

# 자살예방 및 정신건강증진 교육 계획(안)

## 주요 내용

- 목 적 : 자살위기 대응을 위한 정보제공, 정신건강증진 교육을 통한 심리적 위기 예방
- 내 용
  - 일 시 : 자살예방 교육(상시), 정신건강증진 교육(5월, 7월, 11월 중 실시 예정)  
자살예방 및 정신건강인식 개선 캠페인(5/26, 9/8, 10/7)
  - 방 법 : 자살예방 교육; 온라인 상시 교육,  
정신건강증진 교육; ZOOM 온라인 화상 강의  
자살예방 및 정신건강증진 캠페인; 새벽별 도서관 주변에서 진행
  - 대 상 : 학생 및 교·직원

## 1. 사업 목적

위기대응 차원	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 자살예방 교육을 통해 위기상황에 대한 이해와 자살관련 인식 변화</li> <li>■ 자살위기대응을 위한 구체적이고 실제적인 정보제공</li> </ul>
예방 차원	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 정신건강증진 교육을 통해 정신질환에 대한 편견 감소 및 정신건강의 중요성 이해</li> <li>■ 정신건강 위기 상황에 대한 정확한 이해와 내면의 우울, 불안을 조절하고 대처하는 방법 안내</li> </ul>

## 2. 사업 개요

### 가. 자살예방 교육

강의형태	일 정	주 제	교육 프로그램	강 사	소요시간
온라인 상시교육	상시	자살예방 교육 (인증프로그램)	'생명배달 보고듣고말하기'	중앙자살예방센터 온라인 교육	1H

#### 나. 정신건강증진 교육

강의형태	일 정	주 제	교육 프로그램	강 사	소요시간
ZOOM 화상강의	2021.05.	정신건강증진 교육	그래도 행복	정신건강복지센터 강사(금정구)	1H
	2021.07.	정신건강 특강	조기정신증 대처하기		1H
	2021.11.	조기정신증 교육	더 비기닝		1H

#### 다. 자살예방 및 정신건강인식 개선 캠페인

- 1) 기 간 : 1차 2021. 05. 26. 11:00~14:00  
2차 2021. 09. 08. 11:00~14:00  
3차 2021. 10. 07. 11:00~14:00
- 2) 장 소 : 새벽별 도서관 주변
- 3) 대 상 : 본교 학생
- 4) 내 용 : OX퀴즈를 통해 정신건강 관련 올바른 정보 제공  
간이검사 실시(PHQ-9, PSS, CAPE-15 중 택2), 생명존중서약서 작성
- 5) 진 행 : 금정구 정신건강복지센터, 효원상담원 학생상담부

### 3. 세부 추진 일정

#### 가. 자살예방 교육

항 목	일 정	세부 추진 내용	비고
계획 수립	2021.03.~04.	◦ 교육 운영 세부 계획 수립 ◦ 중앙자살예방센터 연계	
홍보	2021.04.~12.	◦ 홈페이지 공고 및 홍보 활동	
신청접수	2021.04.~12.	◦ 학생: 학생지원 시스템 내 PASS 신청 후 온라인 교육 주소 안내	
운영	상시진행	◦ 자살예방 교육 온라인 시청	
평가	2022.01.	◦ 만족도 실시 및 분석 ◦ 결과보고서 작성	

\* 자살예방 교육은 자살예방 생명지킴이 온라인 교육 참여 후 수료증 제출방식