

서울특별시교육청 학교흡연예방사업 뉴스레터



발행인: 강동호 원장 발행처: 서울특별시교육청학교보건진흥원 학교흡연예방지원센터 기획·제작: 서울특별시교육청 학교흡연예방사업지원단 발행일: 2018.12.20.



I. 이번 호의 이슈

학년 전환기 및 방학을 대비한 청소년 흡연예방의 중요성

생애 전환기의 관점에서 청소년은 졸업, 입학 등으로 주요 활동 영역과 사회적 역할이 변화하는 시기를 거친다¹. 또한 청소년은 학년이 전환됨에 따라 교우관계가 중요해지고 친구 및 환경을 선택할 수 있는 자유도가 높아진다. 이 같은 청소년기의 특징은 청소년 흡연에도 영향을 미쳐 학교급과 학년이 높아질수록 다양한 미디어를 통해 담배와 흡연에 대한 노출이 많아지고 담배를 구매할 수 있는 접근성도 높아진다². 따라서 청소년의 학년 전환기에는 흡연예방을 포함한 포괄적인 생활지도와 관리가 매우 중요하지만 이 시기에는 방학이 동반된다는 특성이 있다.

방학은 등교를 하지 않기 때문에 학교의 보호관리가 어려우므로 부모의 역할이 어느 때보다 중요하지만 최근 핵가족화 및 맞벌이 가족의 증가로 인하여 방학 중 가정 내 지도는 충분하지 못한 실정이다. 청소년의 방학 중 비행과 관련한 연구³에 따르면 자유시간 동안 교사나 부모의 감독 없이 친구와 시간을 보내는 것이 행동문제와 관련 있으며 학기 중 보다 방학 중의 비행 정도는 학년과 성별에 관계 없이 높은 것으로 나타났다. 또한 청소년이 가정 내 감독과 방학 중 교사의 교외생활 지도가 잘 이뤄진다고 지각할수록 방학 중 비행 수준이 낮아지고, 지역사회 유해시설에 대한 접근성은 방학 중 비행을 예측하는 중요한 요인이라고 설명하고 있다.

2017년 청소년건강행태조사⁴에 따르면 중학교와 고등학교의 흡연율은 남학생의 경우 4.1%에서 13.9%로, 여학생의 경우 1.8%에서 4.1%로 증가하고, 특히 남자의 경우 고3 남학생 흡연율⁵ 19.1%에서 20대 남성 흡연율⁶ 41.7%로 성인기로 진입하는 시기에 흡연율이 급격히 증가한다.

학교에서는 학년 전환기의 중요성을 인식하고 학생이 안전하고 건강하게 방학을 보낼 수 있도록 방학 전 생활지도를 강화해야 한다. 초등학교부터 자기 통제 방법과 건강한 대처전략에 관한 내용을 프로그램에 포함하는 것이 바람직하며 더 나아가 청소년 시기 뿐 아니라 성인이 되어서도 흡연하지 않는다는 인식을 갖게 하는 것이 중요하다. 뿐만 아니라 지역사회와 함께 방학 중 유해시설 관리에 주의를 기울여야 하며 학부모를 대상으로 청소년 흡연예방 교육을 실시하거나 가정통신문을 배포하여 방학 중 자녀 지도 방법을 안내하는 것이 필요하다.

1 McLeod, J. D., & Almazan, E. P. (2003), Connections between childhood and adulthood, In Handbook of the life course, Springer : US, pp.391~411

2 Jamner, L. D., Whalen, C. K., Loughlin, S. E., Mermelstein, R., Audrain-McGovern, J., Krishnan-Sarin, S., Worden, J. K., & Leslie, F. M. (2003), Tobacco use across the formative years : A road map to developmental vulnerabilities, Nicotine & Tobacco Research, 5(Suppl 1), S71~S87

3 김희화. (2007). 초기 청소년의 방학 중 일상활동 및 환경요인의 방학 중 비행에 대한 영향. 상담학연구, 8(1), 365~378.

4 질병관리본부 (2017). 제13차(2017년) 청소년건강행태조사통계

5 질병관리본부 (2016). 제12차(2016년) 청소년건강행태조사통계

6 보건복지부 (2016). 국민건강영양조사

Contents

01 I. 이번 호의 이슈 학년 전환기 및 방학을 대비한 청소년 흡연예방의 중요성 · 효과적인 청소년 흡연 예방과 금연지도

06 III. 소식알리미 2018년 제1회 학생 중심 흡연예방 정책토론회 · 2018년 숲과 함께하는 토레 리더십 캠프

04 II. 학교흡연예방사업 정보



I. 이번 호의 이슈

효과적인 청소년 흡연 예방과 금연지도



임민경
국제암대학원대학교 교수

지난 담배규제정책 지원과 금연지원사업의 경험을 돌이켜 보면 청소년 대상의 효과적인 흡연예방과 금연을 이야기하기에 앞서 청소년의 담배 사용과 금연에 대해 우리가 인식하고 전제하는 내용들에 다소의 오해가 있는 것은 아닌지 고민해 볼 필요가 있다는 생각을 하게 된다. 청소년기에 대부분의 흡연이 시작된다거나 흡연의 동기가 주변 친구들의 유혹이나 압력이며, 청소년 흡연자는 금연동기와 의지가 부족하다고 생각하는 등이 그것이다. 청소년들의 담배 사용 시작 연령에 대한 여러 조사 자료를 살펴보면 그 첫 시작은 초등 저학년까지로 내려가는 것을 알 수 있고, 패널 형태의 조사자료 역시 초등학교 6학년에 중학교에 입학하면서 담배 사용률이 급증하거나 지속적 흡연자로 자리 잡게 된다는 현실을 보여 준다. 대부분 시도 단계는 이미 초등 저학년과 고학년을 거치면서 졸업하고, 지속 사용자로 갈지 말지를 중학교에 입학할 무렵 결정하게 되는 것이다. 조사 결과를 단순하게만 받아들이고 흡연 예방을 위한 노력이 청소년이라기보다는 유치부와 초등저학년에 이루어지는 것이 적절하다는 생각이 들게 한다. 몇몇 질적 연구 자료를 토대로 살펴본 담배 사용을 시도하게 되는 이유도 주변 어른들의 담배사용을 지켜보면서 다양한 도구를 가지고 담배를 피우는 흥내를 내는 것으로 시작하여 결국 진짜 담배를 시도하게 되는데 직접적 이유는 너무 무료하고 심심해서이거나 흡연하는 주변 친구들의 무리에 끼고 싶은 본인의 자발적 시도인 경우가 많다. 주변 친구들의 유혹이나 압력과는 좀 다른 의미로 이해되며, 책 읽기나 게임과 같이 관심을 가지고 지속하는 취미나 활동이 있는 경우 오히려 담배를 시도하거나 지속 사용하게 되는 확률이 상대적으로 낮다는 양적 연구 결과들과도 일맥상통하는 부분이 있다. 사회경제적 환경이 열악하거나 결손가정 혹은 안정적인 돌봄을 받지 못하는 아이들의 경우 담배에 대한 접근성과 사용 가능성이 크다는 연구 결과들도 있다. 어른들의 금연 독려에 대한 흡연 청소년들의 반응에 대해서도 우리는 그 행간을 읽고 도움을 주어야 할 필요가 있다고 생각한다. 금연상담전화번호가 담뱃갑에 삽입되고 난 직후 청소년들로부터 장난전화의 참 많이 있었다. 그런데 일반적인 장난전화의 특징과는 다르게 같은 친구들이 여러 번 반복해서 장난전화를 해 오는 것이었다. 무엇인지 모르지만 관심을

가지고 있다는 혹은 관심을 가져달라는 의미를 담고 있다고 해석하고 청소년 전담상담사를 해당 전화번호에 배치한 후 금연은 아니더라도 꾸준히 라포를 형성하도록 하면서 지켜보던 어느날 ‘정말 금연하게 도와 줄 수 있어요?’라는 말을 듣게 되었다. 어떤 친구는 일상적인 이야기를 하다 말고 갑자기 울먹이며 ‘저도 정말 끊고 싶는데 잘 안되요’, ‘부모님 몰래 담배 피우는 것이 정말 미안하고 죄송해요’라고 말하기도 하였다. 청소년들도 담배의 위해나 금연의 필요성을 알고 있다. 그래서 흡연하는 성인의 70% 이상이 이야기 하는 것처럼 끊는 것이 좋겠다는 끊고 싶다는 마음이 있는 것이다. 성인들과는 다르게 흡연하는 것에 대한 죄책감, 금연을 도와달라고 내놓고 이야기하는데 대한 막연한 두려움, 누군가 나를 진심으로 도와 줄 수 있을까에 대한 의구심 등 복합적인 마음 상태가 혼재한다는 것이 다르다면 다른 점이라고 할 수 있을 것이다. 그래서 청소년들의 금연을 돕기 위해서는 얼마나 마음을 열고 기다려줄 수 있는지, 정말 도움을 주고자하는 확고함이 있는지, 그리고 제공하고자 하는 도움이 긍정적인 지지의 형태로 표현되도록 할 수 있는지에 대한 어른들의 성찰이 우선되어야 한다고 생각된다. 물론 쉽지 않은 일이다. 하지만 멈추거나 쉬어갈 수도 없는 일이기엔 천천히 그렇지만 꾸준히 노력해 나가면서 더 좋은 방법을 찾아나가야 하지 않을까 싶다. 주입과 강요식의 교육과 지원보다는 환경을 개선하고 마음으로 다가가 아이들의 목소리를 들어 주는 것부터 시작해보는 것이 옳다. 먼저 제대로 이해해야 도움을 줄 수 있는데, 잘 못 알고 있거나 어른들의 눈높이로 이해해 버리는 경우가 너무 많은 것 아닌가 하는 반성이 필요하다.

그럼 무엇보다 어떻게 해 나가는 것이 청소년들의 흡연예방과 금연을 위한 도움이 될 수 있을까? 많은 이론들과 지침들이 있지만 곧 시작되는 방학을 맞아 우리 아이들과 시간을 가지고 함께 노력해 봄직한 현실적이며 실용적인 전략을 제안해 보고자 한다.

첫째, 방학을 이용하여 본인의 흡연 문제를 부모와 충분히 상담하고 적극적인 해결 노력을 해보는 계기로 삼을 수 있도록 부모와 자녀간 사이에 소통의 채널을 만들도록 한다. 요사이 아이들의 방학은 체험과 휴식의 시간이기 보다 학습의 연장 나이가 보다 강도 높은 심화학습을 위한 보충의 시간이기 쉽다. 지나친 학업으로 인한 압박과 스트레스는 흡연이라는 유혹에 쉽게 노출될 수 있는 계기를 마련하니 주의를 필요로 한다. 따라서, 방학 동안이라도 학업 스트레스로부터 잠깐이라도 벗어나 부모와 함께 시간을 보내고 소통할 수 있도록 담배 문제 이외의 일상생활에서 다양한 소재를 찾아보는 노력이 필요하다. 최근 세대를 넘나들며 공통의 화제로 떠오르며 소통의 채널이 되고 있는 ‘방탄소년단’이나 ‘퀸즈’ 같은 보컬그룹이 좋은 사례가 될 수 있다. 방탄소년단의 인기는 청소년을 비롯한 젊은 세대들에게만 머무르지 않는다. 30대 40대 50대를 넘나드는 아줌마 아저씨 팬들이 함께한다. 방탄소년단이



가지는 음악적 매력과 음악활동을 통해 전달하는 메시지가 모든 세대를 공감하게 만드는 포인트가 있기 때문이라고 생각한다. 최근 흥행하고 있는 '보헤미안랩소디' 영화를 통해 소개된 '퀸즈'의 히트곡들은 현재의 청소년들도 알고 즐기는 곡들이다. 다만, 부모세대의 유명 그룹이 부른 곡이라는 것을 잘 모르고, 그 곡을 우리 부모가 함께 따라 부르며 환호했다는 것을 모를 뿐이다. 우리 아이들과 방탄소년단의 뮤직비디오나 보헤미안랩소디 영화를 함께 보며, 음악을 통해 소통의 채널을 만들어 보는 것은 어떨까? 간만에 우리 아이들과 웃으며 이야기하고 음악에 함께 공감하는 시간과 공간을 만들 수 있을 것 같다. 뮤직비디오나 영화를 통해 변하지 않는 명곡의 아름다움이 세대를 관통하듯, 흡연의 위해와 금연의 필요성에 대한 진실도 통할 수 있다. 다만 서로 통할 수 있는 적절한 채널과 매개체를 찾는 것이 중요하다.

둘째, 방학 중 학업 보충을 위한 학원 이외에 다른 취미 활동 등 학생들이 관심 가질만한 소재와 영역을 찾아 권고하고 참여하도록 해 보는 것도 좋다. 담배에 관심을 가지는 것은 아닌지, 담배를 피우는지, 담배 피우는 친구와 어울리는지 소극적으로 고민하고 아이들과 갈등을 가지는 대신 아이들이 관심을 가질만한 운동, 악기, 체험 등의 소재를 찾아 아이들에게 상의하고 참여할 수 있도록 적극 지원하는 것이 아이들을 담배로부터 멀어지게 하는 보다 효과적인 방법이 될 수 있다. 학교를 다닌 동안 시간이 부족해서 하지 못했던 운동을 할 수 있도록 그룹을 만들고 실내외 체육관을 빌리는 등에 도움을 줄 수 있고, 기타나 드럼과 같이 청소년들이 관심을 가질만한 악기를 배울 곳을 찾아 주거나 부모가 직접 가르치는 시간을 만들어 볼 수도 있다. 관심에 따라 유적, 미술관, 음학회 등에 참여하게 할 수도 있고, 놀이공원 탐방이나 관객 신청을 통해 유명 방송프로그램 참여 탐방을 할 수도 있을 것이다. 찾아보면 의외로 지역사회 문화공간이나 청소년회관 등에서 무료나 최소한의 비용으로 제공하는 프로그램들이 많다. 문제는 학원 대신 운동, 악기, 체험에 시간을 쓰도록 배려하는 부모의 여유와 아이들의 관심이다.

셋째, 앞서 이야기하였지만 방학이 되면 아이들이 학교보다는 학원이나 가정에서 보내는 시간이 길어진다. 따라서, 아이들이 방문하거나 머무르는 장소의 흡연 환경에 대한 점검이 필요하다. 청소년들이 방학 중 대부분의 시간을 보내게 되는 학원들은 중소 및 대형빌딩에 위치하게 되는데, 현행법 상 금연구역임에도 불구하고 화장실, 복도, 건물 주변 등에서 상당한 수준의 흡연이 이루어지고 있는 곳이기도 하다. 가능하다면 금연이 잘 지켜지고 있는 건물에 있으며 선생님들이 담배를 사용하지 않는 학원을 선택하도록 하고, 건물 내 금연이 잘 지켜지고 선생님들의 경우도 학생을 가르치는 일과 시간 중에는 쉬는 시간이라도 담배 사용을 자제해 줄 것을 요청하는 노력을 해야 할 것이다. 할 수만 있다면 학교뿐 아니라 학원 건물과 학생들이 많이 이용하는 시설들

역시 학교 정화구역과 같이 운영할 수 있도록 지역사회운동이라도 벌일 필요가 있다.

넷째, 가열담배를 포함한 신종 담배나 새로운 흡연 환경 변화에 대한 객관적 의미와 이러한 환경 변화들이 우리 아이들을 어떻게 위협하고 있는지 구체적으로 알 수 있도록 사전 정보를 제공하도록 한다. 잘 알려진 바와 같이 청소년은 과거로부터 현재까지 담배회사가 노리는 잠재 소비자 계층이다. 그래서 가열 담배나 독특한 디자인의 모양이나 이름을 가진 제품들의 출시는 청소년층을 겨냥한 것이라고 보아도 무방하다. 청소년들이 담배의 위해성이나 금연의 필요성에 대해서는 교육이나 홍보를 통해 많이 알고 있는 반면, 담배회사의 청소년을 겨냥한 부도덕한 마케팅에 대해서는 잘 알지 못하는 경향이 있다. 편의점의 담배제품 광고 내용이나 광고물의 위치가 유치원 초등학교 저학년 학생의 눈높이에 맞추어진 것이라는 것을 알면 누나 형님들 격인 중학교 고등학교 학생들도 담배 회사 광고의 문제점을 인식할 수 있을 것이고, 담배회사와 담배제품 사용에 대해 부정적으로 변화해 갈 수 있다. 기존 담배 보다 덜 해롭다고 주장하는 가열담배와 같이 끊임없이 새로운 유형의 제품을 출시하는 이유가 점차 강화 및 확대되고 있는 국가의 담배규제 정책을 피하고자 하는 꼼수라는 것, 편의점이나 심지어 대형마트의 전자제품 판매코너에서 전자제품으로 둔갑하여 버젓이 팔리고 있는 가열담배 기기의 문제점에 대해서도 알려 주어야 한다. 그리고 우리 스스로가 이윤 극대화를 위하여 부도덕한 제품 광고와 마케팅을 일삼는 담배회사의 희생자가 되어서는 안 된다는 자의식을 가지도록 도와주어야 한다.

다섯째, 아이들에게 직접적인 도움이나 조언이 어렵다면, 방학활동 중의 하나로 시도 및 군구 단위에서 진행하는 흡연예방 및 금연관련 프로그램 확인 및 참여도 생각해 볼직하다. 더불어 흡연과 금연을 주제로 한 동아리 활동이나 학생들의 자치 활동을 학교와 함께 계획하고 지원하는 것도 좋은 방법 중의 하나이다. 하지만 이는 아이들의 참여 의사가 선행되어야 하며, 부모나 선생님들의 의도로 강요되어서는 안 된다.

많은 전문가들이 이야기하는 것처럼 청소년의 담배 사용 문제는 성장기라는 특성, 가정과 사회 환경, 제공되는 환경과 여건에 따른 아이들의 정신행동학적 반응 등이 복합적으로 작용하는 것으로 모든 경우에 해당하는 정답을 찾기가 어려운 것 같다. 몇 가지 시도해볼만한 방안들을 제시해 보았지만, 청소년들의 흡연 예방과 금연지도에 얼마나 현실적인 도움이 될지 자신이 없어진다. 하지만 분명한 것은 청소년들에게 있어 담배문제는 담배 문제에 국한된 것이 아니며, 이해를 바탕으로 한 소통 채널 확보, 담배 노출 최소화가 가능한 환경 조성과 사회 가치 형성을 통해 천천히 그러나 꾸준히 노력해 나가야 한다는 것이다. 그리고 이 노력을 부모, 선생님, 학교, 지역사회, 그리고 국가가 함께 해나가야 한다는 것이다.



II. 학교흡연예방사업 정보

국가의 담배규제 정책은 크게 금연지원서비스와 흡연예방교육으로 나뉘볼 수 있다. 현재 일선 학교에서는 흡연예방교육을 중심으로 정책이 실행되고 있으나, 비흡연자를 대상으로 하는 흡연예방 교육 뿐만 아니라 청소년 흡연자를 대상으로 하는 금연 지원 역시 우리가 지속적으로 관심을 가져야 할 부분이다.

보건소 금연클리닉의 금연지원 서비스

현재 흡연자 대상 금연지원서비스를 가장 활발히 펼치고 있는 곳 중 하나가 바로 보건소의 금연클리닉이다. 보건소 금연클리닉은 2005년 전국 보건소에서 무료 금연상담 및 치료서비스를 제공하기 시작한 이래 2017년을 기준으로 254개 보건소에서 약 42만 명의 흡연자들에게 상담 서비스를 제공하고 있다.

금연클리닉에서는 지역사회 흡연자의 금연실천을 위해 6개월 동안 9회차 이상 상담 서비스를 제공하고 있으며, 이 과정에서 니코틴 보조제(니코틴패치, 니코틴껌, 니코틴사탕 등)나 행동강화 물품(목캔디, 지압기, 운동용품 등)을 제공하여 흡연자가 금연에 이르게끔 다양한 서비스를 지원하고 있다.

보건소의 금연클리닉 서비스는 성인만 대상으로 하는 것이 아니라 청소년과 성인 모두에게 열려있는 곳이다. 일반적으로 성인들이 자발적인 금연의지를 가지고 보건소를 방문하는 반면, 현재 보건소를 이용하는 청소년들은 학교에서 단속을 통해 적발된 학생들이 계도 차원에서 금연클리닉 서비스를 이용하는 경우가 대부분이다 보니 자발적인 금연의지가 없는 상태로 보건소 금연클리닉을 내소하는 편이다.

일반적으로 보건소 금연클리닉에 내소하는 학생들은 학교에서 금연지도를 위해 인계되는 경우가 많다. 이렇게 학교를 통해 인계된 학생들의 경우 대개 4회의 금연상담 서비스를 받은 후 체내 코티닌 검사를 통해 금연 여부를 확인하고 이에 대한 확인증을 학교 측에 제출하는 과정을 거치게 된다. 그러나 4회 차의 상담만으로는 향후 금연을 실천하고 유지하기에는 많은 어려움이 따르고 있어 금연클리닉에 등록된 청소년들의 6개월 금연성공률은 거의 제로에 가깝다고 금연클리닉 상담사들은 입을 모은다.

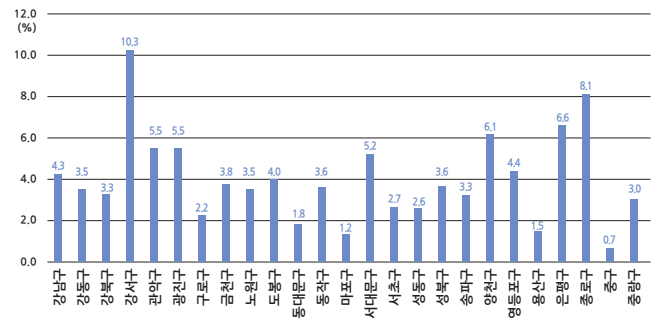
전문가들은 청소년들이 자발적인 금연 동기를 가지고 서비스를 이용하기 어려운 현실을 감안하여, 청소년의 경우 금연 성공에 목표를 두기보다 행동변화 단계 이동에 초점을 맞추고, 청소년들이 보건소 금연클리닉을 이용하는 동안만이라도 금연을 시도해보고 금연 상태를 경험해 볼 수 있도록 하는 것이 바람직하다고 말한다. 따라서 보건소 금연클리닉에서는 내소하는 청소년과의 상담을 통해 자신의 흡연행태를 돌아보고, 금연의 필요성을 인식하여 스스로의 변화를 이끌어 내는 데 초점을 맞추고 있다.

보건소 금연클리닉의 청소년 이용 현황

올해 상반기 서울시 자치구 보건소 금연클리닉의 연령별 등록 현황을 살펴보면, 전체 등록자 중 청소년이 차지하는 비중은 4.0% 정도로 낮은 편이다. 강서구가 등록자 중 10.3%로 청소년 비중이 가장 높게 나타나며, 중구는 0.7%로 청소년 등록률이 가장 낮게 나타났다.

각 자치구별 청소년 등록자 수로는 강서구가 174명으로 가장 많았으며, 은평구와 광진구가 각각 121명과 104명으로 상반기에 100명 이상의 청소년 흡연자에 대한 상담을 진행하였다.

서울시 보건소 금연클리닉 전체 등록자 중 18세 이하 비율



*2018년도 상반기 기준

서울시 자치구 중 청소년 등록률과 등록자수가 가장 높았던 강서구의 경우 청소년 전담 금연상담사를 지정하여 청소년 대상 금연상담 및 관내 학교 대상 금연교실 운영을 적극적으로 추진하고 있다. 강북구의 경우도 청소년 전담 상담사가 청소년들과의 라포를 형성하여 금연 유도에 힘쓰고 있으며, 청소년 상담시 부모 교육을 병행하고 부모들에게 청소년의 상담결과를 공유하는 등 청소년들이 지속적인 금연을 할 수 있는 환경 조성에 힘쓰고 있다.

청소년 전담 상담인력을 지정하지 않은 자치구의 경우에도 청소년들의 금연상담 시 성인과 구분된 공간에서 상담을 진행하려고 노력하며, 흡연문제 외에도 청소년들의 학업 및 교우관계나 가정 내 문제에 이르기까지 다방면의 상담을 통해 청소년들의 금연의지를 이끌어 낼 수 있도록 노력 중이다. 하지만 보건소에 방문하는 청소년들의 대부분이 외부적인 규율에 의해 비자발적으로 내소하다보니 상담에 비협조적이거나 형식적으로 응하는 경우가 많아 상담사들의 안타까움을 자아내고 있다.

청소년의 금연동기 유발이 먼저

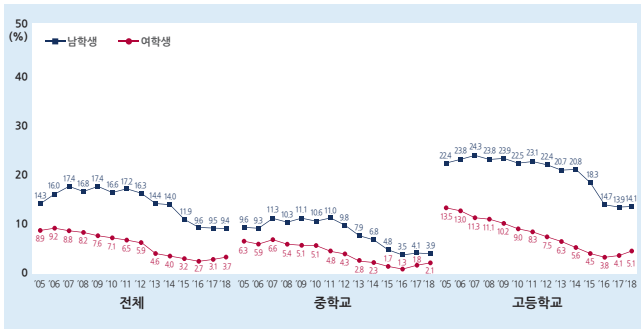
청소년의 흡연은 사실 흡연 자체만의 문제가 아니라 가정과 학교, 사회적인 요인이 결합된 복합적인 문제이기 때문에 청소년의 금연을 위해서는 단지 보건소의 금연클리닉에 등록하고 확인증을 받아오는 수준에서 나아가 학교와 가정, 사회의 보다 적극적인 관심이 필요하다. 게다가 금연은 결국 본인의 의지가 동반되지 않고서는 성공할 수 없는 문제이기 때문에 금연동기를 유발하는 것이 선행되어야 한다. 다시 말해, 흡연 청소년들을 학교에서 보건소 금연클리닉으로 인계하기 전에 이들에게 스스로 금연의지가 고취될 수 있도록 적극적인 개입이 필요할 것이다. 이에 따라 서울시와 서울시 교육청은 협력체계를 구축하여 청소년의 흡연예방 및 금연을 위한 다각적인 방안을 강구하고 있으며, 지속적인 노력을 기울일 것이다.



2018년 청소년건강행태조사 주요 결과

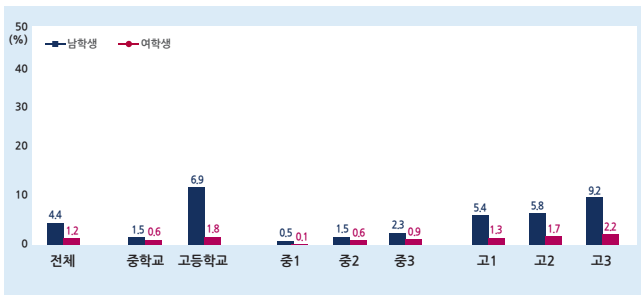
2018년 청소년건강행태조사 결과발표회가 지난 11월 12일에 코엑스에서 개최되었다. 주요 결과는 다음과 같다.

현재 흡연율



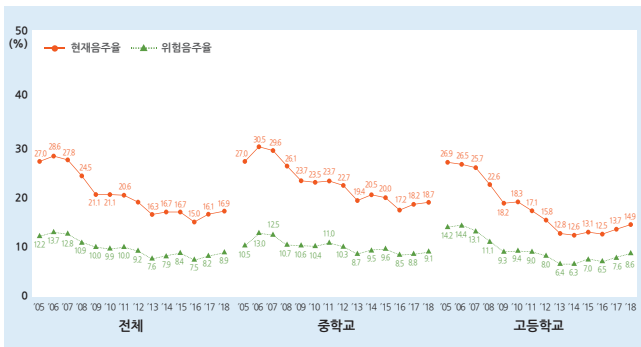
현재 흡연율(최근 30일 동안 1일 이상 흡연한 사람의 비율)은 남학생 9.4%, 여학생 3.7%로 나타났다. 2017년 조사 결과와 비교할 때 남학생 현재 흡연율은 0.1%p 감소하였으나, 여학생은 0.6%p 증가하였다.

가열 담배 평생 경험률



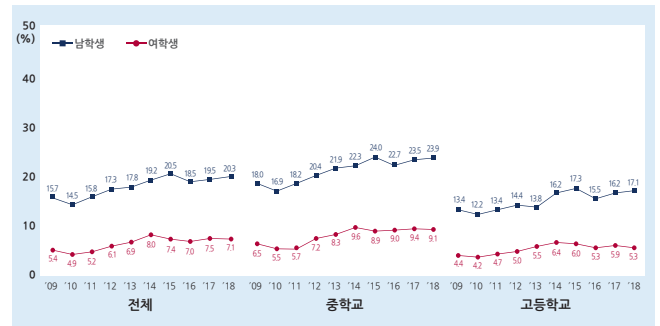
가열 담배 평생 경험률은 올해 새롭게 추가된 조사 항목으로 전체 청소년 중 지금까지 가열담배(아이코스, 글로, 릴 등)를 사용한 적이 있는 사람의 비율을 뜻한다. 조사 결과에 따르면 우리나라 청소년의 2.9%(남학생 4.4%, 여학생 1.2%)는 가열담배를 사용해본 경험이 있는 것으로 나타났다.

현재 음주율, 위험 음주율



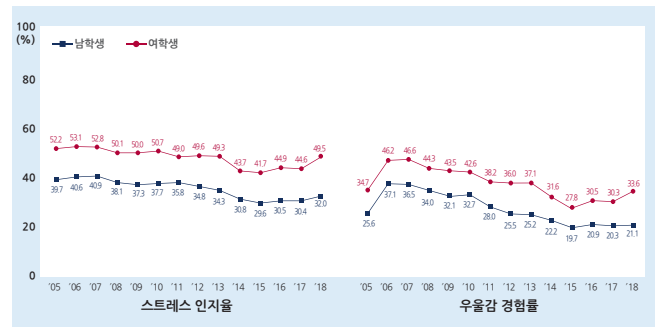
전체 청소년의 현재 음주율(최근 30일 동안 1잔 이상 술을 마신 적이 있는 사람의 비율)은 16.9%, 위험 음주율(최근 30일 동안 술을 마신 적이 있고, 1회 음주량이 남자 소주 5잔 이상, 여자 소주 3잔 이상인 사람의 비율)은 8.9%로 조사되었다. 현재 음주율은 전년 대비 0.8%p, 위험 음주율은 전년 대비 0.7%p 증가하였다.

하루 60분 주5일 이상 신체 활동 실천율



최근 7일 동안 하루 60분 주5일 이상 운동종류 상관없이 심장박동이 평상시보다 증가하거나, 숨이 찬 정도의 신체활동을 한 사람은 남학생 20.3%, 여학생 7.1%로 조사되었다.

스트레스 인지율, 우울감 경험률



남학생의 32.0%, 여학생의 49.5%가 평상시 스트레스를 ‘대단히 많이’ 또는 ‘많이’ 느끼는 것으로 조사되었다. 또한, 남학생의 21.1%, 여학생의 33.6%는 최근 12개월 동안 2주 내내 일상생활을 중단할 정도로 슬프거나 절망감을 느낀 적이 있다고 응답하였다.

주요 결과를 종합해 보면 남학생의 현재 흡연율은 큰 변화가 없었으나, 여학생의 현재 흡연율은 소폭 증가하였고, 일부 청소년들은 아이코스, 글로, 릴 등 가열담배를 사용해본 적이 있는 것으로 나타났다. 현재 음주율, 위험 음주율은 증가 폭이 크지는 않으나, 2016년 이후 남학생과 여학생 모두 증가하는 추이를 보였다. 신체활동 실천율은 여전히 낮은 편이지만, 서서히 개선되고 있는 것으로 조사되었다. 마지막으로 남학생과 여학생 모두 스트레스 인지율, 우울감 경험률이 증가하였고, 특히 여학생의 스트레스 인지율 증가 폭이 남학생보다 컸다.



III. 소식 알리미

2018년 제1회 학생 중심 흡연예방 정책토론회

지난 11월 23일, 서울 중구 서울시청 8층 다목적홀에서 '2018년 제1회 학생 중심 흡연예방 정책토론회'가 개최되었다. 서울시교육청 학교보건진흥원과 학교흡연예방사업지원단이 공동주관(서울시교육청·서울특별시 공동주최)한 이번 토론회는 학생들이 주도적으로 학교흡연예방사업과 지역사회 금연정책의 발전방안을 모색하고 발표했다는 데 의의가 있다. 이날 토론회에는 중학교 6개교, 고등학교 9개교, 서울특별시 청소년의회에서 총 74명의 학생들이 참여하였으며 인솔교사 및 청소년 흡연예방사업 관계자 등 총 130명의 참석자가 토론회 자리를 빛내주었다.

서울시교육청학교보건진흥원의 강동호 원장은 개회사를 통해 학생들이 바라는 흡연예방 교육과 금연 방법을 적극 지원 할 것을 약속하며 토론회의 문을 열었다. 효과적인 토의를 위해 국가금연지원센터의 이성규 센터장이 '청소년이 만드는 담배없는 세상'을 주제로 흡연에 대한 인식과 규범 재고(再考)의 필요성을 설명하며 청소년이 담배/흡연을 우리 사회에서 퇴치해야 하는 세대임을 강조하였다.

토론은 '우리가 바라는 흡연예방교육·활동 및 흡연학생 금연도움 방법', '가정·학교·지역사회에 적용할 수 있는 흡연예방 및 금연정책', '담배 없는 세상을 만들기 위한 우리의 역할'의 세 가지 주제로 진행되었다. 토론회 사회자인 대경중학교 김남 교사는 주제 안에서 직접 의제를 발굴하고 학생들이 주도해 토론을 진행하는 상호협력형 토론방식으로 운영됨을 설명하였다. 학생들은 6~7명씩 12개 라운드테이블에 나누어 앉아서 테이블별 토론 의제를 발굴하고, 발굴한 의제를 중심으로 1차 토론을 진행하며, 이후 자리를 이동해 관심 있는 주제 테이블에 다시 둘러앉아 2차 조별 토론하는 방식으로 이루어졌다. 각 모둠의 대표는 리더 역할을 수행하며 토론을 이끌고 2차 조별 구성원들이 바뀌었을 때 1차 토론 결과를 공유하고 최종 테이블별 결과를 발표하는 역할을 맡았다.

금연지원 주제에 대하여 학생이 자발적 주체적으로 참여할 수 있는 기회 제공 및 체험위주의 흡연예방교육 실시, 담배·흡연의 폐해 중심의 금연교육에서 금연의 필요성·금연 시 긍정적인 면을 강조하는 교육으로 방향 전환이 되어야 한다는 의견이 제시되었다. 담배없는 사회를 만들기 위한 청소년의 역할은 SNS를 활용한 금연 캠페인·홍보 및 금연 서포터즈 활동(동아리), 흡연친구에게 금연권고 및 지지활동, 비흡연 규범 확산을 위한 비흡연자의 적극적인 의사표현, 금연포스터·경고문구 등 금연 작품 제작(금연홍보시 활용)등이 언급되었다. 청소년이 제안하는 흡연예방 및 금연정책으로는 사이패스 도입, 경찰서·주민센터에서 담배 판매 등 청소년 담배판매 및 구매 규제, 편의점 담배광고 규제, 흡연구역 지정 및 흡연구역 외 흡연 단속, 금연보조물품 진열·무상 제공 등 금연보조물품 접근성 제고, 뉴미디어·소셜미디어의 담배·흡연노출 규제, 희망과 위로를 전하는 금연광고 등이 있었다.

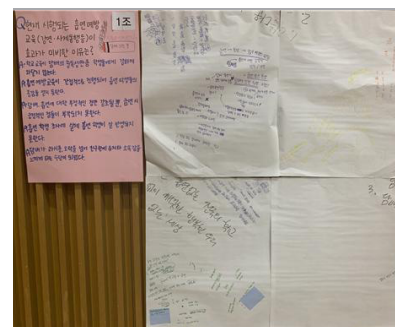


토론을 활발히 하고 있는 학생들



토론 주제를 경청하고 있는 학생들

토론회에 참가한 학생들은 처음 보는 사람과 이야기하고 토론한다는 것이 어려웠고 어색했지만 다양한 생각을 들 수 있어서 좋았다고 밝혔다. 한 학생은 사회가 청소년을 '객체'가 아닌 '주체'로 바라보는 시각을 가져야 하며 향후 정책토론회에는 흡연하는 청소년의 목소리에 좀 더 귀 기울일 필요가 있다는 의견을 전달하였다. 학생들은 제2차 학생중심 흡연예방 정책토론회를 기대하며 많은 학생이 참여하길 바란다는 소감을 전하였다.



토론을 통해 정리된 흡연예방정책



2018년 숲과 함께하는 또래 리더십 캠프

서울시교육청학교보건진흥원(학교흡연예방지원센터, 원장 강동호)에서는 2018년 숲과 함께하는 또래 리더십 캠프를 10월 19일부터 11월 9일까지 양평 미리내 캠프에서 총 4회 개최하였다. 이번 캠프는 '나와 너 또래공감! 흡연예방 체험활동'을 주제로 진행되었으며 총 346명의 또래 리더가 배출되었다.



캠프를 성황리에 마친 또래리더의 모습

여러 학교에서 모인 학생들은 친교의 시간을 통해 서로의 서먹한 분위기를 풀고 본격적인 교육과 활동이 이어나갔다. 흡연예방 교육 시간에는 청소년기 흡연의 폐해를 뇌 발달 측면에서 알아보고 평생 담배를 피우지 않는 것의 중요성을 되새겼다. 뒤이어 숲으로 간 학생들은 낮선 곳에서 긴장했던 마음을 이완하며 자연물을 관찰하면서 친구들과 협동하여 마음 소리 지도와 촉감 지도를 완성해 나갔다. 저녁에는 문제해결 능력을 키우고 리더십을 함양하는 활동으로 6-8명의 학생들이 건강탐험대를 꾸려 숲에서 보물을 찾으며 미션을 해결해 나가는 것으로 캠프의 첫 날이 마무리 되었다. 이튿날 아침에는 소통하는 리더의 의미와 중요성을 배우며 리더십에 대한 이론 강의를 이수하였으며 이를 바탕으로 또래와 의사소통하며 문제를 해결할 수 있는 활동을 하는 것으로 숲과 함께하는 또래 리더십 캠프가 마무리 되었다.



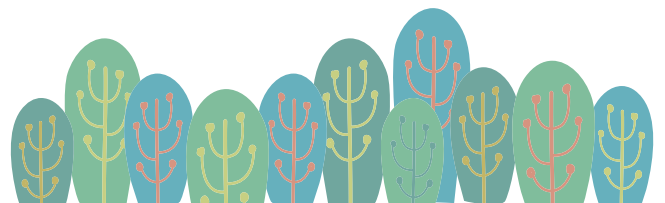
함께 협동하며 문제를 해결해 나가는 학생들

프로그램에 참여한 학생들을 대상으로 설문을 한 결과 담배 회사가 청소년들이 담배를 피우도록 유도한다는 부분에 대해 사전 설문에서는 46%가 그렇다고 하였으나 사후 설문에서는 88%로 대폭 상승하여 담배회사에 대한 인식개선이 이루어진 것을 알 수 있었다. 뿐만 아니라 캠프 참여자의 90%가 흡연의 해로움을 잘 알게 되었다고 답하였으며 청소년이 담배를 피우면 더 멋있게 보일 것 같다는 설문 문항에 전혀 그렇지 않다라고 대답한 경우가 사후에 더 높게 나타나 캠프가 청소년의 흡연 예방 태도에 큰 도움이 된 것으로 확인되었다. 캠프에 참여한 학생들은 숲 캠프에서 이수한 흡연예방 교육, 리더십 특강, 오감의 숲, 건강탐험대 프로그램에 높은 만족도를 보였으며 향후 친구들에게 본 프로그램을 추천하고 싶다고 응답하였다. 프로그램 참여에 대한 소감으로 학생들은 초등학교 눈높이에 맞는 흡연예방 교육과 숲에서 친구들과 함께하는 체험활동을 통해 유익하고 즐거운 시간을 보냈다고 전하였다. 한 학생은 캠프에서 배운 리더십 교육을 통해 일상 생활에서 또래 친구들의 흡연예방에 앞장설 수 있는 리더로서의 자신감이 생겼으며 다른 학교의 친구들과 협력하는 시간이 좋았다는 의견을 덧붙였다.



숲 체험을 통해 친목을 다지는 학생들

숲과 함께하는 또래 리더십 캠프는 흡연예방에 대한 올바른 정보를 습득하고 숲 체험을 통해 공동체 의식을 함양하는 프로그램이며 서울시교육청학교보건진흥원은 앞으로 발전된 프로그램으로 더 많은 흡연예방 또래 리더를 배출해나갈 예정이다.





서울특별시교육청학교보건진흥원
SEOUL SCHOOL HEALTH PROMOTION CENTER