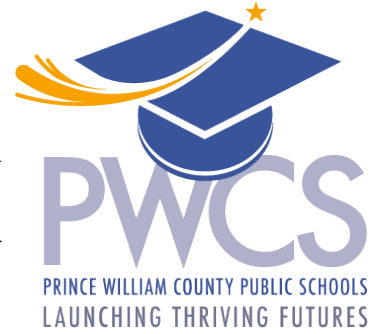


부모 양육자 대상 안전에 대한 자료



자녀가 안전을 유지하도록 돕기

부모와 양육자는 특히 젊은이가 자해, 자살 충동이나 타인을 해치려는 생각으로 어려움을 겪을 때 자녀의 신체적, 정서적 안녕에 지대한 역할을 수행합니다. 이 지침은 자녀를 지원하고 더 안전한 가정 환경을 유지하는데 도움이 되도록 주요 정보를 명확하게 구분하여 정리합니다.

즉각적인 도움이 필요합니까?

- 자녀의 즉각적인 신체적 안전을 보장할 수 없다면 **911에 전화합니다.**
- **988 자살 및 위기 생명의 전화:** 언제든 무료이자 비밀이 보장된 도움을 위해 **988**에 전화하거나 문자를 보냅니다.

주의할 점

고통의 초기 징후를 인식하면 상황이 더욱 심각해지기 전에 도움을 줄 수 있습니다. 자신의 직감을 믿으세요. 자녀의 상태가 어딘가 평소와 다르거나, 위축되어 있거나 혹은 평소와 달리 화가 난 것처럼 보인다면 자녀의 상태를 확인합니다.

가능성 있는 경고 신호는 다음과 같습니다:

- 설명할 수 없는 부상이나 날카로운 물건을 숨기려는 시도.
- 죽음에 대해 이야기하거나, 글을 쓰거나, 사라지고 싶다고 생각하는 것.
- 강한 분노, 예민함 또는 갑작스러운 기분 변화.
- 가족이나 친구들과로부터 멀어지는 것.
- 무기, 폭력 또는 충격적인 온라인 내용에 대한 집착.

신중하게 대응하기

자녀가 고통스러운 감정이나 행동을 털어놓을 때, 당신의 차분하고 지지적인 존재는 큰 변화를 가져올 수 있습니다. 이 섹션은 자녀가 자신의 이야기를 듣고 안전하다고 느끼도록 돕는 관계 기반 반응에 중점을 둡니다.

다정하게 대응하는 방법:

- 침착함을 유지합니다. 당신의 말투는 안전함을 전달합니다.
- 판단하지 말고 들어줍니다.
- 감정을 인정합니다: *“말해줘서 고마워요. 정말 힘들다는 거 알아요.”*
- 자유롭게 답할 수 있는 질문을 합니다: *“무슨 일이 있었는지 말씀해 주시겠어요?”*
- 처벌을 하지 않습니다. 대신에 안전과 유대감, 그리고 도움에 집중합니다.

더 안전한 가정 만들기

위험한 물품에 대한 이용을 제한하는 것은 위기 상황에서 충동적인 행동 위험을 줄이는 중요한 방법입니다. 약물과 총기는 항상 잠가두어야 합니다. 다음 항목들이 안전하게 보관되어 있는지 다시 한 번 확인합니다:

- **의약품 및 가정용 약품** - 모든 처방약과 일반의약품, 비타민, 청소용품, 유해 제품, 알코올, 대마초 제품, 흡입제는 잠가둡니다.
- **화기 및 관련 품목** - 총기는 **잠그고, 장전을 해제한 채 손이 닿지 않는** 곳에 보관하며, 탄약은 별도로 잠가야 합니다. 모든 액세서리, 열쇠, 조합 번호, 잠금 상자를 안전하게 보관합니다. **무료 총기 및 약품 잠금 장치에 관한 정보는 [Lock and Talk Virginia](#)를 참조합니다.**
- **날카로운 물건** - 칼, 가위, 면도기, 미용 도구, 편이나 깨진 유리 같은 작은 뾰족한 물건은 안전하게 보관합니다.
- **목 졸림 위험** - 벨트, 밧줄, 코드, 비닐봉지 등 무게를 지탱하거나 느슨하게 매달릴 수 있는 물건을 안전하게 보관합니다.

- 기타 위험 요소 - 공구, 라이터 또는 성냥, 긴 전선이 달린 소형 가전제품 및 무거운 물건을 안전하게 보관합니다.

일일 안전 수칙

- 잠금 상자, 금고 또는 잠금 캐비닛을 사용합니다.
- 침실과 욕실에서 불필요한 날카로운 물건이나 목 졸림의 위험 요소를 제거합니다.
- 날카롭거나 위험한 도구 사용을 감독합니다.
- 더 안전한 대안을 선택합니다 (예: 전기 면도기, 손질된 음식, 안전 가위, 무선 블라인드).
- 숨겨진 물건이 있는지 주기적으로 확인합니다.
- 우려되는 내용을 위해 온라인 활동, 소셜 미디어 및 문자를 살펴봅니다.
- 위기나 스트레스가 심한 시기에는 감독을 강화합니다.

지원팀 만들기

자녀의 고통을 혼자 감당할 필요는 없습니다. 든든한 지원망은 자녀가 포근하게 보살핌 받고, 이해받으며, 따뜻한 관심으로 둘러싸여 있다는 느낌을 줍니다.

팀에 도움이 되는 구성원으로는 다음 사람들이 포함될 수 있습니다:

- 자녀의 학교 상담 교사.
- 소아과 의사 또는 주치의.
- 치료사, 상담 교사, 정신과 의사.
- 지역 정신건강 제공자 또는 위기 서비스.

상황이 악화되기 전에 일찍 연락하는 것은 의미 있고 잠재적으로 생명을 구할 수 있는 변화를 만들 수 있습니다.

자녀를 안전하게 지키고 어려운 상황에 대응하는 방법에 대한 자세한 정보는 다음을 참조합니다:

- [안전 조치 단계: 자녀를 안전하게 지키기 위한 도구와 전략](#)
- [징후 인식 및 대응하기: 자해, 자살 위험, 폭력의 징후](#)
- [이용 제한에 대한 지침: 화기, 의약품 및 약물, 끈, 칼 및 날카로운 물건](#)
- [총기 안전 이해하기](#)
- [자해 및 기타 자해 행위에 대한 도움](#)
- [자살이 걱정된다면 어떻게 해야 할까요](#)

버지니아주 법 요건

버지니아주의 안전 보관 관련 법을 이해하는 것은 가족들이 안전에 대한 기대치를 충족하고 아동 및 십대 자녀들이 총기에 접근하는 것을 방지하는데 도움이 됩니다.

버지니아주 안전 보관 요건 (§ 18.2-56.2, § 22.1-272.1, § 22.1-79.4)

버지니아주 법은 미성년자가 거주하는 가정에서 총기를 안전하게 (잠그고, 장전하지 않고, 접근할 수 없게) 보관하도록 요구합니다. 성인은 아동이 안전하지 않은 총기에 접근할 경우 법적 처벌에 직면할 수 있습니다. 또한 총기 판매자는 안전한 보관 알림을 표시해야 하며, 차량에서 분실되거나 도난당한 총기는 법 집행기관에 신고해야 하며, 이후 다른 사람이 해당 총기에 접근할 경우 더 큰 처벌이 있습니다. 이 법들은 피해를 예방하고 더 안전한 지역사회를 조성하기 위해 마련되었습니다.

가족들에게 이것이 의미하는 것

총기를 소유하고 있다면:

- 항상 잠그고, 장전하지 않고, 자녀들이 접근할 수 없어야 합니다.
- 탄약은 잠그고 별도로 보관해야 합니다.
- 총기 금고, 잠금 상자, 방아쇠 잠금장치 또는 케이블 잠금장치를 사용합니다.
- 잠그지 않은 차량에 총기를 절대 두지 않습니다.