



“미래사회 역량을 갖춘 능동적이고 창의적인 인재육성”

# 가정통신문

발송일 2023. 06. 30.

발송처 군산진포중학교

문의전화 462-3206

제 목

제목: 7, 8월 보건소식지



## 7, 8월 보건소식지

이성교제와 양성평등 교육

### 01 이성교제란?

일반적으로 청소년기에 우정 또는 애정을 가지고 이성을 사귀는 일을 말합니다.

이성과의 사귀기를 통해 동성이 갖고 있지 않은 사고와 관심 등을 이해하고 나누며, 자신의 인격성장에 도움을 주고 받을 수 있습니다.

### 02 양성평등이란?

성에 따른 차별을 받지 않고, 자신의 능력에 따라 동등한 기회와 권리를 누리는 것을 말합니다.

성별에 따라 서로 나누고 우열을 가리는 성차별이라는 편견을 넘어서 다름을 받아들이고 화합하는 세상을 만들기 위해 성평등에 대해 함께 생각해볼까요?

#### 사랑의 정의가 궁금해요! 사랑이 뭘까요?

사랑은 기쁨, 슬픔, 흥미, 지식 등 자신의 것을 나누고 상대방을 풍요롭게 만들어 줄 수 있는 교감을 말합니다!

사랑에는 책임, 존경, 보호, 이해, 친밀감, 헌신, 열정 등의 다양한 요소가 있고 서로 균형을 이룰 때 성숙한 사랑을 이룰 수 있겠죠?

#### 사랑에 빠지면 우리 몸에 변화가 나타나요?

사랑에 빠지면 우리 몸에서 분비되는 **호르몬**의 반응으로 다양한 신체 반응이 나타납니다.

**테스토스테론**과 **에스트로겐**은 이성에게 **호감**을  
**페닐에틸아민**, **도파민**, **세로토닌**은 이성에게 **끌림**을  
**엔도르핀**, **옥시토신**, **바소프레신**은 **안정**과 **친밀감**을



#### 성차이와 성차별은 어떤점이 다른가요?

**성차이**는 남성은 넓은 어깨, 근육 발달, 여성은 유방과 골반의 발달하는 등 남성과 여성에게 나타나는 생물학적 차이를 말합니다

반면 **성차별**은 사회적 인식에 기초하여 남녀간의 차이를 다르게 구분하고 차별하는 것을 말합니다

#### 성역할 고정관념이 발생하는 이유는?

**성역할 고정관념**은 남성과 여성으로 구분하여 성별로 다른 사회적 역할을 기대하는 것을 말합니다

즉, 남자는 이렇게 해야한다 여자는 저렇게 해야한다 라고 생각하는 것을 **성역할 고정관념**이라고 합니다!

#### 올바른 이성교제를 하기 위해 필요한건요?

성적 자기 결정권이 필요해요!

성적 자기 결정권은 **성적인 행동을 스스로 판단하여 선택하고 실행할 수 있는 권리**를 말해요

올바른 이성교제를 위해서는 **성적 자기 결정권 기준에 따라 신중하고 책임감 있는 성 행동**을 해야합니다

#### 우리의 이성교제 · 양성평등 지수 점검하기



이성교제 지수



양성평등 지수



## Chapter1

# 올바른 이성교제

이성교제란 무엇일까?



[궁금한S] "첫눈에 반하기까지 걸리는 시간 7초"...과학으로 풀어본 사랑  
출처: YTN 사이언스 투데이

### 01 사랑이란?

#### 친밀감

상대방과 가깝게 연결되어 서로를 이해하고 있다는 느낌

#### 헌신

상대방을 사랑하겠다는 결심과 사랑을 유지하겠다는 책임감

#### 열정

낭만, 신체적 매력, 성적 흥분을 일으키는 욕망

사랑은 위에 제시된 친밀감, 헌신, 열정 외에도 다양한 요소들로 구성되어 있으며, 사랑의 구성요소가 서로 균형 있게 작용한다면 성숙한 사랑을 이룰 수 있어요!

### 02 이성교제의 장점?

인격 성장의 기회

생활의 활력소

대인 관계 기술의 발달

미래 배우자 선택 방법 학습

이성교제는 남녀의 차이를 이해와 배려하는 사람으로 성장하는데 긍정적인 영향을 줍니다!

### 03 이성교제시 부모님에게 알려주세요

영진아! 넌 용수랑 같이 있을 때는 어떤 점이 좋아?  
엄마가 느끼기에는 너가 용수를 엄청 좋아하는 것 같던데



용수? 엄마만큼 내 이야기 잘 들어주고, 공감도 해줘서 호감이 생기더라?  
함께 있으면 엄청 즐거워

그렇구나~ 우리 영진이가 행복하다니 엄마도 좋아~  
남친이랑 좋게 지내면 손도 잡기도 하는데 너네는 어디까지 진행됐는지 엄마에게도 알려줄 수 있어?

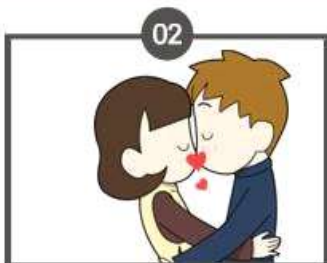
손도 잡고... 뽀뽀까지?  
나도 좋아서 한거야! 학교에서 이성교제할 때 성적 자기 결정권이 중요하다는거 배웠거든!  
엄마가 걱정하지 않게 용수랑도 서로 의논하면서 이쁘게만 날거야!

### 04 사랑에 빠졌을 때 우리 몸의 변화는?(feat. 사랑의 단계)



#### 1단계 갈망

- 첫눈에 반하면 대뇌의 미상핵에서 도파민이 분비
  - 도파민은 쾌감을 느끼게 하고, 흥분 상태를 지속시킴 -> 활력소로 작용
- 사랑에 빠진 사람이 생기가도는 이유!



#### 2단계 끌림(콩깍지)

- 상대의 단점을 인식하지 못하는 상태
- 페닐에틸아민의 농도가 상승해서 이성이 마비되고, 열정이 샘솟음
- 사랑하는 사람을 생각하면 기분이 좋아지고 애정이 솟아나는 상태
- 도파민과 페닐에틸아민이 상승하면 뇌에서 후손을 남기려는 욕구 증가!



#### 3단계 애착

- 옥시토신이 분비되면서 친밀감과 신뢰감을 유지하고 모성애를 느끼게 됨
  - 바소프레신이 분비되어 부성애를 느낌 (옥시토신과 비슷한 작용을 함)
- 안정되고 친밀된 관계를 유지!





## Chapter2

# 올바른 이성교제

올바른 이성교제를 위한 표현은 어떻게 해야할까?

01

### 성적 자기 결정권이란?

상대방의 요구에 동의하거나 거부하는 수동적인 의사 표현 보다는 자신이 원하는 성행동을 주도적으로 표현하고 행동의 결과에 책임을 지는 것을 말해요!

- 성적 자기 결정권에 영향을 미치는 요인 •



### 바람직한 성적 자기 결정권 행사의 기준

- 상대방과 자신의 서로 다른점을 이해하기
- 자신이 원하지 않는 행동은 싫다고 말하기
- 상대방의 침묵을 동의하는 것으로 오해하지 않기
- 상대방이 망설이면 충분히 생각 후 결정하도록 배려하기
- 상대방에게 성 행동을 강요하지 않고, 의사 존중하기

02

### 이런 상황에는 어떻게?

상황1

사귀 지 100일 된 기념으로 1박 2일로 여행 가는 건 어때?

상황2

남자친구와 더 친밀한 신체 접촉을 하고 싶은데....

상황3

여자친구를 향한 마음이 처음 같지 않아. 헤어지고 싶어.

상황4

너와 꼭 같이 보고 싶은 야한 영화가 있어

이런 상황에서는 성적 자기 결정권을 행사할 수 있어야겠죠?  
나의 의사와 상대의 의사를 존중해야하는 이유는 아래 그림 참고!

### 나의 감정 · 생각 표현하기

자신의 감정, 성격, 성장 과정, 경험 등을 자유롭게 교류하며 친밀감과 신뢰감을 형성하는데 도움을 줍니다

### 상대 감정 · 생각 존중하기

행복한 이성교제를 위해서는 상대방의 신체적·정신적·감정적 상태를 존중할 수 있어야합니다

### 분명하게 거절하기

서로 자신의 의지나 의사를 분명하게 표현할 수 있을 때 신뢰감을 형성하는데 도움이 됩니다

### 동의 구하기

이성교제시에는 상대의 동의를 구하는 것이 좋습니다 자신의 일방적인 생각을 강요하거나 상대방을 구속하는 것은 바람직하지 않습니다





## Chapter3

# 양성평등

양성평등한 사회란?



학생인권-중등 3화 양성평등  
출처: 서울특별시교육청

01

성별의 차이



이차성징 이후에는 호르몬의 영향으로 남성과 여성의 신체적 변화가 뚜렷하게 나타나는 것을 **성차**이라고 해요.  
이러한 호르몬의 영향으로 인해서 남성과 여성간의 신체적 차이를 발생하게 뿐 우리의 적성과 능력에 미치는 영향은 적어요

02

성역할 고정관념

남자가 쪼잔하기는...

넌 남자가 그것도 못드냐?

여자애가 왜 이렇게 거칠어

여자애 화장도 안하고 다니냐?

성역할 고정관념 더 이상은 그만!  
우리 있는 그대로의 모습을 이해하고 존중해주세요

03

성별 간 갈등



넌 남자라서 아무것도 몰라!  
내가 얼마나 여자로 힘든지  
넌 아무것도 모른다고!



너가 남자에 대해서 뭘 안다고 그렇게 이야기하는거야  
남자도 다 힘들어

성별 간 갈등은 이제 그만!  
서로의 차이를 인정하고 배려하며 존중해주세요

성별에 따라 신체적인 차이가 있는 것은 분명해요  
하지만 이러한 차이로 차별을 해서는 안되지요?

즉 **양성평등**이란 성별에 따른 차별 없이 모든 영역에서 동등하게 참여하고 대우받는 것으로 **우리가 성역할 고정관념에서 벗어나는 것에서 시작합니다**

남자 간호사, 남자 유치원선생님, 여자 버스기사, 여자 목수 등 우리 사회에서는 **성별에 따른 사회·문화적, 신체적 차이를 극복하고 자신의 분야에 열중하는** 분들이 많이 있어요



누구나 성별의 제한 없이 본인의 능력과 적성에 따라 일하는 것이 맞겠죠?  
우리 모두 서로 다름을 인정하되 각자의 **개성을 존중하고 동등한 인간으로** 대하면서 **양성평등을 실천**해봐요





## Chapter 4

성문제를 경험했을 때



# 도움 받을 수 있는 곳 제대로 알기

함께 알아보기 —

### 여성긴급전화 1366 전북센터

가정폭력·성폭력·성매매 등으로  
긴급한 구조·보호 또는 상담을  
필요로 하는 여성들이 언제든지  
전화를 통해 피해 상담을 받을 수 있도록  
전국적으로 통일된 **특수전화 '1366'**을  
365일·24시간 운영하여 여성인권을 보호  
남성 피해자도 이용 가능

불편해...

### 군산성폭력상담소

성폭력 피해자를 위한 전문 상담소로  
피해자에 대한 심리치료 및 응급조치,  
법적인 대응, 상담, 법률적 지원 등  
다양한 분야의 서비스를 제공하여  
건강한 삶을 이룰 수 있도록 도움

[상담] 063-4445-1366

### 전북해바라기센터

19세 미만의 성폭력피해를 입은  
아동, 청소년과 지적 장애인에 대하여  
의학적, 심리적 진단과 평가 및 치료,  
사건조사, 법률지원, 사회적지원,  
지지체계로서의 가족기능 강화를 위한  
상담서비스 등을 원스톱으로 제공

방문 및 치료(월~금) 오전9시~오후6시  
24시간 상담전화 063-246-1375

### 전북여성인권지원센터

성매매 피해여성의 구조, 상담, 법률 지원 등  
다양한 활동을 하고 있는 '현장상담센터'와  
성매매 피해여성을 보호하고  
의료지원을 담당하는 '쉼터' 등이 있음

063-283-8297

2023. 6. 30.

군산진포중학교장(직인생략)