



학부모님 안녕하세요? 가정의 건강과 안녕을 기원합니다.

순창교육지원청 위(Wee)센터에서 온라인 개학 기간 동안 학생들의 마음을 돌볼 수 있는 다양한 프로그램을 운영하고 있사오니, 우리 학생들의 마음 건강을 함께 챙겨주셔서 이 시기를 슬기롭게 이겨내도록 가정에서도 함께 협조해 주시기 바랍니다. 감사합니다.

♥ 2020학년도 온라인 개학 맞이 마음건강을 위한 자료 ♥

1. 다 들어줄 개 안내

청소년 SNS 상담시스템
“다 들어줄 개”

“가족에게도, 친구에게도,
 선생님에게도 알 못할 고민을 가지고 있나요?”
 “세상에 나 혼자 있는 것 같이 느껴지나요?”
 “긴박하거나 위급한 상황에 놓여있나요?”

“다 들어줄 개”란 문자, SNS 등을 통해 소통하는 청소년들의 고민을 더욱 가까이에서 나누고자 만들어진 모바일 상담 서비스입니다.
 언제 어디서든 여러분의 고민을 들을 수 있도록 “다 들어줄 개” 전문 상담 선생님이 365일 24시간 기다리고 있습니다. 청소년 여러분의 밝고 건강한 삶을 응원하겠습니다.

“다 들어줄 개” 상담방법

- 휴대폰에서 “다 들어줄 개” 어플을 다운받는다.
- 카카오톡 “다 들어줄 개” 플러스 친구를 맺는다.
- “1661-5004” 번호로 문자를 보낸다. (※ 전화상담은 불가함)
- 페이스북에서 “다 들어줄 개”를 검색하여 메시지를 보낸다.

교육부, 생명보험사회공헌재단, 한양대학교 자살·학살예방지원연구소

가족과 친구, 선생님에게도 말 못할 고민이 있나요? 다 들어줄개를 활용해보세요.

- 핸드폰 어플
- 카카오톡 ‘다 들어줄 개’플러스 친구
- 1561-5004 번호로 문자
- 페이스북 메시지로 언제나 온라인 상담을 받을 수 있습니다.

2. 위(Wee)센터 매체 상담 안내

QR코드를 휴대폰으로 스캔
 → 순창교육지원청 위(wee)센터
 비밀상담실 게시판 접속
 → 글쓰기

순창교육지원청 위(Wee)센터

순창교육지원청에서는 QR코드, 또는 순창교육지원청 홈페이지 검색을 통해 위(Wee)센터 비밀상담을 진행하고 있습니다. 평일 09:00~17:00를 이용하여 상담을 진행하고 있으며 필요한 경우 본인의 소속 학교와 이름을 알려주시면 사회복지(장학금, 의료비 지원) 차원의 더 폭넓은 지원이 가능합니다.

또한 우리 위(Wee) 센터는 전화 상담도 가능하오니, (063)650-6184,

650-6311, 650-6320~6323 으로 평일 09:00~17:00까지 언제든지 연락주세요.

위(Wee) 프로젝트는 2008년 대통령공약사업으로 시작한 대한민국 대표 청소년심리상담 시스템입니다. 위(Wee) 센터 프로그램: 심리검사, 내방상담, 출장상담, 순회상담, 병원원 연계, 지역사회 복지 연계 등 특히, 자녀 교육이나 자녀와의 관계에 어려움을 겪는 학부모님도 언제든지 전화주시기 바랍니다.

3. 한국출판문화산업진흥원 힘내라 대한민국!



통합검색 Q



☰ 전체메뉴
전자책
오디오북
진흥원추천
PC이용안내
모바일이용안내
FAQ

책 봄으로 봄을 느껴요!*

전자책, 오디오북 4월 한 달간 무료 제공

힘내라 대한민국! 코로나 19 극복을 위한 책과 함께 슬기로운 거리 두기
 대한민국 국민에게 힘이 되도록 문화체육관광부와 한국출판문화산업진흥원이 **전 국민 대상 1달간 2권 무료로**
 전자책 도서관 책심터를 오픈합니다.






대한민국 국민에게 힘이 되도록 출판문화산업진흥원이 전 국민 대상 1달간 2권 무료로 전책 도서관 책심터를 오픈하였습니다. 책심터(<http://book.dkyobobook.co.kr/main.ink>)를 활용하면 책과 함께 “슬기로운 거리 두기”가 가능합니다.

4. 1388 청소년 사이버 상담센터





코로나바이러스감염증-19 심리건강 확인하기

코로나바이러스감염증-19로 인한 스트레스, 우울, 불안을 느끼고 있으신가요?
 나의 심리 건강 상태를 체크해보고, 코로나-19 심리 건강 도움서를 통해 고민을 해결해보세요!

심리건강 검사

자신의 스트레스 수준을 알아보고 싶다면
검사해보세요!

스트레스경험 검사하기 >

심리건강 검사

무기력이나 우울감을 느낀다면
검사해보세요!

우울정도 검사하기 >

심리건강 검사

타인의 시선이나 부정적인 평가에 대해
두려움을 느낀다면
검사해보세요!

사회불안 검사하기 >

※ 검사결과는 여러분의 실제 상태를 100% 반영하는 결과는 아니므로 참고용으로 활용하세요.



아동·청소년용 >
코로나19 이겨내는 방법



부모용 >
개학연기 된 아이와
코로나19 헤쳐나가는 방법



감염병 경험자용 >
감염병 스트레스
날려버리는 방법

1388 청소년 사이버 상담센터(<https://www.cyber1388.kr:447/>)를 이용하면 1:1 실시간 채팅상담, 게시판 상담, 댓글상담, 웹심리검사 등을 이용할 수 있습니다. 특히 심리건강검사를 통해 최근 스트레스 경험, 우울척도, 사회불안을 즉각적으로 온라인으로 검사해볼 수 있으며, 온 가족을 위한 코로나 19 마음 방역 도움서 등이 안내되어 있습니다. 여러분들의 마음이 힘들 때 잘 활용하여 주시기 바랍니다.

5. 스마트폰 과의존 학생을 위한 스마트 쉽센터



본인이나 가족, 지인의 스마트폰 과의존으로 인해 상담이나 조인이 필요한 분은 온라인 상담 및 센터내방상담, 가정방문상담을 통하여 도움을 받으실 수 있습니다.

※ '스마트폰 과의존 상담콜'이란?

스마트폰 과다 사용으로 인하여 학교생활 부적응, 실직, 그리고 가족 갈등 등의 문제가 있을 경우, 언제 어디서든 편리한 방법(전화, 게시판)으로 전문가에게 무료 상담받을 수 있는 공공 서비스입니다.

※ 전화상담

전국대표 상담전화(1599-0075)로 전화를 걸면 전문상담사가 상담을 진행합니다.

※ 온라인 상담

스마트쉽센터 홈페이지 게시판에 상담글을 작성하면 전문상담사가 답변드립니다.

※ 센터 내방상담

전국 18개 지역 스마트쉽센터에 직접 방문하여 전문상담사와 면담면으로 상담을 진행합니다.

※ 가정방문상담


스마트폰 과의존 문제로 도움이 필요한 취약계층(저소득층, 고위험군 및 잠재적위험군 해당자)에 전문상담사가 방문하여 상담을 진행합니다.

※ 집단상담

동일한 문제를 겪는 여러 명(8~10명)의 내담자를 대상으로 미술·독서·영화·음악치료 등의 기법을 활용하여 상담을 진행합니다.

스마트 쉽센터(<https://www.iapc.or.kr/contents.do?cid=50&idx=11>)는 본인이나 가족, 지인이 스마트폰 과의존으로 상담이 필요한 분을 위해 온라인 상담 및 센터내방상담, 가정방문 상담을 통해 도움받으실 수 있습니다. 그러나 최근 통화에서 가정방문상담은 코로나19로 인해 잠시 이용하실 수 없고 다른 프로그램은 이용이 가능하다고 합니다. 전국 어디서나 1599-0075로 전화주셔서나, 위의 홈페이지 게시판에 상담글을 작성하시면 됩니다.

6. 한국 성폭력상담소 02)338-5801

 한국성폭력상담소

활동 상담통계 발간자료 소개 부설센터 열림터 부설연구소 올림 후원



공지사항 입장 +
[텔레그램성착취공대위] [기자회견] N...
3월 1주 재택근무 안내(*3월 13일까지...
2020년 3월 작은말하기가 취소되었습니다...

상담전화
02)338-5801
평일 10:00~17:00
초기상담은 전화로만 받고 있습니다.



길거리리콜



작은말하기



소식지

텔레그램 등으로 인한 성 착취, 포 스카이프를 통한 몸캠핑 등 온라인 또는 오프라인 상의 성폭력

상담 전화 02) 338-5801을 통해 평일 10:00~17:00까지 초기상담을 전화로 할 수 있습니다. 몸캠피싱의 경우 얼굴을 보이도록 요청하거나, apk설치 등을 권유하므로 언제나 국번없이 112로 바로 신고 접수하시기 바랍니다.

7. 1588-9191 한국 생명의 전화



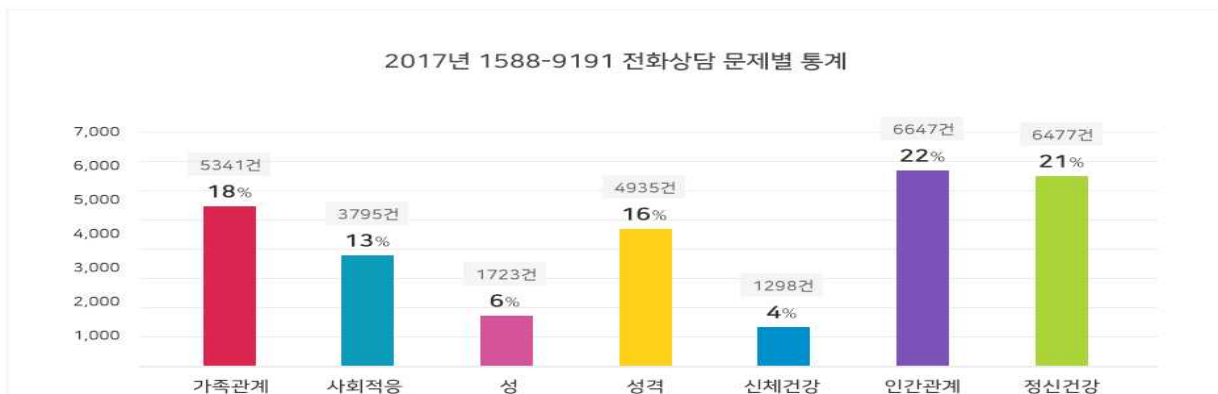
'도움은 전화처럼 가까운 곳에' 전화상담 1588-9191

일상에서 흔히 만나는 고민과 갈등부터, 혼자 이겨내기 힘든 위기와 자살문제까지 다양한 문제로 전화를 주시는 이웃의 이야기를 듣고, 상담하며 정보를 제공합니다. 1588-9191 생명의전화의 상담원들은 모두 전문교육을 통해 양성된 자원봉사자입니다.

24시간 365일 전국 어디서나 1588-9191로 전화하시면, 본인의 위치와 가장 가까운 곳에 위치한 생명의전화 상담소에서 전화상담 하실 수 있습니다.

생명의전화는 개원 이후 총 백만여건의 상담전화를 받았습니다.

(1976년~2018년 2월까지, 서울센터 기준)



한국생명의 전화는 365일 24시간 새벽 늦은 시간에도 전화 및 사이버, 전문상담을 진행하고 있으며 비밀보장을 원칙으로 하되 다음의 예외를 두고 있습니다. 내담자가 자신과 타인의 생명에 위협을 주거나 상해를 가할 수 있다고 판단되는 경우, 내담자의 사전 동의 없이 보호의 목적을 가지고 제3기관에 도움을 요청하는 등의 조치를 취할 수 있습니다.

상담은 시스템 상 자동 저장되며, 더 나은 전문적 상담을 위한 연구목적으로 상담내용을 참고할 수 있습니다. 전화상담: 1588-9191, 면접상담: 02-763-9195

2020. 4. 6.

순창제일고등학교장이 재청

