



가정통신문(청소년 음주 예방교육 자료)

학부모님 안녕하십니까?

청소년 음주의 원인과 영향에 대해 안내드립니다. 가정에서도 청소년 음주 예방을 위해 지도와 관심을 기울여 주시기 바랍니다.

1. 우리나라 청소년의 음주율은 어떻게 될까요?



출처 : 보건복지부.질병관리본부(2020), 청소년건강행태조사

2. 청소년 음주의 원인

- 1) 청소년기의 반항과 위험한 일을 해보고 싶은 욕구 때문에
- 2) 또래와 어울리기 위해
- 3) 어른스럽게 보이려고
- 4) 긴장을 해소하고 기분을 풀기 위해
- 5) 호기심 때문에 청소년들이 음주를 한다고 합니다.

3. 청소년 음주의 문제점

첫째, 적은 양의 술도 성인보다 더 해롭습니다.

성장기 청소년 음주는 심장, 간 등 주요 장기에 손상을 주며, 발육부진 등 성장장애를 초래합니다.

또한! 청소년기 뇌 전두엽 부위의 성장이 완료되지 않아 학습능력을 저하시키는 등 영구적인 뇌 손상의 원인이 됩니다.

알코올로 인해 파괴된 뇌신경세포는 다른 조직 세포와는 달리 재생되지 않으며, 기억력이 떨어진다는 것은 학습능력이 그만큼 저하된다는 것을 의미합니다.

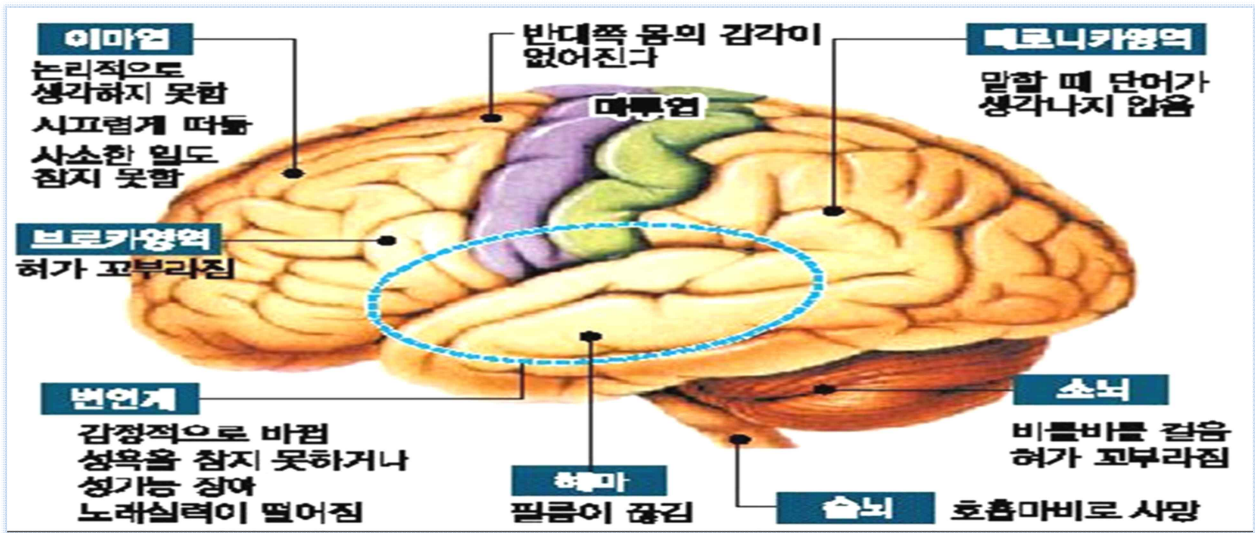
둘째, 비행 행동의 관문이 됩니다.

청소년은 술과 함께 담배 등 다른 유해 물질에 중독되기 쉬우며, 이는 가출, 폭행, 절도, 음주운전 등의 사고 범죄로 이어집니다.

마지막으로, 성인기 알코올 중독의 원인이 될 수 있습니다.

어린 시절 술에 대해 긍정적 이미지를 갖게 되면 어른이 되었을 때 과음이나 폭음할 가능성이 커지고 처음 술을 마신 나이가 어릴수록 알코올 의존자나 남용자가 될 가능성이 높다고 합니다.

4. 알코올이 뇌에 미치는 영향



5. 어떻게 NO! 라고 말할 것인가?

여러명의 친구들과 함께 웃고 즐기다가 갑자기 친구들이 음주를 강요하는 상황이 생길 수 있습니다.
이러한 곤란한 상황을 세련되게 모면하려면 다음과 같은 방법을 활용해 보세요.

- 1) 술 마시면 나 머리가 아파. 나 술 알레르기 있거든.
약사 선생님이 한번만 더 마시면 입원해야 한 대.
- 2) 너 아직도 마시니? 나 술 끊었어.
술 마시면 여자 친구가 나랑 안 만난대. 술 마시는 대신 영화 보러 가자.
- 3) 콜라 마실게. 속이 안 좋아서 화장실 좀 다녀와야겠다.
고마워. 하지만 난 마시기 싫어.
고맙지만 난 술을 안 마셔.

🌱 술에 대한 자기 생각을 적어 보세요.

“ 술은 이다.”

왜냐하면,

때문이다.

2021. 6. 16.

배 영 고 등 학 교 장