

# 이-프-은 모든에게 같습니다

성폭력피해 자녀를 둔 지적장애  
부모교육 프로그램 가이드북



# 이-프은 모든에게 같습니다

성폭력피해 자녀를 둔 지적장애  
부모교육 프로그램 가이드북

주집필자 배복주 (장애여성공감 대표)  
정은자 (경원사회복지회 부설 여성장애인성폭력상담소 소장)  
유경미 (경기북부장애인가족지원센터 센터장)

## 목차

---

### I 프로그램의 개요

1. 프로그램 개발배경 · 07
2. 프로그램 목적 · 07
3. 프로그램 목표 · 08
4. 프로그램 대상 · 08
5. 프로그램 개발 시 고려사항 · 08
6. 프로그램 구성 · 09
7. 프로그램 수행인력 · 11

### II 프로그램 대상의 이해

1. 지적장애의 이해 · 12
2. 효과적인 프로그램을 위한 전략 · 18

### III 프로그램의 실제

참고문헌 · 65

---

# I

## 프로그램의 개요

### 1. 프로그램 개발 배경

2014년 해바라기센터에 방문한 장애인은 6.5%(1,854명)로 나타났다. 장애인의 경우 신체적·정신적 장애로 생활에서 상당한 제약을 받기 때문에, 비장애인에 비해 센터나 상담소에 방문하여 지원 받는 것에는 한계가 있다.

이에 중앙지원단에서는 현대자동차그룹 지정기탁사업(사회복지공동모금회) '희망샘물'을 통해 사각지대의 성폭력피해자에게 직접 찾아가는 심리치료 서비스를 3년째 실시해왔다. 2015년 지원 대상 중 36%가 지적장애인이고, 특히 부모가 지적장애를 동반한 특수한 가족구조로 사례지원에 치료사가 어려움을 겪기도 하였다. 그러나 비장애인 지원에 비해 지적장애인성폭력 피해자 가족 지원 등의 자료는 아직까지 매우 부족한 실정이다.

본 가이드북은 이러한 지적장애 피해자 지원 현장의 특수성을 반영하여, 치료사가 대상자 가정에 직접 찾아가서 부모교육 프로그램을 실시할 경우의 효과적인 개입 및 교육방법에 목적을 두고 제작되었다.

### 2. 프로그램 목적

가. 폭력피해 아동의 심리치료 지원 시, 부모상담 과정에서 지적장애 부모와 의사소통을 원활하게 할 수 있도록 지적장애인과 의사소통에 대한 이해를 돕고자 한다.

나. 성폭력피해 경험이 있는 자녀를 둔 지적장애 부모에 대한 부모교육 및 부모역량 강화를 통해 피해아동의 심리치료 효과성을 높이고자 한다.

### 3. 프로그램 목표

가. 지적장애 부모와 신뢰 및 공감적 관계를 형성한다.

나. 지적장애 부모의 다양한 스트레스요인을 확인한다.

- 다. 가정 내에서 피해아동을 돌보는 데 필요한 부모역할 및 자녀양육방법 등에 대한 부모교육을 실시한다.
- 라. 배우자와 관계 개선 및 갈등극복방안 마련을 위한 교육을 실시한다.
- 마. 피해아동의 후유증 및 2차 피해 방지를 위해 지적장애 부모의 눈높이에 적합한 성교육 및 성폭력 예방교육을 실시한다.
- 바. 부모와 자녀가 함께 하는 프로그램을 통해 서로의 지지 및 격려를 경험하고 가족기능을 회복한다.

#### 4. 프로그램 대상

성폭력 피해 자녀를 둔 지적장애 부모를 대상으로 진행한다. 부모가 각각 한 명씩 개별로 참여 가능하나, 사례에 따라 치료사의 전문적인 판단을 기준으로 부모가 함께 참여할 수도 있다. 부모가 함께 참여할 경우 부모 각각에 대한 회 기별 시간 배분, 개별 지적 수준에 맞는 적절한 지도가 필요하다.

#### 5. 프로그램 개발 시 고려사항

일반적으로 지적장애는 18세 이하에 나타나며 지적능력(지능지수 70이하) 및 적응기능의 결함이 나타난다. 그러나 지적장애인의 특성을 단적으로 말하기는 어렵다. 개인이 가진 능력은 장애정도뿐만 아니라 개개인이 처한 환경이나 지원내용, 가족 등 주변사람들과의 관계, 경험정도 등 다양한 요인에 영향을 받아 결정되기 때문이다(이현혜 2012). 이에 자문회의 및 현장 전문가 의견 등을 바탕으로 프로그램 개발 시, 다음과 같은 측면을 고려하였다.

**첫째,** 성폭력피해 경험이 있는 자녀를 둔 지적장애 부모 중, '경도의 지적장애 혹은 경계선 수준'의 인지 수준에 맞추어 내용을 구성하였다.

**둘째,** 성폭력피해 경험이 있는 자녀를 둔 지적장애 부모는 '부모'로서의 정체성 이외에 본인이 가진 '장애인'으로서의 정체성을 갖고 있다. 따라서 프로그램을 통해 지적장애 부모가 먼저 자신을 이해하고 나아가 배우자 및 자녀에 대한 이해를 통해 가족 기능을 회복할 수 있도록 구성하였다. 사실상 이러한 가족 구성원 전체에 대한 접근을 위해서는 장기 프로그램 구성이 필요하나 이번 매뉴얼에서는 부모에게 초점을 맞추어 단기 프로그램으로 구성하고 향후 점차 확대해 나갈 계획이다.

**셋째,** 본 프로그램 매뉴얼은 현장에서 활용하기 위한 것으로 '지적장애의 특성, 지적장애인 의사소통 방법, 찾아가는 프로그램의 특성'을 고려하여 강사가 프로그램 대상에 대해 전반적인 이해를 하는데 용이하게 하였다.

#### 6. 프로그램 구성

문헌고찰, 요구도 조사 결과 및 전문가 자문회의를 토대로 한 프로그램으로 도입(사전), 전개(나 인식, 배우자 이해, 자녀 이해, 부모 교육, 가정폭력, 성폭력, 가족 기능), 종결(사후) 총 3단계로 구분하였다. 이 중 전개 단계에서는 각 단계별 내담자의 증상과 성향 및 가족 구성원의 특성에 맞추어 치료사가 직접 프로그램을 선택하고 순서를 정하여 진행할 수 있도록 모듈형식으로 구성하였다.

단계	단계 목표	프로그램 목표	적용 프로그램
도입	사전검사	① 프로그램 목표 이해 및 라포 형성 ② 부모의 성개념 및 의사소통 확인	① 프로그램 안내 및 자기 소개 ② 사전 검사 (성인식, 성태도 택1, 가족문제해결 의사소통)
		긴장이완 및 친밀감 형성	생애그래프
나 인식	가족	역압된 감정 표출 및 해소 스트레스관리 방안 마련	나만의 스트레스 대처방법
		가족 알기	가계도 표현하기
		나와 배우자 차이점 인식	배우자의 장단점
배우자 이해	자녀 이해	갈등상황 부부 대화법 교육	배우자와의 대화법
		자녀의 성폭력 외상 이해	우리 잘못이 아니에요
전개	부모 교육	자녀 성폭력 외상 공감 및 치료	엄마(아빠)는 언제나 너를 사랑한다
		갈등상황 자녀와의 대화법 교육	우리 서로 통해요
가족 소통	성교육	가족 내 의사소통 연습 가정폭력 대처방법 습득	가족 내 갈등 또는 폭력상황
		남성과 여성의 차이 및 성인식과 성태도 교육	내 몸이 좋아하는 것 표현, 상대방이 싫어하는 것 존중
성교육	가족 기능	성폭력 대처방법 습득	관계, 장소 따른 성적 표현
		배우자와 자녀 이해 통한 가족기능 강화	그 때 하지 못한 말, 힘을 주는 말로 표현해요 가족사진 찍고, 함께 약속해요
종결	사후검사	부모의 성개념, 의사소통의 변화 확인	① 상장 및 작품집 전달 ② 사후검사 (성인식, 성태도 택1, 가족문제해결 의사소통)

## 7. 프로그램 수행인력

1) 지적장애인 혹은 기타 장애인과의 임상경험이 있는 심리치료 프로그램 수행 인력으로서 관련 학과 졸업자 및 해당자격증 소지자로 2년 이상 심리치료 임상경험이 있는 자

2) 세부자격 기준

다음 자격조건 중 하나에 해당하는 자가 본 사업을 수행토록 한다.

(1) 자격기본법 제17조 제2항과 같은 법 시행령 제23조 제3항에 의거 등록된 민간자격 발급기관에서 발급한 자격증 취득자

(2) 관련 학과 졸업자 및 해당자격증(미술치료사, 미술심리상담사, 임상음악전문가, 예술치료사, 성폭력상담사 등) 소지자로 2년 이상 심리치료 임상경험이 있는 자

(3) 자격증이 없이 관련 치료 분야의 관련학과 전공자로 다음의 자격이 있는 자

- 석사학위 이상 소지자이면서 임상 300시간 이상
- 학사학위 이상 소지자이면서 임상 600시간 이상
- 전문학사학위 이상 소지자이면서 임상 1200시간 이상인 자

# II

## 프로그램 대상의 이해

### 1. 지적장애의 이해<sup>1)</sup>

#### 가. 지적장애(Intellectual Disabilities)의 정의

##### 1) 일반적 정의(DSM-5에 근거함)

- 지적장애는 “지적손상(impaired intelligence)으로 인해 복잡한 정보나 새로운 기술을 배우는 능력이 현저하게 어려운 것”을 말하며, 지적 기능(추론, 문제 해결, 계획, 추상적 사고, 판단, 학업, 경험 학습)의 결함이 임상적 평가와 개별적으로 실시한 표준화된 지능검사로 확인된다.
- 개념적 영역, 사회적 영역, 실행적 영역의 세 영역 중에서 적어도 한 가지이상의 영역에서 적응 기능의 결함이 있어 지속적인 도움이 없이는 개인의 독립적 생활, 사회적 참여, 의사소통 등 일상 활동기능에 제한을 받는다.
  - 개념적 영역 : 학습, 지식, 문제 해결, 상황에서의 판단 등
  - 사회적 영역 : 공감, 의사소통, 관계, 사회적 판단 등
  - 실행적 영역 : 자기 관리, 책임 등
- 지적결함과 적응기능의 결함은 발달 시기 동안에 시작되며, 심각도는 지능 지수(IQ)보다는 적응기능에 따라 결정된다.

##### 2) 알아두기

- 대부분의 지적장애인들은 일반인들과 비교해서 외형적으로 다르지 않으나 지적장애인으로 구분되는 다운 증후군과 같이 신체적으로 다른 모습을 띄기도 한다.
- 지적장애는 질병은 아니지만 일생 동안 지속되며 정신건강 문제처럼 ‘치유’되는 것은 아니다.
- 지적장애인들은 다른 사람에 의한 영향을 많이 받으며 왕따와 착취에 놓일 수 있다.

1) 본 내용은 「제가 지적장애인의 지역사회활동 확대를 위한 의사소통 지원방안 연구(김진우·송남영·최희정·송기호·이민정, 2012.)」에서 발췌하였다.

- 지적장애인들은 장애 전에 먼저 사람으로서 취급되어야 하고 한 사람의 개인으로써 존중되어야 한다.

## 나. 지적장애인의 특성

### 1) 일반적 특성

- '성격상의 특성'을 보면 지적장애인들은 비장애인들에 비해 더 많은 실패를 경험하므로 성공에 대한 낮은 기대감을 갖는다. 따라서 성공을 위해 노력하기 보다는 실패를 회피하는 경향이 있다. 일부 행동에서 충동적이고 욕구 통제가 되지 않아 상황에 따라 자신의 행동을 조절하는 것에 익숙하지 않을 수 있으며, 따라서 과잉행동, 무기력, 무감각이 번갈아 나타나기도 한다.
- '동기유발 특성'을 보면 일반적으로 지적장애인들은 학령기에서부터 비장애인에 비해 잘 할 수 있는 영역이 협소하고 수행 수준이 낮다는 평가를 받는다. 이에 따라 성공의 경험이 적어 자신에 대한 자존감이 낮고 새로운 것을 시도해 보려는 도전 정신이 약한 특성이 나타나기도 한다.
- '학습상의 특성'을 보면 지적장애인은 주의집중력이 상대적으로 떨어져 주의 집중 지속시간, 주의 집중의 초점과 범위, 주요한 자극을 구분해 내는데 어려움을 겪는다. 따라서 지적장애인들은 어떤 것을 기억하는데 어려움이 있거나 오랜 시간동안 집중하는데 어려움이 있다.
- '말과 언어 사용 특성'을 보면 지적장애인은 사물에 대한 의견과 선호가 있으나 이를 적절한 언어로 표현하는데 어려움을 겪는다.

그러므로 자신의 언어사용의 어려움을 스스로 극복하기 위해 자신만의 의사소통방식을 개발하여 사용하기도 한다. 그리고 지적장애를 가진 사람들은 어렵거나 난처한 상황에 대처할 수 있는 추가적인 의사소통 욕구를 가질 가능성이 매우 높다는 것이다.

- '기억능력의 특성'을 보면 지적장애인들은 기억해 둔 오래된 정보는 다시 떠올려서 상대적으로 쉽게 활용하지만 최근에 또는 새롭게 입력한 정보를, 즉 단기기억능력이 떨어져 자신이 충분히 소화하는 데는 시간이 걸린다는 것이다. 아울러 지적장애인들은 새로운 일이나 문제 자극 상황에 자신이 가지고 있는 지식이나 기술을 적용하는 데 어려움을 겪기도 한다. 또한 지적장애인들은 복잡하게 사고하는 능력이나 추상적 자료를 가지고 일하는 능력이 제한되기도 한다.

### 2) 경도 지적장애인의 특성<sup>2)</sup>

- 경도의 지적장애인(IQ 50~70)은 교육 기회를 받으면 읽고 쓸 수 있다. 그들 중 대부분은 삶에서 중요한 관계를 맺고 있고, 다양한 활동에 참여하며, 가족과 지인들과 어우러져 살고 있다. 어떤 사람은 자유롭게 살고 여행 다니지만, 또 어떤 사람은 대중교통을 이용하거나, 돈을 다루거나, 삶을 계획하고 준비할 때

2) 본 내용은 「Working with people with intellectual disabilities in health care(CDDH, 2014.)」에서 발췌하였다.

타인의 도움을 필요로 한다. 대부분은 일을 할 수 있고 직업을 가지는데, 개인적 또는 직장 수준에서 지원을 받기도 하고 받지 않기도 한다. 많은 사람들은 친밀한 관계를 형성하고, 일부는 가족이나 친구, 지원 시스템으로부터 다양한 수준의 지원을 받으며 결혼을 하고 아이를 키운다.

- 경도의 지적장애인은 학교 공부에 어려움을 겪으며, 따라서 읽기, 쓰기, 셈과 같은 경우 기초적인 수준에 머문다. 일부는 읽기와 쓰기를 배우지 않는다. 경도의 지적장애인 중 다수가 자신의 그러한 점을 인지하고 있으나 문제나 해결에 대한 접근의 융통성이 다소 없기 때문에 미숙한 판단을 할 수 있다. 경도의 지적장애인 중 많은 이들이 대인관계와 사회규범을 이해하는 데 있어 민감함을 느끼고(특히 청소년), 사회적 경계를 무심코 벗어날 수 있다.

### 3) 알아두기

- 지적장애인들은 함께 노력해야 할 각기 다른 영역을 가진 개인들로서 일상적인 작업의 일부에서 어려움을 겪는다.

- 서식 채우기
- 사물에 대한 설명
- 지침이나 방향 따르기
- 집 관리나 음식 만들기 등
- 오랜 시간 동안 집중하기
- 돈이나 청구서 관리하기
- 시간 말하기와 시간 인식하기
- 정보 기억하기
- 약속 지키기
- 대중교통 이용하기
- 읽기, 쓰기, 해석하기
- 사회적 규범 이해하기

- 하지만 지적장애인들은 위의 일들을 잘할 수 있다. 다만 스트레스가 많은 상황에서는 그것들을 수행하는 데 어려움을 겪을 수 있다.

## 다. 지적장애인 의사소통의 특성

### 1) 지적장애인 언어발달의 특성

- 지적장애인은 같은 연령의 일반아동에 비해 일반적으로 열악한 언어능력을 가지고 있다.
- 지적장애인의 언어습득과 표현력이 같은 연령의 일반인에 비해 상당히 지체되어 다양한 단어와 표현

양식을 학습하는 데 어려움을 나타낸다.

- 지적장애인은 신경의 억제과정과 흥분과정에서 불균형이 발생한다.

## 2) 지적장애인 의사소통의 어려움

- 지적장애인들은 형식을 갖춘 의사소통에 있어 어려움을 갖고 있다. 여기에는 다른 사람들과 의사소통하는 방법인 말하기, 듣기, 이해하기, 읽기, 쓰기 등과 함께 신체 언어뿐만 아니라 생각과 감정의 설명이나 표현을 포함하는 신체언어를 포함한다.
- 지적장애인들의 사회적 결함과 인지적 결함은 이들의 언어 사용능력과 언어 이해 능력을 한하게 되고, 사회적 측면에서 다른 사람과의 상호관계에 어려움을 갖게 된다. 또한 지적장애인의 의사소통 결함은 사회활동에 필요한 기술에 부정적인 영향을 갖게 된다.
- 일반적으로 아동이나 성인 지적장애인들은 비장애인들에 비해 말하는 것을 배우는데 느리다. 특히, 성인기의 많은 지적장애인들은 보거나 듣는 문제, 명확하게 말하는 문제, 읽거나 쓰기에서의 어려움으로 의사소통에 어려움을 겪기도 한다.

## 3) 알아두기

- 지적장애인의 비언어적 의사소통과 오해
  - 눈 마주침 부족을 지적장애인이 말을 안 듣고 있다는 의미로 가정하지 않는다.
  - 지적장애인이 고개를 끄덕였다고 완전히 이해했다는 것을 의미하지는 않는다. 그러므로 다른 질문을 통해 이해했는지를 확인한다.
  - 만약 지적장애인이 자신의 상태나 상황에서 스트레스를 받아 불안, 흥분할 때는 휴식을 하는 것이 도움이 될 수 있다.
  - 지적장애인은 다른 사람들의 몸짓이나 표정에 숨겨져 있는 의미를 이해하지 못할 수도 있다.

## 라. 지적장애인 의사소통의 지원 원칙

### 1) Alice Bradley(2003)의 지적장애인의 좋은 소통자가 되기 위한 방안

- 좋은 의사소통자는 일반적으로 구어(말)에 대한 이해에 제한이 있는 사람들이 사용하는 간단한 단어나 짧은 문장을 사용하는 것과 같이 이용자와의 소통에 있어 단어나 문장의 사용을 이용자의 능력, 이해력, 경험에 맞는 단어를 사용하여야 한다.
- 이용자들의 이해를 돕기 위해 모든 방법들을 이용해야 한다. 가령 목소리 톤을 이용하여 의미를 과장한다던가, 간단한 드라마를 활용하여 지적장애인들의 듣기와 이해력 기술을 발전시키는 것도 유용한 방법이다.

- 구어(말)적 기술에 제한이 있는 지적장애인과 일할 때 새로운 단어를 설명하는 기회를 가져야 한다. 단어의 의미가 무엇인지 설명하고, 단어를 반복적으로 사용해야 한다.
- 지적장애인들이 대화나 토론에서 요구에 대해 분명하고 능숙한 사람으로 참여토록 해야 한다.
- 구어(말)적 의사소통을 할 수 있는 지적장애인과 일할 때 ‘한 단어 응답(예/아니오)이나 제스처’를 요구하는 질문이 아닌 개방형 질문을 많이 사용하도록 해야 한다. 예로 “당신은 주말에 어디를 다녀왔나요?”, “당신의 주말에 대해 말해 주세요”, 혹은 직설적으로 “주말에 외출 했나요?”, “어디 갔었어요?”, “나에게 말해주세요” 등의 질문이 가능할 것이다. 이럴 때 지적장애인은 개방형 질문에 대한 능력이 제고될 것이다.
- 구어(말)적 의사소통에 있어 어려움이 있는 지적장애인들과의 소통할 때 짧고 간단한 단어와 문장을 사용하도록 해야 한다. 문장의 반복은 지적장애인의 이해를 확실하게 할 것이다. 그리고 짧은 시간에 너무 많은 말을 한다거나 너무 많은 질문을 하지 않도록 주의해야 한다.
- 지적장애인들이 다른 사람과 이야기할 때 자신의 의견을 적극적으로 피력할 수 있도록 기회를 주어야 한다.
- 지적장애인들이 정확한 단어를 사용하지 못한다고 할지라도 의사소통 상대방들은 추측의 함정에 빠져서는 안 된다. 그리고 지적장애인들이 말하는 것을 모두 이해하는 것처럼 하지 말아야 한다.
- 구어(말)적 의사소통에 어려움이 있는 지적장애인들에 대해서는 표시체계(sign system), 표시언어(sign language), 상징체계(symbol system), 보완·대체 의사소통(Augmentative Alternative Communication: AAC)이 의사소통에 있어 유익하다는 것을 인식해야 한다.

## 2) 지적장애인과 의사소통 시 기본적으로 조심해야 할 사항

- 항상 명확하고 느리게 말하고, 일반적인 용어를 사용하고 전문적인 단어를 사용하지 않는다.
- 기술적인 용어는 충분히 설명한다.
- 대화 주제를 옮기기 전에 이해했는지 확인한다.

## 3) 지적장애인과 의사소통 시 구체적인 방법

- 자연스럽게 대화한다.
  - 초기 만남이 어색하고 불편할 때는 먼저 인사하고 말을 건넌으로써 자신의 호의적인 태도를 전달할 필요가 있다.
  - 질문이나 코멘트 등 이야기를 시작할 때 지적장애인의 이름을 사용한다.

- 지적장애인의 대답을 듣고자 할 때 시간적 여유를 가진다.
  - 지적장애인을 서두르게 하지 않아야 한다. 그들은 질문을 처리하고 답변을 생각하는 데 시간이 오래 걸릴 가능성이 있다.
  - 먼저 지적장애인과 이야기할 때 상대방이 충분히 이해하도록 천천히 말하는 것이 필요하다.
  - 질문을 했을 때에는 상대방의 상태에 따라 대답하는 시간이 다소 오래 걸릴 수 있으므로 상대방 대답을 들을 때는 시간적 여유를 가져야 한다.
  - 흔히 많은 사람들이 그 기다리는 시간을 참지 못해 질문을 되풀이하거나 지시적인 질문(예를 들면, “이거예요?”, “이것을 말하는 거예요?”, “하겠다는 거예요 아니면 안하겠다는 거예요?” 등)을 하는 경우가 많은데 매우 조심해야 한다.
- 한 번에 너무 많은 정보량을 제공하지 않는다.
  - 지적장애인은 흔히 취득한 정보의 단기저장 기능에 약점을 갖는다. 그래서 많은 정보를 한꺼번에 전달하려고 하기 보다는 적은 양의 제한된 정보를 현학적인 수사(修辭)없이 단도직입적으로 전달하는 것이 좋다. 예를 들면, “복도에서 뛰면 미끄러져서 넘어질지도 모릅니다. 걸으세요!”라고 말하기 보다는 “복도에서 걸으세요, 뛰지 마세요!”라고 하는 것이 낫다.
- 요약된 표현이나 축어를 피한다.
  - 속담이나 비유적 표현, 비꼬는 말이나 관용어를 사용하면 이해하기 어려울 수 있다.
  - 언어는 사회적 합의인데 지적장애인 당사자의 수준에 맞출 필요가 있다.
- 추상적인 단어보다는 구체적인 단어를 사용한다.
  - 사과, 바나나, 자동차, 기차, 바지 등의 단어는 손으로 만질 수도 있고 눈으로 볼 수 있기 때문에 이해하기 쉽다.
  - 추상적인 예보다도 구체적인 예를 사용한다. 예를 들면 “이른 시간에”보다는 “아침 식사 시간에”, “어디가 아파요”보다도 “배가 아파요?”, “머리가 아파요?”라고 말하는 것이 좋다.
  - 중요한 단어를 강조하면 이해를 높일 수 있다.
- 지적장애인이 응답하려고 하는 바를 확인하고 분명하게 대답해 준다.
  - 지적장애인은 상대방의 질문에 똑같이 대답하는 경우가 있다. 그러면 당사자가 무엇을 하고 싶은지,

무엇을 의도하는 것인지를 알기 어렵다. 이때 “괜찮아요?”라고 하면 많은 경우가 괜찮다고 대답하기 때문에 구체적으로 어떤 것이 하고 싶은지, 어떤 것을 의도하는지를 물어야 한다. 가능하다면 두 가지 정도의 선택사항을 제시하고 어느 것이 더 의도하는 바인지를 파악하는 것이 좋다. 그리고 말한 것에 대해 이해했는지를 확인하는 것이 중요하다. 많은 사람들은 반응을 통해 그들이 생각하는 것이 무엇인지에 대해 알 수 있고, 그들이 ‘원하는’답이 무엇인지 알 수 있다.

- 말로 표현하는 것 외에 시각적 보조물을 사용한다.
  - 지적장애인들은 말보다는 그림이나 사진이 더 이해하기 쉬울 수도 있다.
  - 표현하고자 하는 것이 사물처럼 구체적이고 이해하기 쉬우면 괜찮지만 그렇지 않은 경우에는 시각적 보조물(Visual Aiding Tools)을 사용하여 지적장애인의 이해를 돕는 것이 필요하다.
  - 질문을 할 때 시각자료(그림, 사진 등)를 함께 사용하는 것이 도움이 된다. 만약 시각적 보조물이 없다면 행동으로 질문하려고 하는 것, 의도하는 바를 최대한 표현하는 것도 좋은 방법이다.

#### 4) 알아두기

- 지적장애인에게 질문하는 방법
  - 무슨 일이 있었는지에 대해 연대순으로 질문을 한다.
  - 질문은 정확해야 하고 모호하지 않아야 한다. “당신은 최근에 어디에 있었습니까?” 보다는 “어제 오후에 어디에 있었습니까?”라고 질문하는 것이 좋다.
  - 이중 부정이나 명확하지 않은 질문은 피한다.
  - 질문을 반복하는 것은 그들이 처음 답이 잘못되었다는 암시를 줄 수 있다는 것을 유의한다.

## 2. 효과적인 프로그램을 위한 전략<sup>3)</sup>

### 가. 태도

- 1) 언어와 비언어적으로 대상자에 대한 존중을 표현한다.
- 2) 대상자에게 직접 말을 걸고, 대상자 연령에 맞게 적절한 목소리 톤을 사용한다.
- 3) 어른에게 어른처럼 말을 걸되, 아이를 대하는 것처럼 하지 않는다.
- 4) 큰소리를 내지 않는다(대상자가 청각 장애가 있지 않는 한).

3) 본 내용은 「Working with people with intellectual disabilities in health care(CDDH, 2014.)」에서 발췌하였다.

## 나. 소통

지적장애인은 상대방의 말을 이해하는 데 다소 어려움이 있다. 일부는 표현 언어에 어려움을 느낀다. 이해 능력이나 스스로를 표현하는 능력이 어떨든 간에, 그들은 다른 사람과 마찬가지로 존중받을 권리가 있다. 의사소통에 어려움을 겪는 일부 지적장애인이 가족, 간병인(보호자) 또는도우미를 데려올 수 있으나, 지적 장애인 스스로가 항상 본인이 이 상담에서 주요 관심의 대상자임을 느껴야 한다.

### 1) 수용 언어

- 천천히 말하고, 대상자가 그 말을 이해하도록 잠시 여유를 둔다.
- 대상자에게 직접 말한다. 대상자가 대화의 중심이다.
- 명확하고 짧은 문장, 간단한 단어를 사용하여 말한다. 길고 복잡한 단어나 전문 용어를 사용하지 않는다.
- 한 번에 한 가지 질문만 한다. 그리고 대상자가 그 질문을 이해하고 답변하기 위한 적절한 시간을 준다.

### 2) 표현 언어

- 질문에 반응하고 표현할 수 있도록 충분한 시간을 제공한다.
- 시각적 단서를 사용한다. 물건, 그림 또는 도표를 사용하여 의미를 명확히 한다. 또한 추가 단서를 얻기 위해 얼굴 표정과 몸짓을 관찰한다.
- 질문을 통해 대상자가 걱정하거나 요청하는 것을 분명히 한다.
- 이해할 수 없을 때 다음과 같이 말한다.
  - 대상자에게 방금 한 말을 다시 말해 달라고 한다.
  - 대상자가 한 말을 다른 말로 다시 말한다(똑같은 뜻을 다른 단어로 표현하거나, 그림과 같은 시각적 단서를 사용함).
  - 그래도 이해할 수 없다면, 대상자에게 존중의 의사를 표현하고, 대상자의 메시지가 중요함을 인정하고, 대상자의 말을 이해하지 못했음에 대해 사과한다. 절대로 이해한 척해서는 안 된다! 그러면 면담의 가치가 떨어지고 대상자에게 극도의 결례를 범하는 셈이 된다.

## 다. 찾아가는 프로그램 진행관련 유의사항

### 1) 프로그램 실시 전

- 치료사가 지적장애 감수성 및 성폭력에 대한 민감성이 있어야 한다.

- 치료사가 피해가족 및 주변 환경, 현재 상황에 대한 이해가 있어야 한다.
- 대상자가 시간 약속에 대한 개념이 정립되어 있지 않아 프로그램 시간을 정하고 약속을 잡는 것이 어려울 수 있다.

### 2) 프로그램 진행 관련

- 대상자의 심리적 안정을 위한 충분한 라포 형성이 필요하다.
- 대상자의 지적장애 정도, 사건에 대한 인식 정도, 성인식 및 성행동 특성을 잘 파악하여 맞춤형 교육이 필요하다.
- 대상자가 성폭력피해 아동의 부모이기 이전에 지적장애를 가진 개인으로 접근해야 한다. 예를 들면 대상자는 자신이 자녀를 보호해야 한다는 인식이 부족하며 자녀와 자신을 동일시하는 경향이 있다.
- 대상자가 성폭력피해를 자녀의 잘못으로 인정하며 별로 대수롭지 않게 생각하는 경향이 있으므로 성폭력 사건 이후 대처능력과 피해아동의 심리적 안정에 대한 인식이 필요하다.
- 모와 자녀가 모두 지적장애인 경우 친부 및 가족으로부터 피해를 입는 경우가 많은 점에 주목하여 가정에서 대처 방법에 대한 안내가 필요하다.
- 대상자가 교육에 대한 동기가 부족할 수 있으므로 주변에서 참여를 독려해주는 도움이 필요할 수 있다.
- 가족이 비협조적일 경우 프로그램의 효과가 떨어지므로 다른 가족에게도 충분한 설명과 이해를 구한다.
- '찾아가는' 교육 프로그램이기 때문에 상황에 따라서 자녀와의 분리가 역효과를 나타낼 경우에는 가족이 함께 프로그램에 참여하는 것을 고려할 수 있다.

### 3) 프로그램 종료 후

- 매회기 프로그램 종료 후, 프로그램 과정에서 나타난 주요한 내용 또는 특이사항에 대해 대상자 가족의 사례관리를 맡고 있는 대상자 의뢰기관과 함께 논의할 필요가 있다.
- 프로그램 종료에 따라 치료자와의 만남은 종결하지만 대상자 가족을 지속적으로 관리하는 것은 대상자 의뢰기관이므로 향후 지원방향에 대해 치료사로서 제언을 할 수 있다.

# III

## 프로그램의 실제

단계	도입 - 사전검사 (프로그램 안내 및 자기소개)
활동목표	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 자기소개를 하는 과정을 통해 치료자와 내담자가 서로를 알고 친밀해질 수 있다.</li> <li>2. 프로그램이 시작될 때마다 감정을 표현하게 함으로써 기분이 어떻게 달라지고 있는지 스스로 인식할 수 있다.</li> <li>3. 프로그램에 대한 소개, 규칙정하기 등을 통하여 프로그램의 필요성을 인식하고 자발적으로 참여할 수 있다.</li> <li>4. 성인식 및 성태도 점검을 통해 성에 대한 인식을 확인해 볼 수 있다.</li> </ol>
회기구성	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 프로그램 안내 및 자기소개하기</li> <li>2. 감정달력 규칙정하기</li> <li>3. 사전검사 실시</li> <li>4. 나의 감정 인식하기</li> <li>5. 느낀 점 나누기</li> </ol>
준비물	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 자기소개 : 질문용 색지, 제비뽑기를 위한 파우치나 원통</li> <li>· 감정달력 : 감정달력 양식, 표정(감정)스티커, 연필, 지우개, 사인펜</li> <li>· 사전검사 : 검사도구(설문지), A4용지, 연필, 지우개</li> <li>· 나의 감정 인식 : 감정카드, 우드락, 크레파스, 칼</li> </ul>
활동과정	<p>- 도입 -</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 프로그램 안내 및 자기소개하기             <ol style="list-style-type: none"> <li>① 내담자와 치료사는 인사를 나누고 서로의 이름을 소개한다.</li> <li>② 제비뽑기를 통해 치료사와 내담자는 자신을 소개하면서 라포를 형성하는 시간을 갖는다. 치료사는 제비뽑기용 질문지 5개~10개를 준비하여 서로 한 개씩 뽑아 질문하는 방식으로 내담자가 자신을 이야기를 할 수 있도록 유도한다.</li> </ol> </li> </ol>

단계	도입 - 사전검사 (프로그램 안내 및 자기소개)
활동과정	<ol style="list-style-type: none"> <li>③ 치료사는 내담자에게 프로그램을 소개한다. 프로그램을 통해 기쁨, 슬픔, 화남, 불안 등의 기분을 표현하고, 가족(남편과 자녀 등)과 대화하는 법, 성교육 등을 배우게 될 것임을 알려준다. 또한 앞으로 만나게 될 회기, 날짜, 그리고 시간을 알려준다.</li> </ol> <p>- 전개 -</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 감정달력 규칙정하기             <ol style="list-style-type: none"> <li>① 감정달력 사용법을 알려준다. 내담자가 이름, 규칙, 회기별 감정표현을 할 수 있도록 방법을 설명한다.</li> <li>② 규칙은 내담자와 치료사가 함께 이야기를 나누며 정하고, 지킬 수 있는 규칙으로 결정한다. 단, 많은 규칙은 내담자가 기억하거나 지키기 어려워 포기할 수 있으므로 3가지 이내로만 한다.</li> <li>③ 감정달력을 통해 자신의 감정 변화를 알고 확인하는 작업으로 내담자에게 자신의 감정을 프로그램 시작할 때와 마무리할 때로 나눠서 표현하도록 한다. 내담자의 기분에 따라 표정 및 감정스티커를 사용하여 감정을 표현하고 붙일 수 있도록 한다.</li> <li>④ 첫 만남에 대한 감정이 어떤지 직접 활동지에 표시하고 감정을 이야기해본다.</li> </ol> </li> <li>3. 사전검사 실시             <p>(양적 검사 : 성인식 및 성태도 검사 중 택1, 가족문제해결 의사소통척도 검사는 필수)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 성인식 검사                 <p>성인식 검사를 통해 내담자의 성인식을 점검한다.</p> </li> <li>② 성태도 검사                 <p>성인식 질문지를 바탕으로 구성된 성태도 검사를 실시하여 내담자의 현재 인식과 행동패턴을 살펴보고 인식과 행동이 다르게 반응하는 정도를 파악한다.</p> </li> <li>③ 가족문제해결 의사소통 척도 검사                 <ul style="list-style-type: none"> <li>• 검사를 할 때, 내담자가 질문을 이해하기 어려우면 치료사는 질문의 의미를 설명해 주거나 실제 예시를 들어주어 질문의 내용을 이해할 수 있도록 한다.</li> <li>• 성인식과 성태도 검사는 내담자의 주호소문제와 수준에 맞게 한개만 선택하여 검사한다.</li> </ul> </li> </ol> </li> <li>4. 나의 감정 인식하기             <ol style="list-style-type: none"> <li>① 감정카드를 사용하여 감정을 분류해본다.</li> <li>② 자주 느끼는 감정 3가지 카드를 선택하여 선택한 감정카드가 언제, 무슨 상황일 때 느껴지는지 이야기를 나눈다.</li> </ol> </li> </ol>

③ 내담자가 감정과 상황에 대한 인식이 가능하다면 선택한 감정카드가 느껴질 때, 자신의 표현방법에 대해서 이야기를 나눈다. 내담자가 인식이 어렵다면 감정을 분류해보고, 상황에 따른 표현방법을 설명해준다.

- 지적장애 청소년 성폭력피해자 치료 프로그램 매뉴얼 감정카드(p.35~40) 사용한다.

활동과정

- 마무리 -

5. 느낀 점 나누기

- ① 첫 만남과 활동에 대한 느낀 점을 서로 나눈다. 내담자의 변화된 감정을 확인하고 감정달력에 스티커를 붙인다.
- ② 다음 만나는 일시와 장소, 내용을 안내하고 약속시간 변경이 필요할 경우에는 미리 이야기할 수 있도록 안내한다.

프로그램  
진행시,  
고려사항  
(tip)

1. 첫 회기는 내담자가 글을 읽고 쓰는 것이 되는지 파악하는 것이 필요하다.  
감정달력, 사전검사 등을 통해 내담자가 읽고 쓰는 것이 가능한지 파악 한 후 내담자 스스로 할 수 없을 때에는 치료사가 도움을 줄 수 있다. 이 때, 치료사는 모델링 역할을 할 수 있으며 내담자가 스스로 작성할 수 있도록 안내한다.
2. 나의 감정 인식하기의 응용  
우드락 조각에 평소 자신과 닮은 감정 표정을 그리고 꾸민 후 자신을 소개한다.

활동자료1. 감정달력

이름

규칙

회기	날 짜	만났을 때 기분	헤어질 때 기분
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

활동자료2. 성인식 척도

NO	문항
1	<p>성에 대한 이야기를 하는 것은 부끄럽고 쑥스럽다.</p> <p>①      ②      ③</p>
2	<p>남자가 하는 일과 여자가 하는 일을 따로 있다.</p> <p>①      ②      ③</p>
3	<p>스킨십(보브, 포옹, 키스 등)은 남자가 리드하는 것이 바람직하다.</p> <p>①      ②      ③</p>
4	<p>여자가 밤에 혼자 다니거나 옷을 야하게 입으면 성폭력이 많이 발생한다.</p> <p>①      ②      ③</p>
5	<p>스킨십(성관계)을 요구할 때, 상대방이 가만히 있는 것은 허락하는 것이다.</p> <p>①      ②      ③</p>
6	<p>부부 또는 연인관계에서는 성폭력이 발생하지 않는다.</p> <p>①      ②      ③</p>
7	<p>가족 내에서의 의사결정은 남편의 의견을 따르는 것이 낫다.</p> <p>①      ②      ③</p>
8	<p>가정폭력은 가정 내에서 해결해야 되는 일이다.</p> <p>①      ②      ③</p>

활동자료3. 성태도 척도

NO	문항
1	<p>누군가가 성에 대한 이야기를 하면 대답하는 것이 어려워 피한 적이 있다.</p> <p>①      ②      ③</p>
2	<p>상대방이 스킨십(성관계)을 요구할 때, 거절하기가 어려워 가만히 있던 적이 있다.</p> <p>①      ②      ③</p>
3	<p>상대방이 나에게 스킨십(성관계)을 할 때, 나는 '좋다, 싫다'를 몸짓이나 표정으로 표현하고 말한 적이 있다.</p> <p>①      ②      ③</p>
4	<p>집안일을 혼자 하는 것이 어려워 가족에게 도와달라고 이야기한 적이 있다.</p> <p>①      ②      ③</p>
5	<p>가족 내에서 의사결정 할 때, 나의 의견이 무시된 적이 있다.</p> <p>①      ②      ③</p>
6	<p>가정폭력이 있을 때, 경찰에 신고하는 것을 망설인 적이 있다.</p> <p>①      ②      ③</p>
7	<p>자녀를 지도하거나 대화할 때, 성별(남여)을 구분하여 다르게 이야기한 적이 있다 (예: 남자다움 또는 여자다움을 요구).</p> <p>①      ②      ③</p>
8	<p>자녀가 성과 관련된 질문을 할 때, 대답하기 어려워 망설이거나 회피한 적이 있다.</p> <p>①      ②      ③</p>

활동자료4. 가족문제해결 의사소통 척도(FPSC)

번호	질문내용	척도			
		전혀 아니다	아니다	그렇다	매우 그렇다
1	우리는 서로에게 큰소리를 친다.				
2	우리는 서로의 감정을 존중한다.				
3	우리는 문제해결을 위해 대화를 한다.				
4	우리는 가족 구성원들이 감정적이거나 신체적으로 다치지 않게 노력한다.				
5	우리는 서로 큰 충돌없이 대립을 끝낸다.				
6	우리는 우리가 얼마나 서로를 위하는지 공유한다.				
7	우리는 예전문제를 꺼내 싸워서 문제를 더 어렵게 만든다.				
8	우리는 서로가 하는 말이나 느낌을 들으려고 시간을 쓴다.				
9	우리는 조용히 하려고 하고 서로 의사전달을 한다.				
10	우리는 화가 나지만 긍정적인 방법으로 대립을 끝내려고 노력한다.				

단계	전개 - 나 인식 (생애그래프)
<p><b>활동목표</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 마음에 드는 도상 만다라를 선택하여 표현함으로써 긴장 이완시킬수 있다.</li> <li>2. 0세부터 현재의 나이까지 자신이 살아온 생활에 대해 표현함으로써친밀감을 형성할 수 있다.</li> </ul>	
<p><b>회기구성</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 감정나누기</li> <li>2. 도상 만다라</li> <li>3. 생애그래프</li> <li>4. 느낀 점 나누기</li> </ul>	
<p><b>준비물</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>·필수 : 감정달력, 감정스티커</li> <li>·선택 : 도상 만다라, 크레파스, 사인펜, 색연필, 폼클레이, 우드락 조각, 8절 쉐트지, 4B연필, 자</li> </ul>	
	<p><b>- 도입 -</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 감정나누기                             <ul style="list-style-type: none"> <li>① 인사를 나누고 내담자의 기분을 물어본다.</li> <li>② 일주일간의 생활에서 가장 기억에 남는 감정(기분)이 무엇인지 감정카드를 이용하여 구체적으로 이야기하고, 감정과 연결된 상황을 치료사와 나눈다.</li> </ul> </li> </ul>
	<p><b>- 전개 -</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>2. 도상 만다라                             <ul style="list-style-type: none"> <li>① 내담자에게 기분을 편안하게 해 주는 작업임을 설명해 주고 시작한다.</li> <li>② 내담자에게 준비한 도상 만다라를 주면서 마음에 드는 문양을 선택하도록 한다.</li> <li>③ 문양 전체를 모두 채색하거나 붙여도 되고 내담자가 원하는 만큼만 표현해도 된다는 것을 알려준다.</li> <li>④ 표현하는 재료에는 크레파스, 색연필, 사인펜, 폼클레이(점토)를 사용하여 채색하거나 점토로 붙인다.</li> <li>⑤ 작품의 제목을 물어보고 날짜와 제목을 적게 한다.</li> <li>⑥ 작품이 완성되면 준비한 우드락 조각(액자 역할)에 붙여준다.</li> </ul> </li> <li>3. 생애그래프                             <ul style="list-style-type: none"> <li>① 태어나서 지금까지 살면서 어떻게 지냈는지 물어보고 오늘은 살아온 생활을 감정 표정 스티커로 표현한다고 설명한 후 시작한다.</li> <li>② 8절지에 가로는 0세부터 현재까지의 나이를 5년 단위로, 세로는 행복지수를 0부터 100까지 10 단위로 표시한다.</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>활동과정</b></p>	

단계	전개 - 나 인식 (생애그래프)
활동과정	<p>③ 불행할 때 최고 점수는 0점, 행복할 때 최고 점수는 100점으로 나 이별로 그때의 감정을 점수 위치에 점으로 표시하고 선으로 연결한다. 점을 찍은 곳에는 감정 표정 스티커를 사용하여 붙이고 어떤일이 있었고 어떤 기분이었는지 물어보고 이야기 나눈다.</p> <p>④ 날짜와 제목을 적은 후 느낀 점을 이야기로 나눈다.</p> <p>- 마무리 -</p> <p>4. 느낀 점 나누기</p> <p>① 활동을 하면서 느낀 점을 이야기한다.</p> <p>② 느낌에 대한 이야기를 나눈 후 감정달력에 표현한다.</p> <p>③ 다음 만나는 날짜와 시간, 장소, 내용을 안내하고 인사한다.</p>
프로그램 진행 시, 고려사항 (tip)	<p>1. 도상 만다라는 내담자가 가진 장애의 기능이나 상황에 따라 어려운 문양은 제외해야 하며, 인터넷 검색을 통하여 쉽고 간단한 문양으로 선택하고 도상 만다라 문양은 5~10개 정도만 준비한다. 또한 도상 만다라가 아닌 치료사 입장에서 적절한 라포 형성을 할 수 있는 프로그램이 있다면 사용해도 무방하다.</p> <p>2. 내담자가 생애그래프 작업 중 상황에 대해 구체적으로 기억하지 못하면 그때 기분이 어땠는지 정도만 간단하게 물어본다.</p>

단계	전개 - 나 인식 (나만의 스트레스 대처방법)
활동목표	<p>1. 나의 스트레스 상황에 대한 다양한 감정을 인식하고 표현할 수 있다.</p> <p>2. 활동을 통하여 스트레스 상황에서 나만의 대처방법을 찾고 풀 수 있다.</p>
회기구성	<p>1. 감정나누기</p> <p>2. 스트레스 상황 찾기</p> <p>3. 스트레스 대처방법</p> <p>4. 느낀 점 나누기</p>
준비물	<p>·필수 : 감정달력, 감정스티커</p> <p>·선택 : 거울, 신문지, 매직, 봉투, 점토, 비닐, 휴지, 물티슈, 명상음악</p>
활동과정	<p>- 도입 -</p> <p>1. 감정나누기</p> <p>① 인사를 나누고 내담자의 기분을 물어본다.</p> <p>② 일주일간의 생활에서 가장 기억에 남는 감정(기분)이 무엇인지 감정카드를 이용하여 구체적으로 이야기하고, 감정과 연결된 상황을 치료사와 나눈다.</p> <p>- 전개 -</p> <p>2. 스트레스 상황 찾기</p> <p>① 내담자에게 언제 화나고 걱정되는지 물어본다.</p> <p>이때 내담자의 감정(기분)에 대해서 표현하도록 하고, 상황을 찾기 위해서 영상매체 등을 사용할 수 있다.</p> <p>② 스트레스 자가진단 테스트를 이용하여 스트레스 상황을 알아본다.</p> <p>③ 스트레스 자가진단 테스트에 체크한 부분을 가지고 내담자의 감정(기분)에 대해 이야기 나눈다. 내담자가 감정을 표현할 수 있도록 격려한다.</p> <p>스트레스 자가진단 테스트를 할 때 내담자가 질문 내용이나 글을 모를 경우 치료사가 설명하여 이해할 수 있도록 한다.</p> <p>④ 내담자가 스트레스 해소로 어떤 행동을 하는지 이야기 나눈다. 내담자가 본인의 행동에 대하여 이야기 나누기 어려워할 경우 다양한 행동을 제시해 준다. (예: TV 보기, 먹기, 자기, 울기, 수다, 운동, 쇼핑, 외출 등)</p> <p>⑤ 내담자가 스트레스 자가진단 테스트를 한 것 중에 한 문항을 선택한다.</p> <p>⑥ 치료사가 스트레스 대처방법을 소개하고 내담자가 선택하도록 한다.</p>

3. 스트레스 대처방법

① 신문지 찢기

- 스트레스 자가진단 테스트 중에서 내담자가 한 상황을 떠올린다.
- 그 떠올린 상황의 상대방에게 하고 싶은 말을 신문지에 적게 한다. 마음에 담아 두었던 것을 솔직하게 풀어내서 적을 수 있도록 한다.
- 신문지를 찢는다. 신문지를 찢으면서 하고 싶은 말이 있는지 물어보고 내담자가 말을 하면서 신문지를 찢도록 한다.
- 찢은 신문지는 봉투에 담는다.

② 점토 던지기

- 스트레스 자가진단 테스트 중에서 내담자가 한 상황을 떠올린다.
- 그 떠올린 상황에서 나의 감정에 대해 이야기를 하면서 점토 덩어리를 내려친다 (바닥에 비닐 깔기).
- 내담자가 원할 때까지 반복적으로 실시한다.
- 점토로 사람이나 사물, 마음 등을 만들어서 내 감정을 표현한다.

③ 크게 웃기

- 거울을 보면서 웃어본다.
- 소리를 내서 웃어본다. 치료사가 먼저 소리 내서 웃으면 내담자가 따라서 소리 내서 웃도록 한다.
- 내담자와 치료사가 서로 마주보고 손뼉을 치며 크게 웃는다.

④ 복식호흡하기

- 허리를 곧게 세우고 손을 무릎 위에 놓는다.
- 편안한 자세로 온몸에 힘을 뺀다.
- 숨을 들이 마실 때나 내어 쉴 때나 모두 코를 통해서 호흡하며, 배꼽 밑 한 주먹쯤 되는 곳에 숨을 모았다가 천천히 내보낸다.
- 음악이 준비되면 복식호흡을 10회 정도 실시한다.
- 마음이 차분해지고 심신의 안정에 도움이 된다.

- 마무리 -

4. 느낀 점 나누기

① 활동을 하면서 느낀 점을 이야기한다.

신문지 찢기·점토 던지기(감정을 행동으로 표출하면서 스트레스 해소됨), 웃었을 때의 감정(기분 좋게 크게 웃을 수 있으면 스트레스 해결이 됨), 복식호흡한 후 느낀 마음(마음이 차분해지면서 스트레스를 풀어줌)에 대해 이야기 나눈다.

활동과정

활동과정

- ② 내담자가 스트레스를 해소한 후 감정달력에 표현한다.
- ③ 다음 만나는 날짜와 시간, 장소, 내용을 안내하고 인사한다.

1. 내담자가 글을 쓰지 못할 경우 불안해할 수 있으므로 자연스럽게 말을 하도록 유도하고 치료자는 받아 적는다. 내담자가 본인의 감정상태를 파악하지 못할 때 감정카드를 이용하여 상황에 대해 이야기 하도록 한다.

2. 스트레스 대처방법 활동은 자신의 스트레스 상황에서 심신의 긴장 이완을 경험한 후 스스로 대처하기 위한 전략이다. 내담자가 충분히 연습하여 스스로 할 수 있도록 한다. 또한 프로그램 진행 이후 다음회기까지 연습할 수 있도록 과제로 제시할 수도 있다.

3. 점토의 활용

점토의 종류가 많기 때문에 이완을 통한 발산이 필요할 경우 문방풀과 웨이브폼에 수채화물감을 섞어 핑거페인팅으로 응용할 수도 있다. 또한 부드러운 점토(칼라점토, 아이클레이, 천사점토)를 사용하면 손에 묻히기를 어려워하는 내담자에게도 활용할 수 있다. 단단한 점토(흙점토, 도자기용 점토, 유점토, 지점토)를 두드리고 던지는 작업을 통하여 스트레스를 해소할 수도 있다.

4. 스트레스 상황을 찾고 다양한 방법을 사용하여 대처방법을 연습한 후, 감정 마무리는 충분한 시간을 두고 진행한다.

프로그램  
진행 시,  
고려사항  
(tip)

활동자료1. 스트레스 자가진단

NO	문항
1	배우자가 자신의 말을 무시한다.
	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
2 배우자	배우자와 대화(말)가 통하지 않는다.
	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
3	생활비(돈)를 주지 않는다.
	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
4	아이들이 서로 싸우거나 말을 듣지 않는다.
	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
5 자녀	아이의 위생처리(생리, 똥)를 지도하는 것이 어렵다.
	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
6	(시)부모나 형제자매가 집안일에 참견한다.
	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
7 원가족	배우자가 (시)부모나 형제자매에게 나와 싸운 일을 이야기하여 나에게 싫은 소리를 한다.
	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
8 기타	이웃이나 활동보조인, 종교인이 나의 일에 관섭하여 힘들다.
	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩

단계	전개 - 가족 알기 (가계도 표현하기)
<div style="background-color: #008080; color: white; border-radius: 50%; width: 30px; height: 30px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 5px;">활동목표</div>	1. 가족 내 자녀의 역할과 기능을 이해할 수 있다. 2. 자녀의 특성과 내담자와 자녀와의 갈등에 대해 파악하고 이해한다.
<div style="background-color: #008080; color: white; border-radius: 50%; width: 30px; height: 30px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 5px;">회기구성</div>	1. 감정나누기 2. 가계도 작성하기 3. 느낀 점 나누기
<div style="background-color: #008080; color: white; border-radius: 50%; width: 30px; height: 30px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 5px;">준비물</div>	·필수 : 감정달력, 감정스티커 ·선택 : 가위, 딱풀, 네임펜, 색연필, 도화지, 가계도샘플, 가족구성원 스티커나 사진
	<p>- 도입 -</p> 1. 감정 나누기 ① 인사 나누고 안부를 물어본다. ② 감정스티커, 감정그래프를 활용하여 기분(감정)을 살펴본 후 감정과 연결된 사건 또는 상황에 대해 나눈다.
	<p>- 전개 -</p> 2. 가계도 작성하기 ① 가계도 샘플을 활용하여 오늘 할 활동에 대해 설명한다. ② 부부를 중심으로 가족구성원이 누구누구인지, 현재 동거하는 가족 특히 성폭력피해 자녀의 특성 및 관계에 대해 이야기 나눈다. ③ 도화지에 스티커 혹은 사진 등을 활용하여 부부, 자녀 중심으로 가계도를 만들고 가족구성원의 이름과 나이를 적는다(내담자가 가족의 나이를 기억하지 못하면 학년 또는 태어난 해의 띠를 확인하여 상담자가 연령을 기록한다). 또는 가족들을 동물로 상징하는 표현을 위해 동물사진에서 선택 후 오려붙이며 가계도를 작성한다(동물은 띠가 아니라 성격과 성향의 상징 동물 선택). 또한 성폭력 피해 자녀의 특성에 대해 이야기 나눈다. ④ 가족구성원의 친밀도 및 갈등관계를 크레파스 또는 색연필을 사용하여 표시한다. 가족구성원 간에 친밀한 사람은 누구인지, 힘들게 하는 가족은 누구인지 이야기를 나눈다(내담자와 성폭력피해 자녀 중심으로). ⑤ 스티커를 활용하여 부부의 원가족 가계도를 추가로 배치한다. ⑥ 원가족이 가족에게 미치는 영향을 표시한다(구체적으로 (시)부모 또는 형제자매들이 가족에 미치는 영향을 화살표를 이용하여 표시). ⑦ 원가족의 긍정적 지원 또는 부정적 간섭으로 인해 어떤 어려움이 있는지 이야기한다.
<div style="background-color: #008080; color: white; border-radius: 50%; width: 30px; height: 30px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 5px;">활동과정</div>	

활동과정

- 마무리 -

3. 느낀 점 나누기

- ① 오늘 활동 및 작업에 대한 느낀 점을 나눈다.
- ② 성폭력 피해 자녀에 대한 특성과 성향에 대해 내담자가 오해하지 않고 제대로 알고 있는지 정리하면서 이야기해본다.
- ③ 다음 회기 '만나는 날짜, 시간, 내용'을 안내한다.

프로그램 진행 시, 고려사항 (tip)

- 1. 부부의 원가족 가계도는 내담자의 이해 능력과 치료시간을 고려하여 치료사가 진행여부를 판단한다.
- 2. 자신과 타인의 감정변화를 이해하고 표현할 수 있도록 감정카드를 활용하여 표현하는 법과 전달하는 방법을 섬세하게 알려준다.
- 3. 가계도에 포함되지 않는 주변 지인 혹은 사회적 관계를 맺은 사람들 의 이름이 나오는 경우 지적장애 가족의 긍정적인 자원인지 부정적인 자원인지 확인한다.

활동자료1. 가족구성원 상호작용 기호

상호작용	기호
별 관심이 없는 경계	
갈등관계	
매우 친한(가까운 관계) 관계	
단절된 관계	
갈등과 친밀한 관계가 공존함	

활동자료2. 가족 간 갈등이 발생하여 화가 났을 때 상황 기록하기

화가 났을 때 상황 (언제, 어디서, 누구와, 무엇을, 어떻게)	나는 행동	가족(남편, 자녀)의 행동
1		
2		
3		

단계	전개 - 배우자 이해 (나와 배우자의 장단점)
활동목표	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 나와 배우자의 차이점에 대해 인식할 수 있다.</li> <li>2. 나와 배우자의 장점(좋은점), 단점(나쁜점)에 대해 찾아보고 객관화 시킬 수 있다.</li> </ol>
회기구성	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 감정나누기</li> <li>2. 나와 배우자의 장단점</li> <li>3. 느낀 점 나누기</li> </ol>
준비물	<ul style="list-style-type: none"> <li>·필수 : 감정달력, 감정스티커</li> <li>·선택 : 8절지 켄트지, 크레파스, 색연필, 다양한 종류의 사진(잡지책, 신문지 등), 가위, 딱풀, 4B연필, 지우개</li> </ul>
활동과정	<p><b>- 도입 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 감정 나누기 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 인사 나누고 안부를 물어본다.</li> <li>② 감정스티커, 감정그래프를 활용하여 기분(감정)을 살펴본 후 감정과 연결된 사건 또는 상황에 대해 나눈다.</li> </ol> </li> </ol> <p><b>- 전개 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 나와 배우자의 장단점 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 나와 배우자의 장점(좋은점)에 대해 이야기 나누고, 이야기와 연결해서 볼 수 있는 사진을 찾아 붙이거나 장점(좋은점)에 대해 사진이나 글로 표현한다.</li> <li>② 나와 배우자의 단점(나쁜점)에 대해 이야기 나누고, 이야기와 연결해서 볼 수 있는 사진을 찾아 붙이거나 단점(나쁜점)에 대해 사진이나 글로 표현한다.</li> <li>③ 단점(나쁜점)에 대해 표현한 후, 단점을 강점으로 바꾸어 주는 작업을 하여 감정적인 마무리를 한다.</li> </ol> </li> </ol> <p><b>- 마무리 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. 느낀 점 나누기 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 오늘 활동 및 작업에 대한 느낀 점을 나눈다.</li> <li>② 배우자의 장단점 확인 통해 나와 배우자와의 차이점에 대해 인지하게 한다.</li> <li>③ 다음 회기 '만나는 날짜, 시간, 내용'을 안내한다.</li> </ol> </li> </ol> <p>1. 장·단점을 표현할 때 콜라주를 사용할 수 있는데, 콜라주 작업을 위해서는 다양한 유형과 종류의 사진이 포함되는 잡지책을 준비해야 한다.</p> <p>2. 배우자의 장점(좋은점), 단점(나쁜점)에 대한 표현을 할 때 글로 쓰기 어려울 경우 치료사가 내담자의 이야기를 듣고 정리해서 적어준다.</p> <p>3. 내담자의 상황에 따라 내용이 직설적이거나 단순화될 수 있다(특히 단점(나쁜점)에 대한 표현을 했을 때 이후 내용 기록 필요).</p>
프로그램 진행 시, 고려사항 (tip)	

단계	전개 - 배우자 이해 (배우자와의 대화법)
활동목표	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 부부간의 갈등 상황을 회상하고, 어떤 상황에서 갈등이 일어났는지 이야기할 수 있다.</li> <li>2. 부부간의 의사소통 패턴을 살펴보고, 내담자의 생각과 감정 및 의견을 효과적으로 표현할 수 있다.</li> </ol>
회기구성	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 감정나누기</li> <li>2. 배우자의 대화법</li> <li>3. 느낀 점 나누기</li> </ol>
준비물	<ul style="list-style-type: none"> <li>·필수 : 감정달력, 감정스티커</li> <li>·선택 : 하드스틱, 색종이, 가위, 딱풀, 네임펜</li> </ul>
활동과정	<p><b>- 도입 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 감정 나누기 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 인사 나누고 안부를 물어본다.</li> <li>② 감정스티커, 감정그래프를 활용하여 기분(감정)을 살펴본 후 감정과 연결된 사건 또는 상황에 대해 나눈다.</li> </ol> </li> </ol> <p><b>- 전개 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 배우자와의 대화법 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 최근 부부가 다투거나 속상했던 상황에 대해 치료사와 이야기 나눈다.</li> <li>② 부부가 다툰 때 대표적인 표정을 감정스티커를 보고 선택하여 색종이에 그린 후 오려 하드스틱에 붙인다.</li> <li>③ 하드스틱에 자신과 배우자의 이름을 각각 적는다.</li> <li>④ 최근 싸웠을 때의 구체적인 상황을 내담자와 이야기 나누고 치료사가 역할극을 통해 부부대화법에 대해 교육한다.</li> </ol> <p>(교육 방법은 '나 메시지'와 'good(배우자 바람 수용) bad(배우자 바람 제한 표현, 나의 요구사항 및 욕구 표현) good(배우자의 바람에 대해 대안 제시)' 자기 표현법을 활용하여 사용한다)</p> <p>이때 언제, 어디서, 누구와, 무엇을, 어떻게 하였는지 질문함으로써 구체적인 상황을 점검하고, 내담자와 가족이 분노나 갈등 상황에서 어떻게 의사소통하고 있는지 파악한다.</p> <p>(예를 들면 반찬이 없다고 화를 낼 때, 집 안 청소를 하라고 했는데 하지 않았을 때 등)</p> </li> </ol>
프로그램의 실제	

단계	전개 - 배우자 이해 (배우자와의 대화법)
<div style="text-align: center;">  <p>활동과정</p> </div>	<p>- 마무리 -</p> <p>3. 느낀 점 나누기</p> <p>① 오늘 활동 및 작업에 대한 느낀 점을 나눈다.</p> <p>② 화가 났을 때 상대방과 갈등을 조절하기 위해서는 우리 마음의 신호등을 잘 알아채고, 상대방의 감정신호등이 무슨 색인지 파악하여 빨간 불일 때는 초록불이 될 수 있도록 노력해야 함을 다시 한 번 정리한다.</p> <p>③ 다음 회기 '만나는 날짜, 시간, 내용'을 안내한다.</p>
	<p>1. 역할극을 할 때 치료사가 구체적이고 상세하게 알려준다.</p> <p>2. 내담자와 배우자의 감정이해, 감정표현, 감정수용 등의 단계를 통하여 역할극을 한다.</p> <p>3. 치료사가 배우자 역할→치료사가 내담자 역할(변화된 표현방법 안내)을 하면서 변화된 내담자가 변화된 의사소통으로 표현하도록 한다.</p> <p>4. 나 메시지와 good-bad-good 활용 시 아래와 같이 진행한다.</p> <p>&lt;나 메시지&gt;</p> <p>·부부 : 예) 당신은(너는) 이기적이야, 당신(너)밖에 몰라, 당신(너)은 나를 힘들게 해. -&gt;내가 몸이 너무 힘들어. 나 좀 도와줘.</p> <p>·부모교육 : 예) 너는 실수만 하니, 늘 그 모양이야, 바보 멍청이 -&gt;엄마(아빠)는 **이가 실수를 하는 게 속상하고 마음이 아파.</p> <p>&lt;good-bad-good&gt; (제한설정 또는 상대방의 요구사항을 거절하고 싶을때, 상대방에게 내가 원하는 것을 요구할 때)</p> <p>·부부 : 예) 싫어, 왜 나만 힘들게 해, 당신(너)은 손이 없니? 당신(니)가 밥 차려먹어. -&gt; good : 당신(너)은 내가 밥 차려주길 원하네. bad : 그런데 내가 지금 너무 바빠서 해 줄 수가 없어. good : 먼저 라면이나 빵으로 먹고 저녁에는 당신 좋아하는 된장찌개 해줄게.</p> <p>·부모교육 : 예) 너 또 게임이야 그만 못해? 핸드폰 버린다. -&gt; good : **이가 게임을 하고 싶구나, 게임이 재밌나 보네 bad : 그런데 엄마(아빠)랑 약속했었지. 벌써 몇 시간째야.그만 해야 돼. good : 게임 대신 tv(운동, 좋아하는 다른 놀이 등)를 해보자.</p>

단계	전개 - 자녀 이해 (우리 잘못이 아니에요)
<div style="text-align: center;">  <p>활동목표</p> </div>	<p>1. 성폭력이 발생한 상황에 대해 알고 자녀의 아픔과 두려움을 공감 할 있다.</p> <p>2. 성폭력은 부모와 자녀의 잘못이 아님을 인식할 수 있다.</p> <p>3. 자녀와 공감대 형성을 통해 신뢰관계를 회복할 수 있다.</p>
<div style="text-align: center;">  <p>회기구성</p> </div>	<p>1. 인사 나누고 안부 묻기</p> <p>2. 동화책을 통해 자녀가 경험한 상황과 감정을 이해하기</p> <p>3. 부정적인 감정 이완·해소하기</p> <p>4. 느낀 점 나누기</p>
<div style="text-align: center;">  <p>준비물</p> </div>	<p>· 감정달력 : 감정달력 양식, 표정(감정)스티커, 연필, 지우개, 사인펜</p> <p>· 활동 재료 : 도서 '말해도 괜찮아'(출판사 : 문학동네), 감정카드</p> <p>· 미술활동 재료 : 잡지, 가위, 풀, 도화지, 크레파스, 연필, 진저브래드</p>
<div style="text-align: center;">  <p>활동과정</p> </div>	<p>- 도입 -</p> <p>1. 인사 나누고 안부 묻기</p> <p>① 인사 나누고 내담자의 기분을 물어본다.</p> <p>② 일주일간의 생활에서 가장 기억에 남는 감정(기분)이 무엇인지 감정달력을 이용하여 구체적으로 이야기하고, 감정과 연결된 상황을 치료사와 나눈다.</p> <p>③ 오늘 수업 내용의 순서를 하나씩 설명한다.</p> <p>- 전개 -</p> <p>2. 동화책을 통해 자녀가 경험한 상황과 감정을 이해하기</p> <p>① 치료사는 성폭력 상황과 관련이 있는 동화책을 선정하여 읽어준다. (책을 읽어줄 때 가능한 천천히 진행하며, 배경으로 음악을 사용할 수 있다.)</p> <p>② 치료사는 내담자가 동화책 속 주인공이 되어보도록 유도하여 그 상황에서의 감정을 표현해보도록 격려한다.</p> <p>③ 내담자가 감정 표현이 어려울 시에는 감정카드를 활용하여 주인공의 감정에 대한 카드를 고를 수 있도록 유도하며, 주인공의 아픔에 대해 공감 할 수 있도록 한다.</p> <p>3. 부정적인 감정 이완·해소하기</p> <p>① 내담자가 동화책을 읽은 후 느낀 감정과 욕구를 활동을 통해 표현함으로써 감정을 이완·해소할 수 있도록 한다.</p> <p>- 콜라주 활동하기 : 내담자가 동화책 속 주인공의 상황일 때 받고 싶은 것과 내담자가 주인공에게 해주고 싶은 것을 잡지에서 찾아서 붙이도록 한다.</p>

- 신체 전신화 표현하기 : 자녀가 받았을 외상에 대해 이야기 나누고 자녀 신체 전신화(진저 브래드 도면)에 자녀가 성폭력으로 받았을 외상에 대해 색으로 표현하고 간단한 단어로도 표현한 후 자녀의 외상에 대해 이해한다.

② 활동 이후 자연스럽게 자녀의 상황으로 연결하여 내담자가 현재 자녀에게 해주고 싶은 것과 할 수 있는 것은 무엇인지 나눈 후, 자녀가 힘든 상황에서 항상 도움을 줄 수 있는 부모의 존재에 대해서 나눈다.

활동과정

- 마무리 -

4. 느낀 점 나누기

- ① 오늘 활동 및 작업에 대해 느낀 점을 이야기 나눈다.
- ② 자신의 감정과 생각을 표현한 것에 대해 격려하고 지지한다.
- ③ 자녀의 상처와 고통을 공감할 수 있는 표현에 대해서 이야기 나눈다.
- ④ 자녀가 고통과 두려움에서 벗어날 수 있도록 힘을 주는 표현들을 연습한다.
- ⑤ 자녀가 소중한 존재라는 것을 알려주는 표현을 익혀서 사용하도록 한다.

1. 동화책 활동은 기존의 성폭력 예방과 관련한 동화책을 선정하여 진행하도록 하되, 내용이 자극적이지 않고 대상자의 특성을 고려하여 쉽게 이해할 수 있는 도서를 선정하도록 한다.

2. 미술활동-콜라주

- ① 장애로 인한 낮은 인지적 수준과 언어표현의 어려움을 고려할 때 콜라주 기법은 자신의 감정과 생각을 쉽게 표현할 수 있는 장점을 가지고 있다.
- ② 다양한 접지와 그림 자료를 준비하여 대상자가 자신의 감정과 생각을 충분히 표현할 수 있도록 해야 한다.
- ③ 공감, 울타리, 마음, 따뜻함, 사랑에 대한 다양한 그림을 준비하여 부모가 자녀에게 긍정적인 마음을 충분히 표현하도록 도와주는 것이 중요하다.

3. 치료사는 회기 진행 중에 부모가 쉽게 자녀의 감정을 공감 및 경청하고, 지지해주는 언어적 메시지 전달 방법에 대해 숙지할 수 있도록 상황마다 시범을 보여주어 부모가 쉽게 이해하고 표현할 수 있도록 도와준다.

프로그램  
진행 시,  
고려사항  
(tip)

활동목표

- 1. 가족의 역할에 대해서 생각할 수 있다.
- 2. 부모와 자녀의 관계에 대해서 알아 볼 수 있다.
- 3. 어려운 상황에 처한 자녀를 부모가 어떻게 지원할 것인지 생각할 수 있다.

회기구성

- 1. 인사 나누고 안부 묻기
- 2. 오늘의 기분을 알아보고 지난주 복습하기
- 3. 자녀의 아픈 상처 치유해주기
- 4. 부모의 역할을 알고 자녀에게 사랑 전달하기
- 5. 느낀 점 나누기

준비물

- 감정달력 : 감정달력 양식, 표정(감정)스티커, 연필, 지우개, 사인펜
- 그림감정카드, 크레파스 등 필기도구, 진저브래드(전 시간 작품 또는 전 시간 작품 없을 경우 새롭게 준비), 밴드
- 긍정훈육카드

- 도입 -

1. 인사 나누고 안부 묻기

- ① 인사 나누고 내담자의 기분을 물어본다.
- ② 감정에 변화가 있는지 그림카드를 통해 얘기 나누고 변화된 감정이 어떠한 의미를 갖는지 구체적으로 이야기해보고 감정과 연결된 상황을 치료사와 나눈다.

2. 오늘의 기분을 알아보고 지난주 복습하기

- ① 지난번 내용을 치료사가 요약 설명해준다.
- ② 힘든 상황에서의 자녀의 감정을 이해하고 부모로서 자녀의 마음을 공감하고 위로하는 법에 대해 실습을 통해 복습해보도록 한다.  
(공감·위로의 말 전하기, 스킨십 등)

활동과정

- 전개 -

3. 자녀의 아픈 상처 치유해 주기

- ① 자녀가 태어나기 전에 꾸었던 태몽이나, 태명, 소망 등에 대해 이야기를 나누어 자녀에 대한 설렘, 긍정적인 생각을 하도록 유도한다.
- ② 자녀에 대해 나눈 이야기를 바탕으로 상처 입은 자녀의 진저 브래드(전 시간에 작품이 없을 경우 진저 브래드 준비)에 상처를 치유해주는 말, 색칠, 용기 단어 적기, 상처 치유 밴드 붙여주기 등을 하도록 한다.
- ③ 부모가 직접 설명하도록 함으로써 부모가 자신과 자녀를 어떻게 인식하고 있는지 알아 보고, 부모가 자신의 역할에 대해 다시 한 번 생각할 수 있는 기회를 제공한다.

활동과정

4. 부모의 역할을 알고 자녀에게 사랑 전달하기

- ① 부모가 자녀를 비난하거나 야단치는 경우와 사랑하고 위로하는 경우에 어떤 말을 주로 하는지 알아보고, 그 때 마음이 어땠는지 감정카드를 이용해서 이야기 나눈다.
- ② 부모의 역할에 대해 그림카드를 이용해서 이야기 나눈다.
  - 부모란?
    - 자녀가 고통스러워하거나 아파할 때 위로하고 안아주는 사람
    - 자녀가 잘못을 하더라도 용서하고 사랑해주는 사람
    - 자녀가 도움을 요청할 때 울타리가 되어주는 사람
    - 자녀가 어려움을 이겨낼 수 있도록 힘이 되어 주는 사람
- ③ 자녀에게 사랑하는 마음을 전달하는 표현을 연습한다.
  - 그림카드와 감정카드를 이용해서 자녀에게 사랑의 감정을 전달하는 방법을 익힌다.
  - 사랑의 감정은 표현함으로써 전달된다는 것을 알리고 직접 말할 수 있도록 한다.
- ④ 자녀에게 사랑하는 마음을 실제로 전달한다.
  - 글씨, 그림, 영상 등을 사용해서 내 자녀에게 전달해 줄 수 있는 형태로 만들어 본다.

- 마무리 -

5. 느낀 점 나누기

- ① 오늘 활동 및 작업에 대한 느낀 점을 나눈다.
- ② 내담자가 자녀에게 아픈 상처 치유해 주는 사랑하는 감정을 전달하기 위해 다양한 표현들을 말할 수 있도록 한다.
- ③ 프로그램 활동에서 만들었던 작품을 자녀에게 전달하고, 자녀로부터 답장이나 선물받기를 과제로 내준다.

프로그램 진행 시, 고려사항 (tip)

- 1. 부모가 지지하는 역할에 대해 어려워할 경우 치료사가 시범을 보이고 내담자가 익힐 수 있도록 격려하고 기다려준다.
- 2. 서로 아끼고 사랑하며 어려울 때 부모는 자녀에게 힘이 되어주어야 한다는 것을 실제로 익힐 수 있도록 감정적인 표현들을 이끌어준다.
- 3. 내담자가 적절한 표현을 할 수 없을 경우 치료사가 직접 시범을 보여주며 표현할 수 있도록 이끌어 준다.
- 4. 언어적 표현과 함께 비언어적 표현도 중요함을 알 수 있도록 다양한 비언어적 표현방법도 익힐 수 있도록 한다(예: 안아주기, 백허그, 등을 가볍게 다독이기, 손잡아주기, 미소 짓기, 따뜻한 눈으로 바라보기 등).

활동목표

- 1. 부모의 역할에 대해서 생각해볼 수 있다.
- 2. 부모와 자녀의 관계에 대해서 알아볼 수 있다.
- 3. 평소 자녀와의 갈등상황에 대해 표현하고 의사소통방법을 습득할 수 있다.

회기구성

- 1. 인사 나누고 안부 묻기
- 2. 오늘의 기분을 알아보고 지난주 복습하기
- 3. 인형극을 통해 각자의 역할을 인식하고 긍정적인 의사소통의 방법 알기
- 4. 느낀 점 나누기

준비물

- 감정달력 : 감정달력 양식, 표정(감정)스티커, 연필, 지우개, 사인펜
- 그림감정카드, 부모와 자녀 인형, 크레파스, 색종이, 하드스틱, 딱풀, 가위, 네임펜, A4용지, 지우개
- 긍정훈육카드

- 도입 -

- 1. 인사 나누고 안부 묻기
  - ① 인사 나누고 내담자의 기분을 물어본다.
  - ② 감정에 변화가 있는지 그림카드를 통해 얘기 나누고 변화된 감정이 어떠한 의미를 갖는지 구체적으로 이야기해보고 감정과 연결된 상황을 치료사와 나눈다.

2. 오늘의 기분을 알아보고 지난주 복습하기

- ① 지난번 내용을 치료자가 요약 설명해준다.
- ② 힘든 상황에서의 자녀의 감정을 이해하고 부모로서 자녀의 마음을 공감하고 위로하는 법에 대해 실습을 통해 복습해 보도록 한다. (공감·위로의 말 전하기, 스킨십 등)

활동과정

- 전개 -

- 3. 역할극을 통해 각자의 역할을 인식하고 긍정적인 의사소통의 방법 알기
  - ① 내담자는 자녀 역할, 치료사는 부모역할을 맡아 서로의 역할에 대해 이야기 해본다.
  - ② 평소 자녀와의 갈등 상황에 대해서 구체적인 이야기를 나눈다. 자녀에게 비난하고 부모에게 야단맞을 경우 자녀가 어떤 느낌이 드는지 이야기 나눈다.
  - ③ 원활한 소통을 위한 '나 메시지'와 'good(자녀의 바람 수용) bad(자녀 바람 제한 표현, 나의 요구 사항 및 욕구 표현) good(배우자의 바람에 대해 대안 제시)' 자기 표현법을 활용 하여 사용한다.

활동과정

- 마무리 -

4. 느낀 점 나누기

- ① 오늘 활동 및 작업에 대한 느낀 점을 나눈다.
- ② 내담자가 자녀에게 사랑하는 감정을 전달하기 위해 인형극을 통해 익힌 다양한 표현들을 말할 수 있도록 한다.
- ③ 프로그램 활동 후의 감정을 이야기하거나 그림으로 표현한다.

1. 역할극

- ① 부모와 자녀의 역할을 바꾸어서 진행하는 것을 이해할 수 있도록 치료자가 이끌어준다.
- ② 역할극을 통해 서로 아끼고 사랑하며 어려울 때 부모는 자녀에게 힘이 되어주어야 한다는 것을 실제로 익힐 수 있도록 감정적인 표현들을 이끌어주어야 한다. 내담자가 적절한 표현을 할 수 없을 경우 치료사가 직접 시범을 보여주며 표현할 수 있도록 이끌어 준다.
- ③ 인형을 대신하여 색종이에 내담자와 자녀의 표정을 그리고 오려 하드스틱에 붙인 후 사용할 수 있다.

프로그램 진행 시, 고려사항 (tip)

활동목표

- 1. 갈등상황을 재구성하여 관계를 개선할 수 있는 방안을 찾을 수 있다.
- 2. 가족폭력 상황시에 도움을 받을 수 있는 자원을 알고 대응방법을 알 수 있다.

회기구성

- 1. 감정 나누며 인사하기
- 2. 가족 내 갈등과 의사소통방법 파악하기
- 3. 갈등 해결을 위한 의사표현 연습
- 4. 가족 내 폭력상황에 대응방법 알기
- 5. 느낀 점 나누기

준비물

- 가정폭력 피해/가해체크리스트, 감정카드, 감정그래프, 감정신호등
- 수첩 또는 휴대폰, 필기구, 도움 낱말카드

- 도입 -

1. 감정 나누며 인사하기

- ① 인사 나누고 안부를 물어본다.
- ② 감정카드, 감정그래프를 활용하여 기분(감정)을 살펴본 후 감정과 연결된 사건 또는 상황에 대해 나눈다.

- 전개 -

2. 가족 내 갈등과 의사소통방법 파악하기

- ① 화가 나서 분노가 폭발했을 때 했던 말과 행동을 3가지 이상 이야기한다.
- ② 언제, 어디서, 누구와, 무엇을, 어떻게 했는지 나와 상대 가족의 행동을 구체적으로 기록한다(글을 잘 모를 경우 치료자가 구체적으로 묻고, 대신 기록한 후 기록한 내용이 맞는지 확인한다).
- ③ 분노를 조절했을 때와 조절하지 못했을 때 어떻게 되었는지 이야기 해보고 조절했던 경험을 지지한다. 또한 화가 나서 한 행동 때문에 내담자와 상대자는 어떤 감정을 느꼈고, 그로 인해 관계가 어떻게 되었는지 떠올려본다.

활동과정

3. 갈등 해결을 위한 의사표현 연습(감정신호등)

- ① 인간의 감정도 신호등과 마찬가지로 화가 나면 빨강불이 들어오는데 이때는 화를 다스리기 위한 노력과 시간이 필요함을 알린다.
- ② 화가 났던 상황 3가지를 감정신호등 활동지에 맞춰 빨강, 노랑신호 등일 때의 생각과 감정, 행동 변화를 작성해본다.
- ③ 내담자의 생각과 감정, 의견을 효과적으로 알릴 수 있도록 초록신호등에 알맞은 긍정적 언어를 작성한다.
- ④ 긍정적 언어에 알맞은 표정으로 상대에게 하고 싶은 말을 전달할 수 있도록 역할극으로 연습한다.
- ⑤ 남편(부인)에게 전달하고 싶은 말 2가지를 긍정적 언어와 표정으로 연습한다.

- ⑥ 자녀에게 하고 싶은 말 2가지를 긍정적 언어와 표정으로 연습한다.
- ⑦ 긍정적 언어를 사용했을 때와 부정적 언어를 사용했을 때의 느낌을 이야기한다.

4. 가족 내 폭력상황에 대응방법 알기

- ① 가족 내 의사소통 방법에 대해 나누면서 비합리적 가족규칙이나 폭력은 없는지 확인한다.
- ② 도움을 받을 수 있는 자원을 탐색하고, 가족 내 폭력상황이 발생 시 대응방법에 대해서 알려준다.

- 마무리 -

5. 느낀 점 나누기

- ① 오늘 활동 및 작업에 대한 느낀 점을 나눈다.
- ② 가정폭력은 피해자의 잘못이 아니라 가해자가 권력을 이용하여 통제하려는 행위임을 알리고, 도움을 받을 수 있는 사람과 연락처를 다시 한 번 숙지시킨다.
- ③ 다음 회기 '만나는 날짜, 시간, 내용'을 안내한다.

1. 내담자가 신체적 폭력뿐만 아니라 다양한 폭력을 경험하면서 지속적인 장애차별과 억압이 내재화되어 있고, 스트레스가 과중되어 있지만 표현하지 못할 수 있음을 이해하여 섬세하게 진행한다.
2. 인간은 성별, 연령, 인종, 장애와는 관계없이 존엄한 존재이기 때문에 폭력은 근절되어야 하며, 도움을 요청할 수 있도록 구체적으로 지도한다.
3. 역할극을 할 때 쑥스럽기 때문에 장난처럼 진행되거나 생각되는 경우가 있을 수 있는데, 충분한 시간을 가지고 반복하여 자신의 의사를 충분히 전달할 수 있도록 지지하고 격려한다.
4. 가정폭력 발생 시 도움 요청하는 법
  - ① 가정폭력이 발생했을 때 어떻게 행동했는지 이야기한다(같이 폭력을 한다, 도망간다, 그냥 참는다, 도움을 요청한다 등).
  - ② 폭력 상황일 때 다른 가족들은 어떻게 하고 있는지 살펴본다. 예를들면 가해자 편을 들거나, 모른 척 하거나, 피해를 입을까 봐 두려워하는 등 가정폭력이 발생했을 때 가족구성원들의 모습을 떠올려보고 느낌을 나눈다(동거가족 이외에도 (시)부모 및 형제들의 반응도 확인).
  - ③ 피해 상황에서 가족들이 어떤 역할을 하면 좋을지 말해보고, 그 역할을 하지 못하는 상황을 이야기한다.
  - ④ 가정폭력 발생 시 도움을 받을 수 있는 지원체계를 살펴본 후 구체적으로 연락처를 작성한다(도움 줄 수 있는 친인척, 이웃, 경찰(112), 1366, 가정폭력상담소, 주민센터, 복지관 등). 이때 수첩을 이용하거나, 휴대폰 단축번호에 저장하여 쉽게 활용할 수 있도록 한다.
  - ⑤ 가정폭력 피해자는 상담 및 쉼터연계 등을 통해 도움을 받을 수 있고, 가해자는 교육과 처벌을 통해 폭력을 예방할 수 있음을 알린다.
  - ⑥ 가정폭력 발생 시 도움을 요청할 수 있도록 역할극을 통해 연습한다(도와주세요, 000에게 맞았어요, 쉼터에 보내주세요, 상담 받고 싶어요 등 낱말 카드 활용하여 구체적으로 도움 요청).

프로그램 진행 시, 고려사항 (tip)

활동자료1. 감정신호등

인간의 감정도 신호등과 같아서 화가 나거나, 짜증이 날 때 빨강신호등이 되기 때문에 건너갈 수 있는 초록신호등으로 바꿀 수 있도록 감정을 가라앉히고, 서로 고운 말과 행동을 한다면 서로의 마음을 다치지 않고 이해할 수 있습니다. 어떤 말과 행동을 하면 나와 상대의 마음을 초록신호등이 되게 할 수 있을지 기록해 보세요.

갈등상황	신호등	화가 났을 때 행동(분노감정과 행동)	
		나는 어떤 말과 행동을 하나요?	가족(남편)은 어떤 말과 행동을 하나요?
(예시) 반찬이 없다고 화를 낼 때	 빨강	똑같이 화내면서 '아무거나 주는 대로 먹어'라고 소리지른다.	밥상을 엮고 욕을 한다.
	 노랑	'반찬이 없긴 왜 없어. 먹기 싫으면 먹지마'라고 짜증스럽게 말한다.	반찬이 없다고 화를 내며 밥을 안 먹는다.
	 초록	'미안해. 다음에는 좋아하는 반찬 꼭 해줄게'라고 말한다.	좋아하는 반찬을 해 달라고 요청한다.

갈등상황	신호등	화가 났을 때 행동(분노감정과 행동)	
		나는 어떤 말과 행동을 하나요?	가족(남편)은 어떤 말과 행동을 하나요?
	 빨강		
	 노랑		
	 초록		

활동자료2. 가정폭력 피해 및 가해 경험

유형	내용	피해경험	가해경험
신체적 폭력	- 밀치거나 주먹으로 때리고 발로 차기		
	- 물건을 집어던지고 흉기로 위협하거나 폭행하기		
	- 머리채를 잡아끌거나 목을 조르기		
	- 감금이나 신체적 고통을 주는 고문행위		
정서적 폭력	- 두려움, 불안, 공포로 몰아넣는 행위		
	- 잠을 못 자게 하기		
	- 가족이나 친구로부터 고립시키기		
	- 무시하거나 사람들 앞에서 창피주기		
언어적 폭력	- 헐박		
	- 경멸하는 말투로 모욕감 주기		
	- 열등하고 무능력하다고 비난하는 말		
	- 큰소리로 소리 지르거나 강압적으로 말하는 등의 행위		
경제적 폭력	- 강제적으로 돈을 가져가거나 통제하기		
	- 일을 못하게 하고 경제권을 통제하기		
성적 폭력	- 폭행 후 강제적으로 성관계 갖기		
	- 물건이나 흉기를 사용한 강제적 성학대		
방임, 유기	- 원치 않는 성적 행동을 강제하는 행위		
	- 치료가 필요할 때 치료를 해 주지 않는 것		
	- 제때 밥을 챙겨주지 않는 것		

활동자료3. 장애로 인해 차별 받거나 차별한 경험

유형	내용	차별받은적 있다	차별한적 있다
장애차별	- 장애를 거론하며 비난하기		
	- 함께 외출하는 것을 꺼리기		
	- 집안 경조사에 참여시키지 않기		
	- 복지혜택이나 수입을 빼앗기		
	- 이성교제를 반대하기		
	- 자신과 관련된 일(결혼, 임신, 양육 등)을 가족이 대신 결정하기		
	- 집에 손님이 오면 방에서 나오지 못하게 하기		
	- 시설에 입소하기를 은근히 강요하기		

활동자료4. 가정폭력 피해증상 및 정도 표기하기

1. 신체적 증상: 타박상, 골절상, 고막터짐, 만성두통, 소화불량, 불면증, 심장두근거림, 섭식장애 등
2. 심리·정서적 증상: 불안감, 수치심, 부끄러움, 공포심, 죄의식, 우울함, 자살시도경험, 자신감 없음, 무력감, 억울함, 복수하고 싶은 증오심, 혼자 있고 싶은 욕망, 기억력 저하, 집중력 저하, 친정식구 위협에 대한 두려움 등
3. 사회적응 장애: 가출, 결혼생활 부적응, 직장생활 어려움, 직업상실, 사회적 고립 등
4. 가족기능장애: 결혼생활에 대한 불안감, 역할수행의 어려움, 가사일과 자녀양육의 어려움, 성적 갈등, 가족 관계 유지 어려움 등

→ 가정폭력 피해 증상과 정도를 아래에 표시해 주세요.

피해증상	심하지않다	피해정도										심하다
(예시)불안감	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

활동자료5. 가정폭력 발생 시 도움 받을 수 있는 사람

(시)부모, 형제자매, 이웃 주민, 자녀의 학교 선생님, 사회복지사, 친구, 종교시설 관계자, 상담소, 주민센터, 경찰, 1366 등

활동자료6. 도움요청 낱말카드

도와주세요. 심터에 보내주세요. 상담 받고 싶어요. 000에게 맞았어요. 000에게 폭력 당했어요 등

단계	전개 - 성 교육 (내 몸이 좋아하는 것은 표현해요! 상대방이 싫어하는 것은 존중(이해)해요!)
활동목표	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 나의 몸에서 내가 중요하고 소중하다고 생각하는 곳을 표현하고 이유를 말할 수 있다.</li> <li>2. 나의 몸이 싫어하는 것과 좋아하는 것을 표현할 수 있다.</li> <li>3. 나의 몸이 좋아하는 것을 상대방은 싫어할 수 있음을 알고 존중할 수 있다.</li> </ol>
회기구성	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 감정 나누며 인사하기</li> <li>2. 나의 몸 그리기</li> <li>3. 다양한 몸에 대해서 생각해 보기</li> <li>4. 나의 몸에서 소중한 부분, 중요한 부분 표현해 보기</li> <li>5. 내 몸이 좋아하는 것과 싫어하는 것 선택하고 발표하기</li> <li>6. 부부의 같은 점과 다른 점 찾기</li> <li>7. 권리와 존중 배우기</li> <li>8. 느낀 점 나누기</li> </ol>
준비물	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 다양한 사람들의 몸의 이미지 (장애/성별/인종/나이/체형 등에 따른 차이가 보일 수 있는 사진자료로 준비함)</li> <li>· 거울, A4, 색연필, 사인펜, 스티커</li> <li>· 그림과 문자가 함께 있는 선택 라벨지(포용, 키스, 손잡기, 목욕, 청소, 설거지, 더운 것, 추운 것, 속옷, 이불, 영화보기, 외식, 길에서 뽀뽀하기, 미용실에서 머리 자르기, 자위 등)</li> <li>· 8절 도화지</li> </ul>
활동과정	<p>- 도입 -</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 감정 나누며 인사하기             <ol style="list-style-type: none"> <li>① 인사 나누고 안부를 물어본다.</li> <li>② 감정카드, 감정그래프를 활용하여 기분(감정)을 살피는 후 감정과 연결된 사건 또는 상황에 대해 나눈다.</li> </ol> </li> <li>2. 나의 몸 그리기             <ol style="list-style-type: none"> <li>① 거울을 보면서 내가 어떻게 생겼는지 관찰하는 시간을 잠시 갖는다.</li> <li>② 얼굴, 몸통, 팔, 다리, 눈, 코, 입을 순서대로 그리도록 한다.</li> <li>③ 나의 몸에서 내가 가장 좋아하는 곳, 가장 소중한 곳을 스티커로 붙일 수 있도록 한다.</li> <li>④ 부부의 경우 스티커 붙인 곳을 보며 서로 알고 있었는지 질문해 본다.</li> </ol> </li> <li>3. 다양한 몸에 대해서 생각해보기             <p>미리 준비한 다양한 몸 이미지들을 보며 사람은 모두 다르고, 따라서 좋아하는 것과 싫어하는 것이 다를 수 있음을 설명한다.</p> </li> </ol>

- 전개 -

4. 나의 몸에서 소중한 부분, 중요한 부분 표현해보기

- ① 성적인 것과 관련된 키워드로 구성된 라벨지를 준비한다.
- ② 도입 2.에서 그린 내 몸을 오려서 4절지 가운데 붙인다.
- ③ 한꺼번에 라벨지를 주고 선택하면 혼란스러울 수 있으므로 라벨지에 들어간 그림을 크게 인쇄하거나 ppt로 준비하여 한 장씩 보며 간단히 설명하며 호불호를 질문한다.
- ④ 4절 하드보드지에 붙인 내 몸을 기준으로 한 쪽에는 내 몸이 좋아하는 것, 다른 한 쪽에는 내 몸이 싫어하는 것을 붙인다.

5. 내 몸이 좋아하는 것과 싫어하는 것 선택하고 발표하기

- ① 작업한 내용을 발표하도록 한다.
  - 우선 싫어하는 것은 무엇을 골랐는지 발표한다.
  - 그림을 읽고, 그 이유를 말하는 방식으로 진행한다. 사전에 치료사가 시범을 보여 따라할 수 있도록 한다. '내가 싫어하는 것은 비누입니다. 냄새가 나기 때문입니다.'와 같이 간단하게 소개할 수 있도록 안내한다.
  - 이유를 특별히 말하지 않는 경우에는 이유를 물어본다.

- ② 내가 좋아하는 것을 선택할 수 있는 것은 나의 권리이며, 소중한 것임을 설명한다.
- ③ 배우자와 함께 프로그램에 참여하고 있다면 상대방이 좋고, 싫어하는 것에 대해서 사전에 알고 있었는지 물어본다. 부부끼리 서로 같이 살고 있지만 서로가 좋아하는 것, 싫어하는 것은 다를 수 있음을 설명한다.

6. 부부의 같은 점과 다른 점 찾기

- ① 서로가 똑같이 좋아하는 점을 먼저 찾아본다. 서로가 좋아하는 것을 할 땐 마음이 잘 맞고 기분이 좋은지 물어본다.
- ② 한쪽만 좋아하고 다른 한쪽은 싫어하는 것을 찾아본다. 내가 좋아하는데 상대방이 싫어할 땐 어떻게 하면 좋을지 물어본다.
- ③ 상대방이 싫어할 땐 그 사람의 선택과 의견을 존중해야 함을 설명한다.
  - 간단한 역할극으로 "나는 더울 때 꺼안는 게 싫어. 안했으면 좋겠어."
  - "그래 잘 알았어. 앞으로도 싫을 땐 이야기해 줘. 말해줘서 고마워."라고 연습할 수 있다.

7. 권리와 존중 배우기

내 몸의 권리는 소중하다. 그렇기 때문에 다른 사람의 몸의 권리도 소중하다. 따라서 둘의 권리를 서로 존중해야 서로가 편안하게 함께 살아갈 수 있음을 설명한다.

활동과정

- 마무리 -

8. 느낀 점 나누기

- ① 권리와 존중이 왜 중요한지를 다시 한 번 설명한다. 모든 사람에게 권리가 있기 때문에 서로 다를 수 있고 싸움을 할 수도 있다. 그럴때 상대방을 존중하지 않으면 함께 살아가기 어렵다는 것을 상기한다.
- ② 앞으로 자신이 좋아하고 싫어하는 것을 표현하도록 지도한다.

활동과정

1. 몸 그리기

- ① 얼굴 생김새가 어떤지 동그란지 네모 같은지 질문하며 표현을 유도한다.
- ② 분화작업이 어려운 참여자의 경우에는 사전에 전신사진을 받고 사진위에 실루엣을 보고 따라 그릴 수 있도록 한다.

2. 권리와 존중 설명

- ① 권리와 존중의 개념 자체를 설명하는 데 너무 긴 시간을 지체하지 않도록 한다. 어려워할 경우에는 간단히 설명하고 상황극을 통해 표현하고, 존중하는 말을 하는 것을 연습하는 것에 집중하도록 한다.
- ② 권리 개념이 어려울 땐 표현, 존중 개념이 어려울 때 이해라는 말로 대체하도록 한다.

3. 부부의 같은 점과 다른 점 찾기

- ① 부부끼리 상호작용이 좋은 경우에는 함께 차이와 공통점을 찾아보도록 하는데 그렇지 않을 경우엔 상대방이 하는 이야기를 잘 듣는것에 우선 집중할 수 있도록 한다.
- ② 집중하여 들은 후 상대방이 무엇을 좋아하고 싫어한다고 말했는지 질문하는 방식으로 참여를 독려한다.

4. 선택라벨 만들기

- ① 성적인 표현, 물건, 주제를 중심으로 만든다.
- ② 이전 회기에서 표현된 부부의 특성을 반영하여 제작한다.

프로그램  
진행 시,  
고려사항  
(tip)

단계	전개 - 성 폭력 (관계나 장소에 따라 달라지는 성적 표현)
활동목표	1. 관계나 장소에 따라서 적절한 신체접촉이나 성적 표현이 다름을 알 수 있다. 2. 내가 원하지 않는 성적표현을 상대방이 할 때 어떻게 대응하고 표현해야 하는지 익힐 수 있다. 3. 자녀에게 가르쳐 줄 수 있는 방법을 연습할 수 있다.
회기구성	1. 감정 나누며 인사하기 2. 신체접촉은 나와 상대를 존중하는 마음부터 시작해요! 3. 내가 맺고 있는 관계망 그리기 4. 관계에 따라 달라지는 신체접촉 5. 동의하지 않는 신체접촉 거절하기 6. 장소에 따라 달라지는 신체접촉 7. 내 자녀에게 가르치는 연습하기
준비물	· 앞 회기 작업 판넬, 색지, 사인펜, 색연필 · 사람의 얼굴을 그릴 수 있는 주먹 정도의 동그라미 (미리 남녀 성별 표시 정도는 될 수 있게 밀그림을 그려도 됨) · 신체접촉 선택카드 손잡기, 인사, 보보, 포옹, 성기나 가슴 만지기, 성관계(이 말이 익숙하지 않을 때는 연애, 잠자기 등의 익숙한 표현을 쓰도록 함) ■ 상황그림카드 사용 장애인 성인권 교육 매뉴얼(경도장애)_탁틴내일 2013(p.85) · 공간 그림카드(거실, 부부방, 자녀방, 화장실, 부엌 등 참여자 주거공간에 맞추어 사전 제작) ■ 장애인 성인권 교육 매뉴얼(중복장애)_탁틴내일 2013(p.84 ~)
활동과정	<b>- 도입 -</b> 1. 감정 나누며 인사하기 ① 인사 나누고 안부를 물어본다. ② 감정카드, 감정그래프를 활용하여 기분(감정)을 살펴본 후 감정과 연결된 사건 또는 상황에 대해 나눈다. 2. 신체접촉은 나와 상대를 존중하는 마음부터 시작해요! ① 이전 회기 때 작업한 판넬을 가지고 내 몸이 좋아하는 것과 싫어하는 것에 대해서 상기한다. ② 질문을 통해 복습한다. - 모든 사람의 몸은 모두 같을까요? 다를까요? - 다르기 때문에 좋아하고 싫어하는 것들도 모두 같을까요? 다를까요? - 내가 좋아하고 싫어하는 것을 당당하게 표현할 수 있는 힘은 무엇일까요? (권리) - 다른 사람이 좋아하고 싫어하는 것을 인정하고 받아들이는 것은 어떨까요? (존중, 또는 이해) ③ 권리(표현)를 말하는 것은 중요하지만 상대방의 권리(표현)도 존중 (이해)해야 함을 알려준다.

단계	전개 - 성 폭력 (관계나 장소에 따라 달라지는 성적 표현)
활동과정	<b>- 전개 -</b> 3. 내가 맺고 있는 관계망 그리기 ① 아침에 일어나서 잘 때까지 어디서 어떤 활동을 하며, 누구와 관계를 맺고 있는지 이야기 하도록 한다. - 도화지에 동그란 나의 사진을 먼저 부친다. - 나와 가깝거나 친한 사람을 먼저 동그란 종이에 이름을 써서 가까운 곳에 부치도록 한다. - 나와 안 친하지만 자주/가끔 만나는 사람은 누구인지 이름을 써서 가까운 곳에 부치도록 한다. - 표현이 어려운 경우, 슈퍼 아저씨, 사회복지사, 자녀의 담임선생님 등으로 연상할 수 있도록 돕는다. - 너무 많아지지 않도록 주의하며 모르는 사람, 처음 보는 사람도 관계도 안에 추가하도록 한다. 4. 관계에 따라 달라지는 신체접촉 알기 ① 관계별로 가능한 신체접촉은 어디까지인지 표현할 수 있도록 한다. ② 신체접촉 선택카드를 미리 부부에게 나누어 주고 질문을 하면 카드로 의견을 밝힐 수 있도록 한다. - 슈퍼 아저씨와 신체접촉은 어디까지 할 수 있다고 생각하나요? 선택 카드를 들어볼까요? - **님은 키스, 000님은 포옹이라고 생각하셨네요. 왜 그렇게 생각하세요? 라고 물으며 참여자들이 선택한 이유를 파악하도록 한다. - 예를 들어 슈퍼 아저씨와 키스까지 가능하다고 이야기한 경우 키스는 아주 가깝고, 친한 사이에 가능한 신체접촉인 것을 알려준다. ③ 친구/동료/연인/부모와 자식/부부 등 관계에 따라 신체접촉이 달라질 수 있음을 설명한다. 5. 동의하지 않는 신체접촉 거절하기 ① 전개 4.에서 키스가 가능하지 않다고 선택했던 관계의 사람이 갑자기 키스하려고 할 땐 어떻게 반응하면 좋을지 질문한다. ② 답변을 어려워하면 몇 개의 낱말카드를 제시한다. - 화를 내며 거절한다. - 나는 기분이 나쁘다고 큰소리로 말한다. - 내 몸을 함부로 하지 말라고 말한다. - 가만히 있다. - 운다. - 도움을 청한다.



- 전개 -

3. 사진 소개하기

- ① 각 사진 작품에 대한 제목을 소개하고, 제목을 정한 이유에 대해 질문을 통해 설명하도록 한다.
  - 설명을 어려워하는 경우 문장 예시를 줄 수 있다(우리 사진의 제목은 ~입니다. 제목을 정한 이유는 ~입니다).
- ② 사진에 대한 감정을 말한다.
  - 언제 찍은 사진인지, 어디 가서 무엇을 했었는지 등을 물어본다.
  - 그때의 기분이나 감정 좋았던 느낌을 말하도록 한다. 감정표현이 잘되는 경우에는 왜 기분이 좋았는지 자세히 물어보고 표현하도록 한다.
  - 이때 다른 참여자들이 지루해할 수 있기 때문에 궁금한 점을 질문하도록 하여 함께 이야기에 참여할 수 있도록 한다.

4. 그때 하지 못했던 말

- ① 즐거웠던 순간에 상대방에게 해주고 싶었던 말이 무엇이었는지 물어본다. 말하지 못했던 이유도 묻는다.
- ② 지금 이 자리에서 다시 그때 하고 싶었지만 못했던 말을 해볼 수 있는 기회를 준다.
- ③ 고마움, 즐거움, 행복함, 감사함, 설렘 등을 표현한 말을 들었을 때 어떤 기분이 드는지 물어본다.
- ④ 칭찬, 위로, 지지, 공감의 말들이 서로에게 힘이 되어 준다는 것을 설명한다. 어떤 말들이 서로에게 힘을 줄 수 있는 말들인지 질문한다.
  - 일이 많아 지쳤을 땐 어떤 말이 힘이 될까요?
  - 누군가와 싸워서 속이 상할 땐 어떤 말이 힘이 될까요?
  - 쓸쓸하고 외로운 마음이 들 땐 어떤 말을 해주면 힘이 날까요?
  - 울고 있는 사람에게겐 뭐라고 말해주면 좋을까요?
- ⑤ 다시 한 번 힘이 되어주는 말의 의미에 대해서 설명하고 상기하도록 한다.

5. 힘을 주는 말로 표현하기

- ① 내가 힘들 때 듣고 싶은 말을 한 사람씩 말하도록 진행한다. 한글쓰기가 가능한 경우엔 작은 종이에 적도록 한다(의사소통이 아주 어려운 경우에는 몇 개의 그림 카드를 미리 준비하기).
  - 파이팅 하며 응원하는 그림
  - 어깨를 토닥이는 그림
  - 포옹하며 따뜻하게 '사랑해. 힘내' 하는 그림
  - 손을 잡으며 '미안해'라고 사과하는 그림 등

활동과정

- ② 가족 구성원이 서로 듣고 싶은 말을 상대방에게 해주는 것을 연습한다.
- ③ 분위기 형성이 잘 되면, 말 외에 포옹, 악수, 토닥거림 등의 힘을 주는 제스처도 함께 개발하도록 진행한다.

활동과정

- 마무리 -

7. 느낀 점 나누기

- ① 과거 사진을 보면서 즐거웠던 기억을 이야기한 느낌을 물어본다.
- ② 힘을 주는 말을 들었을 때 기분을 표현하도록 한다.
- ③ 칭찬, 지지, 위로, 사랑의 표현이 서로에게 힘이 된다는 것을 설명하고 앞으로 잘 지킬 것을 약속하는 시간을 갖는다.

1. 사진은 되도록 즐거웠던 시기의 사진을 가져오도록 안내한다. 이전 회기진행시 사진을 미리 받아 예쁜 액자 형태로 만든다. 단, 가족 구성원 중 폭력의 가해자가 있거나 부정적 경험이 많은 경우에는 특정 구성원을 제외한 사진을 사용한다. 또한 사진이 소중하여 액자로 만드는 것을 원치 않을 경우도 있으니 액자로 만들어도 되냐고 사전에 확인한다(사진이 없을 경우 잡지 클라주로 대체 가능).

2. 사진 제목을 정하기 어려워하는 경우엔 몇 가지 예를 제시한다.

3. 내담자의 반응 이끌어 내기

- ① 프로그램을 설명한 후 되도록 내담자가 먼저 표현할 수 있도록 한다.
- ② 하지만 어려워하는 경우 간단한 예시를 들어 주고 그 문장에 대입하여 표현할 수 있도록 한다.
- ③ 감정과 기억, 하고 싶은 말을 이끌어 낼 때에는 일반적으로 자주쓰는 말 70%, 새로운 말과 표현 30%로 새로운 표현을 익힐 수 있도록 돕는다.
- ④ 표현에 적극적인 경우에는 사랑하는 표현까지 이끌어 낼 수 있도록 한다. 단, 가족관계가 제대로 형성되지 않은 경우엔 무리하게 진행하지 않는다. 속상할 경우에 듣고 싶은 말, 서로 하지 말았으면 하는 말로 진행할 수도 있다.

프로그램  
진행 시,  
고려사항  
(tip)

단계	전개 - 가족 기능 (가족사진 찍고, 함께 약속해요!)
활동목표	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 서로를 격려하며 새로운 미래를 계획하기로 약속한다.</li> <li>2. 앞으로 가족끼리 함께 지켜가야 할 약속을 잊지 않도록 가족사진에 남기도록 한다.</li> </ol>
회기구성	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 인사(감정달력), 지난 회기 리뷰</li> <li>2. 가족 사진관에 갈 준비를 함께 하기</li> <li>3. 가족사진 배경에 약속 적어보기</li> <li>4. 가족사진 찍기</li> <li>5. 느낀 점 나누기</li> </ol>
준비물	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 전지, 사인펜, 색연필</li> <li>· 단장할 수 있는 소품들 (넥타이, 머리핀, 스카프, 귀여운 헤어밴드, 자켓, 빗, 헤어젤, 안경, 거울 등)</li> </ul>
	<p><b>- 도입 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 인사, 지난 회기 리뷰 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 한 주 동안 서로에게 힘을 주는 표현들을 얼마나 실천했는지 물어본다.</li> <li>② 어떤 말을 가장 많이 했는지, 힘주는 말을 들을 때 기분이 어땠는지, 더 많이 해주었으면 하는 말은 무엇인지 대화하며 전회기의 약속을 상기한다.</li> </ol> </li> <li>2. 가족 사진관에 갈 준비를 함께 하기 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 가족사진을 찍을 것임을 설명한다.</li> <li>② 손쉽게 단장할 수 있는 몇 개의 간단한 소품을 준비한다.</li> <li>③ 사진 찍을 준비 시간을 5분 정도 주도록 한다.</li> </ol> </li> </ol> <p><b>- 전개 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. 가족사진 배경에 약속 적어보기 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 흰바탕 종이의 중앙은 가족의 모습이, 나머지 공간은 각자 하고 싶은 말을 적는 곳으로 정한다.</li> <li>② 힘주는 말, 그동안 배운 것 중 가장 기억에 남는 것, 꼭 지키고 싶은 것을 정하여 적도록 한다.</li> </ol> </li> <li>4. 가족사진 찍기 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 사진배경을 중심으로 가족들이 선다. 어떤 포즈가 좋을지 의견을 물어본 후 다양한 포즈를 연습하도록 한다. 하나, 둘, 셋, 찰칵 연습한다.</li> <li>② 함께 가족사진을 촬영한다.</li> <li>③ 휴대폰, 카메라 등을 이용하여 함께 보고 마음에 드는 사진을 함께 선택한다.</li> <li>④ 사진은 추후에 인화하여 전달하도록 한다.</li> </ol> </li> </ol>

단계	전개 - 가족 기능 (가족사진 찍고, 함께 약속해요!)
	<p><b>- 마무리 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. 느낀 점 나누기 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 가족사진 찍기에 대한 경험에 대해 좋았던 점에 대해서 이야기 나눈다.</li> <li>② 가족이 함께 모여 의미 있는 사진을 찍는 것에 대해 긍정적 지지와 격려를 해주고 어떤 기분이었는지 나눔을 한다.</li> <li>③ 가족관계가 지금의 좋았던 경험처럼 지속적으로 서로 지지해 주고 격려해 줄 수 있게 치료사는 가족 관계의 중요성을 설명해 준다.</li> </ol> </li> </ol>
활동과정	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 사진을 찍을 준비에 너무 많은 시간을 할애하지 않도록 한다. 다만 가족사진 찍기 자체가 처음이고 준비하는 과정에서 가족 간의 상호작용이 활발하다면 시간이 너무 지체되지 않는 선에서 충분히 하도록 배려한다.</li> <li>2. 가족들이 들어갈 부분을 제외한 가장자리 부분에 약속과 다짐을 쓰도록 한다.</li> <li>3. 가족사진 고르기 어려워하는 경우엔 꼭 1장을 선택하도록 하지 않아도 된다. 의견조율이 어려운 경우 가족 구성원 별로 각자의 베스트 컷을 정해도 좋다.</li> </ol>
프로그램 진행 시, 고려사항 (tip)	

단계	종결 - 사후 검사 (상장 및 작품집 전달)
활동목표	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 프로그램 참여와 변화로 인하여 자신감을 향상시킬 수 있다.</li> <li>2. 부모의 심리적 상태 및 성 개념, 가족문제 증상 및 변화를 확인할 수 있다.</li> </ol>
회기구성	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 인사(감정달력), 지난 회기 리뷰</li> <li>2. 상장 및 작품집 전달</li> <li>3. 느낀 점 나누기</li> <li>4. 사후 검사 실시</li> </ol>
준비물	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 감정달력, 감정스티커</li> <li>· 상장, 손 코팅지, 작품사진집(액자 또는 코팅지), 사인펜, 색연필, 사후 검사지, 4B연필, 지우개</li> </ul>
활동과정	<p><b>- 도입 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 인사, 지난 회기 리뷰 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 한 주 동안 서로에게 힘을 주는 표현들을 얼마나 실천했는지 물어본다.</li> <li>② 어떤 말을 가장 많이 했는지, 힘주는 말을 들을 때 기분이 어땠는지, 더 많이 해주었으면 하는 말은 무엇인지 대화하며 전회기의 약속을 상기한다.</li> <li>③ 오늘은 마지막 회기라는 것을 설명하고, 상장 및 작품집 전달에 대한 안내를 한다.</li> </ol> </li> </ol> <p><b>- 전개 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 상장 및 작품집 전달 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 상장은 치료사가 직접 만들어 와 전달식을 할 수 있고 또는 기본틀(상장 내용 출력)을 치료사가 가져와 내담자가 스스로 자신에게 주는 상으로 상장을 만들어도 된다.</li> <li>② 작품집은 치료사가 그동안 회기별 작업하였던 것을 사진으로 찍어 한 개의 액자에 모든 사진 것을 넣어 주거나, A4용지에 출력하여 손 코팅지 작업하여 전달할 수도 있다.</li> </ol> </li> <li>3. 느낀 점 나누기 <p>상장 및 작품집 전달에 대한 느낀 점을 공유하며 10회기 프로그램 과정을 내담자 스스로 리뷰하도록 지지해 주면서 종결 이후에도 변화된 태도를 지속할 수 있도록 격려해 준다.</p> </li> </ol> <p><b>- 마무리 -</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. 사후검사 실시 <p>사전에 실시한 같은 검사도구를 한 번 더 시행한다.</p> <p>&lt;양적 검사 : 성인식 및 성태도 검사 중 택1, 가족문제해결 의사소통 척도 검사는 필수&gt;</p> </li> </ol>

단계	종결 - 사후 검사 (상장 및 작품집 전달)
활동과정	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 성인식 검사</li> <li>② 성태도 검사</li> <li>③ 가족문제해결 의사소통 척도 검사 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 검사를 할 때, 내담자가 질문을 이해하기 어려우면 치료사는 질문의 의미를 설명하여 이해할 수 있도록 한다.</li> </ul> </li> </ol>
프로그램 진행 시, 고려사항 (tip)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 마지막 종결 단계이므로 프로그램에 열심히 참여하지 않은 내담자경우에도 잘한 부분에 대해서 지지와 격려를 해주도록 한다.</li> <li>2. 상장을 만들 때는 내담자의 특성(장점)에 대한 부분을 구체적으로 작성 할수 있도록 한다.</li> <li>3. 내담자가 종결 이후에도 프로그램 중 체험하고 배웠던 많은 것들을 지속적으로 활용할 수 있도록 치료사는 내담자에게 구체적인 지지와 지도를 해 준다.</li> </ol>

## 참고문헌

경원사회복지회(2007). 정신지체아동 성 바로 알기 - 정신지체아동 성학대 예방을 위한 교사용 지침서

권준수 역 (2015). 정신질환의 진단 및 통계 편람 제5판. 학지사.

권해수 외 (2011). 성폭력 피해자 치유·회복프로그램 매뉴얼. 여성가족부.

김수현(2008). 근친상간 피해 아동의 정서적 안정감 및 자존감 향상을 위한 미술치료 사례연구. 미술치료연구 제15권 3호, 2008. Vol. 15, No. 3, 489-512.

김은영(2007). 대상자별미술치료와 사례연구. 한국사회복지미술치료사협회 심화과정교재.

김한경, 박용숙(2011). 발달장애인을 위한 성교육

로버니, 해리스(2003). 성터놓고 얘기해요. 다섯수레.

박민자(2009). 집단 미술치료가 아동기 성폭력 피해 청소년의 자존감 향상에 미치는 효과. 미술치료연구 제16권 제3호(통권 42호). 2009. Vol. 16, No. 3(SN. 42), 445-463.

박현주(2009). 미술치료진단기법의 이해. 양서원.

박현주, 서명옥 공저(2009). 미술치료의 매체활용법 학지사.

백양희, 김지유(2012). 청소년미술치료. 양서원.

신민섭 외(2003). 그림을 통한 아동의 진단과 이해 - HTP와 KFD를 중심으로-. 학지사.

안동현(2001). 성폭력피해 아동의 정신과 치료 시의 유의점. 한국성폭력상담소.

여성가족부(2012). 아동안전지도 학생 교육 및 제작 매뉴얼.

여성가족부(2012). 교구를 활용한 장애인 성인권 교육매뉴얼. 탁틴내일.

여성가족부(2013). 장애아동청소년 성인권교육매뉴얼(경도/중복)

여성·아동폭력피해 중앙지원단(2011). 지적장애인 성폭력 피해자 치료 프로그램 개발.

여성·아동폭력피해 중앙지원단(2014). 지적장애 청소년 성폭력피해자 치료 프로그램 매뉴얼.

여성·아동폭력피해 중앙지원단(2014). 2014년 희망샘물사업 미술치료 프로그램 매뉴얼.

윤인경(2007). 성교육 및 성폭력 예방 자료 개발 연구 - 교육인적자원부 위탁연구 보고서

이은진, 이상복(2007). 외상후 스트레스장애(PTSD) 아동을 위한 상담중심 미술치료 적용 연구. 특수교육재활과학연구. Vol. 46, No. 2, pp. 131-152, 2007.

이재연, 홍은주, 이지현 역(2006). 학대받은 아동을 위한 미술치료. 학지사.

이해경 외 3인(2009). 교사와 부모가 함께 하는 지적장애 청소년을 위한 성교육. 범한사

이현혜(2012). 지적장애인 성폭력예방교육 매뉴얼(경도 지적장애인을 중심으로). 한국양성평등교육진흥원.

장애여성공감(2014). 발달장애인 성교육 및 성폭력 예방교육 가이드북

장애여성공감(2009). 장애여성 성(性)을 밝히다.

## 참고문헌

정명선(2012). 성폭력으로 인한 PTSD 아동의 외상중심 미술치료적 접근을 통한 사례 연구. 특수교육재활과학연구. Vol. 51, No. 3, pp. 99-120, 2012.

정태신(2010). 사회복지 활용 척도집. 도서출판지성계.

조정자, 김동연(1996). 미술치료기법을 통한 성폭력 피해아동의 상담사례. 미술치료학회. 제3권 제2호. Vol. 3, No. 2, 1996. pp. 145-159.

주리에 역(2009). 그림 속 우울과 공격성(재미난 DAS 이야기). 학지사.

최외선, 김갑숙, 최선남, 이미옥 공저(2007). 미술치료기법. 학지사.

최외선, 김갑숙, 정은주, 정광석 공저(2013). 미술치료기법 II. 학지사.

최준순(2010). 미술치료를 통한 지적장애 학생의 성 프로그램 개발 연구. 대구대학교 재활과학대학원 재활심리학과 미술치료 전공 이학석사논문.

충청남도교육청(2008). 특수교육 대상학생의 성교육을 위한 소중한성 건강한 몸.

### 감수

김유리 교수 | 이화여자대학교 특수교육과  
김은영 이사 | 한국사회복지미술치료사협회

### 부집필자

이진희 사무국장 | 장애여성공감  
임연희 교육부장 | (사)경원사회복지회  
배윤화 상담원 | (사)경원사회복지회 부설 여성장애인성폭력상담소

### 집필·보완

이지현 교육연구팀 팀장 | (재)한국여성인권진흥원 여성·아동폭력피해중앙지원단  
송희라 교육연구팀 팀원 | (재)한국여성인권진흥원 여성·아동폭력피해중앙지원단