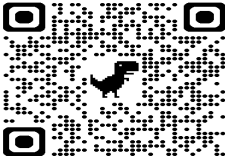


활동지 24.8.26.(수)		학년 :	반 :	번호 :	이름 :
우울증으로 죽고 싶은 마음이 들 때, 우리는 어떻게 하면 좋을까요? (서울 아산병원)	학습 목표	▶ 자살 현황에 대해 이해한다. ▶ 우울감과 우울증의 증상에 대해 구분하고, 우울증의 증상을 분류할 수 있다.. ▶ 자신과 타인에게 가혹하지 않게 스스로 위로하고 응원할 수 있다.			

유튜브에서 찾는 방법: 유튜브에 ‘우울증으로 죽고 싶은 마음이 들 때, 우리는 어떻게 하면 좋을까요?(서울아산병원)’를 검색한 후 광고를 제외하고 제일 처음 올라오는 10분 26초 영상을 보시면 됩니다. (오른쪽 QR코드도 있음→)



1. 영상을 보고, 다음 문항에 답하여 주십시오.

(1) 자살사망의 최대 원인과, 2번째, 3번째 원인에 대해 찾아쓰시오

(2) 자살사망자 대부분의 정신건강의학과 질환이 있다. ( O, X )

(3) 우울감과 우울증의 차이에 대해 설명하여 주세요. (기간, 치료의 차이)

(4) 우울증의 원인을 설명하는 생물학적 원인과 심리사회적 원인에 대해 찾아 기술하십시오.

(5) 우울증 증상 목록

- 심한 우울감: 우울하고 슬프고 울적함 - 매사에 시큰둥 (흥미 재미가 없다) - 식욕의 변화, 체중 변화	- 수면장애 증상 - 피로감 증가 - 불안 증세 - 행동 및 생각 둔화	- 집중력 저하 - 자살 충동 - 죄책감을 느낀다.
--------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------	------------------------------------

위의 우울증 증상을 3가지로 분류하여 보시오.

1) 신체적 증상:

2) 정서적 증상:

3) 행동적 증상:

(6) 우울증의 치료 방법에 대해 요약하여 제시하십시오.

(7) 우울증 환자와 자살을 생각하는 사람이 늘어나는 것은 우리 사회의 어려운 모습이 있다는 걸 뜻한다. 여러분이 어른이 되어 건강하지 못한 사회를 건강하게 만들기 위하여 어떤 영역에서 어떻게 기여하고 싶은지 적어보세요. (생활기록부 - 공동체 역량)