

# 재범방지를 위한 준법생활 계획서

계획서 작성일자:

작성자:

본인은 재범방지교육통합센터에서 운영하는  
모든 교육과정을 성실히 이수한 수강생으로서,  
본인의 과거 행동이 사회와 타인에게 심각한 피해와 불안을 초래하였음을 깊이 인식하고 있습니다.  
이에 향후 동일한 위법 행위가 재발하지 않도록 아래와 같이 준법생활 계획을 수립하여  
이를 성실히 이행할 것을 다짐합니다.

## 1. 준법생활 실천에 대한 기본 인식

본인은 법이 단순한 처벌 수단이 아닌,  
타인의 인권과 존엄을 보호하고 사회 질서를 유지하기 위한 최소한의 약속임을 인식합니다.  
특히 성범죄는 피해자에게 장기적인 정신적·사회적 고통을 남기는 중대한 범죄임을 명확히 인지하고,  
어떠한 상황에서도 타인의 성적 자기결정권과 인격권을 침해하지 않겠습니다.

## 2. 재범 위험 요인에 대한 자기 인식

본인은 과거 문제 행동이  
충동적 판단, 왜곡된 사고, 상황에 대한 단일한 인식에서 비롯되었음을 인정합니다.  
이에 따라 다음과 같은 재범 위험 요인을 지속적으로 점검하고 관리하겠습니다.

충동적 감정 상태에서의 판단 회피

개인적 욕구를 타인의 권리보다 우선시하려는 사고 경계

고위험 상황(음주, 밀폐된 공간, 오해 소지가 있는 접촉 등)에 대한 선제적 회피

## 3. 구체적인 준법생활 실천 계획

### 1. 자기 통제 및 감정 관리 실천

분노, 스트레스, 성적 충동이 발생할 경우 즉각 행동하지 않고 거리두기 실천

심호흡, 상황 이탈, 제 3자 조언 요청 등 교육에서 학습한 대처법 활용

### 2. 명확한 경계 인식 유지

모든 대인 관계에서 신체적·언어적 경계를 명확히 인식

상대방의 의사 표현을 최우선으로 존중하며, 오해 소지가 있는 행동 철저히 배제

### **3. 일상 속 준법 점검 습관화**

매일 자신의 언행을 점검하며 법과 사회 규범에 위배되는 요소가 없는지 성찰

교육에서 작성한 실천계획서를 주기적으로 재검토

### **4. 사회적 책임과 재발 방지에 대한 다짐**

본인은 다시는 동일한 잘못을 반복하지 않기 위해

스스로를 엄격하게 관리하며, 사회의 일원으로서 책임 있는 삶을 살아갈 것을 다짐합니다.

법을 준수하는 것은 타인에 대한 배려이자

본인의 삶을 정상화하는 가장 기본적인 조건임을 명심하겠습니다.

### **5. 향후 실천 의지 확인**

본 준법생활 계획서는 형식적인 문서가 아닌,

본인이 실제 삶 속에서 지속적으로 실천해야 할 기준임을 명확히 인식하고 있으며,

본 계획에 따라 성실히 행동하고 재범 방지를 위해 지속적인 자기 점검을 이어갈 것을 서약합니다.

위 계획을 사실에 근거하여 작성하였으며,

향후 법과 사회 규범을 준수하는 책임 있는 시민으로 살아갈 것을 확약합니다.

작성자 :