

우리 아이 마음 이해하기

언제나
네 편이야 ^^

사랑해!



아동·청소년 우울증

이해와 공감에 필요한 상처

아이들의 우울증은 소리없는 상처라고 할 수 있습니다.
따라서 평소에 아이들의 심리상태에 대한 세심한 관심이 필요합니다.

아이들의 행동 변화에 민감하게 대처 할 수 있도록
수시로 대화의 채널을 유지하고 조율할 필요가 있습니다.

소리없는 아이들의 마음을 감아먹은 상처, 우울증
어쩌면 이해와 공감이 절실한 우리 아이들의
소리없는 아우성일지도 모릅니다.



우리 아이 마음 이해

초등

학업, 숙제를 제때 못 해서
지적을 받고 자신감이 떨어질 때

등교를 두려워하거나
거부할 때

친구들과 잘 어울리지 못하고
또래 관계에서 충동적으로 행동할 때

우울감이 심하여
수면, 식사, 의욕, 주의집중에
심각한 영향을 받고 있을 때

마음의 고통으로 자해, 자살 등
위험한 행동을 반복하거나
계획하고 있을 때



게임 과몰입이나
비행 행동을 보일 때

불안과 긴장으로 일상 활동을
피하거나 다양한 신체증상이 나타날 때

우리 아이 마음 이해

중·고등

어려서부터 주의집중력이 좋지 않아
학습이나 수행에 자신감이 떨어질 때

부모님이나 친구와의 관계가 어렵고
자신을 좋아하는 사람이 없다고 생각할 때

우울감이 심하여
수면, 식사, 의욕, 주의집중에
심각한 영향을 받고 있을 때

학교폭력이나 비행
(가출, 음주, 흡연, 절도 등)으로
법적인 문제를 경험할 때

마음의 고통으로 자해, 자살 등
위험한 행동을 반복하거나
계획하고 있을 때

일상생활에서의 문제를
혼자서 해결하기가 버거울 때

불안과 긴장으로 일상 활동을
피하거나 다양한 신체증상이 나타날 때

우리 아이 도와 주기

아이의 마음과 행동에서 신호들을 발견하였다면
다양한 방법으로 도움을 주세요.



주목하기

아이의 말과 행동을
주목해 주세요



이해하기

이상 행동 안에
감춰진 마음을 보세요



표현하기

반항에는 적극적인 관심을
표현해 주세요



친구되기

아이의 친한
친구가 되어 주세요



도움요청

우울증이 의심된다면
전문가의 도움을 받으세요



경기도교육청은

도움이 필요한 학생들을 위하여
여러 기관과 연계하여 지원하고 있습니다.

위(Wee)클래스

- 단위학교 내 상담실 설치·운영
- 개인상담/집단상담/특성화 프로그램 운영
- 학부모 상담 관계 기관 의뢰·연계

위(Wee)센터

- 교육지원청 내 학생상담지원센터 설치·운영
- 위기학생에 대한 전문적인 진단-상담-치유 One-Stop 서비스 지원
- 지역사회 내 관계기관과 연계를 통한 경제적·사회적 지원

연계 전문 기관

- 청소년상담복지센터
- 청소년 헬프콜 1388
- 자살예방센터
- 지역 병·의원
- (아동·청소년)정신건강복지센터
- 자살예방상담전화 1393
- 학교폭력신고센터 117

단·장기 위탁교육 기관

위(Wee) 스쿨

위기학생의 장기간
치료 및 교육을 위한
기숙형 장기
위탁교육기관

가정형 위(Wee) 센터

상담·교육·보호 기능의
기숙형 위탁 대안 교육 기관

병원형 위(Wee) 센터

심리·정서적 고위기 학생
(자해 및 자살시도)의
전문적 치료 및 교육 기능



아이들이 혼자가 아님을 느낄 수 있도록
따뜻한 관심과 공감이 필요합니다.

경기도교육청은 우리 아이들 마음의 속도에 맞춰
한 걸음 한 걸음 함께 가겠습니다.

자율
균형
미래

경기도교육청

GYEONGGI PROVINCIAL OFFICE OF EDUCATION

