

진 실 (참)
용 감 (힘)
봉 사 (덕)

가정 통신문

<http://www.wonkwang.hs.kr>

원 광 고 등 학 교

전북 익산시 무왕로 31길 139

TEL (063) 832-6612

FAX (063) 832-7750

담당부서

학생생활안전부

담당자

김O라

연락처

063-830-1433

제 2024 - 104호

2024학년도 2학기 생명존중 교육

학교 교육 활동에 관심을 가지고 참여해주시는 학부모님께 진심으로 감사드립니다. 사회적 문제로 대두되고 있는 청소년 자살 문제의 심각성을 알고 그 예방과 지도를 위해 가정에서도 부모님의 사랑과 관심으로 자녀와 많은 대화의 시간을 가져 주시길 부탁드립니다, 다음 사항을 참고하여 주시기 바랍니다.

Chapter 1

청소년기에 자살이 많은 이유

1. 급격한 신체적 · 정서적 · 지적 변화, 자아발달의 미숙, 과도한 경쟁
2. 급격한 사회변화에 따른 가치관의 갈등, 가족 구성원 간의 결속력 약화
3. 자살에 대한 태도의 변화, 자살 방법 선택의 용이성
4. 미디어와 언론매체의 적절치 못한 보도로 자살에 대한 충동 및 모방심리 형성

Chapter 2

자살의 단서가 될 수 있는 경우

1. 가족구성원이 자살을 시도한 경우나 친구 중에 자살을 시도 또는 자살로 사망한 경우
2. 일기장이나 친구에게 죽음에 관한 내용을 암시한 경우
3. 자살에 관한 책을 읽거나 자살 관련 사이트에 가입 · 활동하거나 글을 쓰는 경우
4. 일상 활동을 거부하고 학업 성적이 계속 떨어지거나, 장기결석, 가출 등을 하는 경우
5. 사소한 일로 짜증을 내거나 도전적 발언을 하는 경우
6. 평소와 다른 반향, 파괴적 행동, 급격한 성격변화를 보이는 경우
7. 갑자기 갖고 있던 물건을 다른 사람에게 나누어 주는 경우
8. 유언장을 쓰거나 자살에 대해 말하거나 농담하는 일이 많아지는 경우
9. 갑자기 너무 적게 먹거나 또는 너무 많이 먹는 등 식사량의 변화가 보이는 경우
10. 침울하거나 괴로워하던 표정을 짓던 사람이 갑자기 평온한 상태를 보이는 경우

Chapter 3

가정에서 대처 방법

1. 자살 예고 징후를 무시하지 않고 놀라거나 비난 또는 혐오스러운 반응을 보이지 않습니다.
2. 만약 자살을 주제로 이야기하기를 원한다면 피하지 말고 조용히 들어주세요.
3. "다 잘 될거야!"와 같이 무책임한 확신을 준다든가, "매사에 감사할 줄 알아야지" 라는 소리는 도움이 되지 않습니다.
4. 자살 예고 징후를 보이면 혼자 내버려 두지 말고 즉시 주변에 도움을 요청합니다.
5. 자녀와의 충분한 열린 대화 시간 확보를 통한 정서의 변화를 파악합니다.
6. 부모의 모범적인 생활을 통한 모델링을 제시하며 가족 간의 좋은 관계를 유지합니다.
7. 자녀에 대한 문제점이 발견될 시에는 언제나 선생님과 상담할 수 있도록 합니다.

2024년 8월 8일

원광고등학교장