

## ASIST 소개

### 1. ASIST(Applied Suicide Intervention Skills Training/자살 응급처치 및 자살 중재기술 훈련 프로그램) 개요

- 협회가 2011년부터 국내에 보급하고 있는 자살 예방 교육 프로그램 ASIST는 1983년 캐나다 Alberta, 미국 California주 연방정부의 지원을 받아 개발된 이래 25개국에서 150만 명 이상이 교육을 받은 전 세계적으로 가장 많이 보급된 LivingWorks 프로그램 중 하나임
- 대상자별 특성에 맞는 전문적이고 체계화된 교육과정으로 구성되어 있으며, 현재 전 세계적으로 8,000여 명의 Trainer가 30개국에서 150만 명 이상에게 교육을 진행하는 등 효과성을 인정받고 있는 프로그램임
- 국내에서는 2011년에 도입한 이후 현재까지 1만 명 이상이 수료하였으며, 현재는 자살 예방교육 양성교육의 일환으로 활용되는 한편 학교, 경찰청, 기업 등으로 확대되고 있는 추세임

[표1. 국내 ASIST 교육 수료 인원]

구분	2011년	2012년	2013년	2014년	2015년	2016년	2017년	2018년	2019년
ASIST 수료인원	300명	1,129명	1,305명	1,207명	1,183명	1,036명	1,159명	1,499명	1,591명
구분	2020년	2021년	2022년	2023년	2024년				
ASIST 수료인원	1,251명	1,192명	1,597명	1,518명	1,480명				

\*자살 예방 관련 기관 종사자, 일반 시민, 군, 경, 소방, 학교 등 공기업 및 정부 기관 관계자, 조직 관리자 등 수료

### 2. ASIST(Applied Suicide Intervention Skills Training) 주요 내용

- 가. 교육 방법:** 2일(14시간) 동안 토론, 영상 시청, 발표 및 역할극 등의 방법을 활용하여 자살 예방 관련 이론 및 실기 학습
- 나. 주요 내용:** 자살 응급 처치 및 자살 중재 기술 훈련 프로그램으로, 시청각 자료를 활용한 자살 위험자에 대한 이해도 증진, 자살 중재 모델 이론 및 실기 학습, 역할극을 통한 위기개입 기술을 훈련함
- 1) 체계적인 자살 예방 교육:** 총 14시간, 2일 동안 진행되는 자살 응급 처치 및 자살 개입 기술 훈련 프로그램으로, 짧은 시간에 이론 위주로 진행되는 타 프로그램에 비해 체계적으로 이론을 배우고 실습을 훈련할 수 있음
  - 2) 지역사회 기반의 자살 예방:** 일반적인 게이트키퍼 프로그램이 인식-개입-의뢰의 3단계로 구성된 것에 비해, ASIST는 지역사회 기반의 포괄적인 접근을 우선시하여 자살 위험자가 자살 예방 전문 서비스를 포함한 다양한 지역사회 기관들과 연결되도록 지원하는 것에 중점을 둠
  - 3) 상호작용을 통한 안전 대책 마련:** ASIST는 게이트키퍼-자살 위험자 간의 상호작용에 초점을 맞추어 자살 위험자를 이해하는 방법을 학습하고, 현재의 안전을 확보할 수 있는 기술을 훈련함. 이를 통해 자살 위험자의 현재와 미래의 위험, 소유한 자원과 욕구 등에 근거한 자살 위험자의 안전 대책(safeplan)을 마련해 나감

### 3. ASIST(Applied Suicide Intervention Skills Training) 세부 일정

#### - 1일차

시간	내용	그룹
9:00 -10:30	① 등록 ② 왜 초기대응(First Aid)인가 ③ 왜 어시스트 훈련이 필요한가 ③ 참가자들 소개하기 ④ 워크샵 소개 ⑤ 연결하기에 관하여, 사망원인	전체 모임
10:30 -10:40	그룹 별로 장소 이동	
10:40 -13:00	<b>■ Connecting</b> ① 자살과 도움제공과 관련한 느낌, 경험과 연결하기 ② 자기소개 하기 ③ 자신의 태도를 자살, 도움제공과 연결하기	소모임
13:00 -14:00	점심식사	
14:00 -17:00	<b>■ Understanding</b> ① '이해하기'에 대한 소개 ② 초대를 탐색하기 ③ 자살 생각에 대해 질문하기 ④ '선택을 이해하기' 단계 ⑤ 이야기를 듣기 ⑥ 안전으로의 전환을 돕기 ⑦ '생명을 지원하기' 단계 ⑧ 안전계획을 발전시켜 나가기 ⑨ 조치가 되었는지 확인하기 ⑩ '이해하기' 결론 짓기	소모임

- 2일차

시간	내용	그룹
09:00 -12:05	<b>■ Assisting 1</b> ① '지원하기' 섹션 시작 ② PAL의 실제와 변화는 당신과 함께 시작됩니다. ③ 연습으로 옮겨가기 ④ '연결하기' 상황극 ⑤ 안전으로의 전환을 돕기 상황극 ⑥ PAL 상황극 ⑦ 안전 최우선 상황극 ⑧ 전체그룹 종료하기: 소그룹 활동 소개하기	전체 모임
12:05 -12:20	그룹 별로 장소 이동	
12:20 -13:00	<b>■ Assisting 2 : work group simulation</b> - 소그룹 실습	소모임
13:00 -14:00	점심식사	
14:00 -16:15	<b>■ work group simulation 이어서 실시</b> - 참여자 모두 역할극 실시 및 느낌 공유하기	소모임
16:15 -17:00	<b>■ Networking</b> ① 정돈 및 시작 ② 자살위험자와의 관계에 대한 토의 ③ 지역사회 관계 토의 ④ 평가지 완성하기 ⑤ 워크샵 종료	전체 모임