서비스가 특정 정신건강기관에만 국한된 경향 있음. 이 서비스 제공을 위해 보다 광범위한 지역사회 기관들의 역량 강화 필요함.
<ul style="list-style-type: none"> 정신건강의 욕구를 다룰 때 인권을 존중하고 해를 끼치지 않는 접근법을 준수한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 정신건강서비스에서 인권 기반, 해를 끼치지 않는 접근법(Do No Harm 원칙)을 지향하고 있음.
<ul style="list-style-type: none"> 문제가 존재하는 경우(예: 재난 경험자 집단 및 복잡한 환경에서의 고통과 트라우마 반응에 대처하기 위해) 근거 기반 접근법을 사용하고 국제 지침을 따른다. 	<ul style="list-style-type: none"> 근거 기반 개입 방법과 국제 지침을 바탕으로 정신건강 전문가들이 훈련받고 있으나 적용은 개인 및 개별 기관의 노력에 달려 있음.

[표 3] 국제 권고 사항과 국내 시사점: 연구적 차원

국제 권고 사항	국내 시사점
<ul style="list-style-type: none"> 체계론적 사고 프레임워크와 도구를 사용하여 트라우마 및 트라우마 관련 정신병리가 정신건강의 사회적·환경적 결정 요인에 의해 어떻게 영향을 받는지 이해하고 상황에 맞는 맞춤형 개입을 개발한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 생태체계론적 관점으로 트라우마를 이해하고 개입해야 하나 아직은 트라우마를 개인적인 문제로 간주하고 개인적인 변화만을 기대하는 경향이 많음.
<ul style="list-style-type: none"> 기후변화가 트라우마 사건(예: 도시 폭력, 성폭력, 무력 분쟁)의 발생에 어떤 영향을 미치는지 살펴보고, 이것이 트라우마 관련 정신병리에 어떤 영향을 미치는지 전 세계적 수준(예: 트라우마 스트레스에 대한 글로벌 협력체와의 연결 포함)에서 살펴본다. 	<ul style="list-style-type: none"> 기후변화와 다양한 트라우마 사건의 발생 간 관계에 대해 충분히 살펴보지 못하고 있음. 더 많은 연구를 할 필요가 있음.
<ul style="list-style-type: none"> 비교 목적 및 통합 분석을 위해 다양한 지리적 맥락에서 기후변화 관련 노출 및 트라우마 스트레스 영향을 평가하는 데 사용할 수 있는 일련의 측정 방법을 개발한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 기후변화 관련 노출 및 트라우마 스트레스 영향 평가를 위한 측정 방법을 개발하고 연구하고 있음.
<ul style="list-style-type: none"> 트라우마 스트레스를 예방하고 심리적 회복력을 지원하는 메커니즘으로서 풀뿌리 사회 및 기후정의 프로젝트 참여를 포함한 기후변화 적응 및 완화를 시험한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 다양한 풀뿌리 조직 참여 및 다양한 기후정의 프로젝트 참여가 이루어지고 있지만, 트라우마 스트레스의 예방과 회복력 지원의 메커니즘으로 이루어지고 있는지 모름.
<ul style="list-style-type: none"> 정신건강과 웰빙을 개선하고 트라우마 스트레스를 예방하기 위한 자원을 효과적으로 관리하기 위한 친사회적 행동, 집단적 책임, 집단적 행동을 촉진하는 데 글로벌 네트워크의 역할을 조사한다. 이러한 네트워크를 위해 가장 효과적인 거버넌스를 파악한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 정신건강, 웰빙, 트라우마 스트레스 예방을 위한 글로벌 네트워크가 충분하지 않음. 더 활성화할 필요 있음.
<ul style="list-style-type: none"> 기후변화의 맥락에서 취약한 환경에 대한 지속적인 불확실성과 불안정성을 관리하도록 돕기 위해 수용 기반 및 증거 기반 인지 행동 접근 방식을 테스트한다. 기후변화의 맥락에서 취약한 환경에 대한 지속적인 불확실성과 불안정성을 관리하는 데 도움이 되는 증거 기반 접근법을 테스트한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 기후변화에 대한 취약성과 불안정성을 관리하기 위해 인지행동 치료나 수용전념 치료 등 증거 기반 치료가 필요하다는 것을 인지하며 정신건강 전문가들이 훈련받고 활용하고 있음.
<ul style="list-style-type: none"> 정신건강 및 트라우마에 초점을 맞춘 개입의 환경적 비용과 경제적 비용, 임상적 이점을 평가한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 개입 효과성 연구의 환경적 비용과 경제적 비용, 임상적 이점을 충분히 평가하고 있지 못함. 여러 측면을 포함하여 평가할 필요 있음.

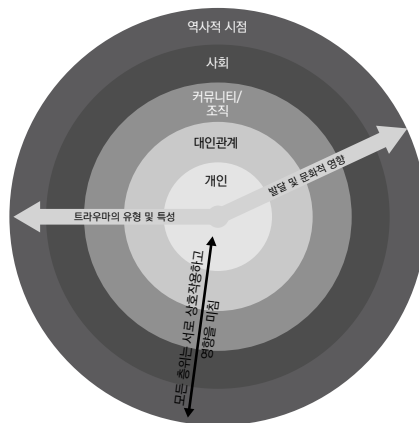
5 나가며

기후변화가 가속화되면서 기후와 관련된 재난의 발생 또한 빈번해지고 정도는 심각해지고 있다. 국내 재난 심리지원 체계는 2014년 세월호 참사를 겪으며 국가적 차원의 전문적 재난심리 지원 체계가 전무하다는 문제의식을 바탕으로 2018년 국가 트라우마센터가 설립됨으로써 체계를 갖추기 시작하였다. 전 세계는 지금도 수많은 기후 관련 재난에 노출되고 있으며, 세계화와 디지털 기술의 발달로 우리는 전 세계의 재난 상황을 간접적으로 경험하는 시대에 살고 있다.

재난 트라우마를 잘 이해하기 위해서는 재난 트라우마가 발생한 맥락을 고려해야 한다. 재난 트라우마를 이해하는 초점을 개인 특성에서 사회적 상

호작용, 지역사회, 정부, 문화 등의 영향력을 인정하는 더 폭넓고 체계적인 관점으로 확대하는 동시에 다양한 영향력 간의 상호작용을 살피는 것이 필요하다. 최근 트라우마 및 재난을 이해하고 예방 전략과 치료적 개입을 개발하는 데 [그림 8]의 사회생태학적 모형이 적용되고 있다(Centers for Disease Control and Prevention, 2009). 사회생태학적 접근의 세 가지 주요 믿음은 다음과 같다. 첫째, 환경적 요인이 정서적·신체적·사회적 안녕감에 큰 영향을 미친다. 둘째, 건강이나 질병이냐의 근본적인 결정 요인은 개인의 생물학적, 행동적, 사회문화적 요구도에 그들이 가진 자원이 얼마나 합치하는지에 따라 결정된다. 셋째, 예방, 개입, 치료적 접근은 개인, 대인관계, 지역사회 시스템을 대상으로 하는 전략들을 통합하는 것이다. 또한 트라우마와 그 영향

[그림 8] 재난 트라우마와 그 영향을 이해하기 위한 사회생태학적 모형



출처: "Trauma-Informed Care in Behavioral Health Services", SAMHSA, 2014, p. 15.

을 이해하기 위한 사회생태학적 모형에서는 각 수준에 존재하는 위험 요인뿐만 아니라 보호 요인에도 집중한다. 국내 재난 심리지원 정책의 방향은 재난의 예방과 회복에 영향을 미치는 개인과 환경적 요인을 고려한 사회생태학적 관점에서 이루어져야 한다. 즉 기후 관련 재난은 재난 경험자 개인의 문제뿐만 아니라 재난이 발생한 전체 지역사회 문제에도 영향을 미친다. 회복 과정에도 개인, 대인관계, 지역사회, 국가 시스템 차원의 다차원적 개입 방안이 필요하다. 시간적인 차원에서도 재난 발생 직후만이 아니라 적응을 위한 장기적인 차원에서 계획되고 실행되어야 한다. 다양한 배경을 지닌 다학제 전문가들이 서로 이해하고 존중하며 협업하는 것이 재난 이후 대응과 회복의 성패를 좌우한다는 것을 잊지 말자. 누구에게나 발생할 수 있는 재난을 경험한 사람들의 고통을 공감하고 연대할 때 잘 회복될 수 있다는 것을 기억해야 한다. ㉞

참고문헌

- 관계부처 합동. (2023). **2023년 이상기후 보고서**.
국립재난안전연구원. (2023). **재난안전 제도 개선 보고서, 기후위기에 따른 폭염 취약 관리대상 확대**.
국립정신건강센터. (2023). **재난으로 힘들어하는 당신의 몸과 마음의 회복을 위한 가이드북 풍수해 편, 재난 정신건강 전문가용**.
심민영. (2024). 한국의 재난심리지원체계와 재난 대응 사례. **2024 재난심리지원 국제세미나 자료집**.
채수미, 김혜윤, 이수빈, 신지영, 백주하, 김태현, 전진아. (2023). **사회정신건강연구센터 운영: 기후위기가 정신건강에 미치는 영향**. 한국보건사회연구원.
행정안전부. (2022). **2022 재해연보**.
Augustinavicius, J. L., Lowe, S. R., Massazza, A., Hayes, K., Denckla, C., White, R. G., Cabán-Alemán, C., Clayton, S., Verdelli, L., Berry, H. (2021) *Global climate change and trauma: An International Society for Traumatic Stress Studies Briefing Paper*. <https://istss.org/public-resources/istss-briefing-papers/global-climate-change-and-trauma/>
Bonanno, G. A., Brewin, C. R., Kaniasty, K., & Greca, A. M. L. (2010). Weighing the Costs of Disaster: Consequences, Risks, and Resilience in Individuals, Families, and Communities. *Psychological Science in the Public Interest*, 11(1), 1–49. doi:10.1177/1529100610387086.
Centers for Disease Control and Prevention. (2009). *The social-ecological model: A framework for prevention*. <http://www.cdc.gov/violenceprevention/overview/social-ecological-model.html>
Goldmann, E., & Galea, S. (2014). Mental Health Consequences of Disasters. *Annual Review of Public Health*, 35(1), 169–183. doi:10.1146/annurev-publhealth-032013-182435
IPCC. (2023). *Climate Change 2023: Synthesis Report*. Contribution of Working Groups I, II and III to the Sixth, Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change [Core Writing Team, H. Lee and J. Romero(eds.)]. IPCC, Geneva, Switzerland,

184 pp. doi: 10.59327/IPCC/AR6-978929
1691647.

Norris, F. H., Friedman, M. J., Watson, P. J., Byrne,
C. M., Diaz, E., & Kaniasty, K. (2002). 60,
000 Disaster Victims Speak: Part I. An
Empirical Review of the Empirical Literature,
1981—2001. *Psychiatry*, 65(3), 207–239.
doi:10.1521/psyc.65.3.207.20173

Substance Abuse and Mental Health Services
Administration. (2014). *Trauma-Informed
Care in Behavioral Health Services*.
Treatment Improvement Protocol (TIP)
Series 57. HHS Publication No. (SMA)
13-4801. Rockville, MD: Substance Abuse
and Mental Health Services Administration,
2014.

UNHCR. (2020). *Global Trends: Forced Displace
ment in 2019*. [https://www.unhcr.org/
5ee200e37.pdf](https://www.unhcr.org/5ee200e37.pdf)

The Current Status of Psychological Support in Climate-Related Disasters and the Policy Challenges

Hyun, Jinhee

(Daegu University)

Most empirical studies that concern how climate change relates to mental health focus on exposure to climate-related disasters like floods, typhoons, wildfires, and heatwaves. The impact of exposure to natural disasters is multifaceted. While individuals and communities that experience these disasters show resilience in most cases, some may suffer increased psychological distress and even develop mental health issues like depression, anxiety, and PTSD, with their mental health status deteriorating. The provision of national support is essential post-disaster for people's psychological well-being. These support services must be comprehensive and sustained over a sufficient period of time. Post-disaster mental health support services have advanced and improved in the last few years, delivered through disaster psychological support centers (Ministry of Public Administration and Security) and national and local trauma centers (Ministry of Health and Welfare). This article explores ways to provide psychosocial support services in a sustainable manner to those affected by climate disasters, which, in this era of climate change, occur with increasing frequency.