



진실(참)  
용감(힘)  
봉사(덕)

# 가정 통신문

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

원광고등학교

전북 익산시 무왕로 31길 139  
TEL (063) 832-6612  
FAX (063) 832-7750

담당부서	학생생활안전부	담당자	김은라	연락처	063-830-1433
------	---------	-----	-----	-----	--------------

제 2023 - 037호

## 자살예방 및 생명존중 교육

학교 교육 활동에 관심을 가지고 참여해주시는 학부모님께 진심으로 감사드립니다. 최근 사회에서 불거지고 있는 안타까운 청소년 자살 사건들과 관련하여 학부모님들의 우려와 걱정이 크신 줄로 알고 있습니다. 이와 관련하여 본교에서는 청소년 자살을 예방하기 위하여 노력하고 있습니다. 각 가정에서도 청소년 자살의 특징을 바르게 이해하고 자살 징후 및 예방법을 사전에 인지하여 아직 피어보지도 못한 생명이 안타깝게 사그라지는 일이 없도록 노력하고자 합니다. 잘 읽어보시고 우리 아이들이 밝고 건강하게 자라날 수 있도록 많은 협조와 관심 부탁드립니다.

### 1. 청소년 자살에 대한 이해

#### 1) 청소년 자살의 특징

- 발달 단계적 특성상 자살 시도율이 높은 시기이다.
- 계획적인 경우보다 충동적인 경우가 많다.
- 자기 나름대로의 분명한 자살동기를 갖는다.
- 동반 자살 및 모방 자살의 가능성이 있다.
- 죽음에 대한 환상을 가지고 있다.

#### 2) 자살에 대한 오해와 편견

- 대부분의 자살은 하나의 특정 사건이나 그로 인한 정신적인 충격이 그 원인이다.
  - 자살은 한 가지 이유만으로 일어나지 않는다. 여러 가지 사건과 감정이 오랜 시간동안 개입되는 경우가 대부분이다. **조기에 발견한다면 자살 위험에 처한 이들을 도울 수 있는 기회가 있다.**
- 정말 자살할 사람은 남에게 자살 의도를 밝히지 않는다.
  - 다수의 자살자들이 자살 시도 전에 자살 의도를 타인에게 이야기 하거나 암시한다. **선불리 판단하거나 후회하지 말고 이야기를 잘 들어주고 공감해 주어야 한다.**
- 자살하는 사람들은 꼭 죽고야 말겠다는 확고한 결단을 내린 사람들이다.
  - 자살을 하는 사람들도 자살을 실행에 옮기기까지 끊임없는 고민을 한다. “죽을 거야”라는 위협적인 말을 하고도 실제 심각한 시도에 이르지 못한 사람에게 선불리 판단해서 무시하거나 충동성을 돋우는 말을 하는 것은 매우 위험한 시도이다. **누군가가 자신에게 관심을 가지고 진심으로 도와주려고 한다는 것을 안다면 자살하려는 마음을 포기하게 될 가능성이 높다.**

### 2. 자살의 위험요소와 예방

#### 1) 자살의 위험 요소

- 이전의 자살 시도, 빈번한 자살에 대한 생각
- 구체적인 자살계획(특히 그 계획이 치명적인 경우)
- 알코올 사용이 동반되었을 때
- 부모나 주변의 지지가 부재하는 경우

#### 2) 자살의 예방과 대처

- 비판, 충고, 설교하지 말고 경청하기
- 학생이 계속 이야기할 수 있도록 격려하기
- 학생이 자살 계획을 가지고 있는지 확인하기
- 언제든지 도움을 요청할 수 있는 연락망 열어 놓기
- 자주, 지속적으로 지지하고 보살펴주기

2023년 3월 21일

원광고등학교장