



## 우리 자녀 방학생활, 함께 관심 가져주세요

학부모님 안녕하십니까.

겨울방학을 맞아 학생들이 가정에서 부모님과 보내는 시간이 많을 것으로 예상됩니다. 자녀들이 겨울방학을 스스로의 발전을 위한 좋은 기회로 삼을 수 있도록 학부모님의 많은 협조 부탁드립니다. 이와 함께 학부모님께서 관심 가져야 할 몇 가지 사항을 알려드리오니, 가정에서 많은 관심과 지도 부탁드립니다.

### 1. 가정에서 생활교육은 이렇게 해주세요.

#### 1. 자녀와 충분히 대화를 해주세요.

자녀가 관심 있는 것, 어려운 사항, 교우관계 등과 관련하여 충분히 대화하시고 자녀를 자녀의 눈높이에서 이해해주세요.

#### 2. 올바른 교우 관계로 학교폭력을 예방해 주세요.

공감과 배려, 이해와 나눔의 정신을 바탕으로 자녀가 올바른 교우 관계를 형성할 수 있도록 도움을 주세요. 학교폭력 예방의 핵심은 올바른 교우관계입니다. 교우관계 관련 상담의 핵심은 간섭이 아니라 관심입니다.

#### 3. 흡연, 음주, 중독성 약물에 다가가지 않도록 상담해 주세요.

#### 4. 청소년 유해업소에 출입하거나 불법 아르바이트를 하지 않도록 해 주세요.

#### 5. 자녀가 새벽에 나가지 않도록 관심 가져 주세요.

방학중 취약시간대(저녁시간~새벽시간)에 각종 사고가 발생할 여지가 높습니다. 자녀가 일정한 시간에 활동할 수 있도록 충분히 상담해 주세요.

#### 6. 보호자가 동반하지 않는 여행은 자제시켜 주세요.

#### 7. (불법)도박 및 관련 범죄에 빠지지 않도록 관심 가져주세요.

#### 8. 자녀가 우울해하거나 이상행동을 보이면 당황하지 마시고 학교로 연락해 주세요.

#### 9. 학생 사고가 발생하면 적극 대처해 주시고 즉시 학교(전화번호: 062-000-0000)로 신고해 주세요. 학교도 함께 대처하겠습니다.

## 2. 학교폭력 발생 시 이렇게 해주세요.

### 1. 자녀와 대화를 통하여 충분한 공감과 지지를 해주세요.

“그런 일은 크면서 겪을 수 있어. 별거 아니야~”라는 식으로 자녀의 상황을 흘려듣지 않고, “혼자 많이 힘들었겠구나. 지금이라도 이야기 해주어서 너무 고마워. 엄마가 어떻게 하면 도움이 될까? 엄마가 도와줄게.” 등의 대화를 통해 힘을 실어줍니다.

### 2. 피·가해상황을 구체적으로 정리하여 학교에 도움을 요청 해주세요.

집단폭행 및 따돌림 등 지속적이고 심각한 학교폭력 피해 위험에 노출되어 있을 때에는 자녀가 겪은 상황에 대해 감정적으로 흥분하지 않고 구체적인 내용과 상황을 학교에 알리고 도움을 요청하여 진행합니다.

### 3. 전문기관의 도움을 받으세요.

- 117센터 (학교폭력 신고·상담센터)
- 청소년상담복지센터(1388)
- Wee센터(학교, 교육청, 지역사회가 연계하여 학생들의 학교생활을 지원하는 다종의 통합지원 서비스망)
- 헬프콜 청소년상담 1388 (학업중단, 가출, 인터넷중독 등 위기상황에 대해 상담을 실시하고 연계 지원 서비스)

## 3. 성폭력 예방 및 사안 발생 시 이렇게 해주세요.

### 1. 성폭력을 어떻게 예방할 수 있는지 구체적인 예를 들어 설명해 줍니다.

- 자신의 신체에 대한 경계를 확립하고, 불편한 상황에서 자신의 의사를 분명하게 말하는 연습을 합니다.
- 혼자 다니지 않고, 위험해 보이는 장소는 피합니다.
- 온라인에서 개인 정보를 공유하지 않도록 하고, 낯선 사람과의 접촉을 주의합니다. 등

### 2. 성폭력 상황에 대한 대처 방법을 알아둡니다.

- 위험한 상황에서 즉시 신뢰할 수 있는 어른(부모, 선생님, 경찰 등)에게 도움을 요청합니다.
- 위협을 느꼈을 때 큰 소리로 도움을 요청하거나 가능하면 빠르게 안전한 장소로 이동합니다. 등

### 3. 디지털성범죄(딥페이크) 피해 발견 시 학교나 117로 즉시 신고해주세요.

- 학생들의 피해를 최소화하기 위해서는 즉각적인 대처가 중요합니다. 주저하지 마시고 학교, 경찰서 등에 즉시 알려주세요.
- 딥페이크 성범죄 영상물 삭제지원 요청

(YWCA 디지털 특화상담소 672-1355 / 디지털성범죄피해자지원센터 02-735-8994 / 방송통신심의위원회 1377)

### 4. 성폭력 사건 발생 시 관련 규정에 따라 신고·처리될 수 있도록 조치합니다.

- 성폭력 발생 사실을 인지하였을 경우 즉시 학교 및 경찰서에 신고합니다.
  - 학교 성폭력 피해자 긴급 지원(One-Stop) 225-3117 / 해바라기센터 225-3117 / 해바라기센터(아동) 232-1375
- \* 학생 성폭력 사안은 법적 신고 의무 사항입니다.

## 4. 위기 상황 발생 시 이렇게 해주세요.

1. 자녀의 감정과 상황을 헤아려보고 힘들어하는 부분에 관해서 대화하고 관심을 갖습니다.

<자녀의 변화에 주의를 기울이고 유심히 살펴봐 주세요>

- ① 식사와 수면 습관이 변하고 식사를 잘하지 못하거나 잠을 잘 자지 못합니다.
- ② 짜증이 늘어나고 침울하고 우울하게 보입니다.
- ③ 두통, 복통, 소화불량 등 신체 증상을 호소합니다.
- ④ 일기장이나 SNS에서 죽고 싶다는 표현을 하기도 합니다.
- ⑤ 자각, 등교 거부 등 평상시 해오던 일상 활동을 제대로 하지 못합니다.
- ⑥ 집에서 대화를 거부하고 무기력하게 누워만 있을 수 있습니다.
- ⑦ 반항적이고 공격적인 태도를 보이거나, 스스로 신체에 상처를 입히는 행동을 보입니다.
- ⑧ 사후 세계를 동경하기도 합니다.
- ⑨ 자기 주변을 정리하고 평소 아끼던 소유물을 다른 사람들에게 나누어 줍니다.

2. 정서적 어려움을 호소하거나 죽음과 관련된 이야기를 할 때 학교(전문기관)에 도움을 요청합니다.

자녀가 학교나 가정에서의 적응의 어려움을 보이거나, 지나친 걱정, 불안, 우울감을 보일 때, 자살(자해) 시도를 한다면 주저하지 말고 구체적인 내용과 상황을 학교에 알리고 전문기관의 도움을 요청한다.

3. 전문기관의 도움을 받습니다.

- 다들어줄개(문자 1661-5004, App, 카카오톡)
- 자살예방상담전화: 109
- 정신건강·자살위기 상담전화: 1577-0199
- 청소년 대상 일반 심리 상담 및 위기 상담 지원: 1388
- 정신건강복지센터(광역 600-1930, 동구 233-0468, 서구 350-4195, 남구 676-8236 북구 267-5510 광산구 710-0140)
- 보건복지상담센터: 129

2024. 12. 30.

광 주 무 진 중 학 교 장