


즐거운 학교 행복한 교실  이천경남중학교 www.kyeong-nam.ms.kr	생명 존중 및 생명 사랑 교육주간 안내	성실하고 유능한 사람이 되자
--	----------------------------------	-----------------

생명 존중 및 생명 사랑 교육주간 안내

학부모님 안녕하십니까? 가정에서 건강과 사랑이 충만하시길 기원합니다.

우리나라의 자살 증가율이 OECD국가 중 1위에 달하고 있습니다. 특히 충동적이고 판단력이 아직 미흡한 청소년들의 경우 '사고'에 이어 2번째 사망원인에 대두될 만큼 심각한 상황입니다.

이에 본교에서는 생명 존중 및 생명 사랑 캠페인 교육주간을 운영하여 생명 존중 및 자아존중감 등 건강한 가치관 지도를 통해 건전한 생활 태도 확립과 자살 예방에 대한 효과성을 극대화시키고 학생들의 안전한 성장 발달을 지원하고자 합니다.

가정에서도 부모님의 사랑과 관심으로 자녀와 많은 대화의 시간을 가져 주시기 바랍니다.

1. 2024학년도 생명 존중 캠페인 및 교육주간 운영계획

가. 운영 대상 : 전교생 및 교직원

나. 운영 기간 : 2024. 9. 2.(월) ~ 9. 27.(금)

다. 세부 추진계획

- 감동 감화를 통한 회복 탄력성 기르기
- 문화 활동을 통한 생명 사랑 캠페인
- 상담 활동을 통한 위기관리

2. 생명 존중 및 자살 예방 참고자료

자살 예고 징후

1. 자살하겠다고 위협하거나 혹은 자살을 기도한 일이 있었던 경우
2. 부모나 다른 가족 구성원이 자살을 시도한 경우나 친구 중에 자살을 시도했거나 자살로 사망한 경우
3. 일기장이나 친구에게 죽음에 관한 내용을 암시
4. 자살에 관한 책을 읽거나 자살 관련 사이트에 가입·활동하거나 글을 쓰는 경우
5. 청소년 스스로 자신을 받아들이지 못하거나 심한 열등의식에 사로잡혀 있는 경우
6. 평상시 해오던 일상 활동을 거부하고 학업 성적이 계속 떨어지거나, 장기 결석, 가출 등 보일 때
7. 사소한 일로 짜증을 내거나 도전적 발언을 할 때
8. 평상시와 다른 반항, 파괴적 행동, 급격한 성격 변화 등
9. 갖고 있던 물건을 다른 사람에게 나누어 줄 때
10. 유언장을 쓰는 경우
11. 자살에 대해 말하거나 농담하는 일이 많아질 때
12. "더 이상은 못 하겠어", "끝내버리고 싶어"와 같은 말을 하는 경우
13. 식사량의 변화 (너무 적게 먹거나, 또는 너무 많이 먹는 경우)
14. 자살하려는 구체적인 계획을 갖고 있을 때
15. 침울하거나 괴로워하던 표정을 짓던 사람이 갑자기 평온한 상태를 보이는 경우

가족 내 위험요인

1. 부모가 정신 병리를 보일 때, 즉 정동장애나 다른 정신과적 장애가 있을 때
2. 가족 구성원 중에 알코올 중독, 약물남용, 또는 반사회적 행동을 보이는 사람이 있을 때
3. 자살이나 자살시도를 한 가족력
4. 가족 내에서 폭력과 학대를 받을 때(아동에 대한 신체적·성적 학대도 포함)
5. 부모의 양육이 불충분하고 가족 내 의사소통이 빈약할 때
6. 부모 사이에 자주 언쟁이 오가고 그로 인해 가족 내 긴장이 높고 공격성을 보일 때
7. 부모가 이혼, 별거 또는 사망했을 때
8. 지나치게 자주 낯선 환경으로 이사했을 때
9. 부모가 부적절한 권위를 행사하거나, 또는 지나치게 권위적일 때
10. 부모가 자녀의 감정적 고통을 관찰하고 해결하기 위한 시간을 내지 않고, 거부나 유기하는 식으로 정서적 환경이 부정적일 때
11. 가족 분위기가 너무 경직되어 있을 때

가정에서 대처 방법

1. 자살 예고 징후를 무시하지 않는다.
2. 만약 자살을 주제로 이야기하기를 원한다면 피하지 말고 조용히 들어준다.
3. 놀라거나 비난하거나 혐오스러운 반응을 보이지 않는다.
4. “다 잘 될 거야”와 같이 무책임한 확신을 준다든가, “매사에 감사할 줄 알아야지”라는 진부한 소리를 하지 않는다.
5. 자살 예고 징후를 보인 사람을 혼자 내버려 두지 말고, 즉시 주변에 도움을 요청한다.
6. 자녀와의 충분한 열린 대화 시간 확보를 통한 정서의 변화를 파악한다.
7. 부모의 모범적인 생활을 통한 모델링을 제시한다.
8. 자녀의 장점과 자존감을 높여준다.
9. 가족 구성원 간의 좋은 관계를 유지한다.

자살 증동자 구조 요청 전화 안내

- ♥ 생명의 전화 (1588-9191)
- ♥ 사랑의 전화 (1566-2525)
- ♥ 헬프콜 청소년전화 (1388)
- ♥ 시·도 지역 정신보건센터 (1577-0199)
- ♥ 학교폭력신고전화 : 117 또는 1588-7179

2024. 9. 4.

이 천 경 남 중 학 교 장

