

ISSUE PAPER

2021 Vol. 04

발행인 이기순

발행일 2021. 9. 30.

청소년상담 이슈페이퍼

코로나 시대 Z세대 청소년의 대인관계

‘연결되어 있으나 고독한’

- 01 들어가기
- 02 Z세대 청소년 대인관계 특성
- 03 코로나 시대 청소년의 대인관계 경험
- 04 결론 및 제언



01 들어가기

지금 우리는 빠른 속도, 높은 불확실성과 복잡성, 코로나19의 대유행과 같이 지금껏 경험하지 못한 낯선 변화가 계속 되는 세상에 살고 있다. 이러한 사회 환경적 변화에 가장 민감하게 반응하는 세대는 바로 청소년일 것이다.

Z세대¹⁾라고 불리는 지금의 청소년은 스마트폰이 등장한 시기에 태어나 스마트폰으로 소통하고 스마트폰(모바일)과 SNS를 적극 활용하는 디지털 네이티브(digital native)이다. Z세대는 디지털 모바일 기기가 대중화된 이후 유년·청소년기를 보내기 때문에 비대면으로의 급격한 전환에 대한 충격이 덜할 것이라는 분석이 있다(김향미, 윤기은, 2020. 12. 31.).

그러나 많은 전문가들은 코로나19 팬데믹의 가장 큰 피해자로 아동청소년을 지목한다(김향미, 윤기은, 2020. 12. 31; UNSDG, 27 July 2021). 즉, 성인기 진입 시기에 덮친 코로나로 이별과 단절을 강도 높게 경험하고 심리적 영향도 '25세 미만'인 Z세대에게 더 두드러져, 이를 해결하지 않는다면 한 세대가 장기적인 위험에 처하게 된다고 경고한다(Mental Health America, 2020).

한국청소년상담복지개발원은 지난 5월 전국단위 청소년 정신건강 실태조사²⁾를 실시하고 코로나의 장기화로 청소년이 경험하는 심리정서적 어려움을 확인했다.

이번 이슈페이퍼는 지난 실태조사에서 드러난 청소년의 대인관계 양상, 결핍과 외로움에 대하여 청소년의 이야기를 직접 듣고 분석하였다.

이러한 결과에 근거해 청소년의 변화에 가장 빠르게 반응해야 하는 청소년 지원 전문가들이 청소년의 변화에 어떻게 대응해야 하는지 시사점을 도출하고 비대면 시대에 걸맞은 청소년 심리지원 방안을 제안하고자 한다.

1) 대체로 90년대 후반에서 2000년대 초반 출생자를 Z세대로 지칭. 기성 세대를 나누는 글로벌한 기준은 각 나라의 정치·사회·경제적 환경에 따라 다르나, Z세대를 구분하는 기준은 세계적으로 거의 유사

2) 청소년상담 이슈페이퍼 5월 통권 제2호. 코로나19 이후 1년, 청소년 정신건강 변화 기록

02 Z세대 청소년 대인관계 특성

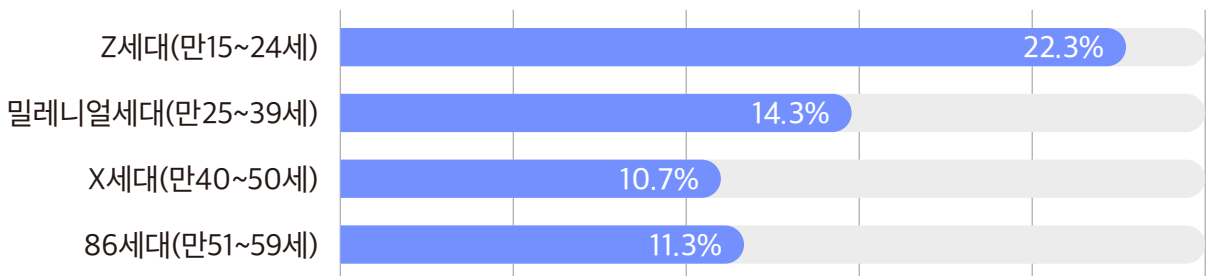
비대면 시대 Z세대 청소년의 관계에 대한 인식의 변화

코로나가 일상이 된 지금 사회 각층에서 청소년의 '사회적 관계의 단절', '관계의 결핍'에 대한 우려가 꾸준히 제기되고 있다(김현수, 2020). 이러한 우려와 함께, Z세대의 '인간관계', '소통'에 대한 사회적 관심 또한 높다(대학내일20대연구소, 2020; 마크로밀 엠브레인, 2019; 한국청소년정책연구원, 2020).

코로나19가 세대별로 미친 영향이 다르지만, '관계에 대한 인식'에서 기존 세대와의 차이가 두드러진다. 세대별 가치관 비교 조사에서, Z세대 청소년은 다른 세대에³⁾ 비해 온라인을 통한 비대면 소통에 익숙하고 같은 콘텐츠를 즐기는 것만으로도 소속감을 느끼며 온라인 관계에 개방적인 것으로 나타났다(대학내일20대연구소, 2020). 즉, Z세대 청소년들은 다른 어떤 세대보다 온라인커뮤니티나 SNS에서의 새로운 만남과 유대감을 선호한다고 한다.

출처 : 대학내일20대연구소(2020)

온라인 커뮤니티 회원을 친구라고 생각한다



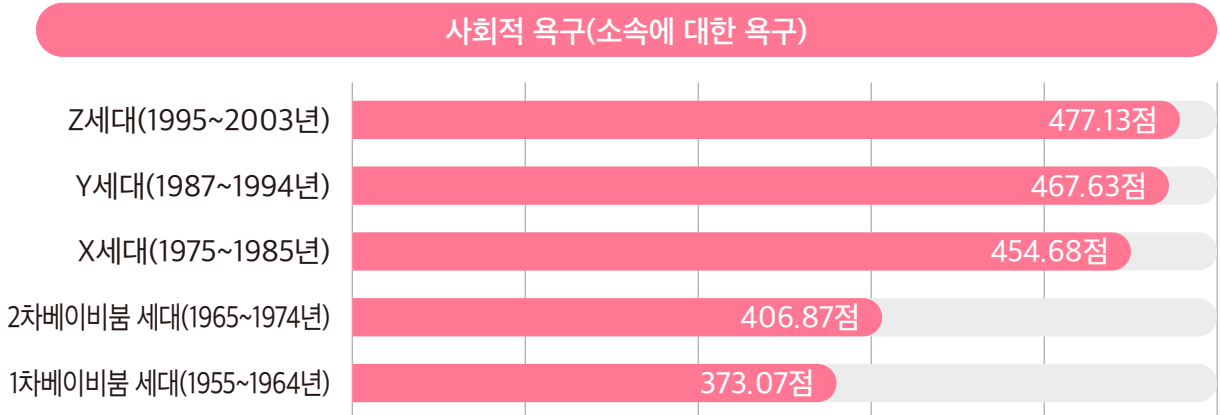
또한 Z세대는 인간관계를 인맥이 아닌 개인의 취향에 맞추고 아는 사람에 대한 감정 노동을 거부하고 스트레스를 덜 받는 인간관계를 추구하며 새로운 관계 맺기를 부담스러워 하는 세대였다(마크로밀 엠브레인, 2019). Z세대는 단단하고 끈끈하게 연결된 인간관계를 추구하지 않고 취향이 맞는 이들과는 느슨하고 가벼운 관계를 추구하는 대인관계 가치관을 갖는다는 것이다.

그러나 이처럼 Z세대 청소년은 스마트폰과 SNS로 다른 사람과 항상 연결돼 있다고 믿지만, 역설적이게도 다른 세대에

3) 1차, 2차 베이비부머 세대, X세대, 밀레니얼 세대

비해 수용, 우정, 친밀감, 관계에 대한 욕구를 가장 크게 느낀 세대였다(마크로밀 엠브레인, 2019). 평소 인간관계나 타인과의 관계 형성에 대한 어려움(사회적 결핍의 욕구)을 Z세대가 가장 크게 경험하고 있다는 것이다.

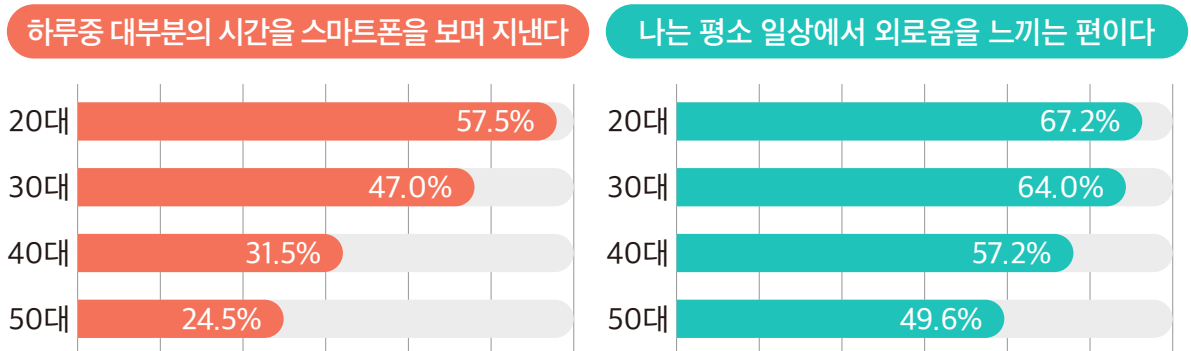
출처 : 2020 트렌드모니터(마크로밀 엠브레인, 2019)



이는 하루 중 대부분의 시간을 스마트폰과 보내는 세대일수록 외로움을 더 많이 느끼고 있다는 결과와도 맥을 같이 한다. 조사 대상에 10대 청소년이 포함되지 않았지만, 하루 중 스마트폰과 보내는 시간이 가장 많다고 응답한 20대가 다른 연령대에 비해 상대적으로 더 외롭다고 느끼는 것이다(마크로밀 엠브레인, 2019).

결국 스마트폰을 통해 ‘나’ 이외의 세계와 연결되고 궁극적으로는 외로움과 고독함에서 벗어나기 위해 스마트폰을 찾지만 언제 어디서나 연결될 수 있는 지금의 소통방식에도 Z세대는 여전히 타인과 멀게 느껴지는 감정을 느끼고 있는 것은 아닌지 생각해 볼 수 있다. 이는 코로나 팬데믹 이후 실시된 다양한 청소년 정신건강 실태조사를 통해서도 예측이 가능하다 (한국청소년상담복지개발원, 2021; 한국트라우마스트레스학회, 2021).

출처 : 2020 트렌드모니터(마크로밀 엠브레인, 2019)



종합하면, 코로나 팬데믹은 온라인으로 연결된 Z세대 청소년의 대인관계 특성을 더욱 심화시켰다. 앞으로 Z세대 청소년의 온라인 중심의 인간관계는 더 강화될 것이며 요즘과 같은 사람들을 못 만나는 시대에 SNS는 인간관계 유지의 주요 수단이 될 것이다(마크로밀 엠브레인, 2020).

그러나 관계의 범위는 확대되나 깊이는 알아지는 ‘느슨한 연대’, ‘피상적인 관계’에 그치는 Z세대 청소년의 대인관계 패턴이 코로나 시대와 맞물려 만성화 될 경우, 소외와 고립감을 넘어 더 심각한 결과를 초래할 수 있다는 우려가 제기된다.

비대면 시대 청소년의 대인관계 경험에 대한 심층적인 이해가 필요

청소년기 경험은 전 생애에 걸쳐 영향을 준다. 똑같은 코로나 시대를 살고 있지만 그 영향에 가장 취약한 청소년이 경험하는 어려움을 방치한다면 결국엔 사회 전체에도 부정적인 영향을 미칠 것이다. 무엇보다 그들을 이해하는 것은 좀 더 희망적인 미래를 만드는데 필수다.

‘포스트(post) 코로나’가 아니라 ‘위드(with) 코로나’가 될 수도 있는 예측할 수 없는 시대에 미래 주인공인 청소년이 변화할 세상에 대비하고 건강한 성인기로 이행할 수 있도록 이들에 대한 이해가 필요하다.



03 코로나 시대, 청소년의 대인관계 경험

인용된 인터뷰는 2021년 한국청소년상담복지개발원에서 진행 중인 [포스트 코로나 시대: 청소년 정신건강 연구]의 청소년 인터뷰를 재구성하였다.

“ 비대면 소통으로 언제 어디서나 친구관계 유지 ”



고3, 여 A

거의 SNS를 하거나 게임에서 만나요. 코로나 전에는 주말에 볼지, 말지 고민하는 그런 사이였는데, 이제는 그 친구도 하루 종일 놀고 있고, 저도 하루 종일 놀고 있어서 SNS랑 게임을 계속하니깐 오히려 전보다 더 친해진 것 같아요.

친구들이랑은 전화를 한번 할 때 좀 오래 해요. 영상통화도 자주하고요. 왜냐면 많이 만나지 못하니까 전화를 조금 오래 하는 편이고, 좀 덜 친한 애들하고는 관계를 유지하기 위해서라도 가끔씩 연락을 하고 있어요.



고2, 여 B



고1, 남 C

저는 밖에서 친구 만나고 노는 타임이 아니라서 원래 온라인 게임을 많이 하니까 친구들은 항상 계속 만나고 있어요.

Z세대 청소년답게 응답자들은 영상 통화, 온라인 게임 등 디지털에 기반을 둔 소통에 익숙하고 온라인으로 관계를 유지하고 있었다. 코로나 이후 친구와 대면으로 만나지 않아도 비대면 소통으로도 더욱 친밀감을 느끼거나 대면이나 비대면 구분 없이 만남을 유지한다고 인식하고 있었다. 즉 태어날 때부터 디지털로 연결된 세상에서 성장한 이들은 온·오프라인의 경계가 무의미하다. 대면으로 친구들을 만나지 않아도 불편함이 없고 오히려 취향에 맞게 친구관계를 유지하고 있는 것이다.

“ 코로나 이후 관계유지 노력에 대한 부담감이 감소 ”



개인적으로는 집순이라서 이전에는 친구들과 만나는 약속이 자주 잡히면 조금 힘들어하는데, 이제는 코로나 핑계를 대고 안 나갈 수 있는게 조금은 좋았어요.

사람들이랑 자주 못 만나서 안 좋은 점도 있지만 사람들과 자주 안 만나기 때문에 일상적인 갈등은 덜 생기는 것 같아요. 그래서 관계로 스트레스 받거나 하는 건 많이 없는 것 같아요. 이 사람이 나한테 막 대한 다든지 그런 게 잘 없잖아요. 그런 점이 좀 좋은 것 같아요.



(입학하고 반 친구들과) 일부러 친구 안 맺기보다는 친해질 기회가 없어서 SNS로도 연락 안해요. SNS로 연락을 안 한다는 것은 실제 만났을 때도 이야기를 안 하는 거랑 똑같거든요. 결국에는 편한 친구들하고만 계속 채팅을 많이 하기 때문에, 채팅하는 친구들만 친구인 것 같아요.

응답자들은 친구들과의 만남이 줄었지만 관계에서 오는 스트레스가 줄어 안정감을 느끼는 경향이 있었다. 코로나를 명분 삼아 기존의 친구관계를 유지하는데 노력을 덜 들이는 것 뿐만 아니라 더 많은 새로운 친구를 사귀는데도 소극적이었다. 즉, 관계에서 오는 부담과 스트레스를 피하고 느슨한 친구관계를 선호하는 경향이 나타났다.

“ 그럼에도, 대인관계의 단절감, 외로움을 경험 ”



저는 친구를 사귄 때, 많이 만나고 이야기를 많이 해야 친해지는 스타일인데, 격주 등교 하면 조금 친해졌다가 다시 SNS로만 연락하니깐 멀어졌다가 이러기를 반복하는 것 같고... 만나지도 않고, 놀 기회도 적으니깐 더 친해지기 힘든 것 같아요. 나중에 사회생활 할 때도 영향을 미칠까 봐 걱정이 돼요.

코로나 전에는 항상 학교에 와서 애들하고 모여 있으니깐 혼자 있는 시간이 많이 없어서 별생각 없었는데, 코로나 이후에는 계속 집에 혼자 박혀 있잖아요. 그러다 보니 계속 이려고 있어도 되나 생각이 들기도 하고, 외로워요. 집도 친구들하고 멀거든요. 하루 종일 애들하고 전화하면서 놀 순 없잖아요.



어떨 때는 좀 외로워요. 전보다 말도 덜하니깐 밝은 기운이 적어진 것 같고. 친구를 많이 못 만나고 학교에 가더라도 전보다 확실히 말할 기회도 줄고, 놀 기회도 줄어드니까 친구들이랑 편해지기도 힘들고.... 만나지를 못하니깐 친구가 없는 것 같은 기분도 들어서 스트레스를 받게 되는 것 같아요.

친구관계 유지에 시간과 에너지를 쏟지 않아 스트레스를 덜 받고, 온라인으로도 충분히 소통하고 있다고 응답했던 청소년들은 역설적이게도, 혼자 있는 시간이 이전보다 훨씬 늘고 온라인 소통의 한계로 관계의 단절을 느끼고 있었다. 비대면 소통으로는 친구들과 충분한 정서적 교감이나 지지를 경험하지 못하고 사회적 욕구에 대한 결핍이 외로움으로 이어진 것이다.

“ 새로운 관계, 우정, 소속에 대한 결핍을 느낌 ”



고2, 여 B

몇 명의 친구하고는 (SNS로) 자주 연락 하고 나머지 친구하고는 가끔 연락하지만 그래도 서먹하긴 해요. 코로나 때문에 고등학교 생활에 대한 추억이 많이 없고, 고등학교 때 친구들이 오래 남는다는데 저는 많이 남아있지 않을 것 같아요.

어색한 사이였던 친구들은 코로나 이후로는 아예 연락을 안 했거든요. 작년에는 6개월 넘게 같은 반이었는데 우리 반이었던 것도 몰랐던 친구도 있었고.. 이름만 알지 애가 누구인지 얼굴도 아예 몰랐고.. 평소 같으면 모르는 애 있으면 말이라도 걸 수 있는데, 볼 수가 없잖아요.



고3, 여 A



중1, 여 E

중학교 입학할 때 친구 많이 사귀어야겠다고 생각했는데, 어쩌다 등교해도 쉬는 시간에 자유롭게 못 돌아다니고, 점심시간도 밥 먹을 시간만 주기 때문에 친구를 많이 사귀지 못했어요. 코로나가 아니었으면 더 많은 친구를 사귄 수 있었을 텐데... 입학해서 처음 만난 친구들은 마스크 쓴 얼굴밖에 모르잖아요. 친구들에게 친근함을 느끼기 힘든 것 같아요.

응답자들은 새로운 학년이 시작되어도 반 친구들과 소속감이나 연대감을 느낄 수 있는 상호작용 기회가 없어 아쉬움을 보였다. 온라인 수업만으로는 연결된 느낌을 충분히 받지 못하고 상호 관계 맺기나 함께한 추억이 없어 친밀감의 결핍을 나타냈다. 이는 온라인 소통만으로 채울 수 없는 연대감과 소속감의 결핍이 코로나의 장기화로 더욱 심화되고 있는 것은 아닌지 생각해 볼 수 있다.

“ 대화로 고민을 털어 놓을 수 있는 대상이 필요 ”



고3, 남 F

고민 같은 거 말할 사람이 없었거든요. 주변에 사람들이 많이 없으니까... 힘든일 있으면 형들이랑 말하지만 제가 뭐가 힘든지 이해도 못해주고, 결국 싸움이나 하게 되고... 나도 내가 힘든것에 대해 잘 설명못하겠고...

상담을 할 수 있는게 많아졌으면 좋겠어요. 나도 그렇고 친구들도 보면 코로나 때문에 생긴 고민도 스트레스도 많은 거예요. 코로나로 힘든 부분에 대해서 말을 하는 것만으로도 조금 나은 기분이 들기 때문에 서로의 고민을 이야기를 터놓고 얘기 할 수 있는 그런 거요



중2, 여 G

심리정서적 측면에서 가장 필요한 것이 무엇인지에 대하여, 응답자들은 스트레스나 고민을 터놓고 이야기 할 수 있는 대상을 필요로 했다. 청소년기 특성상 자신의 고민이나 어려움에 대해 주변 사람, 특히 어른에게 도움이나 대화를 요청하지 않는 경향이 있지만, 청소년들은 맘 터놓고 이야기할 건강한 만남의 기회를 필요로 했다.

“ 친구들과 연결될 수 있도록, 공감과 연대의 장을 만들어야 ”



중1, 여 E

저는 친구들이랑 친해질 기회가 없어서.. 비대면으로 하든지 아니면 대면으로 방역수칙을 지키면서라도 친구들이랑 함께 할 수 있는 것들이 많아졌으면 좋겠어요. 자주는 아니더라도 할 수 있었으면 좋겠어요. 친구들이랑 피구 같은 걸 한다든지 아니면 서로 자기소개 할 수 있는 게임 같은 거라도. 그런 기회가 있다면 정말 좋을 것 같아요.

친구 간에 1대1로 좀 만나야 된다고 생각해요. 친한 친구, 안 친한 친구라도 모두가 이야기를 나눌 수 있는 시간이 만들어지면 서로에 대해서 말할 수 있는 시간이 만들어지면 좋겠어요.



고1, 남 C



고1, 남 H

온라인 수업 할 때 짝꿍 같은 거를 만들어서 서로 연결시켜주면서 공부도 같이 할 수 있게 한다면 좋을 것 같아요. 혼자서는 잘 안돼요. 그리고 비대면으로라도 반끼리 단합을 해서 활동을 하거나 반에서 소외되는 친구 없이 다 같이 할 수 있는 활동 같은 걸 많이 해야 해요.

특히 학교에서만 경험할 수 있었던 다양한 체험과 협동의 기회가 사라진 지금, 응답자들은 그런 기회 없이 혼자서만 잘한다는 것이 쉽지 않다고 이야기 한다. 코로나가 지속되더라도 대면이든 비대면이든 친구들과 함께 모여 공부하고 깨우치는 다양한 활동을 경험할 수 있는 연대의 장이 마련되기를 원했다.

04 결론 및 제언

Z세대 청소년, 연결되었다고 느끼지만 외로움도 경험

Z세대 청소년들은 코로나 이후 온라인으로 친구들과 관계를 유지하고 있으며, 코로나 이전에 비해 대인관계 유지로 인한 부담감과 스트레스가 감소된 것을 긍정적으로 인식하였다.

온라인으로 관계 맺고 소통하기를 선호하며 온라인 관계에 열린 세대이지만 코로나 이후 혼자 있는 시간이 늘고 또래와 함께 할 수 있는 것들이 사라진 지금, 온라인 소통만으로는 친구와의 정서적 교감이나 소속감을 충분히 경험하지 못해 외로움과 단절감도 느끼고 있었다.

Z세대 청소년이 온라인으로 사람들과 끊임없이 연결되어 있지만 외로움이나 단절감을 느끼는 것은 지금의 소통 방식이 자의적인 선택이라기보다 외부 환경에 의한 강제적인 성격이 더 강하기 때문일 수 있다. 느슨한 연대를 추구하면서 필요할 때 사람과 대면 만남으로 외로움을 해소하던 과거와 달리 코로나로 인해 지금은 그러한 선택의 기회조차 박탈되어, 대인관계에 대한 부정적 경험이 가중된 것으로 보인다.

코로나로 인한 관계의 축소와 고립과 같은 부정적 경험이 오히려 대면 만남에 대한 그리움으로 친구와의 관계를 소중히 하는 마음으로 이어진 것은 아닌지 생각해 볼 수 있다.

Z세대 청소년에게 관계의 질을 더욱 깊게 만들어줄 경험 필요

관계의 대상이 '스마트폰으로 교체'되어 온라인 중심의 대인관계는 더욱 강화될 것이며, 청소년 대인관계는 필연적으로 온라인 중심이 될 것이다. 이렇게 되면 청소년은 관계의 만족감을 온라인 세계에서 충족하려는 경향이 강해지고 관계는 더욱 피상적이 될 가능성이 높다.

인간관계를 충분히 경험한 성인에 비해 청소년은 이제 친구, 또래와 깊은 관계를 형성하고 그 안에서 소속감과 정체성을 느끼기 시작하기 때문에 이 시기의 다른 사람과의 상호작용 경험은 전 생애에 걸쳐 영향을 미친다.

외로움을 결정하는 것은 관계의 양이 아니라 질이다(에릭 클라이넨버그, 2013). Z세대 청소년에게 관계의 양보다 관계의 질을 깊게 만들어줄 정서적 교감을 경험할 수 있는 기회가 필요하다. 학교를 비롯해 청소년을 지원하는 모든 기관들이 비대면으로 전환되었거나 전환되고 있지만, 대면과 비대면의 조합을 찾아 청소년이 딥택트(deeptact)를

경험할 수 있는 정책과 프로그램은 충분하지 않다.

위드 코로나 시대 청소년이 안전한 공간에서 안심하고 친구들과 관계 맺고 소통 할 수 있도록 확실성을 벗어나 대면과 비대면을 자유롭게 넘나드는 만남의 장, 마음의 연대를 경험할 수 있는 기회와 공간이 필요하다.

대면에 비해 효과가 낮기는 하지만 비대면으로라도 청소년이 또래와 상호작용 할 수 있도록 학교를 비롯한 청소년 상담복지센터 같은 지원기관이 주도적으로 준비하고 대응해 나가야한다.

상담, Z세대 청소년이 선호하는 대화 스타일을 이해하고 적용

청소년은 온라인으로 끊임없이 다른 사람과 연결되어 있다고 느끼지만, 정작 마음을 터놓고 대화할 사람, 고민을 이야기 하고 자신의 이야기 들어 줄 사람이 없다고 이야기 한다.

현장에 있는 청소년 상담사 중 다수는 X세대(1975~1986년생) 이상의 연령대다⁴⁾. 주요 의사결정을 하는 이들은 주로 베이비부머 세대(1965~1974년생)이다. 따라서 Z세대 청소년과의 가치관, 의사소통 방식 등에 차이가 클 수밖에 없어, 기성세대가 사용하는 기존의 상담방식이나 소통방식으로 Z세대 청소년은 자신의 고민을 털어놓기에 불편함이나 거부감이 있을 수 있다.

Z세대 청소년에게 심리지원 서비스를 제공해야할 입장에 있는 청소년 상담자는 이 세대에 대한 진지한 이해가 있어야 하며, X세대의 관점에서 Z세대 청소년의 삶을 탐색하고, 큰 격차를 보이는 소통방식의 간격을 좁히기 위해 노력해야 한다.

Z세대 청소년 특징으로 가장 흔하게 언급되는 것이 '투명성, 간결함, 재미 추구, 진지함 거부' 등이다. 디지털 세대인 만큼 소통에 있어서 신속한 반응과 즉각적인 상호작용을 선호한다. 기성세대가 만든 '스테레오 타입'에 대한 거부감이 높기 때문에 Z세대 청소년과 소통하려면 수평적 사고를 가지고 이들의 방식을 이해하고 이들이 수용할 수 있는 방식으로 접근해야 한다.

4) 한국청소년상담복지개발원에서 2021년도 진행 중인 화상상담 모형 및 매뉴얼 개발 연구 조사결과(12월 말 연구보고서 발간 예정)

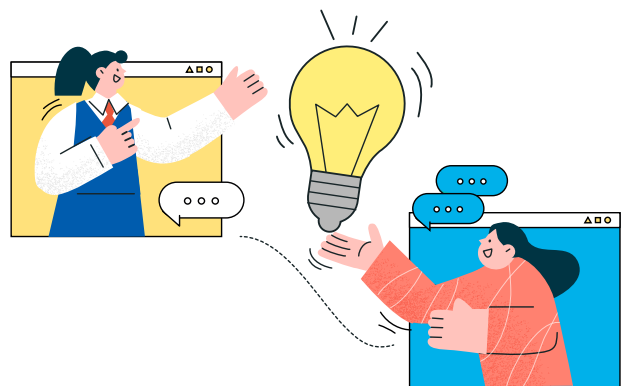
이제는 블렌디드 심리지원 시대

과거의 방식과 관성을 고집해서는 미래세대를 지원할 수 없다. 비대면의 단점은 최소화하고 만족도는 최대화 할 수 있는 다양한 심리지원 방식이 발전해야 한다.

이를 위해서는 먼저 상담자가 청소년의 세계로 찾아가야 한다. 청소년들이 적극적으로 자신을 표현하고 드러내는 곳으로 상담자가 찾아가 위기 청소년을 발굴하고 손을 내미는 심리지원 방식이 요구된다. 페이스북, 유튜브, 인스타그램, 메타버스⁵⁾와 같은 청소년이 선호하는 콘텐츠를 적극 활용하여 청소년과 끊임없이 연결되도록 해야 한다. 또한 청소년이 좋아하는 그들의 관심을 끌 수 있는 매체로 찾아오게 만드는 전략이 필요하다. 사이버상담, 화상상담, 모바일 앱 심리지원 등 다양한 플랫폼을 활용한 상담방식의 다양화가 요구된다.

이러한 측면에서 한국청소년상담복지개발원 사이버상담센터의 '사이버아웃리치'는 Z세대 청소년에게 최적화된 심리지원 방식이다. 찾아가는 온라인 상담서비스인 사이버아웃리치는 청소년 정신건강문제와 SNS속 범죄의 대상이 되고 있는 청소년을 보호하기 위해, 청소년 이용률이 높은 야간시간(20시~04시)에 인터넷 카페, 블로그 SNS 등의 온라인 매체 속으로 상담자가 직접 찾아가 상담활동을 하는 것이다. 또한 '틱톡' 내 정기적인 청소년사이버상담센터 홍보를 통해 위기 청소년이 유입될 수 있도록 유도하고 있다.

좋은 콘텐츠도 필요하지만 좋은 상호작용에 초점을 맞춘 코로나 시대 Z세대 청소년 심리지원 프로그램이 개발되어야 한다. 한국청소년상담복지개발원은 현재 '포스트 코로나 시대 청소년 정신건강 연구'를 진행 중이다. 코로나 이후 청소년의 대인관계, 스트레스에 초점을 맞춰 대면과 비대면 상황에 탄력적으로 적용 할 수 있도록 구성, 개발된 프로그램은 2022년 전국의 청소년상담복지센터 상담자, 학교밖청소년지원센터 꿈드림 및 청소년 회복지원시설 종사자를 대상으로 보급할 계획이다.



5) 초월(Meta)과 세계(Universe)의 합성어로 증강현실(AR)과 가상현실(VR)을 기반으로 하는 모든 가상세계를 의미

비대면시대 상담자 역량 강화 필요

여전히 현장의 많은 상담자들은 코로나 이후 활성화된 화상상담과 같은 비대면상담을 주저하고 있다. 기존 대면상담에 대한 선호와 신뢰 때문이기도 하지만, 화상상담 도구의 활용능력 부족도 주요 원인이다.

기성세대인 청소년 상담자들의 디지털 리터러시(digital literacy), 디지털 시민의식(digital citizenship) 교육이 선행되어야 한다. 거의 모든 일상에서 스마트폰에게 자신의 걸을 내주고 온라인 세계가 일상이 된 Z세대 청소년을 이해하기 위해서는 상담자들의 디지털 역량강화는 필수이다.

상담자 역량 교육에는 청소년들이 주로 이용하는 SNS나 온라인 게임, 커뮤니티에 대한 정보와 온라인에서 청소년만 아는 은어, 신조어 등 언어표현에 대한 최신화가 유지될 수 있는 교육들이 포함되어야 한다.

더불어 비대면 시대 청소년들의 대인관계 패턴이나 심리정서적 어려움의 징후 특히 자살이나 자해와 같은 위험신호를 발견하기 위한 기초 연구도 함께 진행되어야 할 것이다.

한국청소년상담복지개발원은 올해 ‘화상상담 모형 및 매뉴얼’ 개발 연구를 진행 중이며, 비대면 시대 청소년 상담자의 효율적인 상담운영을 지원하고 Z세대 청소년 맞춤형 심리지원 활성화에 적극 대응하고 있다.

Z세대 청소년의 현실 그대로 받아들이고 청소년 스스로 자아실현을 하고 자신의 문제를 극복할 수 있는 기회를 갖도록 돕는 것이 기성세대인 상담자가 감당해야할 책임일 것이다.



- 김동호. (2021. 01. 06.). 글로벌 트렌드 이끄는 Z세대가 노는 법. 서울경제. <https://www.sedaily.com/NewsVlew/22H5H7IGHL>
- 김향미, 윤기은. (2020, 12, 31). Z세대, 팬데믹에 상처받은 미래. 경향신문. https://m.khan.co.kr/view.html?art_id=202012312111005#c2b
- 김현수 (2020). 코로나로 아이들이 잃은 것들 - 우리가 놓치고 있던 아이들 마음 보고서. 서울, 덴스토리.
- 대학내일20대연구소. (2020). 세대별 가치관 비교 조사 발표. <https://www.20slab.org/Archives/37634>
- 오해섭 & 문호영. (2020). "Z세대 10대 청소년의 가치관 변화 연구." 한국청소년정책연구원 연구보고서. 1-280.
- 마크로밀 엠브레인. (2019). 대중을 읽고 기획하는 힘 2020 트렌드 모니터. 시크릿하우스. 서울
- 마크로밀 엠브레인. (2020). 대중을 읽고 기획하는 힘 2021 트렌드 모니터. 시크릿하우스. 서울
- 코로나19: 가난한 '코로나 세대' 팬데믹의 가장 큰 피해자, 연구결과. BBC NEWS, 코리아. 2020년 10월 27일 <https://www.bbc.com/korean/features-54702177>
- UNSDG. Policy Brief: Education during COVID-19 and beyond. 2020. Available online: <https://unsdg.un.org/resources/policybrief-education-during-covid-19-and-beyond> (accessed on 27 July 2021).
- 2021 청소년 통계, 통계청, 사회조사
- 하영옥. (2020). 비대면 사회의 변질: 접촉 포비아 사회, 기회와 위협. 한국전자통신연구원. 기술정책 이슈 2020-06
- 한국트라우마스트레스학회. (2021.06.29.) 2021년도 청소년 정신건강실태조사.

