



## 학교폭력 예방교육 우리 자녀를 지키는 노하우

그동안 학부모님의 많은 성원에 힘입어 학교가 나날이 발전하고 있고 학교폭력도 큰 사안이 없이 한 해를 보내게 되었습니다. 이것은 학부모님들께서 평소 가정에서의 많은 관심이 이룬 결과로 믿어 의심치 않습니다.

하지만 겨울방학이 다가오면서 학교를 떠나 친구들과 잦은 접촉으로, 언론에서 보도되는 학교폭력 사례들이 우리 자녀의 주변에서도 발생할 수 있지 않을까 걱정이 되실 줄 압니다. 학부모님들의 무거운 마음을 조금이라도 덜어 드리고자 학교폭력예방을 위해 가정에서 실천할 수 있는 몇 가지 사항을 알려드립니다.



### 가정에서는 이렇게 해주세요

- ▶ 방학 중에도 학생들이 규칙적인 생활습관을 유지할 수 있도록 해주세요.
- ▶ 컴퓨터 등의 정보통신 매체를 사용할 때 친구를 비방하거나 하는 행동은 하지 않도록 주의시켜주세요.
- ▶ 자녀에게 자주 “잘하고 있어, OO 오늘 좋은데~” 등의 칭찬으로 자신감을 갖도록 격려해주세요.
- ▶ 외출 시 학생의 품위를 유지하고 학생들에게 불건전한 장소에 가지 않도록 지도해주세요.



### 부모의 자녀에 대한 의사소통 방법

이런 말은 자녀를 힘들게 해요!	이런 말을 자주 해주세요!
<p>1. 무시하지 마세요 예) 쫄쫄, 한심하다. 이것밖에 못 했어?</p> <p>2. 성적으로 기죽이지 마세요 예) 성적이 이게 뭐니? 너, 이번에 시험 못 보면 알아서 해</p> <p>3. 남과 비교하지 마세요 예) 그렇게 할 거면 그만둬라! 다른 애들은 잘만 하던데..</p> <p>4. 잔소리는 조금만 하세요 예) 다 너 잘되라고 하는 소리야! 너는 항상 실수만 하니?</p>	<p>1. 격려해 주세요 예) 넌 할 수 있어! 기대된다! 괜찮아, 다음에 잘하면 되지! 공부하느라 힘들지? 조금만 힘내!</p> <p>2. 칭찬해주세요 예) 정말 잘했어! 너무 기특하다! 장하다. 나는 네가 자랑스러워!</p> <p>3. 사랑해 주세요 예) 아빠가 사랑하는 거 알지? 진심을 담아 안아줄 때</p> <p>4. 믿어주세요 엄마는 너를 믿는다!</p>



## 이렇게 행동할 수 있도록 해주세요

- ▶ 친구를 놀리고 고의적으로 소외시키거나, 괴롭히는 행동 ⇒ **범죄!**라는 사실을 분명히 알려주세요.
- ▶ 피해를 당할 경우 “**그만해**” 등을 말하며 단호하게 거부할 수 있도록 자기 주장을 미리 연습시켜 주세요.
- ▶ 피해를 당한 것이 자녀의 잘못이 아니라는 것을 인식할 수 있도록 “**너의 잘못이 아니야.**” 라고 이야기해 주세요.
- ▶ 문제가 해결된 후에도 세심한 관심을 갖고 이상증세가 보이면 전문적인 치료를 받도록 하며 **지속적인격려와 사랑**으로 따뜻하게 보살펴 주세요.



## 학교폭력 예방 수칙

- ▶ 자녀의 사이버 상 프로필과 심경변화 메시지를 주의 깊게 보고 대화 나눠 주세요.
- ▶ 자녀의 등·하교 길을 일주일에 한번 정도는 동행하여 이야기 나눌 수 있는 시간을 가지세요..
- ▶ 자녀에게 양육태도와 부모의 역할에 대해 주기적으로 자가 진단을 해 보세요.
- ▶ 아동기·청소년기에는 친구와의 관계가 중요하다는 점을 상기하며 원만한 관계를 가지도록 북돋워 주세요.



## 학교폭력 징후 파악하기

피해학생	가해학생
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 학교 성적이 급격히 떨어짐.</li> <li>- 학원이나 학교 무단결석</li> <li>- 갑자기 학교에 가기 싫어하고 학교를 그만두거나 전학을 가고 싶어 한다.</li> <li>- 학용품, 교과서가 자주 없어지거나 망가져 있다.</li> <li>- 노트나 가방, 책 등에 낙서가 많이 있다.</li> <li>- 교복이 더럽혀져 있거나 찢겨 있는 경우가 많다.</li> <li>- 괴롭힘에 의한 다른 아이들의 피해에 대해 자주 말한다.</li> <li>- 문자를 하거나 메신저를 할 친구가 없다.</li> <li>- 작은 일에도 껄껄껄껄 놀라고 신경질적으로 반응</li> <li>- 자신이 아끼는 물건을 자주 친구에게 빌려 주었다고 한다.</li> <li>- 몸에 상처나 멍 자국, 머리나 배 등이 자주 아프다고 호소한다.</li> <li>- 부모와 눈을 잘 마주치지 않고 피한다.</li> <li>- 전보다 자주 용돈을 달라고 하며, 때로는 훔치기도 한다.</li> <li>- 복수나 살인, 칼이나 총에 대해 관심을 보인다.</li> <li>- 전보다 화를 자주 내고, 눈물을 자주 보인다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부모와 대화가 적고, 반항하거나 화를 잘 낸다.</li> <li>- 사주지 않은 고가의 물건을 가지고 다니며, 친구가 빌려준 것이라고 한다.</li> <li>- 친구관계를 중요시하며, 밤늦게까지 친구들과 어울리느라 귀가시간이 늦거나 불규칙하다.</li> <li>- 감추는 게 많아진다.</li> <li>- 집에서 주는 용돈보다 씹씹이가 크다.</li> <li>- 다른 학생을 종종 때리거나, 동물을 괴롭히는 모습을 보인다.</li> <li>- 자신의 문제 행동에 대해서 이유와 핑계가 많고, 과도하게 자존심이 강하다.</li> <li>- 성미가 급하고, 충동적이며 공격적이다</li> </ul>

# 건강관리 및 흡연, 성폭력, 안전사고예방 교육



## 건강한 생활습관으로 면역력을 기르자!

겨울방학은 학기 중에 시간이 없어 미뤘던 질병의 진단과 치료, 정기검진, 예방접종 등 필요한 건강관리를 할 수 있는 아주 좋은 기회입니다. 학교에서 실시한 검사(1학년 건강검진, 소변 검사, 구강검사, 시력검사 등)결과에 따른 추후관리와 평소 필요한 건강관리 항목이 무엇인지를 정리하고 계획을 세워 건강한 새 학년 학교생활이 될 수 있도록 합니다.

### ● 학기 중 미뤘던 건강상태 점검

평소 배가 자주 아프거나 기운이 없고 두통이 심하다는 등 건강 문제가 있었거나 시간상 진단과 치료를 미뤘던 증상에 대한 정확한 진단과 치료를 할 수 있도록 합니다. 구강상태에 따른 충치치료와 치석제거, 보철, 치아교정 등의 구강관리, TV와 컴퓨터에 많이 노출되어 시력의 저하는 없는지, 안경은 시력에 잘 맞는지 여부를 검사합니다. 중이염과 만성 비염, 축농증, 편도선염의 수술과 피부흉터 제거 등도 여유를 가지고 정확한 진단을 받아 치료 할 수 있습니다. 그 외 학습이나 인성발달에 지장을 줄 수 있는 문제가 있다면 관심을 가지고 치료 할 수 있도록 합니다.

### ● 인플루엔자 예방

- 1) 유행 시기 전까지 예방접종 받기
- 2) 개인위생 준수



#### 올바른 손씻기

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
- 외출 후, 배변 후, 식사 전·후, 기저귀 교체 전·후, 코를 풀거나 기침, 재채기 후 등 실시



#### 기침 예절 지키기

- 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기
- 기침 후 올바른 손씻기 실천
- 호흡기 증상이 있을 시 마스크 착용
- 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기 (마스크를 버릴 때 끈 잡고 버리기)



#### 자기 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기

- 3) 유행 시기에 사람이 많이 모이는 장소 가지 않기
- 4) 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침, 인후통 등)을 보이는 사람과 접촉을 피하기
- 5) 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침, 인후통 등) 발생 시 의료기관을 방문하여 진료를 받은 후 집에서 충분한 휴식 및 수분·영양 섭취
- 6) 증상 발생 후 5일이 경과하여야 하고 해열제 없이 체온 회복 후 48시간까지 학교 및 학원 등에 등원·등교를 하지 않도록 함



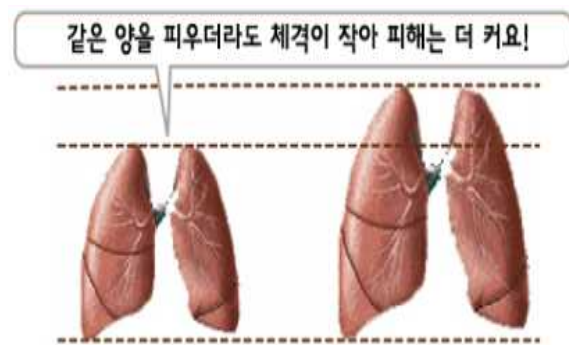
## 청소년 흡연의 문제점



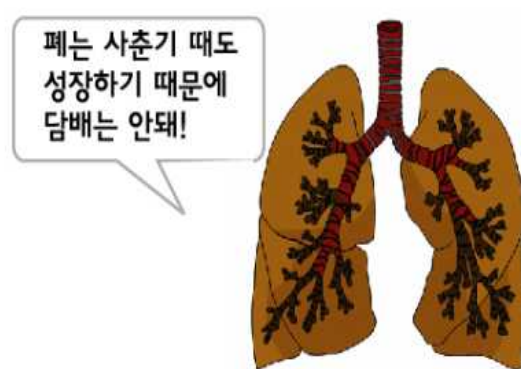
일산화탄소로 두뇌활동이 저하되고 학습 능력이 떨어진다



성장기는 세포분열이 왕성하게 일어나 흡연은 세포의 성장을 방해한다



성인에 비해 폐 용적이 작아 피해가 더 크다



청소년 흡연은 폐의 성숙에 장애를 가져온다

## 청소년들의 흡연 특성

가족흡연	흡연자가 있는 가정의 자녀들이 흡연을 많이 함
학교생활	학교생활이 불만족 할수록, 성적이 나쁠수록, 흡연하는 친구와 어울리는 시간이 길수록, 흡연하는 친구가 많을수록, 흡연을 하게 됨.
용 돈	용돈액수가 많을수록 흡연율이 높고, 경제수준이 낮을수록 흡연율이 높음.
학생이 인지하는 부모의 반응	부모가 자신의 흡연여부에 대해 관심이 없거나 인정할 것이라 생각하는 학생일수록 흡연을 많이 함.
부모의 양육태도	거부적이고 통제적이라 느낄수록 흡연을 많이 함
정 서	불안감이 높고, 자아존중도와 자기통제력이 낮을수록 흡연에 대해 긍정적인 태도를 보임.

## ❁ 성폭력이란 ?

성폭력은 피해자의 뜻과는 상관없이 폭력이나 흥기 사용, 신체적 위협 등을 통해 일어나는 성적인 피해를 말합니다. 이것은 성적인 행위로 일어나는 폭력 행위이며 개인의 인권을 심각하게 침해하는 사회적 범죄입니다. 특히, 심각한 것은 성폭력이 모르는 사람보다 **잘 아는 사람**, 즉 선후배, 이웃집 아저씨, 아빠 친구 심지어 근친 사이에도 일어나는 것이 심각한 문제점입니다.

⇒ 성폭력을 피해 유형별로 살펴보면,

- ① 강간(성폭행) : 자신의 성기를 강제로 피해자의 생식기에 삽입하는 행위
- ② 성추행 : 성교는 하지 않고 가슴, 엉덩이, 성기 부위를 접촉하거나 집적거리기, 키스, 가해자 혹은 피해자의 성기를 노출시키는 행위
- ③ 성희롱 : 허락을 구하지 않은 채 몸을 만지거나 점잖지 않은 농담을 하면서 끌어안는 행위 등
- ④ 사이버 성폭력 : 상대방의 원치 않는 성적인 언어나 이미지를 사용함으로써 위협적, 적대적, 공격적인 통신 환경을 조성한 경우로 주로 통신 내의 대화방이나 게시판에서 많이 발생하며 전자우편이나 쪽지 보내기를 이용하기도 함.

## ★ 성폭력에 관한 올바른 지식 ★

- 1) 성폭력 피해자는 아동에서 노인에 이르기까지 다양한 연령층이다.
- 2) 성폭력은 예기치 못하게 일어나며 나의 의지와 상관없이 일어난다.
- 4) 가해자의 잘못된 가치관과 행동에서 발생한다.
- 5) 성폭력으로 인해 정신과 치료를 받기도 하고, 성병, 임신으로 고통을 받기도 한다.  
후에는 결혼 생활에도 지장을 주어 정상적인 생활을 방해하기도 한다.
- 6) 성폭력은 사고와 같기에 순결과는 관계없다.
- 8) 성폭력은 대부분이 아는 사람에게서 일어난다.
- 9) 성폭력은 억제할 수 없는 성충동 때문이 아니라 잘못된 가치관 때문에 일어난다.
- 10) 여자가 끝까지 저항해도 강간당할 수 있다. 따라서 피해자를 범죄자와 같은 수준으로 보는 것은 피해자에게 더 깊은 상처를 주게 된다.
- 11) 강간범은 지극히 정상적인 사람이다.(정신병자가 아님)



# 안 전 사 고 예 방

## 1. 빙상 안전

- 가. 저수지 등에서 스케이트나 썰매를 탈 때, 결빙 여부 확인
- 나. 충분한 사전 준비 운동 실시
- 다. 깊은 곳이나 위험한 곳 접근 금지
- 라. 해빙 시 빙판 위에서 각종 놀이 엄금
- 마. 동상에 걸리지 않도록 방한 장비 착용
- 바. 응급구조 방법을 사전에 숙지할 것
- 사. 응급사항 발생이 연락할 수 있는 전화번호 및 방법 숙지

## 2. 감염병 및 식중독 예방

- 가. 음식물은 반드시 끓이거나 익혀서 먹는다.
- 나. 필요시 예방 주사 접종
- 다. 유해 식품, 불량 식품 사먹지 않기
- 라. 유통기간을 넘긴 음식물 섭취 금지

## 3. 교통사고 및 각종 안전사고 예방

- 가. 횡단보도 통행 시 녹색 신호일 때만 건너기
- 나. 차에서 내릴 때는 차의 앞. 뒤를 살피고 건너기
- 다. 길가에서 놀지 않기
- 라. 자전거는 자전거 전용도로에서 타고, 안전장구를 착용한다.
- 마. 오토바이 타지 않기 및 무면허 운전 금지

## 4. 학생 사고 예방

- 가. 유해비 마련을 위한 절도 및 강도 행위 금지
- 나. 집단 폭행 및 금품 갈취에 금지 등 학교폭력 예방
- 다. 야영, 체험학습, 수련활동시 안전사고 조심
- 라. 추락사고, 옥상 출입, 계단, 맨홀, 베란다 등 조심
- 마. 폭발물에 의한 안전사고 주의
  - 폭발물 발견시 군부대나 경찰서에 신고

## 5. 화재 사고 예방

- 가. 화재시 대피 및 진화 요령 숙지(소화기, 소화전 사용 요령 숙지)
- 나. 소화기 비치장소 숙지
- 다. 출입문, 창문, 기타 비상구 확인 지도
- 라. 난방기의 과열 상태 점검 지도
- 마. 전선의 과부하 상태 점검

2018년 12월 31일

배 영 고 등 학 교 장