

제 2022 - 39 호	<h1>가정통신문</h1>	<b>전주한일고등학교</b>
 誠實 · 勤勉 和合 · 奉仕 創造 · 開拓		http://hanilgo.hs.kr 전주시 완산구 백제대로 442 교무실 ☎063-274-2162 행정실 ☎063-274-2161

## 가정과 함께하는 성교육

성교육은 성과 관련된 생리학적 지식과 함께 성에 대한 올바른 태도를 가지게 하여 건전한 인격을 형성하도록 하는 인간교육입니다. 성교육은 자녀의 성장 단계에 맞춘 가정에서의 교육이 가장 자연스럽고 무리 없이 받아들여질 수 있을 것입니다.

자녀들은 가정에서 부모의 원만한 인간관계 속에서 자연스럽게 밝은 성을 배우게 됩니다. 가장 훌륭한 모델은 부모님이라 생각하시고, 밝고 건전한 성의식을 가진 자녀로 성장하도록 가정에서 힘써주시길 바랍니다.

### 청소년 성교육 방법

#### 가. 자녀들이 무엇이나 이야기 할 수 있는 편안한 분위기를 만들어 주세요.

성교육은 자연스럽게 정직하게 아이들의 발달수준에서 가르쳐 주는 것이 좋습니다. 부끄러워하거나 엄격해서 호기심이 묵살되면 왜곡된 성의식이 형성되기 쉽습니다.

#### 나. 가장 좋은 성교육자는 동성의 부모입니다.

성교육은 자연스러우면서도 간단하고 명료하게, 반복적이고 장기적으로 해야 합니다.

#### 다. 내 몸을 소중히 여기도록 가르칩니다.

자신을 사랑하고 소중히 여겨야 올바른 성적 자기 결정권을 가집니다.

#### 라. 적절한 지식과 가치관을 가르쳐주는 성교육이 필요합니다.

#### 마. TV, 인터넷, 영화에서의 성적인 표현은 잘못된 것일 수 있음을 알려주고 부모님과 대화합니다.

#### 바. 성교육은 과학적인 면, 사회적인 면, 윤리적인 면을 병행해 가르쳐야 합니다.

여자와 남자는 생각하는 구조가 다름을 교육합니다. 거절(NO)을 거절로 받아들이며 평소 자신의 생각을 정확하게 표현 하는 것을 가르칩니다.

#### 사. 부부간에 서로 존중하고 사랑하는 모습을 자녀 앞에서 자연스럽게 표현합니다.

#### 아. 부모가 해결하기 어려운 문제는 전문가나 상담기관을 찾습니다.

### 자녀의 이성교제..어떻게 해야 할까요?

청소년기의 이성 교제는 인간관계의 한 부분으로 생리적 특성에 따른 자연스런 현상입니다. 결혼을 전제로 하는 교제가 아니며, 서로 존중하고 배려하며 교양과 서로 간의 예의를 지키고 배우며 순수하고 믿음직한 인간관계로 발전하는 것입니다. 하지만 교제 초기에는 만남 자체에 만족하다가 자칫 충동적으로 불미스러운 사건을 야기 할 수도 있습니다. 자녀의 건강한 성장을 위해 올바른 성의식과 태도를 가질 수 있도록 도와주시기 바랍니다.

#### 1. 사전에 대비하세요.

- 내 아이도 이성교제를 할 수 있다는 마음의 준비
- 평소 일상대화를 통해 자녀의 이성관을 파악해 두기

#### 2. 일단 고마워하세요.

- 자녀가 이성교제 사실을 밝히면 화내거나 비난하지 말고
- 먼저 자녀의 솔직한 태도에 “그런 말을 하기 어려웠을텐데, 먼저 이야기를 해주니 기분이 참 좋구나” 라며 고마움을 표현해주세요.

#### 3. 이야기를 하기 보다는 들어주세요.

- 자녀의 잘못을 지적하기보다는 자녀가 먼저 이야기를 시작하도록 유도해주세요.
- 자녀가 말하는 동안은 경청해주세요

#### 4. 환경과 규칙을 만들어 주세요.

- 건전하고 도움이 되는 교제를 할 수 있도록 적절한 환경을 마련해 주세요.
- 이성교제를 위한 몇 가지 합의사항을 자녀와 정하고 1주일에 한번씩 약속을 잘 지켰는지 확인해 주세요.

#### 건전한 이성 교제를 위해 지켜야 할 예절

- ① 공개된 장소에서 만나고, 비용은 각자 부담하기
- ② 상대방의 인격을 존중해주고 의견에 귀 기울이기
- ③ 약속 시간과 귀가 시간을 잘 지키고, 이성 친구 집을 방문할 때는 예의 바르게 행동하기
- ④ 청소년기는 정신적 신체적 미완성 단계이므로 일시적인 충동에 따라 움직이지 않기
- ⑤ 건전하고 자신의 성장에 도움이 되는 대화를 하고, 생활이나 학업에 지장을 주지 않기
- ⑥ 이별할 때는 일방적 통보나 상대방에게 이별의 책임을 돌리지 않기

### 5. 명령보다는 생각이나 감정을 이야기해주세요.

-정해놓은 약속을 어길 때는 자녀의 행동을 질책하기 보다는 걱정되는 감정을 얘기해 주세요

### 6. 건전한 부모상을 확립해주세요.

-자녀가 남성과 여성을 인격적으로 동등한 존재로 인식하여 사람을 존중하고 사랑할 수 있도록 도와주세요.

### 7. 이성교제시 올바른 의사소통교육을 해주세요.

- 상대방의 의사를 무시한 스킨십(신체접촉)은 데이트 강간과 같은 범죄가 될 수도 있습니다.

- ① 성적 의사소통과 동의가 필요하다.
- ② 상대방의 의견을 직접 묻고 잘 듣는다.
- ③ '거절하기'가 어려울 때도 있다.  
서로 배려하고 존중해야 한다.
- ④ 거절하고 싶을 때는 의사를 명확하게 표현한다.
- ⑤ 성행동, 즐거움도 걱정도 상대방과 함께 나눈다.
- ⑥ 피임을 안 해도 괜찮은 순간은 없다.

### 불건전한 이성관계로 가기 쉬운 말

- ① "걱정하지 마, 나만 믿으라니까."
- ② "나를 사랑한다면 내 부탁을 들어줘야지."
- ③ "사랑한다면 신체접촉(성관계)은 당연한거야."
- ④ "모든 것을 다 바쳐 우리 사랑을 확인하고 싶어."
- ⑤ "네가 스킨십, 성관계를 원치 않는 것은 나를 사랑하지 않기 때문이야."

### 성희롱, 성폭력 예방

상대방의 의사에 반하여 또는 동의 없이 성을 매개로 힘의 차이, 권력을 이용하여 상대방의 성적자기결정권을 침해하는 모든 폭력 행위입니다. **성폭력 = 약자에 대한 차별 + 인권침해**

\* **성폭력의 판단기준은 가해자의 의도가 아니라 피해자의 입장에서 봅니다.**

### 성폭력 가해자가 되지 않기 위해

- 가. 상대방에게 성적행동을 강요하지 말아라.
- 나. 상대방의 거부를 그대로 받아들여라.
- 다. 성폭력은 범죄행위임을 명심해라.
- 라. 이성을 배려하고 이해하는 마음을 가져라.
- 마. 피해자가 내 가족이라고 생각해 보아라.
- 바. 음란 비디오나 음란 사이트를 보지 말아라.
- 사. 불쾌하거나 나쁜 접촉은 장난이라도 하지 말아라.  
(꽃으로도 사람을 때려서는 안된다.)

### 성폭력 피해 예방을 위해

- 가. 평소 너의 주장을 뚜렷이 하여라.
- 나. 말이나 행동에서 애매한 여운을 보이지 말아라.
- 다. 너의 성가치관, 행동에 기준을 가져라.
- 라. 친구와 너의 생각은 같은 상황에서도 다를 수 있음을 알아라.
- 마. 너를 소중히 여겨라.
- 바. 부모는 항상 너의 편이며 사랑하고 있음을 잊지말아라.

### 성폭력 피해 도움을 청할 수 있는 곳

- 여성 긴급 전화 ☎ 1366
- 청소년상담전화 ☎ 1388
- 폭력피해자 긴급지원센터 ☎ 117
- 해바라기여성아동센터 : 1899-3075

### 성매매 예방

- 돈으로 성을 사고파는 성매매는 사람의 몸을 상품화 하는 비윤리적 행위입니다.
- 성매매로 성병, 에이즈 감염, 원하지않는 임신과 불임 등의 후유증을 앓을 가능성이 매우 높습니다.

### 1. 청소년 성매매 유입 5가지 경로

- 가출, 인신매매, 사이버공간, 친구의 유혹, 전단지
- 가장 빈번한경로는 사이버공간(채팅사이트, 대화방 등)
- 성인이 아동 청소년의 성을 사기 위해 돈, 먹을 것, 잡자리, 기타 편의제공 등의 의사표시를 한 경우도 성매매

### 2. 성매매 하는 이유: 유흥비, 생활비 마련(90%)

### 3. 성매매 처벌

- 청소년 성매매를 알선하면 **10년 이하의 징역**이나 **1억 이하의 벌금**에 처해집니다.
- 인터넷, 전화, 휴대폰을 이용한 성매매, 스팸메일, 광고 등의 행위도 단속대상입니다

### 4. 성매매 예방

- 가족 문제나 고민이 있을 시 가출보다는 주변의 믿을 만한 어른과 상의해 문제 해결에 노력하거나 **청소년 긴급전화(☎1388)**로 연락하세요.
- 채팅 등을 통해 성매매를 알선하는 사람은 즉시 신고한다.
- 성매매 제안을 받으면 단호하게 거절한다.
- 건전하고 바른 성 윤리 의식 확립을 위해 노력한다.

## 디지털 성범죄란?

디지털 매체(소셜네트워크, 카메라, 컴퓨터 등)를 이용하여 개인의 인격권과 성적자기결정권을 침해하는 모든 행위로 **현행법으로도 처벌되고 있는 명백한 성범죄 행위**입니다.

## 어떤 것이 디지털 성범죄일까요?

한국여성인권진흥원

### 불법 촬영

- 신체의 일부, 성관계 장면을 의사에반하여촬영
- 지하철, 화장실 등 공공장소에 카메라를 설치하여 촬영

### 유포·재유포

- 성적 촬영물을 성인 사이트, 소셜미디어등에게서
- 지인에게 제공, 공유
- 촬영 동의여부와관계없이 당사자의 의사에반하여유포

### 유포협박

- 성적 촬영물을 주변인에게 유포하겠다고 협박
- 협박을 빌미로 성행위, 추가 촬영 등 강요

### 합성 제작·유포

- 딥페이크 등
- 얼굴, 신체이미지 또는 음성을 성적으로 합성·편집·가공

### 수집·구입·저장

- 불법촬영유포물, 아동·청소년 성착취물 소지, 구입, 저장, 시청

### 사이버 공간 내 성적 괴롭힘

- 디지털 성범죄 피해자의인상 정보 등을 공개적으로 유포
- 성적 명예훼손 및 모욕

## 디지털 성폭력 대응법

- ▶ "나"의 안전 확인  
(스마트폰 해킹 당하는 상황이면 **GPS를 끄**)
- ▶ 사진을 요구한다면 사진 전송을 **중단**하고 **도움 요청**
- ▶ 경찰, 지원 단체 활동가에게 문의
- ▶ 수사 **증거 수집**  
(가해자의 문자, 통화기록, 대화한 어플리케이션)
- ▶ **《증거 남기는 방법》**
- ▶ 문제 사이트의 링크, 주소, 채팅시간, 게시글, 영상, 사진파일 캡처
- ▶ 삭제 요청한 증거 캡처  
(삭제되지 않을 시 서비스 제공자에게 책임을 물을 수 있다.)
- ▶ 채팅 어플의 메인 파일과 서버저장 파일을 통째로

## 디지털 성폭력 상담신청 방법

피해 촬영물, URL 등의 **증거 확보**



상담신청

[www.women1366.kr/stopds](http://www.women1366.kr/stopds) 전화 02-735-8994



디지털 성범죄 피해자 지원센터  
(한국여성인권진흥원에서 운영)에 **삭제요청(무료)**



상담과 피해 촬영물에 대한 삭제지원,  
수사와 법률 등의 지원, 의료·심리치유 지원,  
쉼터로의 연결 등도 지원

## 디지털 성범죄의 올바른 이해

01. 성관계 영상 촬영에 동의했으면 유포되는 것도 자기 책임 아닌가? **No!**

동의 없이 성적 촬영물이 유포되었다면 디지털 성범죄입니다. 촬영에 대한 동의는 결코 유포에 대한 동의를 포함하지 않으며 촬영 당시에 동의하였다라도 사후에 의사에 반하여 유포한 경우 성폭력처벌법 제14조에 의거하여 처벌할 수 있습니다.

02. 몰래 찍힌 사진, 몰래 유포한 영상 등을 다운로드하거나 보기만 하는 것은 죄가 아니지 않나요?

**No!**

아동·청소년성보호법에 의거 아동·청소년 대상의 영상은 다운로드 및 소지, 보는 것만으로도 처벌받을 수 있습니다. 아동·청소년이 아니더라도 피해 영상물을 다운로드하거나 보는 것 또한 디지털 성범죄 피해를 확산하는 2차 가해 행위입니다.

03. 과거에 유포한 가해자를 신고하고 영상(사진)을 삭제했는데 또 유포되었어요. 재유포된 경우에는 지원을 받을 수 없나요? **No!**

디지털성범죄는 사이버 공간을 매개로 하기 때문에 삭제한 영상이 재유포되는 등 피해가 재발생, 재확산되는 경우가 많습니다. 디지털 성범죄 지원센터에서는 재유포 피해 또한 지원하고 있으며, 제공받을 수 있는 지원에 차이를 두고 있지 않습니다.

삭제 비용 또한 무료이며 이 외에 수사나 법률, 의료, 심리 치유 등에 대해서도 지원하고 있습니다.

## 생식기 자기 건강관리법

	남학생	여학생
1	손을 자주 비누로 씻는다.	
2	매일 면으로 된 속옷을 갈아입는다.	
3	청바지나 팬티(거들) 등 꽉 끼는 옷을 입지 않는다.	
4	목욕 시 귀두 끝을 깨끗이 닦는다.	배를 따뜻하게 하고 차가운 곳에는 앉지 않는다.
5	주기적으로 생식기를 관찰하여 이상 유무를 확인한다.	유방 자가 검진 방법을 익혀 정기적으로 검진을 한다.
6	환경호르몬의 섭취와 접촉을 줄이기 위해 자연식품을 먹고 일회용품, 플라스틱 제품 사용을 줄인다.	생리 중에는 가벼운 운동을 하고 샤워를 해서 청결 유지하고, 질세정제 등은 너무 자주 사용하지 않는다.

## 양성평등이란???

양성평등(兩性平等)이란, 남녀가 동등한 사회적 조건과 지위, 권리, 의무를 갖는 것을 말합니다. 양성평등 교육은 학교현장에서 뿐만 아니라 가정에서도 함께 실천되어야 할 중요한 내용입니다.

양성평등 교육은 양성 중 어느 특정성에 대하여 부정적인 감정이나 고정관념, 차별적인 태도를 가지지 않는 것을 목표로 합니다. 남녀 모두에게 잠재되어있는 특성을 충분히 발휘하여 자신의 자유 의지로 삶을 계획하고 세상을 볼 수 있도록 도와주는 것을 말합니다.

### 양성평등을 실천을 촉진하는 생각들

- 집안 살림은 가족이 함께 분담한다.
- 행복은 남성과 여성이 함께 노력해서 이룰 수 있다
- 여자, 남자 모두 능력과 적성에 맞는 직업을 찾아야 한다.
- 남녀가 똑같이 일을 하는 경우 승진, 임금의 기회도 동등하게 주어져야 한다.
- 21세기에 한국이 한 단계 업그레이드 된 선진국이 되기 위해서는 경제 성장뿐 아니라 선진적 시민의식을 갖추어야 하는데 그 중 하나가 양성평등이다.

### 가정에서의 자녀교육

- **딸을 섬세하면서도 당당하게 키우는 방법**
- 여자니까, 또는 여자아이답지 못하다 등의 성적 고정관념이 반영된 말을 하지 않기
- 미인콤플렉스를 가지지 않도록 내면의 아름다움에 대해 알게 합니다.
- 기존의 여성 가치인 암전함과 예의 바른 행동 사이에는 차이가 있음을 알게 하여 소신껏 자신의 의견을 말하고 행동하면서도 무례하지 않도록 지도합니다.

- **아들을 씩씩하면서도 따뜻하게 키우는 방법**
- 사내답다, 남자답다 등의 성적 고정관념이 반영된 말을 하지 않습니다.
- 아들에게도 스스로 집안일을 거들게 함으로써 사회인이 되었을 때 갖춰야 하는 품성을 알게 합니다.
- 동화나 드라마, 광고에 나오는 성적 고정관념에 대해 분석할 수 있는 힘을 길러줍니다.
- 기존의 남성가치인 씩씩함이 남을 무시하는 강함이나 무례가 같지 않음을 알게 합니다.

## 건강상식 Q&A

### ❀ 한 달에 생리를 2번씩 하는 나 비정상인가요? ❀



생리가 끝난 지 얼마되지 않았는데 다시 생리가 시작되었어요. 건강에 문제가 있는 걸까요?



현재 학생이 겪고 있는

건강문제는 **부정출혈**이라고 하는거예요. 부정출혈이란 월경기간이 아닐 때 나타나는 모든 질출혈을 의미해요.

청소년기 때 부정출혈이 생기는 원인은 다음과 같아요.

1. 청소년기에는 내분비계 시스템이 안정화되지 않아 **호르몬 불균형**이 생겨 발생해요. 시상하부 및 부적절한 황체기능으로 부정출혈이 나타날 수 있어요.
2. 무리하게 다이어트를 한다거나 과도한 학습으로 **피로와 스트레스**가 쌓였을 때 호르몬분비를 담당하는 뇌하수체가 영향을 받아 이상증상이 나타날 수 있어요. 하지만 부정출혈의 원인을 치료하지 않고 방치하게 되면 추후 자궁관련 질병이 생길 위험이 많으니 **3개월 이상 부정출혈이 지속된다면 꼭 병원에** 가보는 것이 좋습니다..!

### ■ 성 고충상담창구 : 보건실, 상담실 ■

학생 여러분은 성희롱, 성폭력 등 성(性)과 관련된 문제가 발생 하였을 때는 가장 먼저 담임선생님이나 부모님께 알려 상담이나 적절한 도움을 받으시기 바랍니다. 또한 학교에는 여러분을 도와주는 성(性)고충상담창구를 보건실에 설치하여 운영하고 있으니 필요할 때 도움을 받으시기 바랍니다.

◆ 성희롱,성고충상담창구 설치 :  
4층보건실(070-7603-6742), 상담실(070-7603-6743)

2022. 7.18.

전 주 한 일 고 등 학 교 장