

양질의 보건 교육은 학생 건강으로 연결됩니다

가정 및 커뮤니티를 위한 리소스



“저는 보건 수업에서 우리의 몸에 대해 알아보고 우리 몸이 어떻게 기능하고 있는지, 어떻게 우리가 건강을 유지할 수 있는지 및 평생에 걸쳐 유용할 건강한 삶을 유지하는 방법을 배울 수 있어 좋아합니다.”

—뉴욕시 중학생

오늘날의 청소년들은 전례 없는 신체적, 정신적 건강의 어려움을 직면하고 있습니다.^{1,2,3} 학생들이 양질의 보건 교육을 받도록 하는 것이 보건 필요에 대처하는데 도움이 됩니다. 뉴욕시공립학교의 최근 연구에 따르면 보건 교육의 4가지 요소에 집중된 중학교 및 고등학교의 학생들이 더 건강하다고 합니다:

보건 교사 연수

뉴욕시공립학교는 뉴욕시 전역의 보건 교사를 위한 연수를 제공합니다. 최소 1명의 교사를 최근 보건 교육 연수에 보낸 학교의 학생들이 더 건강합니다.

보건 교사 일관성

일부 학교에서는 보건 교사가 해마다 바뀝니다. 2년 이상 같은 교사가 보건 수업을 하는 학교들의 학생들이 일반적으로 더 건강한 습관을 나타냅니다.

보건 능력 교육하기

양질의 교과과정은 의사소통, 의사결정, 스트레스 관리, 신뢰할 수 있는 보건 자료 찾기와 같은 다양한 보건 능력을 포함합니다. 보건 수업에서 더 많은 능력을 가르칠수록 학생들이 더 건강합니다.

학교 웰니스 위원회 기금

학교 웰니스 위원회는 교내 보건 정책을 지원하기 위해 학교 행정실과 협력하는 학부모, 학생, 직원 및 지역 사회 구성원의 그룹입니다. 학교 웰니스 위원회에 자금을 요청하고 지원받은 학교의 학생들이 일반적으로 더 건강한 습관을 나타냅니다.

“저는 [보건 수업]이 정말 중요하다고 생각합니다. 왜냐하면 실제 생활에서 일어나는 주제를 다루고 있기 때문입니다. 예를 들어 나중에 커서 다시 볼 수 없는 것들이 아닙니다. 어른이 되었을 때 어떻게 상황에 대처해야 하는지 배울 수 있어서 매우 중요합니다.”

—뉴욕시 중학생

“[보건 수업에서], 건강한 관계란 무엇인지 배웠습니다. 우리 가족은 우리의 감정에 대해 잘 이야기하지 않기 때문에 저는 건강한 관계라는 개념에 익숙하지 않았습니다.”

—뉴욕시 고등학생





“마약 예방 단원에서 저희 선생님은 다른 또래 친구들이 어떻게 마약을 사용하도록 압박하며 어떻게 저희가 긍정적인 방식으로 안되라고 할 수 있는지 가르쳐 주셨습니다.”

—뉴욕시 중학생

“[본교 학교 웰니스 위원회에서] 저희는 학교 커뮤니티 전체의 건강과 웰니스에 중점을 두었습니다. 특히 학생들이 중심이지만 교사도 포함됩니다.”

—뉴욕시 중학교 교사

뉴욕시의 보건 교육을 지원하는 방법은 다음과 같습니다:

보건 교육에 대해 자세히 알아보기 뉴욕시공립학교

- 보건 교육 요건
- 뉴욕시공립학교 시차원의 웰니스 정책
- 주변의 청소년에게 학교 내 보건 교육에 대해 물어보십시오: 얼마나 자주 보건 수업을 합니까? 신뢰하는 교사가 있습니까?
- 학교의 보건 교사와 학교장과 이야기하십시오: 학교에서 어떤 보건 교육 교과과정을 사용합니까? 누가 수업을 진행하나요? 왜 이런 점이 중요한지 알려주십시오.

참여해 주십시오

- 학교 회의에 참석하고 의견을 내주십시오. **가정 역량강화**의 기회를 통해 참여할 수 있는 방법을 알아보십시오.
- **학군 지원 코디네이터 또는 리더십 코디네이터**에게 연락해 보십시오.

연구에 대해 더 알아보기

- **보건 교육 연구: 기술 보고서**

질문이 있으십니까? 연락처: wellness@schools.nyc.gov

2021년부터 2023년까지 뉴욕시공립학교 학교 웰니스 프로그램 담당실(Office of School Wellness Programs)에서는 보건 교육이 학생들에 미치는 영향에 대해 연구했습니다. 평가는 효과적인 보건 교육 관행 및 이런 관행이 중고등학생의 보건상 위험 행동에 미치는 영향을 탐구하기 위해 학생, 교사, 행정담당자의 통계와 개인적인 경험을 활용하였습니다. 이 문서에 제시된 결과는 이런 모든 데이터를 기반으로 합니다. 사용된 방법에 대한 자세한 내용은 위에 링크된 기술 보고서를 참조하시기 바랍니다.

이 프로젝트는 뉴욕 커뮤니티 트러스트(New York Community Trust)가 공립학교 기금에 제공한 보조금에서 일부 지원받았습니다. 연구 활동은 학교 웰니스 프로그램 담당실이 Sharp Insight, LLC와 협력하여 수행했습니다. 경험을 공유해주시는 참여 학교, 학생, 교사, 행정담당자 여러분들께 감사합니다.

¹Radhakrishnan L, Leeb RT, Bitsko RH, et al. COVID-19 팬데믹 이전 및 팬데믹 중 정신 보건 질환 관련 소아과 응급실 방문—미국, 2019년 1월 – 2022년 1월. MMWR Morb Mortal Wkly Rep 2022;71:319–324. DOI: <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm7108e2>

²공중위생국장실(Office of Surgeon General: OSG), 미국 보건 복지부. 청소년 정신 건강 보호: 미국 공중위생국장 권고. 2021. <https://www.hhs.gov/sites/default/files/surgeon-general-youth-mental-health-advisory.pdf>

³전미 소아과 협회(American Academy of Pediatrics: AAP). 보건 단체들은 바이든 행정부에 아동 정신 건강에 대한 연방 전국 비상사태를 선언하도록 촉구했습니다. 2022. <https://www.aap.org/en/news-room/news-releases/aap/2022/health-organizations-urge-the-biden-administration-to-declare-a-federal-national-emergency-in-childrens-mental-health/>