



## 청소년 음주 예방 안내

학부모님 안녕하세요?

청소년기는 정신적이나 신체적으로 급성장하는 시기입니다. 어린 시기의 음주가 건강에 미치는 악영향은 그 시작 단계에서는 대단치 않은 것처럼 보일 수 있으나, 장기적으로 각종 질환을 일으킬 뿐만 아니라 치명적일 수 있습니다. 아래 글을 함께 읽어보시고 자녀가 음주 환경에 노출되지 않도록 가정에서도 각별한 교육과 관심을 가져 주시기 바랍니다.

### 음주경험이 있는 청소년들의 부모를 위한 가이드

#### 1. 청소년

- 음주에 대해 질책하기보다는 원인을 탐색합니다. 또래집단의 영향인지, 부모의 영향인지를 알아내고 이에 따른 개별적인 접근을 시도하며, 대체 활동을 권장합니다.

#### 2. 부모

- 학습자료를 통해 청소년 음주의 영향과 결과에 대해 인식하도록 합니다.
- 음주에 대해 질책하고 비난하기보다는 음주 이유에 대해서 물어봅니다.
- 자녀 스스로 음주에 대한 태도와 음주가 자신의 미래에 어떻게 영향을 미치는지를 생각해보도록 합니다.
- 태도 변화를 위해 “앞으로 어떻게 하길 원하는지”를 함께 모색합니다.
- 부모님이 음주 문제가 있는 경우, 치료가 이루어지도록 중독관리통합지원센터나 치료기관에 의뢰합니다.
- 부모 스스로 자신의 음주 문제에 대해 살펴보고 자녀에게 미치는 영향이 없었는지 연관성을 살펴봅니다.
- 가정에서 부모님이 어떻게 대처하느냐에 따라 음주에 대한 태도가 달라질 수 있습니다. 술 마시고 행패를 부리는 것, 부모님이 음주 모습을 보여주는 것이 문제가 될 수 있습니다.

### 음주경험이 없는 청소년들의 부모를 위한 가이드

#### 1. 청소년

- 음주하지 않은 행동에 대해 칭찬합니다. 청소년들에게 좋은 친구 사귀기, 음주 위험이 낮은 활동에 참여할 것을 권장합니다.

#### 2. 부모

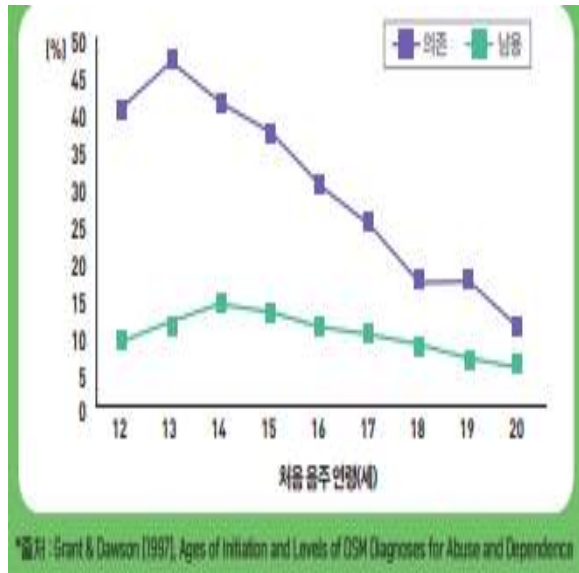
- 자녀와 음주 문제에 대해 대화하고 가능한 음주 최초 시기를 늦추도록 권고합니다.  
청소년 시기에는 음주를 금지한다는 가정 규칙[가훈] 수립을 제안합니다.
- 학교 적응 문제가 없는지를 확인합니다. 저위험군 청소년의 경우, 학교 적응 정도가 음주에 영향을 미치므로, 친구와의 관계 등에 대해서 관심을 갖도록 합니다.
- 자녀들이 빈집이나 친구 집에서 가장 많이 음주를 하는 것으로 보고가 되고 있으므로 부모님은 음주 장소에 대해 경계하도록 합니다.



(뒷면 계속)

## ◆처음 음주한 연령과 알코올 남용 및 의존과의 관계

- 처음 술을 마신 나이가 어릴수록 알코올 의존자나 남용자가 될 가능성이 높아진다고 합니다. 처음 술을 마신 연령이 13세일 때 알코올 의존이 될 가능성이 가장 높고, 처음 술을 마신 연령이 높아질수록 그 비율이 낮아지는 것을 알 수 있습니다.



## ◆신체적 폐해



## 3. 사회적 폐해



## 청소년 음주 현황

### 1. 청소년 현재 음주율

- 통계에 따르면 청소년의 현재 음주율은 10.7%로, 남녀학생 모두 학년이 올라갈수록 음주율이 증가하는 경향을 보였습니다.

### 2. 청소년 음주를 부추기는 요인

- 음주 경험이 있는 청소년들을 보면, 가족 이외 성인의 권유, 강요(22%)보다는 가족의 권유, 강요(41.3%)에 따른 음주 경험이 더 높았습니다. 이는 음주에 관대한 문화와 술은 어른에게 배워야 한다는 관심의 영향으로 청소년에게 술을 권하거나 강요하는 성인들이 적지 않음을 알 수 있습니다.

특히, 가족 안에서 청소년에게 술을 권하지 않도록 어른들의 주의가 필요합니다.

- 음주를 하는 또래 친구가 있는 것은 음주의 위험도를 높입니다. 술 마시는 친구가 많을수록, 폭음을 하는 친구가 더 많을수록 위험성이 높습니다.

- 주류광고나 미디어에서의 음주장면 또한 청소년의 호기심을 자극하여 음주욕구를 불러일으킵니다.

출처: 보건복지부, 한국건강증진개발원

2025. 6. 30.

한솔초등학교장